



100
JAHRE 1918 – 2018

BEGEGNUNGSZENTRUM

Ginnheim

Unser Programm

Juli 2018

FRANKFURTER VERBAND



In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim, „Nationale Klimaschutz Initiative“ & „Die Kooperative – Stadt. Land. Wirtschaft.“

Donnerstags / 16:00 – 19:00 Uhr

Neu: Obst und Gemüse Depot von „Die Kooperative – Stadt. Land. Wirtschaft.“

Jeden Donnerstag von 16:00 – 19:00 Uhr werden für die MitgliederInnen der Kooperative die saisonalen, ökologischen und regionalen Ernteanteile zur Abholung im Depot des Frankfurter Verbandes und der Klimawerkstatt Ginnheim bereitgestellt. Am 16. August eröffnet das Depotcafé der Klimawerkstatt Ginnheim. Wir sind da mit Inspirationen, Büchern und Rat rund um urbane Ernährung. Weitere Infos unter: www.diekooperative.de/mitmachen.

In Kooperation mit dem Frankfurter Programm „Aktive Nachbarschaft“ / I.d.e.a.I. – Netzwerk Nachbarschaft e. V.

Mi. 04.07., 11.07., 18.07. & 25.07. / 09:45 – 11:15 Uhr – Anmeldung bis zum Tag der Veranstaltung

Neu: Malen – intuitiv und experimentell

Wer Lust auf einen kreativen Selbsta Ausdruck mit Acrylfarben hat, ist bei diesem Angebot genau richtig. Wenn wir unserer Intuition mehr und mehr vertrauen schenken und uns offen auf den Malprozess einlassen, entsteht eine authentische Farb- und Bildsprache. Die Angst vor Fehlern verschwindet während des Eintauchens in den malerischen sowie experimentellen Prozess. Leitung: Bernadette Ross. Kosten: Schnupperangebot am 04.07. – an anderen Terminen: 2 € zzgl. Materialkosten

Schnupper-
angebot
am 04.07.

Mi. 04.07. / 12:30 – 14:00 Uhr – Anmeldung bis 04.07.

**Ginnheimer Mittagstisch – Gebratener Reis mit Hühnchen und Ananas,
Waffelherz mit Sahne und Obst und zwei Getränke**

Kosten: 5 €

In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim & „Nationale Klimaschutz Initiative“

Fr. 06.07. / 14:00 – 17:00 Uhr

„Tauschrausch“ – Café

Nette Gespräche. Lecker Kaffee und Kuchen. Verschenken und/oder tauschen von schönen Kleidungsstücken. Einfach kommen, mitbringen und was gefällt wieder mitnehmen. Kosten: zzgl. Verzehrkosten

In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim & „Nationale Klimaschutz Initiative“

Mo. 09.07. / 14:00 – 18:00 Uhr – Anmeldung bis 09.07.

„Bienenwald“ – Spaziergang mit Führung und Verkostung

14:00 Uhr Kaffee und Kuchen. Ab 15:00 Uhr gemütlicher Spaziergang zum Bienenlehrpfad auf dem Gelände des KGV Ginnheimer Wäldchen e.V. (ca. 1,5 km). Auf dem Weg suchen wir wie die Bienen nach geeigneten Blüten. Wir erhalten einen Einblick in das Leben der Honigbienen und dürfen Honig aus Ginnheim kosten. Kosten: 5 € zzgl. Verzehrkosten

In Kooperation mit Klimawerkstatt Ginnheim & „Nationale Klimaschutz Initiative“

Do. 12.07. / 16:00 – 19:00 Uhr – Anmeldung bis 12.07.

Kochen saisonal to go – Einfache Gerichte für unterwegs ganz ohne Müll

Die Klimawerkstatt kocht mit uns, was auf den Feldern rund um Frankfurt wächst. Geht es noch gesünder, saisonaler, regionaler und klimafreundlicher?! Lernen Sie neue Rezepte, Ihre Nachbarn und die Idee einer Genossenschaft kennen. Kosten: Spende erwünscht

Fr. 13.07. / 15:00 – 16:00 Uhr – Anmeldung bis 13.07.

Neu: „Tanzen im Sitzen“ – schwungvolles Fitnessstraining für Körper, Geist und Seele

Nächste Termine: 27.07., 10.08. & 24.08. Kosten: 3 € zzgl. Verzehrkosten

Fr. 27.07. / 15:00 – 16:00 Uhr – Anmeldung bis 27.07.

Neu: „Tanzen im Sitzen“ – schwungvolles Fitnessstraining für Körper, Geist und Seele

Nächste Termine: 10.08. & 24.08. Kosten: 3 € zzgl. Verzehrkosten

In Kooperation mit dem Frankfurter Programm „Aktive Nachbarschaft“ / I.d.e.a.l. – Netzwerk Nachbarschaft e. V.

Mi. 22.08. / 10:00 – 18:00 Uhr – Anmeldung bis 20.07.

Busfahrt zur Landesgartenschau nach Bad Schwalbach „Natur erleben. Natürlich Leben.“

Nach dem gemeinsamen Mittagessen schlendern Sie über das farbenprächtige Ausstellungsgelände im historischen Kurpark entlang der (Heil)Quellen. Eine gemütliche, seniorenrechtliche Führung ist möglich (Dauer 2 Stunden. Mindestteilnehmerzahl 15 Personen; max. 25). Täglich wechselnde Programmangebote vor Ort (Prospekt im Bus erhältlich).

Kosten: Fahrtkosten 5€ , 15 € Eintritt, 6 € Führung, zzgl. Verzehrkosten

Treffpunkt: 10:00 Uhr Abfahrt Bushaltestelle Ginnheim (Bus 39+64)

(in der Platenstraße um die Ecke von der Endstation Ginnheim U1/ U9/ Tram 16)



WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

Montags	Englisch Auffrischung A2 - Take It Easy (Kursnummer 7142-61N)	09:45 – 11:15 Uhr
	Englisch Auffrischung A2 - Take It Easy (Kursnummer 7142-62N)	11:30 – 13:00 Uhr
	15 Termine (10.09. – 28.01.). Info unter 069 21237963. Kosten: 105 €	
	Aktivklub Ginnheim	15:00 – 17:00 Uhr
	Bunte Nachmittage für Senioren in einer fröhlichen Gemeinschaft. Nachfragen unter 069 520098. Kosten: Monatsbeitrag: 8 € zzgl. Verzehrkosten	
Dienstags	Wirbelsäulengymnastik – Aktiv im Alter (VHS Kursnummer 7134-58N)	09:30 – 10:30 Uhr
	Wirbelsäulengymnastik – Aktiv im Alter (VHS Kursnummer 7134-59N)	10:45 – 11:45 Uhr
	16 Termine (14.08. – 11.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 75 €	
	Bewegungsangebot für Männer ab 50	17:00 – 18:00 Uhr
	Kraft-, Ausdauer- und Beweglichkeitstraining. Ein Einstieg ist jederzeit möglich. Ein Probetraining frei. Infos unter 0179 5071336. Kosten: 50 € (10 Termine)	Neu und ab 07.08.
Mittwochs	Fußpflege	09:00 – 14:00 Uhr
	Termin nach Vereinbarung: 06101 803362.	
	Wirbelsäulengymnastik im Sitzen (VHS Kursnummer 7134-81N)	10:00 – 11:00 Uhr
	15 Termine (15.08. – 12.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 71 €	
	Stammtisch Blumenpaten – ein Aktiv-Treff für Gartenfreunde und Naturliebhaber „Aus Grau mach Bunt“ – eine Gemeinschaftsaktion zur Verschönerung des Quartiers. Für Blumenpaten, Gartenfreunde und Interessierte. Zum Gucken und zum Mitmachen. Kosten: Verzehrkosten In Kooperation mit I.d.e.a.l. – Netzwerk Nachbarschaft e. V.	14:00 – 17:00 Uhr
Donnerstags	Gedächtnistraining	10:00 – 11:30 Uhr
	Kosten: 3 €	Nicht am 26.07.
Freitags	Tanzen und Lebensfreude pur 55+ (Kursnummer 7137-53N)	10:00 – 11:30 Uhr
	17 Termine (17.08. – 14.12.). Info unter 069 21237963. Kosten: 114 €	
	Gedächtnistraining	14:00 – 15:00 Uhr
	Wöchentlich, außer am ersten Freitag im Monat. Kosten: 2 €	
	Spiele-Café: Karten- und Brettspiele Ihrer Wahl	14:00 – 17:00 Uhr
	Für Einzelpersonen und Gruppen. Kosten: Verzehrkosten	

Begegnungszentrum Ginnheim

Ginnheimer Landstraße 172–174 (Eingang im Hof)
60431 Frankfurt am Main

Begegnungszentrumsleitung

Katrin Koch
Telefon: 069 520098, Fax: 069 97692676
katrin.koch@frankfurter-verband.eu

Erreichbarkeit RMV: Straßenbahn 16, U1 und U9, Bus 39 und 64 – Endhaltestelle Ginnheim

Abonnieren Sie auch unseren kostenlosen Newsletter mit aktuellen Veranstaltungstipps und Gutscheinen:
newsletter.frankfurter-verband.de