

In Kooperation mit Regionalrat Goldstein

Sa. 11.08. / 13:00 – 18:00 Uhr

Präventionspark der Möglichkeiten – mit Sicherheit im Stadtteil vernetzt

Wir beteiligen uns mit einem Info- und Mitmachstand am Fest des Regionalrates Goldstein und freuen uns über Ihren Besuch!
Treffpunkt: Bürgerhaus und Goldsteinpark, 60529 Frankfurt-Goldstein

Mo. 13.08. / 15:30 Uhr – Anmeldung bis 10.08.

Lesung in der Cafeteria: Die Brentanos

Drei Frauen und zwanzig Kinder hat der Stammvater Peter Brentano, der mit 18 Jahren aus Norditalien nach Frankfurt kommt. Hören Sie von Elke Jatzko Hintergründe von einer der reichsten Patrizierfamilie Frankfurts. Die Cafeteria ist bereits ab 14:30 Uhr geöffnet, so dass sie vorab den leckeren, hausgebackenen Kuchen genießen können. Kosten: Verzehrkosten, kleine Spende erwünscht

Mi. 15.08. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 13.08.

Mittagstisch im Hofgut. Leichte Sommerküche

Frischer, bunter Marktsalat, dazu überbackener Schafskäse mit Baguette – ein leckeres, sommerlich leichtes Essen. Da passt sogar das kleine Dessert noch locker hinein! Probieren Sie es aus! Kosten: Verzehrkosten

Di. 21.08. / 16:00 Uhr – Anmeldung bis 20.08.

Gesundheitsreihe: Atemgymnastik mit Monika Ohly-Nehren

Wie Sie Ihr Wohlbefinden durch die Terlusollgie (Atemlehre) fördern können, zeigt Ihnen heute in Theorie und Praxis die ausgebildete Atemtrainerin Frau Ohly-Nehren. Bei Bedarf kann danach ein Kurs vereinbart werden. Ab 14:30 Uhr können Sie sich bereits in unserer Cafeteria stärken.
Kosten: Kleine Spende erwünscht. Verzehrkosten

Di. 28.08. / 16:00 – 18:00 Uhr – Anmeldung bis 27.08.

Das Mode-Mobil kommt – so schick wird der Herbst!

Frau Zurek besucht uns mit der aktuellen Herbstkollektion, die gut gelaunt und spitzig von unseren Models präsentiert wird. Lassen Sie sich diese Veranstaltung nicht entgehen! Vorab können Sie sich bei unserem leckerem Kuchen und Kaffee/Tee stärken. Kosten: Verzehrkosten

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

Montags	Gymnastik im Stehen und im Sitzen mit Frau Marschhäuser, Gymnastiklehrerin Gruppe 1 Gruppe 2 Kosten: 2,50 €	09:00 – 10:00 Uhr 10:00 – 11:00 Uhr
Dienstags	Frühstücksrunde am Dienstag: Beginnen Sie den Tag mit unserem leckeren Frühstück in netter Gesellschaft! Kosten: 3,50 € Stadtteiltreff mit Carmen Bartschies Kosten: 10 € Monatsbeitrag inkl. Kaffee/Kuchen und Programm Alzheimer Gesellschaft, Angehörigengruppe Jeden 2. Dienstag im Monat	09:00 – 11:00 Uhr 15:00 – 17:00 Uhr 18:00 – 20:00 Uhr
Mittwochs	Gedächtnistraining mit der lizenzierten Gedächtnistrainerin Ute Fey. Einstieg jederzeit möglich. Kosten: 5 € Spieltreff in der Cafeteria – verabreden Sie sich zum Spielen in unserer gemütlichen Cafeteria bei leckerem Kuchen und Getränken. Kosten: Verzehrkosten	09:00 – 10:00 Uhr 14:30 – 17:30 Uhr
Donnerstags	Bailando – Tanzfitness für Senioren Viel Spaß und Freude garantiert. Einstieg jederzeit möglich. Kosten: 5 €	13:00 – 14:00 Uhr

Begegnungs- & Servicezentrum Hofgut Goldstein

Tränkweg 32
60529 Frankfurt am Main

Begegnungszentrumsleitung

Carmen Simon
Telefon: 069 6667793
E-Mail: carmen.simon@frankfurter-verband.eu
www.frankfurter-verband.de

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

Cafeteria

Montag – Freitag
14:30 – 17:30 Uhr

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

100
JAHRE 1918 – 2018

BEGEGNUNGS- UND SERVICEZENTRUM

Hofgut Goldstein

Unser Programm

Juli –
September
2018

FRANKFURTER VERBAND



UNSER PROGRAMM JULI BIS SEPTEMBER

Do. 05.07. / 15:00 Uhr – Anmeldung bis 04.07.

Gesundheitsreihe: Muskuläre Veränderungen im Alter – der Beckenboden

Mit zunehmendem Alter verändern sich Zustand und Elastizität der Muskulatur. Dazu gehört auch die Muskulatur, die den Bauchraum nach unten abschließt – die Beckenbodenmuskulatur. Sowohl bei Frauen als auch bei Männern kann eine Schwächung zahlreiche Beschwerden verursachen. An diesem Nachmittag erfahren Sie Hintergründe und die vorbeugenden Möglichkeiten zur Stärkung.

Kosten: Kleine Spende erwünscht. Verzehrkosten

Mo. 09.07. / 15:30 Uhr – Anmeldung bis 06.07.

Lesung in der Cafeteria:

Die gute Frankfurter Küche mit Bettina K. Buggle

Frankfurt galt als „Kaufhaus der Deutschen“, hierher kam jeder, der etwas zu verkaufen hatte oder etwas Besonderes erwerben wollte. Damit gab es hier die besten Produkte, und ehrgeizige Köche bereiteten daraus die leckersten Gerichte. Hören Sie, von welchen Gerichten die früheren Reisenden schwärmten! Kleine Spende erwünscht. Genießen Sie vorab ab 14:30 Uhr unseren hausgemachten Kuchen in unserer Cafeteria.

In Kooperation mit AWO Goldstein

Fr. 13.07. / 13:00 – 17:00 Uhr

Sommerfest im Hofgut

Hier ist für jeden Geschmack etwas dabei: Knusprig Gegrilltes, köstliche Kuchen, bunte Eisbecher, prickelnde Bowle, Flohmarkt, Infostände und Darbietungen – natürlich fehlt auch die Live-Musik nicht. Gute Stimmung ist garantiert. Feiern wir gemeinsam den Sommer! Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Kosten: Verzehrkosten

In Kooperation mit Goldstein-Apotheke

Do. 26.07. / 15:00 Uhr – Anmeldung bis 25.07.

Gesundheitsreihe: Die Hausapotheke

Eine gut ausgestattete Hausapotheke ist häufig Retter in der Not zur Selbstbehandlung bei leichten Beschwerden und kleinen Verletzungen. Was alles hinein gehört, erzählt Ihnen die Apothekerin Ingrid Feleky in ihrem kurzweiligen Vortrag.

Kosten: Kleine Spende erwünscht. Verzehrkosten

Fr. 27.07. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 25.07.

Mittagstisch im Hofgut: Heute ist Grilltag!

Heute packen wir den Grill aus und bereiten leckere Würstchen und hausgemachten Kartoffelsalat zu. Kosten: Verzehrkosten

In Kooperation mit Carl-von-Weinberg-Schule

Mi. 29.08. / 14:00 Uhr – Anmeldung bis 27.08.

Wir gehen in die Schule!

Die integrierte Gesamtschule der Carl-von-Weinberg-Schule mit seinem Sportschwerpunkt liegt nur wenige Minuten vom Hofgut entfernt. Was sich alles hinter den imposanten Mauern verbirgt, erfahren wir heute bei der exklusiv für uns angebotenen Führung: Zu sehen bekommen wir nicht nur den Schulbetrieb, sondern auch die Werkstätten für die kreative Arbeit und nicht zuletzt die Bienenstöcke auf dem Schulgelände. Danach stärken wir uns bei Kuchen und Kaffee in der schönen Schulcafeteria.

Kleine Spende erwünscht

Treffpunkt: 13:45 Uhr Hofgut Goldstein, Tränkweg 32 oder

14:00 Uhr direkt im Foyer der Carl-von-Weinberg-Schule,

Zur Waldau 21, 60529 Frankfurt am Main



am 31.08. bleibt
das Hofgut wegen des
Mitarbeiterausflugs
geschlossen.

In Kooperation mit Internationaler Turn- und Tanzverein e. V.

So. 02.09. / 15:00 – 17:00 Uhr – Anmeldung bis 31.08.

Familienfest mit dem Internationalen Turn- und Tanzverein

Die Kinder des Internationalen Turn- und Tanzvereins aus Schwanheim/Goldstein sind heute zu Gast und führen ihr Können vor. Die Tanzkids im Alter von 6 bis 13 Jahren werden uns mit ihren Tanzchoreographien begeistern. Eingeladen sind Jung und Jung-Gebliedene. Abgerundet wird der kurzweilige Nachmittag mit einem Buffet aus selbst gebackenen, leckeren Kuchen und Getränken.

Kosten: Kleine Spende erwünscht. Verzehrkosten

Treffpunkt: Tränkweg 32, 60529 Frankfurt am Main.

Bei schönem Wetter findet die Veranstaltung im Freien statt.

Di. 04.09. / 10:00 – 17:30 Uhr – Anmeldung bis 03.09.

Busfahrt nach Seligenstadt – das bezaubernde Städtchen am Main

Das historische Städtchen Seligenstadt ist einen Besuch wert. Nach der Stärkung im netten Restaurant bleibt genug Zeit, einen Bummel durch die reizenden Altstadtgässchen mit seinen Fachwerkhäusern, Cafés und Geschäften zu machen. Das Kloster mit seinem wundervollen Klostergarten lädt ebenfalls zu einem Spaziergang ein.

Kosten: 18 € für Busfahrt und Fähre. Verzehrkosten sind NICHT im Preis enthalten.

Treffpunkt: Abfahrt: 10:00 Uhr, Zum Heidebuckel 29, Goldstein;

10:15 Uhr Am Bürgerhaus Goldstein, Goldsteinstr. 314.

Mo. 10.09. / 15:30 Uhr – Anmeldung bis 08.09.

Lesung in der Cafeteria: Du bist verrückt mein Kind! Mit Leonore Gauland

Die „Goldenen“ 20er Jahre in Berlin stehen im Mittelpunkt an diesem kurzweiligen Nachmittag: Die „Neue Frau“ sprengt das Korsett, gleich 4 Frauen gründen eigene Kabarets. Witzige Zeitkritik von Tucholsky, Kästner und Mascha Kaleko, und „Zille sein Milljöh“. Mit vielen Bildern und Einspielungen von neu interpretierten Schlagertexten.

Genießen Sie ab 14:30 Uhr unsere leckeren Kuchen in der Cafeteria.

Kosten: Kleine Spende erwünscht. Verzehrkosten

Do. 13.09. / 15:00 – 19:00 Uhr – Anmeldung bis 11.09.

Tag der offenen Tür – Gemeinsam für Goldstein

Der Frankfurter Verband wird dieses Jahr 100 Jahre alt. Diesen Anlass wollen wir feiern. Wir laden Sie ein, dabei zu sein, unser Haus und unsere Angebote kennenzulernen, mit uns zu feiern, ins Gespräch zu kommen, Kontakte zu knüpfen und dabei vielleicht Lust auf gemeinsame Schritte und neue Wege zu bekommen: Goldstein entdecken – Goldstein entwickeln! Kosten: Verzehrkosten

Mi. 26.09. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 24.09.

Mittagstisch im Hofgut

Heute gibt es hausgemachte Pfannkuchen, herzhaft gefüllt mit Champignons oder Hackfleisch, dazu einen bunten Salat. Schlemmen Sie mit! Kosten: Verzehrkosten

Sa. 29.09. / 16:00 Uhr – Anmeldung bis 28.09.

Die Höchster Silberdisteln zu Gast

„Heiteres Allerlei, Lieder, Sketche und Gedichte“

Die Silberdisteln aus Höchst erfreuen Sie heute mit ihrem heiteren Allerlei aus Sketchen, Liedern und Gedichten. Freuen Sie sich auf die bekannte Theatergruppe von der anderen Mainseite! Karten sind im Vorverkauf erhältlich.

Kosten: 5,00 €, Frankfurt-Pass-Inhaber zahlen 2,50 €.

Vorschau ins nächste Quartal: Sa. 27.10. / 12:00 – 13:00 Uhr – Anmeldung bis 18.09.

Hoch hinaus – Führung durch den Commerzbanktowers

Das fertig gestellte Hochhaus in der Innenstadt genießt wegen seiner herausragenden Architektur und seiner funktionalen Konzeption hohe Aufmerksamkeit. Prägend für die Frankfurter Skyline gilt es als Vorbild für umweltfreundliche und energiesparende Architektur. Da die Anmeldefrist 4 Wochen vorher an die Commerzbank übermittelt werden muss, bitte bis spätestens 18.09. anmelden. Personalausweis bitte mitbringen. Bedingt behindertengerecht. Eingang über die große Treppenanlage Gallusstr. 17.

Kosten: Spende erwünscht

Treffpunkt: 11:55 Uhr im Foyer der Commerzbank,

Eingang über Gallusstr. 17, 60311 Frankfurt