

Mo., 13.01. / 15:30 Uhr – Anmeldung bis 13.01.

**Literaturcafé: „Hermann Fürst von Pückler-Muskau“
mit Elke Jatzko**

Nein – das besagte Eis hat er nicht erfunden! Aber er war Gestalter der berühmtesten Parkanlagen und Landschaftsgärten. Er war aber auch Dandy, der mit einem Gespann weißer Hirsche in Berlin einher fuhr. Seien Sie neugierig auf die Ausführungen von Elke Jatzko! Kosten: Spende erwünscht

Mi., 15.01. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 13.01.

Mittagstisch im Hofgut: „Gute Hausmannskost!“

Hacksteaks – schön herzhaft mit Zwiebelchen drapiert, dazu Gemüse und Kartoffeln. Das schmeckt wie früher! Kosten: Verzehrkosten

Mi., 29.01. / 14:00 Uhr – Anmeldung bis 27.01.

„Leben ohne Plastik – wie geht das?“

Vortrag und Workshop mit Beate Siegler

Wie kauft man plastikfrei ein? Der Vortrag bietet Einkaufstipps und ermutigt zu eigenen kreativen Lösungen. Beim anschließenden Workshop stellen wir Creme, Waschpulver und Toilettenreiniger her. (Bitte leere Schraubgläser mitbringen!) Die Dozentin lebt seit vier Jahren ohne Plastikmüll. Kosten: 5 € für Material zzgl. Verzehrkosten

Mi., 05.02. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 03.02.

Mittagstisch „International“ im Hofgut: „Willkommen im Orient“

Die würzige, aromatische Küche des Orients lässt keine Wünsche offen. Fühlen Sie sich heute wie in einem Märchen aus 1001 Nacht und lassen Sie sich überraschen von den leckeren Gemüse- und Fleischgerichten! Kosten: Verzehrkosten

In Kooperation mit Initiative Schwanheim/Goldstein bewegt sich

Sa., 08.02. / 18:00 Uhr

Romantische Gitarrenklänge aus Spanien und Südamerika

Werke von Isaac Albéniz, Manuel de Falla, Enrique Granados, Fernando Sor, Astor Piazzolla spielt das Gitarrenensemble an Dr. Hoch's Konservatorium: Dozent Thomas Bittermann mit den Studierenden Melanie Dauscher und Zbigniew Pernach. Kosten: Spende erwünscht, Verzehrkosten

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

Montags	Gymnastik im Stehen und im Sitzen mit Frau Marschhäuser, Gymnastiklehrerin, Kosten: 2,50 €	09:00 – 10:00 Uhr 10:00 – 11:00 Uhr
Dienstags	Stadtteiltreff mit Carmen Bartschies Kosten: 10 € Monatsbeitrag inkl. Kaffee/Kuchen und Programm	14:00 – 16:00 Uhr
	Bauchtanz 50+, Kosten: 15 € pro Monat, Probieren Sie eine kostenlose Stunde aus. Kursleitung: Elsa Dietrich	17:30 – 19:00 Uhr
	Alzheimer Gesellschaft, Angehörigengruppe Jeden 2. Dienstag im Monat	18:00 – 20:00 Uhr
Mittwochs	Gedächtnistraining mit der zertifizierten Gedächtnistrainerin Ute Fey. Kosten: 5 €	09:00 – 10:00 Uhr
	Spieltreff in der Cafeteria – verabreden Sie sich zum Spielen in unserer gemütlichen Cafeteria bei leckerem Kuchen und Getränken. Kosten: Verzehrkosten	14:30 – 17:30 Uhr
Donnerstags	Kreativgruppe: Jede/r ist herzlich willkommen, 14-täglich Nächste Termine: 09.01., 23.01., 06.02., 20.02., 05.03. & 19.03.	10:00 – 12:00 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!

BEGEGNUNGS- UND SERVICEZENTRUM

Hofgut Goldstein

Unser Programm

Januar –
März
2020

FRANKFURTER VERBAND



UNSER PROGRAMM JANUAR BIS MÄRZ

Liebe Besucherinnen und Besucher des Hofguts, die ruhigen Feiertage sind vorbei. Wir starten voller Elan ins neue Jahr. Wenn ich zurückbliebe, haben wir viele schöne Stunden miteinander verbracht und einiges Neues initiiert: Die Bauchtanzgruppe 50+ wurde gegründet. Neu gibt es auch die Kreativgruppe. Den Mittagstisch haben wir auf 2 x im Monat erweitert und, und, und ... Auch im neuen Jahr werden uns die Ideen nicht ausgehen, damit wir in „unserem Quartier“ gut und gerne leben können. Gleich am 06.01. beginnen wir mit etwas Neuem: Überglücklich bin ich, dass wir einen Wunsch der Senior*innen umsetzen und unter der Leitung von Ute Ponseck ein „Offenes Singen“ anbieten können. Kommen Sie dazu! Ich freue mich auf ein weiteres bewegtes und sehr lebendiges Jahr mit Ihnen.

Herzliche Grüße,

Ihre Carmen Simon und das Hofgut-Team



Mo., 06.01.

**Das Hofgut ist wieder da!
Wir freuen uns auf Sie!**

Mo., 06.01. / 14:00 Uhr

Neu im Hofgut: Gemeinsames Singen mit Ute Ponseck

Für alle, die Freude am offenen Singen haben, ist dieses ungezwungene Angebot gedacht. Unter der Leitung von Ute Ponseck singen wir bekannte Volkslieder und Weisen. Außer dem Spaß an der Freude haben wir gleichzeitig ein tolles Lungentraining! Kosten: Kleine Spende erwünscht
Treffpunkt: Tränkweg 32, 60529 Frankfurt am Main, 1. OG

Fr., 10.01. / 16:00 – 20:00 Uhr – Anmeldung bis 09.01.

Willkommen im neuen Jahr mit Live-Musik von Steppes

Heute begrüßen wir das neue Jahr mit einem Gläschen Sekt. Bei der Live-Musik von Steppes ist gute Laune garantiert. Wer mag und kann, schwingt das Tanzbein! Die Cafeteria ist bereits ab 14:30 Uhr geöffnet. Kosten: 3 € zzgl. Verzehrkosten

In Kooperation mit Initiative Schwanheim/Goldstein bewegt sich

Sa., 11.01. / 18:00 Uhr

Neujahrskonzert „Mit vier Händen ins neue Jahr“

Wir hören heitere Klavierwerke von Johannes Brahms, Erik Satie, Sergej Rachmaninow u. a. m. Es spielt das erfrischende Klavierduo mit den jungen Frankfurter Pianistinnen Anna-Sophie Sattler und Johanna Zerlik.
Kosten: Spende erwünscht, Verzehrkosten

Mo., 10.02. / 15:30 Uhr – Anmeldung bis 10.02.

Literaturcafé: „800 Jahre Frankfurter Messe“ mit Bettina Buggle

In Frankfurt treffen sich seit alters her die Menschen und tauschen ihre Waren und Ideen. Seit im 12. Jahrhundert die Messe erstmalig erwähnt wurde, hat sie sich zu dem heutigen großen Wirtschaftsfaktor in unserer Stadt entwickelt, aber keineswegs gradlinig. Frankfurt galt lange als das „Kaufhaus der Deutschen“, wo es alles gab, von fremden Luxuswaren wie Seide oder Edelsteine, Weine und Gewürze bis zu den regionalen Erzeugnissen der Landwirte und Handwerker.
Kosten: Spende erwünscht

Do., 13.02. / 14:30 Uhr

Heute ist Waffeltag!

Frisch gebacken und herrlich duftend, mit oder ohne Topping – so lieben wir unsere selbst gemachten Waffeln. Schauen Sie vorbei! Kosten: Verzehrkosten

In Kooperation mit Präventionsrat Frankfurt am Main

Mo., 17.02. / 15:00 Uhr – Anmeldung bis 17.02.

**Gemeinsam für mehr Sicherheit –
Trickbetrügereien erkennen und erfolgreich abwehren**

Über die neuesten Betrugsmaschen am Telefon und an der Haustür informieren die Seniorensicherheitsbeauftragten Karin und Günter Jäger und Helmi Weber. Ab 14:30 Uhr gibt es hausgebackenen Kuchen und Kaffee/Tee. Kosten: Verzehrkosten

Fr., 21.02. / 14:00 Uhr – Anmeldung bis 19.02.

Das Hofgut lacht zur Fassenacht!

Zusammen mit den Schlippchern, Bänkelsängern und Live-Musik von DJ Daniel lassen wir es ordentlich krachen. Gekonnt durch den Nachmittag führt Peter Meister. Kommen Sie gerne verkleidet! Kosten: 4 €, Eintritt und Kreppelgedeck

Mi., 26.02. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 24.02.

Mittagstisch im Hofgut: Leckerer Heringessen

Das Ende der Faschingszeit besiegeln wir ganz klassisch mit selbst eingelegten Heringen und Pellkartoffeln. Wer Lust hat, ein passendes Gedicht oder eine kleine Geschichte zum Besten zu geben, ist herzlich dazu eingeladen.
Kosten: Verzehrkosten

Mi., 04.03. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 02.03.

Mittagstisch im Hofgut: „Gute Hausmannskost!“

Haschee mit Nudeln steht heute auf dem Speiseplan, dazu passende Vor- und Nachspeise. Wohl bekommts! Kosten: Verzehrkosten

In Kooperation mit Begegnungs- und Servicezentrum Höchst

Sa., 07.03. / 17:00 Uhr – Anmeldung bis 06.03.

Das Glück ist eine leichte Dirne!

Heinrich Heine-Lesung und Musik mit der Gruppe LeNa

Heinrich Heine gilt als einer der bedeutendsten Dichter Deutschlands. In seinen Gedichten verbindet er vielfach Empfindungsreichtum mit Ironie und Witz. Die vierköpfige Gruppe LeNa hat in einer Auswahl von Heines Gedichten eine abwechslungsreiche und unterhaltsame szenische Lesung mit Musik zusammen gestellt.
Kosten: Spende erwünscht, Verzehrkosten

Mo., 09.03. / 15:30 Uhr – Anmeldung bis 09.03.

Literaturcafé im Dreierpack: E. Hemingway

**„Das kurze glückliche Leben des Francis Macomber“
mit Carole Volkmann, Gustav Pressel und Otto Gengnagel**

Francis Macomber, ein reicher Amerikaner, und seine Frau Margaret sind mit Robert Wilson, einem gemieteten weißen Jäger, auf Safari in Afrika. Er will seine „Big Five“ schießen, die fünf größten jagbaren Tiere Afrikas. Macomber entwickelt sich jedoch zum Schlappschwanz. Kosten: Spende erwünscht

Mi., 18.03. / 12:30 Uhr – Anmeldung bis 16.03.

Mittagstisch im Hofgut: „Gemüse, Gemüse!“

Das Hofgut isst heute fleischlos. Probieren Sie, wie wohlschmeckend das ist!
Kosten: Verzehrkosten

Mi., 25.03. / 12:00 Uhr – Anmeldung bis 23.03.

„Das geht auf keine Kuhhaut!“ –

Besuch des Deutschen Ledermuseums

Das Deutsche Ledermuseum in Offenbach beherbergt über 30.000 Sammlungsobjekte. Lassen Sie sich bei der interessanten Führung mitnehmen in die bunte und vielfältige Welt rund um den Werkstoff Leder. Danach kehren wir gemütlich zum Mittagessen ein.
Kosten: 13 € für Eintritt und Führung zzgl. Fahrtkosten und Verzeher
Treffpunkt: 10:33 Uhr: Fahrt mit Bus 78 ab Haltestelle Tränkweg (Zur Frankfurter). Umstieg in S 9 oder 11:50 Uhr: Ledermuseum, Frankfurter Str. 86, 63067 Offenbach am Main

Di., 31.03. / 14:00 Uhr – Anmeldung bis 31.03.

ModeMobil – modisch schick in den Frühling

Saskia Zurek besucht uns mit der aktuellen Frühlings- und Sommerkollektion in frischen Farben, die von unseren Models voller Spritzigkeit vorgeführt wird.
Kosten: Verzehrkosten