

WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

| | | |
|--------------------|--|-------------------|
| Montags | Yoga auf dem Stuhl Kosten: 80 € für 10 Termine | 10:30 – 12:00 Uhr |
| | Offener Spiele- und Schachtreff | 10:30 – 17:30 Uhr |
| Dienstags | Offener Spiele- und Schachtreff | 10:30 – 17:30 Uhr |
| Mittwochs | Offener Spiele- und Schachtreff | 10:30 – 17:30 Uhr |
| Donnerstags | Literaturlesung Kosten: 2 € | 10:00 – 11:00 Uhr |
| | Offener Spiele- und Schachtreff | 10:30 – 17:30 Uhr |
| Freitags | Tanzcafé mit Live-Musik Kosten: 3,50 € zzgl. Verzehrkosten Singles und Paare herzlich willkommen! | 14:00 – 17:00 Uhr |

Begegnungs- & Servicezentrum Sachsenhausen – Maintreff

Walter-Kolb-Straße 5-7
60594 Frankfurt

Begegnungszentrumsleitung

Bettina zum Felde
Telefon: 069 299807-2295
bgz.sachsenhausen@frankfurter-verband.eu
www.frankfurter-verband.de

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

Cafeteria

Montags bis Freitags
10:30 Uhr bis 17:30 Uhr



BEGEGNUNGS- UND SERVICEZENTRUM

Sachsenhausen Maintreff

Unser Programm

Oktober –
Dezember

FRANKFURTER VERBAND



UNSER PROGRAMM OKTOBER BIS DEZEMBER

Montags / 10:30 – 12:00 Uhr

Yoga auf dem Stuhl

Sanfte Übungen im Sitzen und Stehen zur Entspannung von Körper, Geist und Seele. Auch geeignet für Menschen mit Bewegungseinschränkungen.

Kosten: 80 € für 10 Termine

Montags bis donnerstags / 10:30 – 17:30 Uhr

Offener Spiele- und Schachtreff

Ob Rommé, Canasta, Skat, Doppelkopf oder Bridge ... hier wird mit Vergnügen gespielt. Diverse Spiele wie „Schach“, „Backgammon“, „Rommé“ oder „Canasta“ sind zur kostenfreien Ausleihe vorhanden.

Freitags / 14:00 – 17:00 Uhr

Tanzcafé mit Live-Musik

Das Tanzbein schwingen zu flotter Live-Musik! Kosten: 3,50 € (zzgl. Verzehrkosten)

Di. 10.10. / 10:00 – 11:30 Uhr

Die Alleskönner-Handys – „Smartphones“

Die Smartphones sind richtige kleine Computer. Man kann mit ihnen telefonieren, im Internet surfen, alle seine Adressen und Telefonnummern dabei haben u. v. m.. Wir erklären Ihnen, welche Modell-Typen es gibt, welche Vertragsarten und was Sie beim Kauf beachten sollten. Kosten: 5 €

Do. 12.10. / 10:00 – 11:00 Uhr

Sissi – Das wirkliche Leben der Kaiserin Elisabeth von Österreich

Lesung des Bürgerinstituts e. V.. Kosten: 2 €

Di. 24.10. / 10:30 – 11:30 Uhr

Alles Yoga!? – Die Geschichte des Yoga

Einblicke in die indischen Traditionen, die westlichen Ausprägungen und medizinische Wahrheiten. Der Vortrag ist kostenlos.

Di. 07.11. / 10:00 – 11:30 Uhr

Die wunderbare Welt der „Tablet-PCs“

Alles rund um Tablet-Computer. Welche Modelle gibt es? Was können die Tablet-Pcs? Welche Vorteile haben sie? Wie werden sie an das Internet angeschlossen und wo bekommt man die kostenlosen Programme „Apps“ her? Dieser Vortrag informiert Sie über die Möglichkeiten und gibt Tipps für den Kauf. Kosten: 5 €

Am 03.10.
und 31.10.
wegen Feiertag
geschlossen.

Mi. 08.11. / 10:00 – 11:30 Uhr

Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung

Die Rechtsanwältin Frau Stefanie Sorge und Herr Roland Kirsten referieren über das Thema und geben einen Überblick zu den wesentlichen Fragen. Im Anschluss können gerne Fragen gestellt werden.

Fr. 10.11. / 13:00 – 14:00 Uhr – Anmeldung bis 27.10.

Karaoke-Singen

Wollten Sie schon immer mal mit einem Mikrofon Ihr Lieblingslied singen? Wir machen es möglich mit unserem „Karaoke-Singen“! Rufen Sie uns einfach an und geben Ihr Lieblingslied durch, welches Sie singen möchten und geben dabei an „mit Text“ oder „mit CD“. Das Karaoke-Singen ist kostenfrei.

Do. 07.12. / 10:00 – 11:00 Uhr

Weihnachtsbräuche in aller Welt

Geschichten, Legenden und Hintergründe / Lesung des Bürgerinstituts e. V..
Kosten: 2 €

Fr. 08.12. / 10:30 – 17:00 Uhr

Weihnachtsfeier mit weihnachtlicher Tanzmusik

Weihnachtsmenü um 12:00 Uhr, Tanzmusik von 14:00 – 17:00 Uhr.
Für das Weihnachtsmenü bitten wir um Anmeldung bis zum 24.11. (Vorkasse).
Kosten: 3,50 € (zzgl. Verzehrkosten)

Der Maintreff ist vom
21.12.2017 – 01.01.2018
geschlossen.

Ab dem 02.01.2018 sind
wir wieder für Sie da!

Wir wünschen Ihnen
schöne Feiertage, frohe
Weihnachten und ein
gutes neues Jahr!

Ihr Maintreff-Team

