



100
JAHRE 1918 – 2018

BEGEGNUNGSZENTRUM

Praunheim

Unser Programm

September –
Oktober 2018

FRANKFURTER VERBAND



In Kooperation mit artes e.V.

Do. 06.09., 04.10., 11.10. & 18.10. / 14:15 – 16:15 Uhr

Theaterworkshop für Senioren

Mit Hilfe eines erfahrenen Theaterpädagogen wollen wir uns an der Schauspielerei versuchen. Interessierte mit und ohne Vorkenntnisse sind herzlich willkommen. Kosten: 5 €

Mi. 12.09. / 17:00 Uhr

Vorgespräch – Restaurant im Viertel

Das Helferteam kommt zusammen und bespricht den Ablauf des nächsten Restaurantabends. Neue und Neugierige sind herzlich willkommen.

Do. 13.09. / 15:00 – 19:00 Uhr

Tag der offenen Tür

An diesem Tag öffnen alle Begegnungszentren ihre Tore für Interessierte. Wir wollen uns bei Snacks und Getränken mit Ihnen über das Quartier unterhalten. Was gefällt Ihnen besonders gut? Was fehlt noch? Kosten: Verzehrkosten

Mo. 17.09. / 15:00 – 16:00 Uhr

Information und Beratung mit Herrn Hohmeier vom 14. Polizeiviertel

Herr Hohmeier, unser Schutzmann vor Ort spricht mit Ihnen über alles, was Sie bewegt zum Thema Sicherheit im Viertel.

Di. 18.09. & 23.10. / 15:00 – 17:00 Uhr

Bewusstseinstaining in der Praxis für Körper und Seele

Bringen Sie Ihren Alltag mit und kommen bei sich an. Die Achtsamkeitsübungen helfen Ihnen ein neues Lebensgefühl zu entwickeln und besser mit Belastungen des Alltags umzugehen. Kosten: 10 €

Fr. 21.09. / 14:15 – 15:15 Uhr

Singen mit Gérard

Gesungen wird mit Gitarrenbegleitung – Lieder aus der Welt der Schlager, Ohrwürmer und Evergreens der unterschiedlichsten Stilrichtungen. Die Texte dazu gibt es in Großdruck für jeden Teilnehmer.

Mi. 26.09. / 18:00 Uhr – Anmeldung bis 17.09.

Restaurant im Viertel

Lassen Sie sich mit einem Drei-Gänge-Menü verwöhnen. Kosten: 4 €

Do. 11.10. / 10:00 – 14:00 Uhr – Anmeldung bis 02.10.

Frühstück

Frühstücken wie ein Kaiser! Kosten: 5 €

Fr. 19.10. / 13:00 – 18:00 Uhr – Anmeldung bis 15.10.

Oktoberfest

Ganz so deftig wie in München geht's bei uns wohl nicht zu, aber viel Spaß mit Essen, Trinken und Gesang ist garantiert! Gérard singt auch hier. Es gibt Weißwürste und Brezeln sowie Kaffee und Kuchen. Kosten: Verzehrkosten

Mo. 22.10. / 15:00 – 16:00 Uhr – Anmeldung bis 18.10.

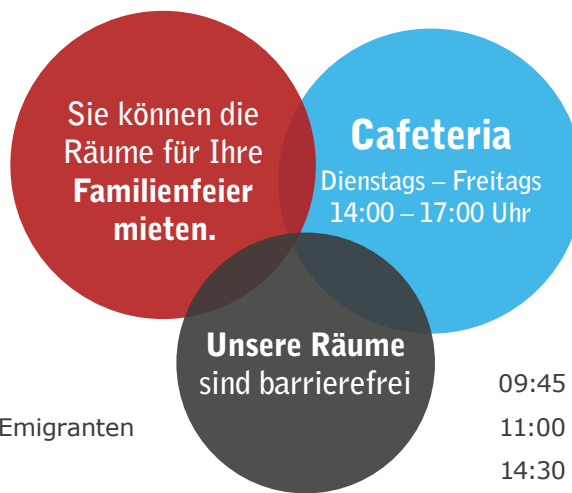
Gut sichtbar und sicher unterwegs in der dunklen Jahreszeit

Frau Schwalba von der Verkehrspolizei in Frankfurt zeigt Ihnen, wie Sie auch in der dunklen Jahreszeit sicher von A nach B kommen und was unter anderem im Straßenverkehr zu beachten ist.

Do. 25.10. / 12:00 – 15:00 Uhr – Anmeldung bis 22.10.

Praunheimer Mittagstisch

Für 5 € ein hausgemachtes Mittagessen. Gericht: Lasagne mit Salat. Achten Sie auf die Anmelde Listen! Kosten: 5 €



WÖCHENTLICHE ANGEBOTE

Montags	Sitzgymnastik für Senioren	09:45 - 10:45 Uhr
	Deutschkurs für Ex-UDSSR-Emigranten	11:00 - 12:45 Uhr
	Stadtteiltreff für Senioren	14:30 - 16:30 Uhr
	Yoga – bitte Socken und Wolledecke mitbringen	18:30 Uhr
Dienstags	Kuchenbacktag	
	Sprechstunde des Ortsgerichts	18:00 - 19:00 Uhr
Mittwochs	Deutschkurs für Ex-UDSSR-Emigranten	11:00 - 12:30 Uhr
	Skat- und Rommenachmittag	15:00 - 17:00 Uhr
	Handarbeitsgruppe	15:00 - 17:00 Uhr
	Malen und Zeichnen am Nachmittag	15:00 Uhr
Donnerstags	Öffentliche Probe der „Senior Seven Swingband“	17:30 Uhr
Freitags	Gedächtnistraining – Fitness für den Kopf	14:15 - 15:15 Uhr
	Offener Spieletreff – Für Alle, die Spaß am Spielen haben	15:30 - 17:30 Uhr

Begegnungszentrum Praunheim

Heinrich-Lübke-Straße 32
60488 Frankfurt am Main

Begegnungszentrumsleitung

Ruwen Krieger, Telefon: 069 762098
ruwen.krieger@frankfurter-verband.de
www.frankfurter-verband.de

Wohnanlagenbetreuerin

Helga Staffetius, Telefon: 069 763053
helga.staffetius@frankfurter-verband.de

Abonnieren Sie auch unseren kostenlosen Newsletter mit aktuellen Veranstaltungstipps und Gutscheinen:

newsletter.frankfurter-verband.de