

Bei **BIAzza-NordWest** finden Sie ein Angebot mit vielfältigen Veranstaltungen und Aktivitäten. Kommen Sie gern vorbei und machen Sie mit.

Ein Begegnungsraum steht Ihnen in Form eines „offenen Treffs“ in der Zeit von

Montag-Dienstag-Mittwoch und Freitag

9 bis 13 Uhr

für den Aufenthalt zur Verfügung.

Alle Aktivitäten finden statt unter Einhaltung der zum Zeitpunkt der Veranstaltung allgemein gültigen Schutzmaßnahmen und Verordnungen.

****Die Angaben sind ohne Gewähr. Kurzfristige Änderungen des Programms sind jederzeit möglich.***

Auf den nächsten Seiten finden Sie die Termine für unsere Veranstaltungen im

August
2022



Di. 16.08. 10 Uhr Historisches Museum Frankfurt

„Eine Stadt macht mit - Frankfurt und der NS“

Ausstellungsbesuch mit Führung

75 Jahre nach der Befreiung der Stadt durch US Truppen sind der Nationalsozialismus und seine Nachwirkungen immer noch ein hochaktuelles Thema. Wie sich die vor 1933 als liberal und demokratisch geltende Stadt so schnell und radikal dem NS andienen konnte, und wie schleppend die Aufarbeitung danach verlief-dies sind u. a. Leitfragen dreier Ausstellungen im Historischen Museum.

Eine Führung durch die Ausstellung führt uns zu 19 typischen urbanen Orten. Die dort präsentierten Geschichten machen deutlich wie der NS die Stadt Frankfurt und den Alltag ihrer Bewohner*innen prägte. Beginn der Führung ist 11 Uhr.

Treffpunkt: 10:00 Uhr im BIAzza-NordWest, gemeinsame Fahrt mit der U-Bahn und Fußweg. Ein Treffen im Museum nach vorheriger Absprache ist möglich.

Kosten: Eintrittsgeld in das Museum € 10,00; ermäßigt € 5,00. Für die Führung erbitten wir € 3,00. Der Betrag für den Museumsbesuch wird im Vorfeld eingesammelt. Ggf. entstehen individuell anfallende Kosten für den ÖPNV.

Ihre Anmeldung richten Sie bis zum 15.08. per E-Mail an sandra.erb@diakonie-frankfurt-offenbach.de oder telefonisch 069-2475-149-6920. Hinterlassen Sie mir gern eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter.

Mi. 17.08. 10 Uhr Spieletreff



Sie haben Spaß an bekannten Brett- oder Kartenspielen? Dann sind Sie bei BIAzza-NordWest herzlich willkommen. In geselliger Runde spielen wir beliebte Gesellschaftsspiele wie z. B. Rummikub, Triominos usw.

Der Besuch der Veranstaltung ist kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Fr. 19.08. 10 Uhr Aktiv und fit 80+

Aktiv und fit +80 ist ein Bewegungsangebot mit Spiel und Spaß speziell für Menschen ab 80 Jahren. An 6x Terminen werden in einer kleinen Gruppe jeweils für ca. 30 Minuten leichte Übungen zur Kräftigung von Muskulatur und Förderung von Mobilität und Koordination durchgeführt. Körperliche Fitness ist keine Voraussetzung zur Teilnahme, im Vordergrund stehen Spaß und Freude an Bewegung.

Weiteren Termine: 26.08., 02.09., 09.09., 16.09. und 30.09.

Die Zahl der Teilnehmer*innen ist begrenzt, eine verbindliche Anmeldung für die Termine ist erforderlich. Die Teilnahme ist kostenfrei, Spenden sind willkommen.

****Die Teilnahme erfolgt auf eigene Verantwortung, für sportlich ambitionierte Menschen nur bedingt geeignet.***

Mi. 24.08. 10 Uhr Bingo!-Frühstück

Beim gemeinsamen Bingospiel werden die Hirnzellen angeregt und der Spaßfaktor kommt in der Gruppe auch nicht zu kurz. Vor dem Bingospiel genießen wir gemeinsam ein kleines zweites Frühstück. Es wird am Platz serviert.

Für die Veranstaltung erbitten wir € 3,00 p. P. Eine Anmeldung im Vorfeld der Veranstaltung ist erforderlich.



Sa. 27.08. 10 Uhr Fahrt zum Frankfurter Lohrberg

Unser heutiger Ausflug führt uns zum Frankfurter Hausberg, dem Lohrberg. Hier findet sich auch Frankfurt höchstgelegener Park. Die einzigartige Lage bietet Besucher: innen einen prachtvollen Panoramablick über die Mainmetropole. Nach einem ausgedehnten ca. einstündigen Spaziergang ist eine Einkehr in der gemütlichen Lohrberg Schänke vorgesehen.

Treffpunkt: 10 Uhr BIAzza-NordWest, Tituscorso 2b. Anschließend gemeinsame Fahrt mit U-Bahn und Bus, direkt bis zum Lohrberg.

Ihre Anmeldung richten Sie bis zum 25.08. per E-Mail an sandra.erb@diakonie-frankfurt-offenbach.de oder telefonisch 069-2475-149-6920. Hinterlassen Sie mir gern eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter.

Mi. 31.08.

10 Uhr

Malen für die Seele



In ruhiger Atmosphäre wollen wir uns dem gemeinsamen Ausmalen von z. B. Mandalas widmen. Positiver Nebeneffekt: sich auf das Wesentliche fokussieren und zur Ruhe kommen.

Malvorlagen sind in ausreichender Anzahl vorhanden.

Dauer ca. 60 Minuten. Die Teilnahme ist kostenfrei.

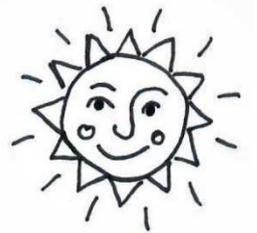
***Wenn vorhanden bringen Sie bitte eigene Bunt- oder Malstifte mit.**

In der Zeit vom 25.07. bis 12.08.2022 ist BIAzza-NordWest nicht besetzt.

Wir wünschen Ihnen eine schöne und erholsame Sommerzeit.

Hier noch ein paar Tipps, die helfen, gut durch die Sommerhitze zu kommen:

- ✓ Essen Sie bevorzugt Obst, Gemüse, Blattsalate und leichte Speisen.
- ✓ Um gut schlafen zu können wechseln Sie lieber in kühlere Räume, benutzen Sie eine leichte Bettdecke (z. B. nur Bettbezug) und Schlafkleidung. Nutzen Sie eine mit **kaltem** Wasser gefüllte Wärmflasche.
- ✓ Wenden Sie sich an Angehörige oder Nachbar*innen für Unterstützung bei alltäglichen Tätigkeiten wie z. B. Einkäufen.
- ✓ Kühlen Sie ihren Körper mit feuchten Tüchern, Fußbädern, Duschen oder Wasserspray.
- ✓ Halten Sie ihre Wohnung kühl durch Rolläden, Vorhänge und Fensterläden. Lüften Sie die Räume nachts oder früh morgens. Die Zimmertemperatur sollte kleiner 26 C° bleiben.
- ✓ Trinken Sie über den Tag verteilt ca. 2 – 3- Liter, vor allem Wasser, ungesüßte Tees oder Saftschorlen. Verzichten Sie auf eiskalte Getränke.



Kontakt:

Sandra Erb (Projektkoordination)

Tituscorso 2b, 60439 Frankfurt am Main

Tel. 069-24 75 14 9-69 20

E-Mail: sandra.erb@diakonie-frankfurt-offenbach.de

Montag-Mittwoch und Freitag von 9 bis 13 Uhr

So finden Sie uns: U-Bahn Linie U1 und U9 oder Buslinien 251, 29, 71, M60, M72 und M73 bis Haltestelle „Nordwestzentrum“. BIAzza-NordWest befindet sich im EG des Centers.