

BRENTANO KLUB

Begegnung für Ältere im Vorruhestand und Ruhestand

Programm September & Oktober 2023

Stand: 01. September 2023



BrentanoKlub

Diakonie Frankfurt und Offenbach
Brentanostraße 23
60325 Frankfurt am Main
Ansprechpartnerin: Frau Caroline Pust
Telefon: 069 723060
E-Mail: brentanoklub@diakonie-frankfurt-offenbach.de
Internet: www.diakonie-frankfurt-offenbach.de

So finden Sie uns:

U-Bahn-Linien U6 und U7
oder Buslinie M36
bis Haltestelle
„Westend (Palmengarten)“

Bankverbindung:

Evangelischer Regionalverband
IBAN: DE64 5206 0410 0004 0002 00
BIC: GENODEF1EK1
Evangelische Bank eG

KURSANGEBOTE

Kunst, Kultur und Sprache

- Autobiographisches Schreiben mit Frau Schabicki: montags von 10:30 bis 12 Uhr
- Bildnerisches Gestalten mit Frau Müller: an zwei Dienstagen im Monat von 14:30 bis 17:30 Uhr
- Französisch mit Herrn Dr. Gahizi: mittwochs von 11:15 bis 12:45 Uhr
- Literaturklub mit Frau Köhler: am 2. Donnerstag im Monat von 15 bis 16:30 Uhr

Themen:

14. September: „Heinrich Heine: Literatur von ‚Lorelei‘ bis zum ‚Weberaufstand‘. Kritischer Dichter und Satiriker.“

12. Oktober: „Theodor Fontane: Apotheker, Barrikadenkämpfer, Journalist und Realist. Vom ‚Herrn von Ribbek‘ bis ‚Effi Briest‘.“

- Singen und Klingen mit Frau Guillery: mehrmals im Monat von 15 bis 16:30 Uhr
Nächste Termine: Mittwoch, den 06. und 27. September 2023, Oktobertermine folgen

Bewegung, Gesundheit und Wohlbefinden

- Fit im Kopf mit Herrn Schlatter: an zwei Donnerstagen im Monat von 10:30 bis 12 Uhr
- Gymnastik mit Frau Fey-Samura: dienstags von 17:30 bis 18:30 Uhr
- Qigong mit Herrn Zaja: freitags von 10:00 bis 11:00 Uhr
- Seniorentanz mit Frau Hufsky-Winkler: dienstags von 11:00 bis 12:30 Uhr
- Wirbelsäulengymnastik 1 & 2 mit Frau Peppinghaus: mittwochs von 10:00 bis 11:00 Uhr und von 11:15 bis 12:15 Uhr
- Yoga auf dem Stuhl mit Frau Mingram: montags von 10:00 bis 11:00 Uhr
- Yoga 1 & 2 mit Frau Mingram: montags von 11:15 bis 12:45 Uhr und von 14:30 bis 16 Uhr

Politik, Geschichte und Gesellschaft

- Gesprächskreis mit Herrn Döpfer: am 3. Donnerstag im Monat von 15 bis 16:30 Uhr

Themen:

21. September „Die Geschichte des Nahost-Konflikts“

Der September-Termin nimmt an den Aktionswochen Älterwerden 2023 in Frankfurt teil, daher bitten wir ALLE um eine Anmeldung zu diesem Termin, maximal 15 Teilnehmer*innen!

19. Oktober „Die Geschichte Preußens“

Theologie und geistliche Impulse

Mit Frau Pfarrerin Dr. Schilling der Evangelischen Hoffnungsgemeinde feiern wir Gottesdienste in der Seniorenwohnanlage Westend und BrentanoKlub am Dienstag, den 19. September 2023 und Mittwoch, den 15. November 2023 jeweils um 16:00 Uhr im Klubraum 1. OG.

WEITERE VERANSTALTUNGS- UND FREIZEITANGEBOTE

Spielenachmittag

Wir laden Sie herzlich ein zu einer geselligen Spielerunde am Nachmittag. Lassen Sie uns eine Auszeit vom Alltag nehmen und z.B. mit verschiedenen klassischen Spielen Mensch ärgere Dich nicht, Mikado, Domino, Karten- und Würfelspielen oder auch neueren Spielen Spaß haben, nette Unterhaltungen führen und ganz nebenbei auch die Feinmotorik und das Gedächtnis anregen.



Sie entscheiden, was Sie gerade spielen möchten. Es sind viele Spiele bereits vorhanden. Sie können aber auch gerne Ihr Lieblingsspiel mitbringen.

Es gibt Getränke.

Wir freuen uns, wenn Sie am Freitag, den 13. Oktober 2023 von 14:00 bis ca. 15:30 Uhr zum gemeinsamen Spielenachmittag vorbeischaauen!

Ausflüge

Gemeinsam Altes und Neues rund um und in Frankfurt entdecken.

Es handelt sich hierbei um keine professionellen Führungen. Die Ausflüge erfolgen auf eigene Kosten und eigene Verantwortung. Die Fahrten erfolgen mit öffentlichen Verkehrsmitteln. Wir starten unsere Ausflüge ab Brentanoklub. **Für die Anmeldung bis spätestens 1 Woche vorher und nähere Informationen melden Sie sich bitte bei Frau Pust unter Telefon: 069 723060. Die Teilnehmer*innenzahlen sind begrenzt.** Es ist teilweise mit unebenen Wegen und Kopfsteinpflaster zu rechnen. Bei ungünstigen Witterungsbedingungen oder unvorhergesehenen Einschränkungen, wie z.B. Baustellen, behalten wir uns vor, die Termine kurzfristig abzusagen.

- **Freitag, 20. Oktober 2023 um 13:00 Uhr Altes Schloss Höchst Frankfurt am Main**
Wir besuchen die Altstadt von Höchst mit Fachwerkhäusern, dem Renaissance-Schloss der Mainzer Kurfürsten mit Burggraben, schön gelegen am Mainufer. Die Fahrt mit S-Bahn nach Frankfurt Höchst Bhf. dauert ca. 20 Minuten.
- **Donnerstag, 26. Oktober 2023 um 15:00 Uhr Rennbahnpark Frankfurt am Main**
Wir gehen eine kurzweilige Runde im 2022 neu eröffneten Rennbahnpark, einem Biotop aus Sandmagerrasenflächen, in Frankfurt Niederrad auf dem ehemaligen Gelände der Galopprennbahn. Die Fahrt mit Tram 12 von Konstablerwache bis Niederräder Landstraße dauert ca. 20 Minuten.

AUS DEM BRENTANO KLUB

Literaturklub mit Frau Köhler

Literatur und dessen Geschichte und Autoren wiederentdecken und erleben oder neu kennen lernen, das können Sie gemeinsam interaktiv mit Frau Köhler im Literaturklub bei uns im Brentanoklub jeden zweiten Donnerstagnachmittag im Monat. Mit verschiedenen Medien bringen wir Ihnen Literatur näher. *Keine Sorge*: Es handelt sich um keine langatmige Geschichtsstunde und auch keine klassische Lesung, bei der man nur aufmerksam zuhören muss, Sie selber können mitmachen. 😊

Damit Sie einen kleinen Überblick gewinnen, folgende Themen und Dichter wurden in diesem Jahr behandelt: *„Literarische Gedanken zum neuen Jahr“*, *„Erich Kästner: Lyriker und Romanautor“*, *„Goethe: Leben und Werk“*, *„Goethe und Schiller: Persönlichkeiten und Geschichte“*, *„Berühmte Balladen in der Literatur“*.

Die kommenden Themen lauten wie folgt:

Am 14. September: „Heinrich Heine: Literatur von ‚Lorelei‘ bis zum ‚Weberaufstand‘. Kritischer Dichter und Satiriker.“

Am 12. Oktober: „Theodor Fontane: Apotheker, Barrikadenkämpfer, Journalist und Realist. Vom ‚Herrn von Ribbek‘ bis ‚Effi Briest‘.“

Wir freuen uns auf Ihren Besuch und wünschen Ihnen viel Spaß.



KLUBPROGRAMM IM SEPTEMBER 2023

		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag
KW 36	04.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 10:30 Uhr Autobiogr. Schreiben 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	05.	11:00 Uhr Seniorentanz 17:30 Uhr Gymnastik	06.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch 15:00 Uhr Singen und Klingen	07.	10:30 Uhr Fit im Kopf	08.	10:00 Uhr Qigong
KW 37	11.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 10:30 Uhr Autobiogr. Schreiben 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	12.	11:00 Uhr Seniorentanz 17:30 Uhr Gymnastik	13.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch	14.	15:00 Uhr Literaturklub „Heinrich Heine“	15.	10:00 Uhr Qigong
KW 38	18.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	19.	11:00 Uhr Seniorentanz 16:00 Uhr Gottesdienst 17:30 Uhr Gymnastik	20.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch	21.	10:30 Uhr Fit im Kopf 15:00 Uhr Gesprächskreis „Die Geschichte des Nahost-Konflikts“ (Nur mit Anmeldung!)	22.	10:00 Uhr Qigong
KW 39	25.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	26.	11:00 Uhr Seniorentanz 17:30 Uhr Gymnastik	27.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch 15:00 Uhr Singen und Klingen	28.	14:30 Uhr Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt „Gewonnen! Fröhlicher informativer Spielenachmittag“	29.	10:00 Uhr Qigong

Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten.

Stand: 01.09.2023

KLUBPROGRAMM IM OKTOBER 2023

		Montag		Dienstag		Mittwoch		Donnerstag		Freitag
KW 40	02.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 10:30 Uhr Autobiogr. Schreiben 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	03.	<i>Feiertag Tag der Deutschen Einheit</i>	04.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch	05.	10:30 Uhr Fit im Kopf	06.	10:00 Uhr Qigong
KW 41	09.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 10:30 Uhr Autobiogr. Schreiben 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	10.	11:00 Uhr Seniorentanz 14:30 Uhr Bildn. Gestalten 17:30 Uhr Gymnastik	11.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch	12.	15:00 Uhr Literaturklub „Theodor Fontane“	13.	10:00 Uhr Qigong 14:00 Uhr Spielenachmittag
KW 42	16.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 10:30 Uhr Autobiogr. Schreiben 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	17.	11:00 Uhr Seniorentanz 14:30 Uhr Bildn. Gestalten 17:30 Uhr Gymnastik	18.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch	19.	10:30 Uhr Fit im Kopf 15:00 Uhr Gesprächskreis „Die Geschichte Preußens“	20.	10:00 Uhr Qigong 13:00 Uhr Ausflug zum Alten Schloss Höchst Frankfurt
KW 43	23.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 10:30 Uhr Autobiogr. Schreiben 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	24.	11:00 Uhr Seniorentanz 17:30 Uhr Gymnastik	25.	10:00 Uhr Wirbelsäulengym 1 11:15 Uhr Wirbelsäulengym 2 11:15 Uhr Französisch	26.	15:00 Uhr Ausflug in den Rennbahnpark Frankfurt	27.	10:00 Uhr Qigong
KW 44	30.	10:00 Uhr Yoga auf dem Stuhl 10:30 Uhr Autobiogr. Schreiben 11:15 Uhr Yoga 1 14:30 Uhr Yoga 2	31.	11:00 Uhr Seniorentanz 14:30 Uhr Bildn. Gestalten 17:30 Uhr Gymnastik						

Angaben ohne Gewähr. Änderungen vorbehalten.

Stand: 01.09.2023