



# **BIAzza-NordWest**

Begegnung, Beratung und Information für Seniorinnen und Senioren in der Nordweststadt

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.

Auf den nächsten Seiten finden Sie die Termine für unsere Veranstaltungen in den Monaten

November-Dezember 2023



\*Hinweis: Während einzelner Veranstaltungen ist der Aufenthalt im "offenen Treff" nur bedingt möglich. Die Angaben sind ohne Gewähr. Kurzfristige Änderungen des Programms sind jederzeit möglich.Bitte beachten Sie: Aus Gründen der Dokumentation wird während vereinzelter Veranstaltungen fotografiert. Mit Ihrer Teilnahme erklären Sie sich hiermit einverstanden.

**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.

### Mi. 01.11. 10 Uhr

# Kreativtreff "Weihnachtliche Grußkarten"

Bei einer Tasse Kaffee oder Tee haben Sie die Möglichkeit in gemütlicher Runde individuelle Grußkarten zum Verschenken oder für den kommenden Adventsbazar anzufertigen. Material ist in ausreichender Menge vorhanden. Die Teilnahme kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Anmeldung erforderlich

### Fr. 03.11. 10 Uhr Aktiv und fit 80+

Aktiv und fit +80 ist ein Bewegungsangebot mit Spiel und Spaß speziell für Menschen ab 80 Jahren. In einer kleinen Gruppe jeweils für ca. 30 Minuten leichte Übungen zur



Kräftigung von Muskulatur sowie Förderung von Mobilität und

Koordination durchgeführt. Die Zahl der Teilnehmer: innen ist begrenzt, eine verbindliche Anmeldung für ist erforderlich. Die Teilnahme ist kostenfrei, Spenden sind willkommen.

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

# Di. 07.11. 10-11 Uhr Bürgersprechstunde Seniorenbeirat

Ältere Bewohner: innen aus dem Bezirk des OBR 8 (Heddernheim, Niederursel, Nordweststadt) sind herzlich eingeladen vorbeizuschauen und Ihre Anliegen und Wünsche vorzubringen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

# Mi. 08.11. 10 Uhr Spieletreff

Sie haben Spaß an bekannten Brett- oder Kartenspielen? Dann sind Sie bei BIAzza-NordWest genau richtig. In geselliger Runde spielen wir bekannte und beliebte Gesellschaftsspiele. Der Besuch der Veranstaltung ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

# Fr. 10.11. 12-14 Uhr Spaziergang im Stadtteil mit Einkehr

Treffpunkt ist um 12 Uhr im BIAzza-NordWest. Ein gemeinsamer Spaziergang führt uns durch den Martin-Luther-King Park in den alten Ortskern von Niederursel. Dort kehren wir zum Mittagessen im Café Mutz ein. Der Rückweg kann optional zu Fuß oder mit dem ÖPNV erfolgen. Eine <u>Anmeldung bis drei Tage vorher</u> zwecks Tischreservierung ist erwünscht.

Kosten: Individuelle Verzehrkosten und ggf. für die Nutzung des ÖPNV.

# Mi. 15.11. 11-13 Uhr Kreativtreff "Baumschmuck-selbst genäht"

Gestalten Sie Ihren ganz persönlichen Baumschmuck. Für sich selbst oder zum Verschenken. Material ist vorhanden. Bitte melden Sie sich <u>bis drei Tage vorher</u> an. Wir freuen uns über eine Spende.

### Fr. 17.11. 10 Uhr Aktiv und fit 80+

Beschreibung s.o. Anmeldung erforderlich. Kostenfrei, wir freuen uns über eine Spende.

# Fr. 17.11. 14:30 Uhr "Lies 'mal ....vor"



Anlässlich des Bundesweiten Vorlesetags laden wir Senior: innen herzlich ein, bei einer Tasse Punsch und Gebäck ihre Lieblingsgeschichten und – texte mit uns zu teilen. <u>Hinweis:</u> Die Texte sollten nicht länger als 10 min. sein. Kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

# Di. 21.11. 10-11 Uhr Bürgersprechstunde Seniorenbeirat



# Mi. 22.11. 11 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 vorhanden. Dauer ca. 60 Minuten. Die Teilnahme ist kostenfrei.

# Fr. 24.11. 11-14 Uhr Kochtreff: "Gemeinsam nachhaltig kochen"\*

Sie kochen gern aber für sich allein ist Ihnen das zu aufwendig? Sie suchen Inspirationen für neue Gerichte und sind probierfreudig? Sie sind gern in Gesellschaft? Gemeinsam wollen wir mit saisonalen Produkten nachhaltig kochen. Auf die Verarbeitung tierischer Produkte werden wir möglichst verzichten. Zubereitet werden an den Treffen jeweils Hauptgericht und Dessert. Kosten: Kostenfrei, Spenden sind willkommen. Inkludiert sind Hauptgericht, Dessert, Mineralwasser und Kaffee. Die Anzahl der Teilnehmer: innen ist auf max. 10x Personen begrenzt. \*Wir bedanken uns bei der Lantz-Dyckmans-Stiftung für die finanzielle Förderung des

**Veranstaltungsort:** Service- und Begegnungszentrum Heddernheim, Aßlarer Straße 3
Eine verbindliche Anmeldung **bis drei Tage vorher** ist erforderlich. Diese richten Sie bitte an Sandra Erb, Telefon 069-2475 149-6920 oder sandra.erb@diakonie-frankfurt-offenbach.de

# Mi. 29.11. 15 Uhr Besuch der Kinovorstellung\* CineDream



Aus organisatorischen Gründen muss in diesem Monat der gemeinsame Besuch der CineDream Vorstellung entfallen. Der Besuch der Kinovorstellung in Eigenregie ist selbstverständlich möglich.

### **Achtung: Terminänderung!**

# Di.05.12. 10 Uhr Spieletreff

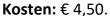
Sie haben Spaß an bekannten Brett- oder Kartenspielen? Dann sind Sie bei BIAzza-NordWest genau richtig. In geselliger Runde spielen wir bekannte und beliebte Gesellschaftsspiele. Der Besuch der Veranstaltung ist kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

# Di. 05.12. 10-11 Uhr Bürgersprechstunde Seniorenbeirat

# **Achtung: Terminänderung!**

### Mi. 06.12. 9:30 Uhr Nikolaus-Frühstück mit Weihnachtsquiz

BIAzza-NordWest lädt ein zu einem Frühstück in gemütlicher Runde. In einem unterhaltsamen Quiz wollen wir unser Wissen rund um das Weihnachtsfest testen. Eine verbindliche <u>Anmeldung bis drei Tage vorher</u> ist erforderlich.





### Do. 07.12. 10-20 Uhr »Winterhüttenzauber« im NordWestZentrum

Wie jedes Jahr findet im NordWestZentrum ein Weihnachtsmarkt statt. Heute finden Sie BIAzza-NordWest mit einer großen Auswahl weihnachtlicher Grußkarten, kreativen Hand- und Bastelarbeiten sowie Geschenkideen in der "Quartiershütte". Die Arbeiten wurden von Besucher\*innen und ehrenamtlich engagierten Menschen von BIAzza-NordWest angefertigt. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

# Fr. 08.12. 10 Uhr Aktiv und fit 80+

Beschreibung s.o. Anmeldung erforderlich. Kostenfrei, wir freuen uns über eine Spende.



### Mi. 13.12. 11 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 vorhanden. Dauer ca. 60 Minuten. Die Teilnahme ist kostenfrei.

## Mi. 13.12. 14:30 Uhr Adventscafé mit frischen Waffeln

Heute laden wir ein zu einem gemütlichen Kaffeenachmittag in der Vorweihnachtszeit. Wir Hören weihnachtliche Geschichten und Gedichte, singen gemeinsam bekannte Weihnachtslieder. Eine verbindliche <u>Anmeldubis drei Tage vorher</u> ist erforderlich. **Kosten:** € 3,00.

### Fr. 15.12. 10 Uhr Aktiv und fit 80+

Beschreibung s.o. Anmeldung erforderlich. Kostenfrei, wir freuen uns über eine Spende.

**Regelmäßige Veranstaltungen** (eine Anmeldung ist nicht erforderlich)

Montag 10:30-12 Uhr Schachtreff

**Dienstag** 15-17 Uhr Mehrgenerationen-Lounge in der KFB

(letztes Treffen vor der Winterpause:

19.12.2023)



# **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

Wir wünschen Ihnen ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute für das neue Jahr!