

Internet-Café

Neue Medien:

Kurse und Hilfen

Seniorentelefon

Informationszentrale

hobby-börse

Kultur

ZENTRUM DORNBUSCH

Café ANSCHLUSS

Unser Programm

Juli –
September
2024



**FRANKFURTER
VERBAND**



Liebe Gäste und Freunde des Café ANSCHLUSS

Liebe Lesende,

Veränderung ist eine konstante Begleiterin in unserem Leben. Veränderung im Alter ist unvermeidlich, aber sie bietet auch zahlreiche Chancen. Indem wir diese Veränderungen akzeptieren und uns ihnen anpassen, können wir das Alter als eine erfüllende und bereichernde Lebensphase gestalten. Es liegt an uns, das Beste aus diesem Lebensabschnitt zu machen und die Möglichkeiten, die er bietet, zu erkennen und zu nutzen..

Das Café Anschluss begleitet Senioren seit nunmehr **25 Jahren** bei der Bewältigung der digitalen Veränderungen/Herausforderungen und gibt ihnen Sicherheit im Umgang mit Smartphone, Tablet und Co.

In diesem Quartal haben wir unser Programmheft etwas verändert. Es ist noch ein Werk in Arbeit, und wir freuen uns auf Ihre Ideen, Kritiken und Empfehlungen.

In diesem Quartal finden vom 16. bis 29. September 2024, unter dem Motto »Veränderung kennt kein Alter«, wieder die **Aktionswochen Älterwerden** statt. Die Aktionswochen feiern die einzige Konstante im Leben: die Veränderung. Mehr Informationen zu unseren Angeboten finden Sie ab **Seite 41**

Und sollten Sie in Ihrer Mobilität eingeschränkt sein, kein Problem. **Das Café Anschluss ist barrierefrei.** Sollte Ihnen aber der Weg zu weit sein, wir haben ein sicheres Verfahren, wie wir Fragen am Telefon beantworten und weiterhelfen können.

Sollten Sie ein Thema suchen, dass wir bisher noch nicht im Programm haben, lassen Sie es uns wissen.

Leider können wir nicht alle Angebote des Café Anschluss ins Programm aufnehmen, daher empfehlen wir den Besuch der **Homepage** unter www.cafe.anschlus.de sowie bei **Facebook** unter www.facebook.com/cafe.anschluss oder lassen Sie sich mit unserem **Newsletter** monatlich auf den neustem Stand bringen.

Das Team des Café Anschluss freut sich auf Ihren Besuch, gern auch nur zu Kaffee und selbstgebackenem Kuchen.

Wir wünschen Ihnen viel Spaß mit unserem neuen Programm!
Ihr Team des Café ANSCHLUSS



Neu strukturiert:
Gemeinsam erleben
auf den Seiten
27 bis 39

Inhaltsverzeichnis

Willkommen im Café ANSCHLUSS	6
Surfen und Lernen im Café ANSCHLUSS	6

Erste Schritte für Ihren Einstieg

Wichtige Informationen zu unseren Kursen und Angeboten	8
--	---

Hilfe für den Computer

Vor dem Computerkauf	9
Windows 11 – Grundlagen.....	9
Windows 11 für Fortgeschrittene	9
Kennenlernen gängiger Tastaturkürzel & Versenden von E-Mail-Anhängen.....	10
Sicherheit im Internet und für Ihren Computer	10
Windows 11 Problembehandlung mit Tipps & Tricks.....	11

Hilfe für das Smartphone / Tablet

Die Alleskönner »Smartphones«	12
Die wunderbare Welt der »Tablets«	12
Smartphone benutzerfreundlich einstellen.....	13
Smartphone/Tablet – Grundlagen.....	13
iPad und iPhone – Grundlagen	14
Smartphone/Tablet für Fortgeschrittene	14
Fotografieren mit dem Smartphone/Tablet	15

Kommunikation & Soziale Medien

Fake News erkennen und durchschauen.....	16
Facebook – Ein Netzwerk alter Freunde.....	16

Online Informieren

Kennenlernen gängiger Tastaturkürzel & Versenden von E-Mail-Anhängen.....	17
Gesundheits-Apps	17
Reiseplanung	17
Datenschutz Grundlagen	18
Sicherheit im Internet und für Ihren Computer	18
Online Nachschlagewerke und Informationsquellen	19
Ticketkauf im Internet	19
Generative Künstliche Intelligenz (KI).....	20
Das »Internet der Dinge«.....	20

Rund um das Liebe Geld

Online Banking	21
Reiseplanung	21
Ticketkauf im Internet	21

Rund um Grafik und Foto

Fotografieren mit dem Smartphone/Tablet	22
Fotos neu zusammenstellen.....	22
Bildbearbeitung mit Windows Fotoanzeige.....	23
CEWE Fotobuch.....	23
Die Bewältigung der Fotoflut auf dem Smartphone	24

Einzelhilfe mit Tutoren-Begleitung

Einzelhilfen Angebot	25
----------------------------	----

Gemeinsam erleben

Allgemeine Informationen	27
Die Café ANSCHLUSS KulTour.....	28
hobby-runde.....	29
Das Offene Wohnzimmer.....	30
Gruppen im Café ANSCHLUSS	31
»Lesefreude«.....	34
Gesellschaftstanz im »offenen Wohnzimmer«	35
Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer«	36
Geführte Wanderungen	37
Geführte Sonntags-Wanderungen.....	38
Tagesausflug	39

Aktionswochen Älterwerden

Diverse Angebote von Seite 41 bis	48
---	----

Nachhaltigkeit

Repaircafé.....	49
-----------------	----

Rat und Hilfe

Ausgabestelle für den »Kulturpass«.....	50
Seniorentelefon.....	51
Informationszentrale	51

Zentrum Dornbusch

Café ANSCHLUSS und die Kreativwerkstatt	52
Ehrenamtliche Mitarbeiter*innen gesucht.....	53
Frankfurter Verband e. V. - Der Träger	54
Anmeldung für Kurse und Zahlung der Kursgebühr.....	55
Teilnahmebedingungen des Café ANSCHLUSS.....	56
Kalender	57

Willkommen im Café ANSCHLUSS

Unsere ehrenamtliche Mitarbeiter*innen im Service-Bereich sind für Sie da:

Montag – Donnerstag 9:30 Uhr – 17:00 Uhr

Freitag 9:30 Uhr – 13:00 Uhr

Bitte beachten: Im Juli und August ist bis 16:00 Uhr geöffnet!

Montag Martina Schmeißer
Vanda Kiderer; Bich-Hy Henkel

Dienstag Angelika Mahler; Heidi Schad
Brigitte Baumeister; Christine Veigl

Mittwoch Steffen Bodemann
NN

Donnerstag Dagmar Opoczynski
Inge Dollmann; Barbara Hofmann

Freitag Angelika Mahler

Surfen und Lernen im Café ANSCHLUSS

Unsere Tutoren helfen Ihnen gerne! Computer-Neulinge können den Umgang mit Maus, Tastatur und die ersten Schritte im Internet erproben. Bitte beachten Sie, dass eine Anmeldung für eine Einzelhilfe erforderlich ist.

Wir helfen Ihnen!

- Wo finde ich Was im Internet? Gesundheit, Reisen, Einkaufen, etc.?
- Wie kann ich eine E-Mail-Adresse einrichten?
- Wie kann ich Fotos per E-Mail versenden?

Wir beraten Sie!

- Wie kann ich einen Internet-Anschluss einrichten?
- Wie sicher ist das Internet?
- Wie kann ich etwas herunterladen?
- Was mache ich bei Computer-Problemen?

Was wir nicht tun!

- Wir führen keine Reparaturen an Geräten durch!
- Wir behandeln keine Defekte oder spezielle technische Fragen!
- Wir bieten keinen Besuchsdienst an!

Bei speziellen technischen Fragen, Defekten oder Anschlussproblemen zu Hause müssen wir auf den Fachhandel verweisen.

Surfen und Lernen im Café ANSCHLUSS

Unsere ehrenamtliche*n Tutor*innen helfen Ihnen gerne! Computer-Neulinge können den Umgang mit Maus, Tastatur und die ersten Schritte im Internet erproben.

Montag – Donnerstag
Freitag

10:00 Uhr – 17:00 Uhr
10:00 Uhr – 13:00 Uhr

Bitte beachten: Im Juli und August ist bis 16:00 Uhr geöffnet!

Montag	Heidrun Baum; Dirk Hentze; Kazem Sabet Rolf Niemand; Thomas Weinmann
Dienstag	Heidrun Baum; Wolfgang Faust Erich Harbrecht; Marlies Jakobek; Bernhard Janssen; Martin Weber
Mittwoch	Heidrun Baum; Nicole Nazari; Reinhard Witt; Barbara Zel Gabi Helbich
Donnerstag	Ulrich Fabian Erich Harbrecht; Dirk Hentze
Freitag	Rainer Tost
Variierend/ Telefonisch	Kerstin Pramberger

Surfen (auch mit eigenem Gerät) oder Computernutzung ohne Tutorenunterstützung:
Erste Stunde 3 € / Jede weitere Stunde je 2 €

Einzelhilfen mit Tutorenbegleitung

Bei weitergehenden Fragen zu Computer- oder Internetthemen bieten wir Ihnen eine Tutorenbegleitung an mit

- praktischer Einzel-Unterstützung am Computer,
- Zeiteinteilung, Dauer und Anzahl der Lerneinheiten nach Vereinbarung,
- Lernen nach Ihrem Lerntempo,
- erfahrenen und geduligen Tutoren.

Mit (telefonischer) Anmeldung und Terminvereinbarung:
Pro Lehreinheit 15 €

Weitere Informationen zu unseren Einzelhilfen finden Sie auf den Seiten 25 und 26.

Kontakt:

Telefon: 069 299807-2350
E-Mail: cafe.anschluss@frankfurter-verband.de
Webseite: www.cafe-anschluss.de
Facebook: www.facebook.com/cafe.anschluss/

Erste Schritte für Ihren Einstieg

Wichtige Informationen zu unseren Kursen und Angeboten

Alle Kursleiter und Tutoren im Café ANSCHLUSS sind ehrenamtlich tätige Seniorinnen und Senioren, die Ihnen ihr Wissen zur Verfügung stellen.

Jeder Kursteilnehmer hat einen Computer für sich allein zur Verfügung, in unserem Kursraum gibt es 8 Teilnehmerarbeitsplätze.

Wir legen großen Wert auf die praktische Erprobung der Kursinhalte.

Bitte stellen Sie bereits zu Hause fest, welches Microsoft Windows-Betriebssystem Sie nutzen und welche Programme in welcher Version vorhanden sind. So können wir Sie besser beraten und das passende Kursangebot für Sie finden.

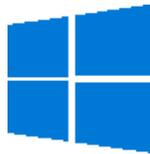
Die Version des **Betriebssystems** können Sie bei laufendem Computer feststellen. Schauen Sie, welches der vier Symbole Sie auf Ihrem Bildschirm unten links, in der Ecke vorfinden, bzw. bei Windows 11 ist es mittig links.



Windows XP



Windows Vista
Windows 7



Windows 8
Windows 10



Windows 11



Für unsere Computer-Kurse und Einzelhilfen an einem unserer Computer wird ausschließlich Windows 11 benutzt. **Einzelhilfen zu Windows 10 oder macOS können ausschließlich am eigenen Gerät stattfinden.**

Für Windows XP, 7 und 8 bieten wir keine Einzelhilfen an, da diese Betriebssysteme nicht mehr offiziell unterstützt werden und als unsicher gelten.

Sollten Sie einen Laptop besitzen und unsicher sein, welches Betriebssystem und welche Programme installiert sind, dann können Sie zu den Surfszeiten (siehe Seite 7) vorbeikommen. Unsere Tutoren überprüfen für Sie, welche Version installiert ist.

Wir wünschen Ihnen viel Freude und guten Erfolg beim Lernen im Café ANSCHLUSS!

Hilfe für den Computer

Vor dem Computerkauf

Was sollten Sie beim Kauf beachten?
Wir erklären Ihnen wichtige Begriffe, sinnvolles
Zubehör und machen die Prospekte für Sie verständlich.
Keine Produktempfehlung!

Voraussetzungen: Keine
1 Stunde / Keine Anmeldung nötig / 5 €

Vortrag 22170-24-3102

Mo: 08.07. 10:00 – 11:00 Uhr
Mit Rudi Reiffert

Windows 11 – Grundlagen

Wenn sich Windows 11 auf Ihrem Computer
befindet und Sie schon mit Maus und Tastatur
umgehen können, sind Sie in diesem Kurs genau
richtig.

Lassen Sie sich vom erfahrenen Kursleiter verständlich und anschaulich Schritt
für Schritt in die Grundlagen von Windows 11 einführen.
Dank vieler hilfreicher Tipps werden Sie sicherer mit Windows 11 umgehen können.

Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit!

Voraussetzungen: Computer-Starter-Kurs oder Umgang mit Maus und Tastatur.

2 x 3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 30 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3221

Mo: 15.07. 10:00 – 13:00 Uhr
Do: 18.07. 10:00 – 13:00 Uhr
Mit Rudi Reiffert

Win 11

Windows 11 für Fortgeschrittene

Dieser Kurs baut auf Windows 11 – Grundlagen
auf. Er erweitert und vertieft Ihre Kenntnisse,
damit Sie noch sicherer mit Windows 11 umge-
hen können. Die Themen umfassen u.a.:

- Programme herunterladen, installieren und deinstallieren,
- Einstellungen und persönliche Anpassungen.

Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit!

Voraussetzungen: Windows 11 Grundlagenkurs oder vergleichbare
Vorkenntnisse.

2 x 3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 30 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3222

Mo: 05.08. 10:00 – 13:00 Uhr
Do: 08.08. 10:00 – 13:00 Uhr
Mit Rudi Reiffert

Win 11

Hilfe für den Computer

Kennenlernen und Anwenden gängiger Shortcuts/Tastaturkürzel & das Versenden von E-Mail-Anhängen

Kurs 22170-24-3321

Mi: 17.07. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Heidrun Baum

Bei der regelmäßigen Benutzung eines Computers ist der ständige Griff zur Maus Selbstverständlichkeit geworden. Als Alternative lernen Sie in diesem Workshop Tastenkürzel kennen, die

- die Benutzung des Computers erleichtern,
- den sogenannten Mausarm entlasten und
- einer möglichen schmerzhaften Überlastung vorbeugen.

Danach erfahren Sie, wie Sie Dateien als Anhänge per E-Mail versenden können. Hierzu gehört auch das Erstellen und Speichern von PDF-Dateien.

Voraussetzung: Computerkenntnisse, sicherer Umgang mit der Tastatur sowie E-Mailadresse inklusive Zugangsdaten.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 6 Teilnehmer

Sicherheit im Internet und für Ihren Computer

Kurs 22170-24-3225

Do: 15.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Rudi Reiffert

In diesem Kurs lernen wir Verhaltensregeln zum sicheren Umgang mit dem Computer im Internet. Worauf sollte beim Onlinebanking oder Einkaufen im Internet geachtet werden? Was sind Zahlungssysteme (z.B. PayPal) und wie funktionieren sie?

Win 11

Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit!

Voraussetzungen: Fortgeschrittene Computerkenntnisse und praktische Erfahrungen mit dem Internet.

Kein Einsteigerkurs!

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

Hilfe für den Computer

Problembehandlung sowie Tipps und Tricks zu Windows 11

Dieser Workshop behandelt Probleme, die sich immer mal wieder auf Ihrem Computer ergeben. Sie können auch Fragen zu Problemen, die Sie auf Ihrem Computer haben, mitbringen. Dann werden Ihnen einige Tipps und Tricks gezeigt, die das Arbeiten mit Windows 11 erleichtern. Kurze Wege zu Anwendungen, »versteckte Funktionen« nutzen usw.

Workshop 22170-24-3322

Do: 05.09. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Rudi Reiffert

Win 11

Bitte bringen Sie Ihr eigenes Windows 11 Laptop mit!

Voraussetzung: Windows 11 Fortgeschrittenenkurs oder vergleichbare Kenntnisse.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 €



Hilfe für das Smartphone/Tablet

Die Alleskönner – »Smartphones«

Die Smartphones sind richtige kleine Computer. Es gibt für sie zahlreiche Programme, »die Apps«, und man kann mit ihnen im Internet surfen, telefonieren, seine Mails abrufen und schreiben, alle Adressen und Telefonnummern dabei haben oder per Videotelefonie Familie oder Freunde anrufen. Wir erklären Ihnen, was es für unterschiedliche Modell-Typen gibt, welche Vertragsarten es gibt und was Sie beim Kauf beachten sollten.

Voraussetzungen: Keine

1,5 Stunden / Keine Anmeldung nötig / 5 €

Vortrag 22170-24-3102

Di: 30.07. 10:00 – 11:30 Uhr

Mit Reinhard Witt

Die wunderbare Welt der »Tablets«

Sie möchten sich über die Möglichkeiten der Tablet-Computer informieren oder planen die Anschaffung eines Tablets. Welche Modelle gibt es? Wie werden sie bedient? Was können die Tablets und welche Vor- und Nachteile haben sie gegenüber anderen tragbaren Computern wie den Notebooks? Wie werden sie mit dem Internet verbunden und wo bekommt man die kostenlosen Programme, die »Apps« her? Dieser Vortrag informiert Sie über die Möglichkeiten und gibt Tipps für den Kauf eines Tablets.

Der Vortrag befasst sich nur mit dem Android System, nicht mit dem System der Firma Apple (iPad).

Voraussetzungen: Keine

1 Stunde / Keine Anmeldung nötig / kostenfrei für die Aktionswochen Älterwerden

**Vortrag im Rahmen der
Aktionswochen Älterwerden**

Do: 26.09. 11:00 – 12:00 Uhr

Mit Reinhard Witt

Android

Hilfe für das Smartphone/Tablet

Smartphone benutzerfreundlich einstellen

Wir zeigen Ihnen

- mit welchen Einstellungen die Bedienung funktionaler und übersichtlicher wird
- wie Sie Ihr Smartphone an Ihre persönlichen Fähigkeiten und Ansprüche anpassen können.

Bitte beachten: Der Vortrag befasst sich nur mit dem Android-System, nicht mit dem System der Firma Apple (iPhone/iPad) oder Windows. Dieser Vortrag ist rein informativ, es werden keine Übungen an Geräten gemacht.

Voraussetzungen: Keine

1,5 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 €

Vortrag 22170-24-3111

Di: 23.07. 10:00 – 11:30 Uhr

Mit Rolf Niemand

Android

Tablet/Smartphone – Grundlagen

Sie haben ein neues Tablet oder Smartphone und möchten die Arbeit mit dem Gerät praktisch kennenlernen? Dieser Kurs enthält viele Übungen am eigenen Gerät und beantwortet Ihre Fragen, beispielsweise zu den folgenden Themen:

- Wie bediene ich das Tablet/Smartphone?
- Welche Fingerbewegungen gibt es?
- Welche Anschlüsse hat das Gerät?
- Wie verbinde ich es mit dem Internet – besonders wenn ich unterwegs bin?
- Wo kann ich die Helligkeit oder die Dauer der Anzeige einstellen?
- Wie kann ich die Oberfläche des Gerätes verändern, Symbole löschen oder hinzufügen?

Bitte beachten: Wir behandeln ausschließlich Tablets und Smartphones mit dem Android-Betriebssystem, nicht iPhones, iPads und Windows 11! Besitzer eines sogenannten Seniorenhandys bitte stattdessen die Einzelhilfe buchen!

Voraussetzungen: Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Gerät mit.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3211

Di: 20.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Reinhard Witt

Android

Hilfe für das Smartphone/Tablet

iPad und iPhone – Grundlagen

Einführung in die wichtigsten Funktionen und Apps des Systems iOS. iOS ist das Betriebssystem von iPhone und iPad.

iPhone und iPad unterscheiden sich nur gering. Das iPhone hat eine Telefonfunktion, das iPad nicht. Apps und Funktionen beider Geräte sind (fast) identisch. Inhalt unter anderem:

- Grundfunktionen und Grundeinstellungen,
- Telefonieren (nur iPhone),
- Kontakte und Kalender verwalten,
- Surfen im Internet,
- E-Mail schreiben, senden, empfangen, lesen, beantworten und weiterleiten,
- Fotografieren und Videofilmen,
- Bilder versenden und löschen.

Voraussetzungen: Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes iPad und/oder iPhone mit.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3231

Mi: 24.07. 13:30 – 16:30 Uhr

Kurs 22170-24-3232

Mi: 21.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Bernhard Janssen

iOS

Tablet/Smartphone für Fortgeschrittene

In diesem Kurs festigen Sie die Themen aus dem Grundlagenkurs.

- Sie erfahren, wie Sie Ihre E-Mailadresse auf Ihrem Gerät einrichten.
- Sie lernen den Play-Store kennen und haben damit Zugriff auf Millionen kostenloser Apps.
- Sie bekommen Tipps zum Datenaustausch zwischen Notebook und Mobilgerät.
- Sie lernen
 - die Qualität und Sicherheit einer App einzuschätzen,
 - selbstständig Apps zu installieren,
 - die Kamera zu nutzen,
 - Fotos zu versenden,
 - Einstellungen zu ändern.

Voraussetzungen: Teilnahme am Tablet-Grundlagenkurs oder vergleichbare Kenntnisse. Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Tablet/Smartphone mit.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3212

Di: 10.09. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Reinhard Witt

Android

Hilfe für das Smartphone/Tablet



Fotografieren mit dem Smartphone/ Tablet

Ob Schnappschuss, Familienfotos oder Aufnahmen von der Reise: Smartphones können eindrucksvolle Momente festhalten. Die besten Bilder machen Sie vor allem dann, wenn Sie die vielfältigen Einstellungen in Ihrer Kamera optimal für das jeweilige Motiv verändern.

In diesem Kurs lernen Sie die individuellen Bedienungs- und Einstellungsmöglichkeiten Ihrer Smartphone-Kamera kennen.

Bitte beachten: Nur Smartphones und Tablets mit dem Android Betriebssystem. Keine iPhones, iPad oder Windows 10 Geräte!

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Smartphone oder Tablet, Smartphone/Tablet-Grundlagenkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse.

2 x 3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 30 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3246

Di: 06.08. 13:30 – 16:30 Uhr

Do: 08.08. 13:30 – 16:30 Uhr

Mit Rolf Niemand

Android

Kommunikation & Soziale Medien

Fake News erkennen und durchschauen

Es gibt immer mehr Aufregung über sogenannte Fake News. Warum? Und was sind Fake News überhaupt? Wir erklären Ihnen die verschiedenen Typen, die im Internet auftauchen, wie Sie diese Lügen oder Fake News erkennen und deren Verbreitung verhindern können. Wir erläutern Ihnen, wie Sie mit Hilfe von sogenannten Faktencheckern und Fake-Jägern den Wahrheitsgehalt einer Meldung überprüfen können und geben Ihnen hierzu einige Empfehlungen.

Voraussetzungen: Erste Erfahrungen mit Computer und Internet.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3260

Fr: 26.07. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Steven McAvinue



Facebook – Ein Netzwerk alter Freunde

Facebook – ist ein soziales Netzwerk im Internet. Hier können Sie Kontakte knüpfen oder wiederaufleben lassen und vieles mehr. Wir zeigen Ihnen, wie man sich bei Facebook anmeldet und auf einer »Profilseite« vorstellt.

Voraussetzungen: Computerkenntnisse und erste Erfahrungen im Internet. **Sie kennen Ihre E-Mailadresse und das Passwort dazu!**

2 x 3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 30 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3261

Mi: 07.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Fr: 09.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Steven McAvinue

Online Informieren

Kennenlernen und Anwenden gängiger Shortcuts/Tastaturkürzel & das Versenden von E-Mail-Anhängen

Kurs 22170-24-3321

Mi: 17.07. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Heidrun Baum

Die Kursbeschreibung finden Sie auf der Seite 10

Voraussetzung: Computerkenntnisse, sicherer Umgang mit der Tastatur sowie E-Mailadresse inklusive Zugangsdaten.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 6 Teilnehmer

Gesundheits-Apps

Diese Apps dienen nicht nur der eigenen Kontrolle von Blutzucker, Blutdruck, Bewegung, Gewicht, Erinnerungen an Medikamente usw., sondern werden teilweise auch vom Arzt verordnet und ggf. von der Krankenkasse bezahlt, um häufige und zeitaufwendige Arztbesuche zu verhindern. Dieser Workshop vermittelt Ihnen die erforderlichen Kenntnisse und bietet Möglichkeiten zum Ausprobieren.

Voraussetzung: Teilnahme am Smartphone-Grundlagenkurs oder vergleichbare Kenntnisse. Situationsbedingt wird dieser Workshop zur Zeit als Vortrag angeboten.

1,5 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 € / max. 6 Teilnehmer

Vortrag 22170-24-3112

Mi: 31.07. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Heidrun Baum

Reiseplanung im Internet

Pauschalreisen, Flüge, Hotels

In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie Folgendes online suchen, reservieren und buchen können:

- Pauschalreisen,
- Hotelreservierungen,
- Flüge.

Voraussetzungen: E-Mailadresse und sichere Computerkenntnisse.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 6 Teilnehmer

Kurs 22170-24-3353

Mi: 14.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Heidrun Baum

Online Informieren

Sicher im Netz: Datenschutz Grundlagen

Warum Datenschutz wichtig ist

Was sind personenbezogene Daten und warum sollte ich meine persönlichen Daten eigentlich schützen?

In diesem Grundlagenkurs lernen Sie, wie Sie Ihre persönlichen Daten im digitalen Zeitalter schützen können. Von einfachen Tipps zur Passwortsicherheit bis hin zur sicheren Nutzung sozialer Medien werden wichtige Aspekte des Datenschutzes vermittelt.

Mit praktischen Übungen und verständlichen Erklärungen werden Sie befähigt, sich selbstbewusster und sicherer im Internet zu bewegen.

NEU!

Voraussetzungen: Erste Erfahrung mit Computer oder Handy und Internet

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3201

Mi: 14.08. 13:30 – 16:30 Uhr

Kurs 22170-24-3202

Mi: 04.09. 13:30 – 16:30 Uhr

Mit Rebecca Bürger

Sicherheit im Internet und für Ihren Computer

In diesem Kurs lernen wir Verhaltensregeln zum sicheren Umgang mit dem Computer im Internet. Worauf sollte beim Onlinebanking oder Einkaufen im Internet geachtet werden? Was sind Zahlungssysteme (z.B. PayPal) und wie funktionieren sie?

Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit!

Voraussetzungen: Fortgeschrittene Computerkenntnisse und praktische Erfahrungen mit dem Internet.

Kein Einsteigerkurs!

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3225

Do: 15.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Rudi Reiffert

Online Informieren

Online Nachschlagewerke und Informationsquellen

Kurs 22170-24-3351

**Mi: 28.08. 10:00 – 13:00 Uhr
Mit Heidrun Baum**

In diesem Workshop lernen Sie das Internet als nahezu unbegrenztes Nachschlagewerk kennen.

Sie erhalten Antworten auf offene Fragen aus nahezu allen Fach-/Lebensbereichen.

Was Sie schon immer wissen wollten, erfahren Sie online unter Verwendung von

- Google,
- Wikipedia,
- Beipackzettel / Gebrauchsanleitungen,
- Beratungsstellen,
- Dienstbereite Apotheken / ärztlicher Bereitschaftsdienst,
- Fahrpläne Nahverkehr,
- Übersetzungsprogramme,
- und vieles mehr.

Voraussetzungen: Computerkenntnisse / Tablet bzw. Smartphone erforderlich.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 6 Teilnehmer

Ticketkauf im Internet

Kurs 22170-24-3352

**Mi: 11.09. 10:00 – 13:00 Uhr
Mit Heidrun Baum**

Wir zeigen Ihnen in diesem Workshop, wie Sie

- Fahrkarten für den Nah- und Fernverkehr,
- Theater-/Konzert-/Kinokarten inkl. Platzreservierungen

online suchen, reservieren und buchen können.

Bitte bringen Sie Ihr Smartphone mit.

Voraussetzung: Computerkenntnisse, sicherer Umgang mit der Tastatur.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 6 Teilnehmer

Online Informieren

Generative Künstliche Intelligenz (KI)

Vorstellung des Themas u.a. mit: Möglichkeiten der Suche mittels »Prompten«, um Ergebnisse mit Hilfe verschiedener Text-, Bild-, Buch-, Musik-Generatoren, etc. zu erhalten.

Anhand vieler Beispiele aus den genannten Bereichen wird dem interessierten Laien das seit einiger Zeit gehypte Thema näher gebracht.

Jede*r Teilnehmer*in bekommt während des Workshops die Gelegenheit, eigene KI-Texte (u.a. Mundart), -Tabellen, -Bücher, -Zusammenfassungen, -Übersetzungen, -Bilder, -Musik unter fachkundiger Anleitung zu generieren d.h. zu schreiben und zu »malen«, zu »komponieren« oder zu erstellen.



NEU!

Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Smartphone oder Tablet, die Stromversorgung sowie einen USB-Speicherstick mit! Ein Google-Konto ist von Vorteil.

Voraussetzung: Computerkenntnisse und praktische Erfahrungen mit dem Internet.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 €

Das »Internet der Dinge« Wenn der Kühlschrank Bier bestellt

Wie erobert das Internet Heim und Haushalt? Wir geben Ihnen die Grundlageninformation für den Einsatz und die Nutzung des Internets im Haus und in der Wohnung. Die Themen beinhalten:

- Grundlagen zur Funktion des Internets.
- Was ist eine IP-Adresse und wer vergibt sie?
- »Dinge« im Internet.
- Sprachassistenten (Amazon Echo, Google Home, Apples Siri)
- Heimautomation (Philips Hue, Osram Spotify, Ikea Tradfri u.a.)

Außerdem auch Themen wie »Was weiß mein Personalausweis über mich?«

Voraussetzung: Interesse am Thema, keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.

In diesem Quartal in verkürzter Form als Vortrag während den Aktionswochen Älterwerden.

Vortrag im Rahmen der Aktionswochen Älterwerden

**Mo: 16.09. 14:00 – 15:00 Uhr
Mit Bernhard Janssen**

Rund um Das Liebe Geld

Online Banking – wie sicher und wie geht es?

Vortrag 22170-24-3112

Di: 13.08. 10:00 – 11:30 Uhr

Mit Reinhard Witt

In diesem Vortrag zeigen wir Ihnen:

- Wie verbreitet ist Online Banking schon?
- Wie funktioniert Online Banking? Beispiele:
- Konto öffnen auf dem PC
- Den Kontostand erkennen
- Buchungen einsehen
- Überweisung ausführen
- Wie sicher ist Online Banking?
- Welche Schritte sind notwendig zur Einrichtung?
- Wie kann das Café Anschluss helfen

Voraussetzungen: Praktische Erfahrungen mit dem Internet.

1,5 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 €

Reiseplanung im Internet

Kurs 22170-24-3353

Mi: 14.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Heidrun Baum

Die Kursbeschreibung finden Sie auf der Seite 17.

Voraussetzungen: E-Mailadresse und sichere Computerkenntnisse.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 6 Teilnehmer

Ticketkauf im Internet

Kurs 22170-24-3352

Mi: 11.09. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Heidrun Baum

Die Kursbeschreibung finden Sie auf der Seite 19.

Voraussetzung: Computerkenntnisse, sicherer Umgang mit der Tastatur.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 6 Teilnehmer

Rund um Grafik und Foto

Fotografieren mit dem Smartphone/Tablet

Ob Schnappschuss, Familienfotos oder Aufnahmen von der Reise: Smartphones können eindrucksvolle Momente festhalten. Die besten Bilder machen Sie vor allem dann, wenn Sie die vielfältigen Einstellungen in Ihrer Kamera optimal für das jeweilige Motiv verändern.

In diesem Kurs lernen Sie die individuellen Bedienungs- und Einstellungsmöglichkeiten Ihrer Smartphone-Kamera kennen.

Bitte beachten: Nur Smartphones und Tablets mit dem Android Betriebssystem. Keine iPhones, iPad oder Windows 10 Geräte!

Voraussetzungen: Sicherer Umgang mit Smartphone oder Tablet, Smartphone/Tablet-Grundlagenkurs oder vergleichbare Vorkenntnisse.

2 x 3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 30 € inkl. Arbeitsunterlagen

Kurs 22170-24-3246

Di: 06.08. 13:30 – 16:30 Uhr

Do: 08.08. 13:30 – 16:30 Uhr

Mit Rolf Niemand

Android

Fotos neu zusammenstellen

In diesem Workshop suchen Sie auf Ihrem eigenen Laptop Fotos und stellen sie für Diashows, Collagen, Glückwunschkarten, Kalender oder Fotobuch neu zusammen.

Hierzu

- verschaffen wir uns einen Überblick mit dem kostenlosen Fotoprogramm **Picasa** (und zeigen Ihnen, wo sie es herunterladen können),
- sammeln Fotos zu einem bestimmten Thema in der Auswahl,
- exportieren von der Auswahl in einen neuen Ordner mit eigenen Namen auf der Festplatte,
- erstellen Diashows und Collagen im Programm sowie die Gestaltung einer Glückwunschkarte, und
- stellen Fotos zusammen für Themen-Kalender, oder ein Fotobuch.

Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit!

Voraussetzungen: Fortgeschrittene Computer- und Internetkenntnisse

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € / max. 4 Teilnehmer

Workshop 22170-24-3349

Fr: 23.08. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Lilo Gebhardt

Rund um Grafik und Foto

Bildbearbeitung mit Windows Fotoanzeige

Kurs 22170-24-3248

**Mo: 26.08. 10:00 – 13:00 Uhr
Mit Rudi Reiffert**

Windows 10 und 11 beinhaltet die Windows-Fotoanzeige.

Diese eignet sich für Bildbearbeitung, die im Ergebnis sehr effektiv sein kann. Die Windows-Fotoanzeige ist einfacher zu handhaben wie viele andere Bildbearbeitungsprogramme, weshalb sie gleichermaßen für Einsteiger und für Fortgeschrittene geeignet ist. Wir üben unter anderem die Funktionen:

NEU!

- **Zuschneiden** - (Ausschnitt erstellen).
- **Anpassen** - Belichtung, Kontrast, Lichter u. Schatten, Farbsättigung.
- **Filter** - Unterschiedliche voreingestellte Filter (Effekte) verwenden.
- **Markup** - Markierungen im Foto setzen
- **Retuschieren** - Flecken oder Makel beseitigen

Voraussetzungen: Kenntnisse mit Windows 11, Umgang mit Maus und Computer.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 € inkl. Arbeitsunterlagen

CEWE Fotobuch

Kurs 22170-24-3244

**Fr: 06.09. 10:00 – 13:00 Uhr
Do: 12.09. 10:00 – 13:00 Uhr
Mit Lilo Gebhardt**

Wir zeigen Ihnen, wie Sie mit der kostenlosen Fotowelt Software von CEWE aus eigenen Fotos ein Fotobuch gestalten können.

Vor dem Kurs: Bestimmen Sie Ihr Thema, treffen eine Vorauswahl und bringen die Fotos zur Auswahl auf einen USB-Speicherstick mit. Es dürfen gerne ein paar Fotos mehr sein.

- 1. Tag** Wir zeigen Ihnen wo Sie das Programm herunterladen können, und lernen es mit vorgegebenen Fotos kennen.
Die angefangene Arbeit können Sie auch zuhause fortsetzen.
- 2. Tag** Nach Wiederholung der Lerninhalte beginnen wir mit der Gestaltung Ihres eigenen Fotobuches, und zeigen Ihnen, wie Sie es online bestellen können.

Bitte bringen Sie zu beiden Terminen einen USB-Speicherstick mit ausgewählten Fotos mit!

Voraussetzungen: Fortgeschrittene Computer- und Internet-Kenntnisse

2 x 3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 30 € / max. 4 Teilnehmer

Rund um Grafik und Foto



Die Bewältigung der Fotoflut auf dem Smartphone

Seit mit Smartphones immer mehr fotografiert wird, hat man überall Bilder, aber meist wild durcheinander, ungeordnet und oft auch sehr viele. Dieser Workshop orientiert sich an den Fragen zum Thema, die Sie mitbringen. Dabei kann es zum Beispiel um folgende Punkte gehen:

- Welche Fotos sind interessant, welche können weg?
- Fotos löschen, ordnen und in das richtige Album verschieben.
- Anlage von Alben und Ordnern, um Fotos später schneller zu finden.
- Strukturierung mit Hilfe von Cloud-Angeboten.
- Drei einfache Wege, um Fotos zu sichern, denn auch ein Smartphone kann kaputt oder verloren gehen. Automatische Sicherung wird besprochen.

Dazu machen wir Übungen, damit die Sache bei jedem auch wirklich sitzt.

Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Smartphone oder Tablet, die Stromversorgung sowie einen USB-Speicherstick mit!

Voraussetzung: Sicherer Umgang mit Smartphone oder Tablet wie im Grundlagenkurs aufgeführt oder vergleichbare Vorkenntnisse.

3 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 15 €

Kurs 22170-24-3342

Di: 03.09. 10:00 – 13:00 Uhr

Mit Reinhard Witt

Einzelhilfe mit Tutoren-Begleitung

Wir freuen uns, Ihnen weiterhin unsere beliebten Einzelhilfen zu verschiedenen Themen anbieten zu können.

Wir bieten Ihnen, zumindest für die Produkte von Apple wie iPhone, iPad und MacBook, weiterhin eine telefonische Einzelhilfe unter folgende Voraussetzungen:

Sie geben uns bei der Anmeldung Bescheid, dass Sie die telefonische Einzelhilfe wahrnehmen möchten.

Den Betrag von 15 € für die Einzelhilfe können Sie wie gewohnt bei der persönlichen Einzelhilfe bei Ihrem Termin bar bezahlen. Haben Sie eine telefonische Einzelhilfe vereinbart, überweisen Sie den Betrag bitte rechtzeitig vor dem verabredeten Termin. Sobald das Geld bei uns eingegangen ist, geben wir Ihre Telefonnummer an Ihren Tutor weiter.

Bitte beachten Sie: *Wir unterstützen Sie, soweit uns dies möglich ist, übernehmen allerdings keine Haftung.*

Bei speziellen technischen Fragen, Defekten oder Anschlussproblemen zu Hause müssen wir auf den Fachhandel verweisen.

Unsere ehrenamtliche*n Tutor*innen helfen Ihnen gerne! Computer-Neulinge können den Umgang mit Maus, Tastatur und die ersten Schritte im Internet erproben.

Montag – Donnerstag **10:00 Uhr – 17:00 Uhr**
Freitag **10:00 Uhr – 13:00 Uhr**

Bitte beachten: Im Juli und August ist bis 16:00 Uhr geöffnet!

Montag	Heidrun Baum; Dirk Hentze; Kazem Sabet Rolf Niemand; Thomas Weinmann
Dienstag	Heidrun Baum; Wolfgang Faust Erich Harbrecht; Marlies Jakobek; Bernhard Janssen; Martin Weber
Mittwoch	Heidrun Baum; Nicole Nazari; Reinhard Witt; Barbara Zelz Gabi Helbich
Donnerstag	Heidrun Baum; Ulrich Fabian Erich Harbrecht; Dirk Hentze
Freitag	Rainer Tost
Variierend	Kerstin Pramberger

Einzelhilfe mit Tutoren-Begleitung

Wir bieten Ihnen Einzelhilfen zu verschiedenen Themen, die sich für Kurse nicht eignen oder die der Kursergänzung dienen. Einzelhilfen sind auch für Personen gedacht, denen die Teilnahme an einem Kurs aus verschiedenen Gründen nicht möglich ist. Die Einzelhilfen durch erfahrene und geduldige Tutorinnen und Tutoren beinhalten:

- Praktische Einzelunterstützung am Computer,
- Zeiteinteilung, Dauer und Anzahl der Übungsstunden nach Vereinbarung,
- Lernen Ihrem Lerntempo entsprechend.

Einzelhilfen sind immer Hilfe zur Selbsthilfe. Wir sind kein Dienstleistungsservice, sondern wollen Sie darin unterstützen, besser und selbstständiger mit dem PC umgehen zu können.

Mit (telefonischer) Anmeldung und Terminvereinbarung: Pro Lehreinheit 15 €

Unsere Tutoren helfen Ihnen gerne! Computer-Neulinge können den Umgang mit Maus, Tastatur und die ersten Schritte im Internet erproben.

Wir helfen Ihnen!

- Wo finde ich Was im Internet? Gesundheit, Reisen, Einkaufen, etc.?
- Wie kann ich eine E-Mail-Adresse einrichten?
- Wie kann ich Fotos per E-Mail versenden?

Wir beraten Sie!

- Wie kann ich einen Internet-Anschluss einrichten?
- Wie sicher ist das Internet?
- Wie kann ich etwas herunterladen?
- Was mache ich bei Computer-Problemen?

Was wir nicht tun!

- Wir führen keine Reparaturen an Geräten durch!
- Wir behandeln keine Defekte oder spezielle technische Fragen!
- Wir bieten keinen Besuchsdienst an!

Bei speziellen technischen Fragen, Defekten oder Anschlussproblemen zu Hause müssen wir auf den Fachhandel verweisen.

Kontakt:

Telefon: 069 299807-2350
E-Mail: cafe.anschluss@frankfurter-verband.de
Webseite: www.cafe.anschlusss.de
Facebook: www.facebook.com/cafe.anschluss

Gemeinsam erleben

Unter dem Begriff »Gemeinsam erleben« bieten wir Ihnen verschiedene Gruppenangebote, von Gesprächs- und Spielrunden bis hin zu Wanderungen an.

Ein Teil dieser Angebote wird durch Ehrenamtliche Mitarbeiter begleitet, für andere Bereiche, wie z. B. im Offenen Wohnzimmer (OWO), bieten wir unsere Räumlichkeiten für die Gruppenangebote an.

Sie könnten sich dann, unter der Woche, vor allem aber freitagnachmittags sich in unserem Saal für verschiedene Tätigkeiten, wie Spielen, miteinander Lesen, Gesprächsrunden, Sprachen lernen/üben, usw., mit anderen treffen. Wir nutzen freitagnachmittags als »offiziellen« Zeitpunkt für das OWO, da an den anderen Tagen gleichzeitig Einzelhilfen stattfinden.

Es muss lediglich eine Kontaktperson geben, die die Gruppe zwecks Planung und Organisation als Ansprechperson bereitstellt. Erfahrungsgemäß findet sich in jeder Gruppe eine Person, die dazu bereit ist. Dies bedeutet keine Verpflichtung immer mit dabei zu sein.

Wir geben Ihnen die Räumlichkeiten, und haben jemanden vor Ort, der Getränke, Kuchen und Quiche anbietet. Hierfür werden ebenfalls Ehrenamtliche gesucht, die bereit wären, die Cafeteria zu übernehmen. Ihre Gruppe wird dann ebenfalls hier in unserem Programmheft sowie auf unsere Webseite vorgestellt.

Haben Sie noch Fragen?

Wenden Sie sich vor Ort an unsere Empfangsmitarbeiter*innen, sie werden an die zuständige Person weitergeleitet. Oder schicken Sie eine E-Mail an cafe.anschluss@frankfurter-verband.de

Bitte beachten Sie:

- **Unsere Gruppenangebote, sowie die verschiedenen Angebote im Offenen Wohnzimmer (OWO), könnten Einschränkungen haben. Bitte informieren Sie sich bei den jeweiligen Verantwortlichen.**
- **Die jeweiligen Gruppenleiter*innen entscheiden selbständig, wie sie ihre Angebote anbieten möchten.**
- **Wir bitten um Verständnis, dass alle unsere Angebote situationsbedingt kurzfristig verändert werden können.**

Gemeinsam erleben

Die Café ANSCHLUSS KulTour

Sie interessieren sich für Museen, Ausstellungen und Kunst allgemein? In Frankfurt und Umgebung gibt es eine Fülle von Angeboten: In der Schirm, im Stadel und in sonstigen Ausstellungsorten.

Selbstverständlich gibt es zu all den Künstlern, Themen und Ausstellungen reichhaltige Informationen im Internet. Wir wollen beides miteinander verbinden! Erst gemeinsam im Internet recherchieren (wir zeigen Ihnen Tipps und Tricks zur Suche und zum Drucken), uns darüber unterhalten und später gemeinsam besuchen.

Informationen erhalten Sie nach Anfrage über die Clubleiterin; pro Termin 6 €

Angebot 22170-24-3451

Mo: 08.07. 14:00 – 16:00 Uhr

Mo: 12.08. 14:00 – 16:00 Uhr

Mo: 02.09. 14:00 – 16:00 Uhr

Mit Inge Hepp



Gemeinsam erleben

hobby-runde

Die hobby-runde mit Inge Hepp

ist ein offenes Treffen für Personen, die Andere kennenlernen möchten und Informationen über Freizeitangebote und Aktivitäten erhalten und austauschen wollen. Bei Interesse verabreden sich Teilnehmer*innen zu gemeinsamen Unternehmungen. Darüber hinaus werden für Liebhaber regelmäßig Besuche von Theater, Konzerten, Kino, Ausstellungen usw. organisiert. Frau Hepp vermittelt auch den Kontakt zu verschiedenen Aktiv-Gruppen, die über die hobby-runde entstanden sind, beispielsweise zu

Die Informationen zu den »Mittwochsspaziergängen« werden immer zwei Wochen vorher in der offenen Runde bekanntgegeben.

- einer Wandergruppe (Anreise in das Wandergebiet per Deutschlandticket),
- den »Mittwochsspaziergängen«,
- dem monatlich stattfindenden hobby-börsen Stammtisch.

Bei allen Aktivitäten rund um die hobby-runde wird Rücksicht auf den »kleinen Geldbeutel« genommen.

Offene Runden jeweils von 14:00 – 15:30 Uhr; Spaziergänge ab 13:00 Uhr

Mi: 03.07. Offene Runde: Treffen – Kennenlernen – Informieren

Mi: 17.07. Spaziergang: Interessierte treffen sich

Mi: 07.08. Offene Runde: Treffen – Kennenlernen – Informieren

Mi: 21.08. Spaziergang: Interessierte treffen sich

Mi: 04.09. Offene Runde: Treffen – Kennenlernen – Informieren

Mi: 18.09. Spaziergang: Interessierte treffen sich

Wir halten Sie über unseren Newsletter und Webseite auf dem laufenden.

Der »hobby-börse« Stammtisch

trifft sich im Restaurant »Wirtshaus Paulaner am Dom«, Domplatz 6, zum geselligen Beisammensein. Hier sind auch neue Gäste herzlich willkommen.

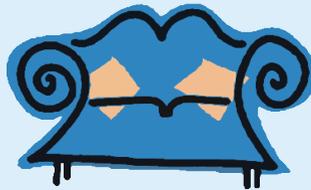
Die nächsten Treffen am Mi: 10.07.; 14.08.; 11.09.2024 um 14:00 Uhr

Gemeinsam erleben

Das Offene Wohnzimmer

Programm

Im Café ANSCHLUSS und Kreativwerkstatt
vom Zentrum Dornbusch
Freitags von 14 – 17 Uhr geöffnet



Das OWO ist ein Treff

für alle Altersgruppen, Nationalitäten und Kulturen.

Das OWO ist ein Treff,

um Begegnungen zwischen Menschen zu ermöglichen, die sich zu den vielfältigsten Themen zusammenfinden.

Das OWO ist ein Treff,

um einen Raum für Bürgerengagement zu schaffen und das Zusammenwirken mit anderen gesellschaftlich engagierten Menschen zu ermöglichen.

Das OWO ist ein Treff

zum Kaffeetrinken, Ausruhen, Klönen, Lesen und Surfen.

Das OWO ist nicht

ausschließlich freitags, aber Freitagnachmittags ist ausschließlich für das OWO.

Gesucht werden ab sofort Freiwillige ...

die sich im OWO freitags engagieren

- **als Gastgeber*innen und im Gastrobereich**
Einführung und Unterstützung ist gewährleistet!

Wir suchen »Sie«, wir suchen »Dich« zum aktiven Mitmachen, Ideen schmieden, entwickeln, gestalten und realisieren in einer netten Gemeinschaft!

Wir freuen uns über Ihr/Dein Interesse!

Gemeinsam erleben

Hier könnte Ihre Gruppe/Treff stehen

Das Café Anschluss bietet Ihnen an, unter der Woche, vor allem aber freitagnachmittags sich in unserem Saal für verschiedene Tätigkeiten, wie Spielen, miteinander Lesen, Gesprächsrunden, Sprachen lernen/üben, usw., mit anderen zu treffen.

Es muss lediglich eine Kontaktperson geben, die die Gruppe zwecks Planung und Organisation als Ansprechperson bereit stellt. Wir geben Ihnen die Räumlichkeiten, und haben jemanden vor Ort, der Getränke, Kuchen und Quiche anbietet. Ihre Gruppe wird dann ebenfalls hier in unserem Programmheft sowie auf unserer Webseite vorgestellt.

Haben Sie noch Fragen? Wenden Sie sich vor Ort an unsere Empfangsmitarbeiter*innen, sie werden an die zuständige Person weitergeleitet.

»Annes Runde«

Jeden Donnerstag von 13:30 bis 17:00 Uhr treffen sich Männer und Frauen im Cafe Anschluß.

Auch Sie sind im Rentenalter und wünschen sich einen festen Termin in Ihrem Alltag.

Darum und weil Sie aufgeschlossen, humorvoll und spielfreudig sind, können Sie sich unserer Gruppe anschließen.

Wir spielen gerne Rummicub, Phase 10, Canasta sowie andere Karten- und Würfelspiele und wollen unser Gedächtnis trainieren.

Auch Schachspieler sind willkommen.

Spiele sind vorhanden.

Sie können aber auch ihr Lieblingsspiel mitbringen und Spielpartner finden.

Bei Kaffee, Tee und Kuchen - erhältlich im Cafe Anschluß - sprechen wir zu Beginn über aktuelle Themen.

Gemeinsam wollen wir entspannte aber auch spannende Stunden in geselliger Runde verbringen.

Wenn Sie dabei sein wollen, erreichen Sie mich mit Ihrer Anmeldung unter:
annes-runde@t-online.de

Gemeinsam erleben

Treffen im Offenen Wohnzimmer

Verantwortlich: Teilnehmer*innen der OWO-Trägergruppe

Zum Kennenlernen, Wohlfühlen und Ideen spinnen für weitere Aktivitäten...

Wir suchen weiterhin nach Teilnehmer*innen, die dieses Projekt mitgestalten und unterstützen möchten. Mehr auf den Seiten 27 und 30!

Termine: Immer freitags von 14 – 17 Uhr

Schach für Anfänger / Könner / Fans

Verantwortlich: Vlade Ljubic

Vlade ist leidenschaftlicher Schachspieler und Schachlehrer. Er war hessischer Bezirksmeister und kann gegen mehrere TeilnehmerInnen gleichzeitig spielen und auch Kinder können schon Schachspielen lernen ... Schachspiele sind da. Wir freuen uns aber auch über gespendete Spiele, soweit sie vollständig und gut in Schuss sind.

Termine: Dienstags 15 – 17 Uhr, freitags 14 – 17 Uhr andere Termine auf Nachfrage

Interessierte melden sich bitte vorher bei Vlade:

Handy: 01577 9700919 oder in der Kreativwerkstatt: 069 299807-2357

Spielegruppe Doppelkopf

Verantwortlich: Jutta Worret

Eingeladen sind alle, die Spielpartner suchen und spielen können. Spielkarten sind vorhanden.

Termine: Freitags, 15 – 17 Uhr

**Ausschließlich nach telefonischer Voranmeldung bei Jutta Worret.
Die genauen Termine bitte erfragen unter: 069 573222**

Gemeinsam erleben

Schreiben im Café nach Natalie Goldberg

Verantwortlich: Wiltrud Pietschmann

Schreiben ist eine gute Gelegenheit im JETZT zu sein. Wenn wir schreiben, begegnen wir uns selbst gerade in diesem Augenblick. Allein für sich zu schreiben kann kraftvoll sein, aber in der Atmosphäre des Cafés – im Dialog mit anderen – können wir uns öffnen für viele neue Ideen. »Halten Sie Ihre Hand in Bewegung!«, rät uns Natalie Goldberg. Diesem Rat wollen wir folgen und Herz, Sinne und Verstand mit einbeziehen, wenn wir unsere Texte gestalten.

Termine: Freitags, die genauen Termine bitte erfragen unter: 069 299807-2350



Literaturkreis

Gemeinsam lesen wir je eine kurze Erzählung sowie ein Gedicht und tauschen unsere Eindrücke und Gedanken aus. Es gibt bei diesen Besprechungen keine thematische Eingrenzung. Wer Lust hat, kopiert für die Gruppe eine Geschichte nach Wahl und bringt sie mit.

Die Größe des Lesekreises liegt bei etwa 6-8 Personen. Wir nehmen noch Interessierte auf. Bei Interesse nehmen Sie bitte mit Fritz Schmid Kontakt auf.

An Kosten fallen pro Treffen ca. 50 Cent für die Kopien an.

Termine: Mittwochs 11:00 – 12:30 Uhr

Kontakt: Fritz Schmid fritzschmid@hotmail.de

Gemeinsam erleben

»LeseFreude« im Café Anschluss

Einmal monatlich montags um 17 Uhr.

Gute Unterhaltung aus dem Bereich der Literatur und Kultur im Allgemeinen bietet »LeseFreude« mit seinen Vorträgen. Eine der für Frankfurter Seniorinnen und Senioren beliebte Fundgruben für glückliche Stunden wird wieder gefüllt.

Regelmäßig einmal im Monat finden Lesungen im Café Anschluss statt, zu denen nicht nur interessierte Zuhörerinnen und Zuhörer eingeladen sind, sondern auch Vertreterinnen und Vertreter von Einrichtungen wie Altenheimen, Begegnungszentren, Seniorentreffs, Stadtteilbibliotheken in Frankfurt etc, die auf der Suche nach einem unterhaltsamen Programm für ihre Seniorinnen und Senioren sind.

22.07. Frau Schindler liest aus **Schmitz' Katze: Hunde haben Herrchen, Katzen haben Personal**

Auf sehr humorvolle Art schildert Ralf Schmitz autobiographisch das Zusammenleben mit seiner Katze Minka. Wie er versichert, sind alle Geschichten wirklich bis auf die letzte Silbe wahr.

05.08. Frau Holleufer liest **alte, mehr oder weniger bekannte Märchen**, in denen es um zaubern und verzaubern geht. Lassen Sie sich verzaubern, gehen Sie für eine kleine Weile mit in eine andere Welt. Grimms Märchen oder solche von z. B. Wilhelm Hauff haben eine bildreiche Sprache, die amüsante und manchmal nicht wirklich lehrreiche Einblicke verschafft. Aber happy end ist garantiert. Und das Gute siegt natürlich. Immer.

02.09. Maria Niesen liest »Erika«: **oder der verborgene Sinn des Lebens von Elke Heidenreich**

Manchmal weiß man so gar nicht mehr, wo man hingehört im Leben. So wie Betty, die vor den Feiertagen Bilanz zieht: „Es war, als hätte ich zu leben vergessen.“ Wie ein riesiges Plüschschwein namens Erika dem Leben wieder einen - wenn auch verborgenen - Sinn gibt

Besonders neue (Vor)-Leserinnen und -Leser sind herzlich willkommen, um zu schnuppern, sich auszuprobieren und die liebgewonnene Literatur vorzustellen...

Selbstverständlich werden Sie hierbei unterstützt und begleitet.

**Interessenten wenden sich bitte an das Café Anschluss,
Tel.: 069 299807-2350 oder cafe.anschluss@frankfurter-verband.de**

Ohne Anmeldung; kostenlos

Gemeinsam erleben

Gesellschaftstanz im »offenen Wohnzimmer« unter der Leitung von Bea Blell

Habt ihr Lust, in ungezwungenem Rahmen das Tanzbein zu schwingen, Schrittcombinationen im Gesellschaftstanz zu erlernen und anschließend zu üben? Das Angebot richtet sich sowohl an Anfänger als auch an Fortgeschrittene, Ihr könnt als Paar oder Einzelperson tanzen (LGBTQIA+ willkommen).



Termine im ersten Quartal 2024:

Juli	August	September
Sommerpause	12.08.	09.09
	26.08.	23.09.

Einlass ab 18:00 Uhr, 18:30 – 20:00 Uhr Kurs, anschließend bis maximal 21:00 Uhr freies Tanzen sowie Getränkeausschank für die Kursteilnehmer*innen.

Teilnahmebeschränkung: 30 Personen

Kosten: pro Termin sind 3,50 € zu entrichten

Anmeldung im Café Anschluss unter der Rufnummer 069 299807-2350 oder cafe.anschluss@frankfurter-verband.de dringend erforderlich!

Wir freuen uns sehr darauf, viele Tanzbegeisterte zu sehen.

Gemeinsam erleben

Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer« unter der Leitung von Steven McAvinue

Selbst in fremde Welten eintauchen, Charaktere entwickeln, Abenteuer mitgestalten – bei Rollenspielen ist die einzige Grenze die eigene Fantasie. Als Rollenspiel (englisch role-playing game, kurz RPG) bezeichnet man eine Spielform, bei der die Spielenden die Rollen realer Menschen, fiktiver Figuren, Tiere oder auch Gegenstände übernehmen.

Rollenspiele an sich sind den allermeisten vertraut, Kinder spielen Räuber und Gendarm und im geschäftlichen Umfeld werden hin und wieder Übungsgespräche mit fiktiven Kunden ebenfalls als Rollenspiel bezeichnet.

Auch bei Pen-&-Paper-Rollenspielen, oft einfach nur Rollenspiele genannt, schlüpfen die Beteiligten in Rollen, die sie üblicherweise nicht innehaben (denn wer ist schon den ganzen Tag ein Superheld oder ein Zwergenkrieger), um eine Geschichte zu erleben. Meistens findet dies in einer Gruppe statt, sei es mit Freunden oder mit Menschen, die man zu diesem Zweck kennengelernt hat.



Bei unseren erfahrenen Spielleiter, Steven McAvinue, werden Sie Ihre Anfänge als ein Superheld erleben, und erklärt Ihnen was unter Rollenspiel zu verstehen ist, und wird Sie mit Systemen aus dem Pen-&-Paper-Rollenspiele vertraut machen.

Weitere Spielleiter und -gruppen sind willkommen!
Dies ist ein intergenerationelles Angebot!

Am ersten Samstag des Monats - Dieses Quartal: 13.07.; 03.08.; 07.09.
13:00 – 17:00 Uhr (Ende offen) - Im Juli am zweiten Samstag!

Bitte beachten Sie: Spielende Gruppen haben, je nach Spielleiter, eine begrenzte Anzahl von Spielern. Diese Anzahl kann variieren.

Eine Anmeldung ist nicht nötig, aber wünschenswert.

Gemeinsam erleben

Geführte Wanderungen

Mit Wolfgang Ruth

Bei allen Wanderungen ist eine Einkehr vorgesehen. Die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt, es sei denn es liegt für diesen Tag eine Unwetterwarnung des Wetterdienstes vor. Die An- und Abreise erfolgt immer mit Bahn und Bus. Die Wanderung fangen generell am Vormittag an. **Die Teilnehmer*innenzahl ist generell jeweils auf 20 Personen begrenzt, dies kann sich je nach Einkehrmöglichkeit ändern.**

Der genaue Treffpunkt und die Uhrzeit wird etwa eine Woche vorher per E-Mail bekannt gegeben.

Bei unseren **Highlight-Wanderungen**, die im Quartal wiederholt werden, können Sie sich dann immer nur für einen der Termine anmelden, um möglichst vielen eine Teilnahme zu ermöglichen.

Di: 09.07. Lorsbach - Eppstein, 9 km Länge, 230 m Anstieg

Mi: 10.07. Lorsbach - Eppstein, 9 km Länge, 230 m Anstieg

Di: 30.07. Wiebelsbach - Groß-Umstadt, 10 km Länge, 210 m Anstieg

Do: 01.08. Wiebelsbach - Groß-Umstadt, 10 km Länge, 210 m Anstieg

Fr: 30.08. Wiebelsbach - Groß-Umstadt, 10 km Länge, 210 m Anstieg

Fr: 06.09. Assmannshausen - Abtei St. Hildegard - Rüdesheim,
10 km Länge, 255 m Anstieg

Mi: 11.09. Assmannshausen - Abtei St. Hildegard - Rüdesheim,
10 km Länge, 255 m Anstieg

Voraussetzungen: Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk.

Anmeldung im Café Anschluss unter der Rufnummer 069 299807-2350 oder cafe.anschluss@frankfurter-verband.de dringend erforderlich!

Durch den milderen Winter ist gerade jetzt mit erhöhter Zeckenaktivität zu rechnen.

Wir empfehlen daher dringend geschlossene Schuhe und lange Hosen!

Gemeinsam erleben

Geführte Sonntags-Wanderungen

Mit Theresia Schoppenhauer

Bei allen Wanderungen ist eine Einkehr vorgesehen. Die Wanderungen finden bei jedem Wetter statt, es sei denn es liegt für diesen Tag eine Unwetterwarnung des Wetterdienstes vor. Die An- und Abreise erfolgt immer mit Bahn und Bus. Die Wanderung fangen generell am Vormittag an. **Die Teilnehmer*innenzahl ist generell jeweils auf 10 Personen begrenzt.**

Der genaue Treffpunkt und die Uhrzeit wird etwa eine Woche vorher per E-Mail bekannt gegeben.

- So: 07.07. Um den Erlensee, Bickenbach an der Bergstraße,**
11 km Länge, 40 m Anstieg
- So: 21.07. Dasbach - Wolfsbachteichen & Altstadt, Idstein,**
10,8 km Länge, 150 m Anstieg
- So: 04.08. Darmstadt-Ost - Darmbach-Fischerteichen - Fischerhütte,**
12,8 km Länge, 90 m Anstieg
- So: 18.08. Raunheim - Wildgehege und Lindensee,**
11,9 km Länge, 70 m Anstieg
- So: 08.09. Geisenheim (RTK) - Kloster Mariental,**
11,9 km Länge, 190 m Anstieg
- So: 22.09. Wiesbaden-Schierstein - Niederwallufer Bucht,**
11,7 km Länge, 90 m Anstieg

Voraussetzungen: Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk.

Anmeldung im Café Anschluss unter der Rufnummer 069 299807-2350 oder cafe.anschluss@frankfurter-verband.de dringend erforderlich!

Durch den milderen Winter ist gerade jetzt mit erhöhter Zeckenaktivität zu rechnen.

Wir empfehlen daher dringend geschlossene Schuhe und lange Hosen!

Gemeinsam erleben

Tagesausflug mit dem Bus

zum Fürstlichen Gartenfest Schloss Wolfsgarten,

das in diesem Jahr unter dem Sonderthema URBAN GARDENING stattfindet. „Es geht dabei u. a. um das Gärtnern auf kleinem Raum: auf dem Balkon, im Vorgarten, als mobile Variante und ganz allgemein in der Stadt. Die grüne Stadt, die klimafreundlich Stadt, die „essbare“ Stadt als Selbstversorgerbasis, aber auch die Begrünung von Dächern, Fassaden und Extremstandorten steht im Mittelpunkt der Veranstaltung“.

„Das breite Ausstellerspektrum, Kulinarik, Musik, Kunst und Kultur sowie ein pädagogisches Angebot für Kinder machen das Gartenvergnügen mitten im Rhein-Main-Gebiet zu einem echten Erlebnis.“

Abfahrt am 20. September um 9 Uhr an der Ecke Am Grünhof / Hansaallee.

Rückfahrt um 16 Uhr

Kosten: 45 € (inkl. Eintritt) [Für Kunden und Ehrenamtliche des Frankfurter Verband: 40 €]

Anmeldung erforderlich unter 069 299807-2350

Tagesausflug

Fr: 20.09. 09:00 – 17:00 Uhr

Mit Peter Gehweiler
und W. Baumann

Vorankündigung zum Tagesausflug

nach Neu Anspach im Hessenpark

Am 18. Oktober fahren wir nach Neu Anspach und Verbringen den Tag im Hessenpark.

Mit dem Handwerker-Ehepaar Orth gehen wir auf eine Zeitreise in die Vergangenheit und lassen Geschichten aus früheren Jahrhunderten wieder lebendig werden.

Mehr Informationen zu diesem Tagesausflug im nächsten Programmheft und unser Newsletter für Oktober.

Vorankündigung

Fr: 18.10.

Mit Peter Gehweiler
und W. Baumann

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Im Rahmen der diesjährigen »Aktionswochen Älterwerden« der Stadt Frankfurt bieten wir Ihnen wieder ein buntes Programm an Vorträgen und Ausflügen.

Aktionswochen Älterwerden in Frankfurt



Neben bewährten Vorträgen über Sicherheit im Internet oder soziale Netzwerke, haben wir für Sie in diesem Jahr auch einige aktuelle Themen neu hinzugenommen. Wissen Sie zum Beispiel, wie Sie ihr eigenes Erinnerungsvermögen trainieren können? Oder zum Beispiel auch, was das Café Anschluss neben seinen Kursen und Vorträgen noch an vielfältigen Möglichkeiten zum Austausch, zum entspannten Treffen oder zum Lernen bereithält?

Kommen Sie doch gerne zu einem oder auch mehreren unserer Vorträge und Ausflüge vorbei, wir freuen uns auf Sie!

Besonders habe ich mich immer gefühlt

Lesbisches, schwules und trans* Leben im Alter

Die Ausstellung lädt zu einer Reise in die Lebensgeschichten von älteren Lesben, Schwulen und Trans*-Personen ein. Biografische Texte, Fotos und prägnante Aussagen gewähren Einblicke in die unterschiedlichen Lebenswelten, Lebensbedingungen und Erfahrungen in einer sich verändernden Gesellschaft.

Die dargestellten Portraits von aktuell sieben Lesben, Schwulen und Trans*-Personen vermitteln exemplarisch die Hoffnungen, Ängste und Erwartungen älterer, alter und hochbetagter LSBT*I-Personen, um zu einem Verständnis für die Wünsche, Interessen und Bedarfe verschiedener Lebensweisen im Prozess des Älterwerdens beizutragen.

LSBT* im Alter ist ein Projekt von LIBS e. V. und AIDS-Hilfe Frankfurt e. V.

Ohne Anmeldung; kostenlos

Ausstellung im Café Anschluss

Mo: 16.09. bis Fr: 27.09.

10:00 – 16:00 Uhr

LSBT* im Alter

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Denkzettel

Die grauen Gehirnzellen auf Trapp bringen

Neben Informationen zum Gedächtnis lernen Sie einige Bewegungen kennen, die Ihr Gedächtnis herausfordern. Wir zeigen Ihnen eine Methode, wie Sie Begriffe behalten und werden sie auch gleich gemeinsam üben.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Mo: 16.09. 11:00 – 12:00 Uhr
Mit Peter Gehweiler
und Alina Pergande

»Smarthome« – das intelligente Haus

Wie erobert das Internet Heim und Haushalt?

Wir geben Ihnen die Grundlageninformation für den Einsatz und die Nutzung des Internets im Haus und in der Wohnung. Angesprochen werden: Grundlagen zur Funktion des Internets, Was ist eine IP-Adresse und wer vergibt sie?, »Dinge« im Internet, Sprachassistenten (Amazon Echo, Google Home, Apple's Siri), Heimautomation (Philips Hue, Osram Spotify, Ikea Tradfry u. a.). Außerdem auch »Was weiß mein Personalausweis über mich?«

Bitte beachten: Dieser Vortrag bietet nur ein Teil der Informationen, die üblicherweise als Kurs auf der Seite 20 angeboten wird.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Mo: 16.09. 14:00 – 15:00 Uhr
Mit Bernhard Janssen

Smartphone

Was kann es, wieviel kostet es und wer hilft mir dabei?

Die Smartphones sind richtige kleine Computer. Es gibt für sie zahlreiche Programme, »die Apps«, und man kann mit ihnen imInternet surfen, telefonieren, seine Mails abrufen und schreiben, alle Adressen und Telefonnummern dabeihaben oder perVideotelefonie Familie oder Freunde anrufen. Wir erklären Ihnen, was es für unterschiedliche Modell-Typen gibt, welcheVertragsarten es gibt und was Sie beim Kauf beachten sollten.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Di: 17.09. 11:00 – 12:00 Uhr
Mit Reinhard Witt

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Filzen – Altes Handwerk neu entdeckt

Findet in der Kreativwerkstatt statt

Workshop

Di: 17.09. 14:00 – 16:00 Uhr

Mit Brigitte Stein

Dekorative Kleinigkeiten, Schmuck, Schnüre, Blumen oder auch ein kleines Etui. Fluffige feine gezupfte Wolle wird unter Anleitung im Rahmen der offenen Arbeit von einer erfahrenen Kunstpädagogin durch Wasser und Seife zu einem festen robusten Material gefilzt.

Bitte mitbringen: Schürze, altes Frotteehandtuch

Voraussetzungen: Keine / max. 6 Personen

Mit Anmeldung an kreativwerkstatt@frankfurter-verband.de oder unter der Rufnummer 069 299807-2357; Materialkosten nach Aufwand: ca. 3 €

Schnuppertreff Gesellschaftstanz

einfache Tanzschritte lernen

Tanz-/Bewegungsangebot

Di: 17.09. 14:00 – 15:00 Uhr

Mit Bea Blell

Sie wollen mal wieder Ihr Tanzbein schwingen, ein paar einfache Schritte ChaCha, Rumba oder langsamer Walzer kennenlernen? Kommen Sie zu unserem Schnuppertreff Gesellschaftstanz und lernen Sie zudem noch nette Menschen kennen. max. 30 Personen

Voraussetzungen: Keine

Mit Anmeldung an cafe.anschluss@frankfurter-verband.de oder unter der Rufnummer 069 299807-2350; kostenlos

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Online Banking:

Wie geht es und wie sicher ist es?

In diesem Vortrag zeigen wir Ihnen: Wie verbreitet ist Online Banking schon? Wie funktioniert Online Banking? Beispiele:

- Kontoöffnen auf dem PC
- Den Kontostand erkennen
- Buchungen einsehen
- Überweisung ausführen
- Wie sicher ist OnlineBanking?
- Welche Schritte sind notwendig zur Einrichtung?
- Wie kann das Café Anschluss helfen?

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Do: 19.09. 11:00 – 12:00 Uhr
Mit Reinhard Witt

Nachhaltigkeitsapps

Wie geht es und wie sicher ist es?

Apps können uns nicht nur helfen, die Fitness zu steigern oder eine tolle Bahnverbindung rauszusuchen, Sie können uns auchhelfen, nachhaltiger und umweltfreundlicher zu leben und die Ressourcen auf unserem Planeten zu schonen. Einige dieser Appsstellen wir Ihnen in diesem Vortrag vor.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Do: 19.09. 14:00 – 15:00 Uhr
Mit Christine Fischer

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Alles im Wandel

Intuitives Malen für alle

Findet in der Kreativwerkstatt statt

Workshop

Do: 19.09. 11:00 – 13:00 Uhr

Mit Alina Pergande

Leben ist permanenter Wandel, bunt und vielfältig - bringen wir unsere ganz eigene Version davon zu Papier.

Neben dem freien Malen umfasst der Workshop leichte Bewegungs- und Atemübungen, die an die jeweiligen Voraussetzungen individuell angepasst werden können.

Der Workshop stellt kein therapeutisches Angebot dar.

Voraussetzungen: Keine / max. 6 Personen

Mit Anmeldung an kreativwerkstatt@frankfurter-verband.de oder unter der Rufnummer 069 299807-2357; Materialkosten 3 €

Senior*innen sozial im Netz

Wir entdecken die vielfältigen Möglichkeiten sozialer Netzwerke

Warum sollte ich Facebook, Skype oder WhatsApp nutzen? Wozu sind diese Anwendungen überhaupt hilfreich? Wir erklären Ihnen in einem Überblick, wie Sie diese Kommunikationsprogramme nutzen können, um mit Freunden und Familie aus Nah und Fern in Kontakt zu bleiben und vielleicht sogar alte Freunde in den sozialen Netzwerken wiederzufinden.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Fr: 20.09. 11:00 – 12:00 Uhr

Mit Steven McAvinue

Ein letzter Gruß – Der Digitale Nachlass

Damit möchten wir uns nicht gerne befassen, aber es ist wichtig, egal in welchem Alter! Vieles von unserem Leben findet inzwischen in der virtuellen Welt statt. Doch was passiert nach unserem Tod mit all den Accounts, Passwörtern, Fotos, empfindlichen Daten und Dateien? Wir geben Ihnen hierzu Ratschläge, wie Sie Ihren sog. »Digitalen Nachlass« regeln können.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Mo: 23.09. 11:00 – 12:00 Uhr

Mit Steven McAvinue

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Digitale Demokratiekompetenz

Demokratische Mitwirkungsmöglichkeiten im Internet

In diesem Vortrag lernen Sie Online Petitionsportale, Faktencheck Seiten sowie sog. Citizen Science (Bürgerwissenschaften) Projekte kennen und bekommen so einen kleinen Überblick über demokratische Mitwirkungsmöglichkeiten im Internet.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Mo: 23.09. 14:00 – 15:00 Uhr
Mit Christine Fischer

Uns wird es immer heißer!

Lass uns über Klima reden

Wir, die »Grandparents for Future« sind eine Gruppe von Senior*innen, die Gleichaltrige einladen, sich mit uns über ihre Erfahrungen mit den Wetterveränderungen der letzten fünf Jahrzehnte auszutauschen.

Wir informieren im ersten Teil der Veranstaltung über wissenschaftlich belegte Fakten und wollen anschließend in einem offenen Austausch folgende Fragestellungen besprechen: Wie geht es uns damit? Und wie reagieren wir auf beunruhigende Nachrichten und Zukunftsperspektiven für uns, aber auch für unsere Kinder und Enkel?

Wir freuen uns auf regen Teilnahme!

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Informationsveranstaltung mit Gesprächsrunde

Di: 24.09. 11:00 – 12:00 Uhr
Mit Grandparents for Future

Keine Angst vor Künstlicher Intelligenz (KI)

KI ist für Senior:innen wichtig

Wir stellen Ihnen in diesem Vortrag vor, warum das Thema KI für Senioren wichtig ist und welche Rolle es in Ihrem Leben haben kann. Ziel ist es, daß Sie ein Verständnis für KI entwickeln - mit Beispielen aus dem Gesundheitsbereich, Mobilität, Barrierefreiheit, etc.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Vortrag

Di: 24.09. 14:00 – 15:00 Uhr
Mit Steven McAvinue

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Infoveranstaltung Ehrenamt im Frankfurter Verband Ehrenamt soll Spass machen

Informationsveranstaltung
Mi: 25.09. 11:00 – 12:00 Uhr
Mit Peter Gehweiler
und Christine Fischer

In diesem Vortrag zeigen wir Ihnen, wie viele verschiedene Möglichkeiten ehrenamtlichen Engagements der Frankfurter Verband für Sie bereithält. Kommen Sie vorbei und informieren sich. Vielleicht wollen Sie sich ja auch demnächst bei uns ehrenamtlich engagieren.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Romys Salon

Filmvorführung und Austausch

Das Frankfurter Programm »Würde im Alter« lädt Sie ein zu: »Romys Salon«. Der Film von Mischa Kamp erzählt die Geschichte der neunjährigen Romy, die ihre Nachmittage bei ihrer Oma im Friseursalon verbringt. Zwei Generationen im Strudel einer sich anbahnenden Demenz werfen Schlaglichter auf Fragen um Fürsorge, Solidarität und Umgang mit Veränderung.

Film-Veranstaltung
Mi: 25.09. 14:30 – 17:00 Uhr

Mit seinen Projekten leistet das Frankfurter Programm „Würde im Alter“ einen Beitrag zum Umgang mit diesen Fragen.

Mit Anmeldung an anmeldung-aktionswoche@stadt-frankfurt.de oder unter der Rufnummer 069 212-45058; kostenfrei

»Aktionswochen Älterwerden« – Unsere Vorträge

Tablet: Was kann er, wie teuer ist er und kann er einen Laptop/PC ersetzen?

Vortrag

Do: 26.09. 11:00 – 12:00 Uhr
Mit Reinhard Witt

Sie möchten sich über die Möglichkeiten der Tablet-Computer informieren oder planen die Anschaffung eines Tablets. Welche Modelle gibt es? Wie werden sie bedient? Was können die Tablets und welche Vor- und Nachteile haben sie gegenüber anderentragbaren Computern wie den Notebooks? Wie werden sie mit dem Internet verbunden und wo bekommt man die kostenlosen Programme, die »Apps« her? Dieser Vortrag informiert Sie über die Möglichkeiten und gibt Tipps für den Kauf eines Tablets.

Bitte beachten: Der Vortrag befasst sich nur mit dem Android System, nicht mit dem System der Firma Apple (iPad).

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Schönheit kennt kein Alter **Farb- und Stilberatung für alle**

Beratung

Do: 26.09. 14:00 – 16:00 Uhr
Mit Alina Pergande

Wir alle haben Farben, Stoffe und Schnitte, in denen wir uns absolut wohl fühlen, die zu unserem Typ, zu unserer Persönlichkeit und zu unserem Leben passen. Eine zertifizierte Farb- und Stilberaterin gibt eine Einführung mit praktischen Tipps und Tricks.

Voraussetzungen: Keine
Ohne Anmeldung; kostenlos

Nachhaltigkeit

Repaircafé Frankfurt-Dornbusch

Unser Repaircafé funktioniert auf der Basis »Hilfe zur Selbsthilfe«. Als Besucher*in können Sie zu uns kommen und Ihr defektes Gerät oder reparaturbedürftige Textilien mitbringen.

Sie können sich dabei von unseren erfahrenen Reparatur*innen helfen lassen oder es auch selbst versuchen und nur um Rat fragen, wenn es nicht weitergeht oder unser Werkzeug mitbenutzen.

Wir versuchen, alles zu reparieren, was Sie unter dem Arm problemlos transportieren können und was sich auch reparieren lässt - ausgenommen sind Waschmaschinen, Trockner, Computer, »gefährliche« Eigenkonstruktionen und Ähnliches.

Zwei Sachen sollten Sie allerdings noch wissen:

- Es gibt keine Garantie für und auf eine Reparatur
- Nach Ihrem Besuch müssen Sie ihr Gerät wieder mitnehmen, repariert oder nicht

Als Anerkennung für die Ihnen erbrachte Leistung, und um die Weiterexistenz des Repaircafés zu sichern, wird um eine Spende nach Ihren Möglichkeiten gebeten.

Kaffee und Kuchen, sowie ein Plausch mit den anderen Gästen verkürzen ggf. vorhandene Wartezeiten.

Veranstaltungsort ist das »Offene Wohnzimmer« (OWO) im Café Anschluss, Zentrum Dornbusch, Hansaallee 150 / Ecke Pfadfinderweg.

**Jeden letzten Freitag des Monats
(nicht im Dezember)**

15:00 – 17:30, Einlass ab 14:30 Uhr

Achtung: Limitierte Teilnehmer*innenzahl

Kontakt: repaircafe.dornbusch@frankfurter-verband.de

Neue ehrenamtliche Unterstützer*innen sind bei uns immer herzlich willkommen - besuchen Sie uns einfach und »schnuppern« Sie mal rein.

Genießen Sie

Leckerer selbstgebackener Kuchen & Quiche aus hochwertigen Zutaten

Montags bis donnerstags von 10:00 - 17:00 Uhr (Juli und August bis 16:00 Uhr) sowie freitags von 10:00 - 13:00 Uhr gibt es bei uns im Café Anschluss leckeren, selbst gebackenen Kuchen und Quiche aus hochwertigen Zutaten. Genießen Sie die ständig wechselnden, liebevoll zubereiteten Kuchenkreationen bei uns im Café oder nehmen Sie sich ein paar Stücke mit nach Hause.

Kommen Sie vorbei, wir freuen uns auf Sie!

Verantwortlicher für das Zentrum Dornbusch:

Peter Gehweiler

Zentrum Dornbusch: Café Anschluss & Kreativwerkstatt

Hansaallee 150, 60320 Frankfurt

Tel. 069 299807-2350

Haltestelle Dornbusch (U1, 2,3,8, Bus 34, 64)

Träger: Frankfurter Verband e.V.

Rat und Hilfe

Café ANSCHLUSS ist:

Ausgabestelle für den »Kulturpass«

Der Verein »Kultur für ALLE e.V.« hat mit dem »Kulturpass« ein beispielhaftes Projekt geschaffen mit dem Ziel, bedürftigen Frankfurterinnen und Frankfurtern eine Teilhabe am kulturellen Leben zu ermöglichen, beispielsweise den Besuch von Theater, Oper, Kino, Rock-, Jazz- oder Klassikkonzerten, Museum, Literaturlesungen, Kinderveranstaltungen oder Zirkus. Der »Kulturpass« (ein personalisiertes Plastik-kärtchen) für Bürgergeld-Empfänger*innen, Grundsicherungsrentner*innen und Sozialhilfeempfänger*innen ist an verschiedenen Stellen in Frankfurt auf Antrag erhältlich.

Täglich während den Öffnungszeiten im Café Anschluss

Rat und Hilfe

Seniorentelefon

**Rufen Sie uns an: 069 299807-2350 oder 069 212-37070
oder sprechen Sie unsere Empfangsmitarbeiter*innen persönlich an**

Als Anlaufstelle klären wir mit Ihnen Ihr Anliegen und leiten Sie weiter z. B. zu:

- der Betreuungsstelle
- den wirtschaftlichen Hilfen für Heimbewohner
- Selbsthilfegruppen
- sozialen Diensten
- den Sozialrathäusern
- Seniorenbeiräten
- Sozialbezirks- und Stadtbezirksvorstehern

- dem Pflegebereich
 - Alten- und Pflegeheimen
 - Tages- und Kurzzeitpflege

- dem Pflegestützpunkt mit verschiedenen Informationen zu
 - den ambulanten Diensten
 - hauswirtschaftlicher und pflegerischer Versorgung
 - betreutem Wohnen
 - Hausnotruf
 - Essen auf Rädern
 - Seniorenrestaurants

- den offenen Angeboten
 - Aktiv- und anderen Clubs und Treffpunkten
 - Begegnungsstätten
 - Kursen und Vorträgen
 - kulturellen Angeboten
 - Seniorenreisen und Ausflügen
 - Wohnprojekten
 - Möglichkeiten der ehrenamtlichen Tätigkeit

Informationszentrale

Sie finden bei uns zahlreiche aktuelle Informationen in Form von Zeitschriften, Broschüren und Handzetteln zu Angeboten und Veranstaltungen für ältere Menschen in Frankfurt und darüber hinaus.

Zentrum Dornbusch

Das sind:

Café ANSCHLUSS und die Kreativwerkstatt

Kreativwerkstatt, Internationaler Treff für Alt bis Jung
Hansaallee 150, 60320 Frankfurt, Eingang: Pfadfinderweg
Tel.: 069 299807-2357, Fax: 069 299807-2358
E-Mail: kreativwerstatt@frankfurter-verband.de

Wir, die Kreativwerkstatt

Die Kreativwerkstatt ist eine internationale Begegnungsstätte. Wer zu uns kommt, hat Interesse an der Begegnung der Generationen und Kulturen. Wir bieten Kurse, Workshops und Offene Werkstätten zu unterschiedlichsten kreativen Themen an. Eine unserer Leitlinien ist es, Menschen zu ermöglichen, sich in Gemeinschaft mit Anderen kreativ, künstlerisch und sozial entfalten und betätigen zu können, und zwar unabhängig von ihrer sozialen Lebenssituation. Es gibt viele Möglichkeiten, sich auch ehrenamtlich bei uns zu engagieren.

Eingeladen, bei uns mitzumachen, sind alle Generationen von ALT bis JUNG. Aktiven, dynamischen und selbstbestimmten Menschen haben wir viel zu bieten. Aber auch Stille, Zurückhaltende oder Hochbetagte finden bei uns ihren Platz. Unsere BesucherInnen sind zur Zeit zwischen 87 und 27 Jahre alt. Wir sind ein Haus, in dem die verschiedenen Altersgruppen miteinander tätig sind. Das erleben alle als sehr bereichernd.

Ebenso sind wir ein Ort, an dem Menschen aus aller Welt herzlich willkommen sind. Denn das Überwinden von Vorurteilen und festgefahrenen Verhaltensweisen ist ein Teil unserer »Werkstattphilosophie«. Miteinander kreativ sein macht offen füreinander und baut Brücken.

Das vielfältige Spektrum unserer Kurse und Themenangebote, die unterschiedlichsten Menschen im Hause, der Prozess des ständigen voneinander Lernens, ein Konzept, das selbstbestimmtes Tun und Selbsttätigkeit in den Mittelpunkt stellt, macht die Kreativwerkstatt zu einem Ort, der lebendig ist, neugierig macht und aktiv werden lässt und alle mit Lebensfreude ansteckt, die zu uns kommen.

Unser Angebot: Offene Werkstätten, Atelier, Ton, Holz/Metall.

Kurse: Kunsthandwerk, Bildende Kunst, Selbsterfahrung, Entspannung u. Bewegung, Tanz und Musik, Sprachen lernen.

Besondere Treffs: Internationaler Frauenkreis, Gesprächskreis Philosophie für Frauen, Internationaler Strickclub, Netzwerk Neue Nachbarschaften, Ausflüge, Besichtigungen, Feste, Vorträge, Diskussionen, Projekte mit anderen Organisationen, eigene Events wie der weihnachtliche Markt.

Zentrum Dornbusch

Das Café ANSCHLUSS bietet seit **über 25 Jahren** Unterstützung zum Einstieg in die Welt des Computers sowie des Internets für Personen ab 50 Jahren an. In diesem Rahmen hat sich ein breites Feld an Kursen und Einzelangeboten entwickelt, das wir stetig erweitern. Weiterhin haben wir eine kleine, aber feine Cafeteria mit frischem Kaffee und leckerem, selbst gebackenem Kuchen aus hochwertigen Zutaten. Bei uns bekommen Sie Informationen über Zentren & Pflegeheime des Frankfurter Verbandes, des Rathauses für Senioren der Stadt Frankfurt sowie Behörden (z.B. die Behördennummer 115 für alle Behördenfragen). Des Weiteren Infos zu der regelmäßig stattfindenden »hobby-runde« sowie den Aktivitäten des »Offenen Wohnzimmers«.

Helfende Hände herzlich willkommen:

Wir suchen »Sie«, wir suchen »Dich« zum aktiven Mitmachen im Café Anschluss. Wir sind eine lebendige, vielseitige Gemeinschaft mit großartigen Ideen. Aber es fehlen uns an vielen Stellen fleißige Menschen, die Spaß daran haben, im Café Anschluss mitzuhelfen. Und deshalb freuen wir uns auf Sie!

Bei uns können alle mitmachen die Lust haben, sich freiwillig zu engagieren. Je nach Interesse und Laune unterstützen Sie uns in der Cafeteria oder beim Empfang. Oder Sie kennen sich mit Computer, Internet oder Smartphone aus? Dann können Sie gerne einen Kurs anbieten oder in der Einzelhilfe aktiv werden.

Wir freuen uns auf Sie. Sprechen Sie uns einfach an.

Ansprechpartnerin für Freiwilliges Engagement:

Christine Fischer

Telefon: 069 299807-2350

E-Mail: christine.fischer@frankfurter-verband.de



Der Frankfurter Verband

Der Frankfurter Verband ist der größte Träger sozialer Einrichtungen in Frankfurt. Sein vielfältiges Angebot deckt die gesamte Bandbreite von Dienstleistungen für ältere Frankfurter Bürgerinnen und Bürger ab. Wir sind parteipolitisch und konfessionell unabhängig.

Diese Unabhängigkeit prägt uns in unserem Denken und Handeln. Jeder Mensch ist einzigartig. Daher müssen alle Angebote dieser Einzigartigkeit Rechnung tragen. Die lebensgeschichtliche Prägung, die religiösen, sozialen und kulturellen Bedürfnisse, die sexuelle Identität und alles, was die Persönlichkeit ausmacht, muss besonders geachtet werden, um individuelle Lösungen anbieten zu können.

Ein zentrales Anliegen ist es, den Menschen ein selbstbestimmtes Leben, auch im hohen Alter oder bei Pflegebedürftigkeit, zu ermöglichen. Um dieses Ziel zu erreichen, freuen wir uns über jede ehrenamtliche Unterstützung. Zum Beispiel

- durch regelmäßige Besuche bei Menschen, die keine Angehörigen mehr haben oder wenn diese nicht in der Nähe wohnen,
- mit Menschen spazieren oder einkaufen gehen, die sich dies nicht mehr alleine zutrauen,
- durch Mitgestaltung und Durchführung von Ausflügen oder Reisen,
- als Gastgeber*in in einer unserer vielen Cafeterien oder bei unserem »Restaurant im Viertel«.

Gestalten Sie mit uns die Gegenwart, damit wir uns in Zukunft darin wohl fühlen. Wir freuen uns auf Sie.

Peter Gehweiler

Fachbereich Freiwilliges Engagement und Seniorenreisen
peter.gehweiler@frankfurter-verband.de
069 299807-2350

Anmeldung für Kurse und Zahlung der Kursgebühr

Sie haben drei Möglichkeiten, um sich bei uns für einen Kurs anzumelden und die Kursgebühren zu zahlen:

- **Online unter www.cafe-anschluss.de.** Wir empfehlen bei der Online-Buchung per Banküberweisung auf das Konto des Frankfurter Verbandes bis spätestens 14 Tage vor Beginn des ersten Kurstages zu bezahlen.

**Bankverbindung:
Frankfurter Verband e.V.
Frankfurter Volksbank eG
IBAN: DE93 5019 0000 0500 3780 00
BIC: FFVBDEFF**

Verwendungszweck: Bitte vollständige Kursnummer(n) angeben

- Bei vorheriger Anmeldung mit Bar- oder Kartenzahlung im Café ANSCHLUSS während der Öffnungszeiten vor dem Kurs/Vortrag. Bitte beachten Sie hierbei, dass die Anmeldung für den Kurs spätestens 3 Tage vor dem Kursbeginn gemacht werden sollte. Kurse, die keine Anmeldung haben, werden abgesagt.
- Mit persönlicher oder telefonischer Anmeldung und Banküberweisung auf das Konto des Frankfurter Verbandes bis spätestens 14 Tage vor Beginn des ersten Kurstages, mit der oben angegebenen Bankverbindung

**Café ANSCHLUSS
Hansaallee 150
60320 Frankfurt am Main**

Beim Rücktritt von Kursen gelten die Teilnahmebedingungen des Café Anschluss, die Sie auf der letzten Seite unseres Programms einsehen können.

Teilnahmebedingungen des Café ANSCHLUSS

I. Bedingungen für anmeldepflichtige Angebote

1. Teilnahmevoraussetzungen

- a. An den Angeboten können Personen ab 50 Jahren und Personen jeden Alters mit einer Behinderung teilnehmen.
- b. Soweit für den jeweiligen Kurs laut Programm Vorkenntnisse vorausgesetzt werden, sind diese zwingend zu beachten.

2. Anmeldung

- a. Anmeldungen erfolgen ausschließlich bei Begleichung der Kursgebühren per Barzahlung, Überweisung, Erteilung eines SEPA-Lastschriftmandats oder Kartenzahlung.
- b. Reservierungen und Anzahlungen sind nicht möglich.
- c. Die erhobenen persönlichen Daten werden nur für den internen Gebrauch gespeichert und nicht an Dritte weitergegeben.

3. Rücktritt

Ein Rücktritt von Veranstaltungen ist bis zu 5 Öffnungstagen vor Beginn eines Kurses möglich. Eine Rückzahlung erfolgt bei Vorlage der Quittung; 5 € werden als Bearbeitungsgebühr einbehalten. Zu einem späteren Zeitpunkt ist eine Erstattung nicht mehr möglich.

4. Ermäßigungen

Inhaber des Frankfurt-Passes zahlen für Kurse, Surfen und Einzelhilfen bei Nachweis die Hälfte. Im Falle einer online oder telefonischer Anmeldung muss der Nachweis am Tag des Kurses vorgezeigt werden, ansonsten wird der volle Betrag fällig; bei Anmeldung direkt im Café Anschluss ist der Frankfurt-Pass vorzuzeigen.

5. Durchführung

Das Café ANSCHLUSS behält sich vor, bei Ausfall von Kursleitern oder betrieblichen Störungen ein Angebot abzusagen. Den Teilnehmern wird in diesem Fall die volle Kursgebühr erstattet.

6. Haftung

- a. Das Café ANSCHLUSS haftet nicht für Diebstahl.
- b. Das Café ANSCHLUSS übernimmt keine Haftung oder Gewähr für Schäden, die an Geräten oder Arbeitsmitteln der Gäste entstehen.
- c. Die Teilnahme an Angeboten des Café ANSCHLUSS erfolgt in eigener Verantwortung der Teilnehmerinnen und Teilnehmer.

7. Hausordnung

- a. An den Computern im Kursraum ist Essen und Trinken nicht gestattet.
- b. Das Mitbringen von Speisen und Getränken ist nicht erwünscht.

II. Bedingungen für Angebote ohne Anmeldung

Die Punkte 1, 4, 6 und 7 gelten auch für anmeldungsfreie Angebote.

Kalender

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Kurs	Seite
Ständige Angebote:					
Mo	bis Do	10:00-17:00	Surfen mit Tutorenunterstützung		6
Fr		10:00-13:00	Surfen mit Tutorenunterstützung		6
Juli					
Mo	01.07.				
Di	02.07.				
Mi	03.07.	14:00-15:30	hobby-runde		29
Do	04.07.				
Fr	05.07.				
Mo	08.07.	10:00-11:00	Vor dem Computerkauf	3102	9
		14:00-16:00	KulTour	3451	28
Di	09.07.				
Mi	10.07.				
Do	11.07.				
Fr	12.07.				
Sa	13.07.	13:00-17:00	Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer«		36
Mo	15.07.	10:00-13:00	Windows 11 Grundlagen 1/2	3221	9
Di	16.07.				
Mi	17.07.	10:00-13:00	Shortcuts & E-Mail-Anhängen	3321	10
Do	18.07.	10:00-13:00	Windows 11 Grundlagen 2/2		9
Fr	19.07.				
Mo	22.07.	17:00-18:30	Lesefreude		34
Di	23.07.	10:00-13:00	Smartphone benutzerfreundlich einstellen	3111	13
Mi	24.07.	13:30-16:30	iPad/iPhone Grundlagen	3231	14
Do	25.07.				
Fr	26.07.	10:00-13:00	Fake News erkennen	3260	16
		15:00-17:30	Repaircafé		49
Mo	29.07.				
Di	30.07.	10:00-11:30	Die Alleskönner »Smartphones«	3102	12
Mi	31.07.	10:00-11:30	Gesundheits-Apps	3112	17

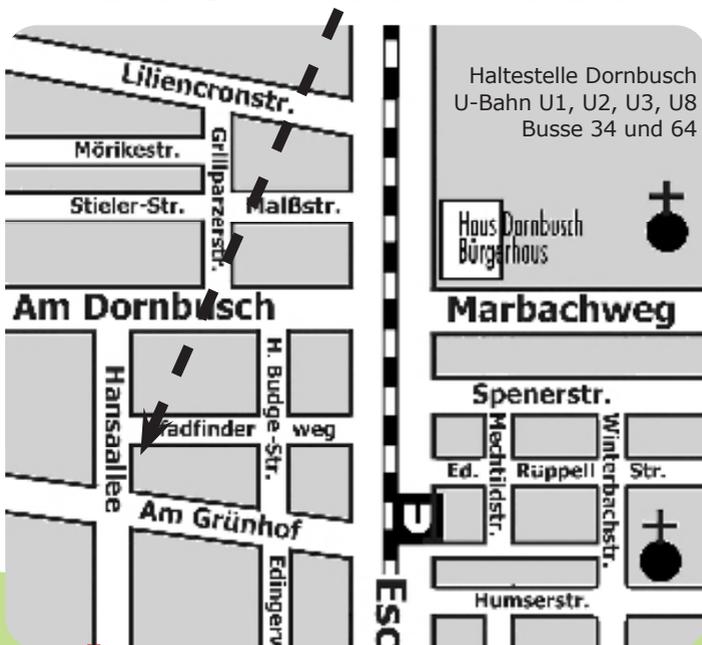
Kalender

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Kurs	Seite
August					
Do	01.08.				
Fr	02.08.				
Sa	03.08.	13:00-17:00	Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer«		42
Mo	05.08.	10:00-13:00	Windows 11 für Fortgeschrittene 1/2	3222	9
		17:00-18:30	Lesefreude		34
Di	06.08.	13:30-16:30	Fotografieren mit dem Smartphone 1/2	3246	22
Mi	07.08.	10:00-13:00	Facebook 1/2	3261	16
		14:00-15:30	hobby-runde		29
Do	08.08.	10:00-13:00	Windows 11 für Fortgeschrittene 2/2		9
		13:30-16:30	Fotografieren mit dem Smartphone 2/2		22
Fr	09.08.	10:00-13:00	Facebook 2/2		16
Mo	12.08.	14:00-16:00	KulTour	3451	28
		18:30-21:00	Gesellschaftstanz mit Bea Blell		35
Di	13.08.	10:00-11:30	Online Banking Vortrag	3105	21
Mi	14.08.	10:00-11:30	Reiseplanung im Internet	3353	17
		13:30-16:30	Datenschutz Grundlagen	3201	18
Do	15.08.	10:00-13:00	Sicherheit im Internet	3225	10
Fr	16.08.				
Mo	19.08.				
Di	20.08.	10:00-13:00	Tablet/Smartphone Grundlagen	3211	13
Mi	21.08.	10:00-13:00	iPad/iPhone Grundlagen	3232	14
Do	22.08.				
Fr	23.08.	10:00-13:00	Fotos neu zusammenstellen	3349	22
Mo	26.08.	10:00-13:00	Bildbearbeitung mit W11 Fotoanzeige	3248	23
		18:30-21:00	Gesellschaftstanz mit Bea Blell		35
Di	27.08.				
Mi	28.08.	10:00-11:30	Online Nachschlagewerke	3351	19
Do	29.08.				
Fr	30.08.	15:00-17:30	Repaircafé		49

Kalender

Tag	Datum	Uhrzeit	Veranstaltung	Kurs	Seite
September					
Mo	02.09.	17:00-18:30	Lesefreude		34
		14:00-16:00	KulTour	3451	28
Di	03.09.	10:00-13:00	Bewältigung der Fotoflut auf dem Smartphone	3342	24
Mi	04.09.	13:30-16:30	Datenschutz Grundlagen	3202	18
		14:00-15:30	hobby-runde		29
Do	05.09.	10:00-13:00	Windows 11 Problembehandlung sowie Tipps und Tricks	3322	11
Fr	06.09.	10:00-13:00	CEWE Fotobuch erstellen 1/2	3244	23
Sa	07.09.	13:00-17:00	Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer«		42
Mo	09.09.	18:30-21:00	Gesellschaftstanz mit Bea Blell		35
Di	10.09.	10:00-13:00	Tablet/Smartphone für Fortgeschrittene	3212	14
Mi	11.09.	10:00-13:00	Ticketkauf im Internet	3352	19
		13:30-16:30	Künstliche Intelligenz (KI)	3373	20
Do	12.09.	10:00-13:00	CEWE Fotobuch erstellen 2/2		23
Fr	13.09.				
Mo	16.09.	Start der	»Aktionswochen Älterwerden«	AÄ	41-48
Di	17.09.		Da unser Angebot zu vielfältig ist,		
Mi	18.09.		um in den Kalender zu passen,		
Do	19.09.		bitten wir Sie auf die Seiten 41 bis 48		
Fr	20.09.		zu schauen.		
Mo	23.09.		Die Termine sind, bis auf einen,		
Di	24.09.		in zeitlicher Reihenfolge.		
Mi	25.09.				
Do	26.09.				
Fr	27.09.	15:00-17:30	Repaircafé		49
		Ende der	»Aktionswochen Älterwerden«	AÄ	41-48
Mo	30.09.				

Café ANSCHLUSS



Die Öffnungszeiten:

Montag – Donnerstag 09:30 – 17:00 Uhr
Freitag 09:30 – 13:00 Uhr
Wochenenden & Feiertage geschlossen

Geänderte Öffnungszeiten: Juli - August

Montag - Donnerstag 09:30 - 16:00 Uhr
Freitag 09:30 - 13:00 Uhr

Montag 09.09.2024 geschlossen

Das Offene Wohnzimmer (OWO):

Freitags 14:00 – 17:00 Uhr

Hansaallee 150 / Eingang Ecke Pfadfinderweg
60320 Frankfurt am Main
Leitung: Christine Fischer u. Steven McAvinue

Telefon 069 299807-2350
Fax 069 299807-2359
E-Mail: cafe.anschluss@frankfurter-verband.de
Webseite: www.cafe-anschlusss.de

**Das nächste Programm für Juli - September 2024
erscheint Mitte Juni 2024**