

Internet-Café

Neue Medien:

Kurse und Hilfen

Seniorentelefon

Informationszentrale

hobby-börse

Kultur

ZENTRUM DORNBUSCH

# Café ANSCHLUSS

Unser Programm

Oktober –  
Dezember  
2026



**FRANKFURTER  
VERBAND**



# Liebe Gäste und Freunde des Café ANSCHLUSS

Liebe Lesende,

mit unserem Programm für Oktober bis Dezember laden wir Sie ein, digitale Themen kennenzulernen, Menschen zu treffen und Neues auszuprobieren. Neben Kursen zu Computer, Smartphone und Tablet stehen drei aktuelle Themenreihen im Mittelpunkt.

KI-Grundlagen vermitteln »**Keine Angst vor KI**«, »**KI im Alltag**« und »**Gemini Notebook**« (Seiten 17, 18 und 21). Um Online Banking und digitales Bezahlen geht es in »**Online Banking**«, »**Mobiles Bezahlen**« und »**Wir zahlen mit dem Handy**« (Seiten 23 und 24). Zur digitalen Demokratiekompetenz gehören »**Fake News erkennen**«, »**Online Behördenzugang**«, »**Mitmachen im Internet**« und »**Wem gehören unsere Daten?**« (Seiten 16 sowie 19 bis 21).

Bald ist es Herbst und dann kommt schon wieder die Weihnachtszeit. Unter »**Gemeinsam erleben**« erwartet Sie eine besonders große und vielfältige Auswahl an regelmäßigen Gruppen, offenen Treffen, Ausflügen und besonderen, teilweise auch vorweihnachtlichen Veranstaltungen. Einen Überblick über sämtliche Angebote finden Sie auf den Seiten 30 bis 49.

In diesem Quartal stellen wir außerdem das Projekt »**Digitale Teilhabe im Alter – quartiersnahe Versorgung in Frankfurt am Main**« (**DiTA**) vor. Wie **DiTA** digitale Angebote sichtbar macht, Fachkräfte vernetzt und Unterstützungsangebote weiterentwickelt, lesen Sie auf Seite 62.

Auch wir möchten Ressourcen schonen und bieten unsere Arbeitsunterlagen digital an. **Bitte bringen Sie daher zu jedem Kurs oder Vortrag einen USB-Stick oder Ihr Smartphone mit.** Gerne senden wir Ihnen die Unterlagen auch per E-Mail zu. Sollten Sie dennoch einen Ausdruck wünschen, können wir diesen gegen eine geringe Gebühr anfertigen: **je Seite 0,15 € in Schwarz-Weiß oder 0,50 € in Farbe.**

Manche Angebote entstehen erst nach Redaktionsschluss. Damit Sie nichts verpassen, empfehlen wir unseren **Newsletter** – er lässt sich bequem auf unserer Homepage abonnieren: [www.cafe-anschluss.de](http://www.cafe-anschluss.de)

**Wir freuen uns auf Ihren Besuch** – gern auch einfach nur auf einen Kaffee und ein Stück selbstgebackenen Kuchen.



**Gemeinsam erleben  
Angebote  
auf den Seiten  
30 bis 49!**

**Viel Spaß mit unserem neuen Programm!**  
**Ihr Team des Café ANSCHLUSS**

# Inhaltsverzeichnis

|                                                                           |    |
|---------------------------------------------------------------------------|----|
| <b>Willkommen im Café ANSCHLUSS</b> .....                                 | 6  |
| <b>Erste Schritte für Ihren Einstieg</b>                                  |    |
| Wichtige Informationen zu unseren Kursen und Angeboten .....              | 8  |
| <b>Hilfe für den Computer</b>                                             |    |
| Vor dem Computerkauf .....                                                | 9  |
| Windows 11 – Grundlagen.....                                              | 9  |
| Windows 11 für Fortgeschrittene.....                                      | 9  |
| Kennenlernen gängiger Tastaturkürzel .....                                | 10 |
| Sicherheit im Internet und für Ihren Computer .....                       | 11 |
| Linux Vortrag .....                                                       | 11 |
| <b>Hilfe für das Smartphone / Tablet</b>                                  |    |
| Die Alleskönner »Smartphones« .....                                       | 12 |
| Die wunderbare Welt der »Tablets« .....                                   | 12 |
| Smartphone/Tablet – Grundlagen.....                                       | 13 |
| iPad und iPhone – Grundlagen .....                                        | 14 |
| Smartphone/Tablet für Fortgeschrittene .....                              | 14 |
| Smartphone benutzerfreundlich einstellen .....                            | 15 |
| Orientieren mit OpenStreetMap.....                                        | 15 |
| Notfallpass auf dem Smartphone .....                                      | 15 |
| <b>Online Informieren</b>                                                 |    |
| Fake News erkennen und durchschauen .....                                 | 16 |
| Gesundheitsapps.....                                                      | 16 |
| Reiseplanung im Internet .....                                            | 16 |
| Das »Internet der Dinge«.....                                             | 17 |
| Keine Angst vor Künstliche Intelligenz (KI) .....                         | 17 |
| KI im Alltag .....                                                        | 18 |
| Die »KI Schatzkiste« .....                                                | 18 |
| Online Behördenzugang .....                                               | 19 |
| Online Nachschlagewerke und Informationsquellen .....                     | 19 |
| Mitmachen im Internet – Ihre Stimme zählt .....                           | 20 |
| Apps für morgen – Digitale Wege in eine enkeltaugliche Gesellschaft... .. | 20 |
| Gemini Notebook - Ihre KI Helferin für den Alltag.....                    | 21 |
| Wem gehören unsere Daten? Digitale Souveränität in Europa .....           | 21 |
| Tipps und Tricks mit Google Maps.....                                     | 22 |
| Ticketkauf im Internet .....                                              | 22 |
| <b>Rund um das liebe Geld</b>                                             |    |
| Online Banking .....                                                      | 23 |
| Mobiles Bezahlen .....                                                    | 24 |
| Wir zahlen mit dem Handy .....                                            | 24 |

## **Rund um Grafik und Foto**

|                                                       |    |
|-------------------------------------------------------|----|
| Die Bewältigung der Fotoflut auf dem Smartphone ..... | 25 |
| Bildbearbeitung mit Windows Fotoanzeige .....         | 26 |
| Video schneiden .....                                 | 26 |

## **Gesundheit und Nachhaltigkeit**

|                                                                          |    |
|--------------------------------------------------------------------------|----|
| Die elektronische Patientenakte (ePA) .....                              | 27 |
| Apps für morgen – Digitale Wege in eine enkeltaugliche Gesellschaft .... | 27 |
| Naturapps .....                                                          | 27 |

## **Einzelhilfe mit Tutoren-Begleitung**

|                            |       |
|----------------------------|-------|
| Einzelhilfen Angebot ..... | ab 28 |
|----------------------------|-------|

## **Gemeinsam erleben**

|                                                 |       |
|-------------------------------------------------|-------|
| Allgemeine Informationen .....                  | 30    |
| Repaircafé .....                                | 31    |
| Die Café ANSCHLUSS KulTour .....                | 32    |
| Fotoclub .....                                  | 32    |
| hobby-runde .....                               | 33    |
| Das Offene Wohnzimmer .....                     | 34    |
| Gruppen im Café ANSCHLUSS .....                 | ab 34 |
| »Lesefreude« .....                              | 38    |
| Gesellschaftstanz im »Offenen Wohnzimmer« ..... | 39    |
| Geführte Wanderungen .....                      | 40    |
| Shinto .....                                    | 41    |
| Besondere Veranstaltungen .....                 | ab 42 |
| Tagesreisen .....                               | 43    |

## **In eigener Sache - Ehrenamt im Frankfurter Verband .....**

## **In eigener Sache - Würde im Alter .....**

## **Rat und Hilfe**

|                                          |    |
|------------------------------------------|----|
| Ausgabestelle für den »Kulturpass« ..... | 52 |
| Seniorentelefon .....                    | 53 |
| Informationszentrale .....               | 53 |

## **Zentrum Dornbusch**

|                                                      |       |
|------------------------------------------------------|-------|
| Café ANSCHLUSS und die Kreativwerkstatt .....        | 54    |
| Ehrenamtliche Mitarbeiter:innen gesucht .....        | 55    |
| Frankfurter Verband e. V. - Der Träger .....         | 56    |
| Anmeldung für Kurse und Zahlung der Kursgebühr ..... | 57    |
| Teilnahmebedingungen des Café ANSCHLUSS .....        | 58    |
| Kalender .....                                       | ab 59 |
| Café Anschluss stellt vor .....                      | 62    |
| Bewerten Sie uns .....                               | 63    |

# Willkommen im Café ANSCHLUSS

Unsere ehrenamtliche Mitarbeitenden im Service-Bereich sind für Sie da:

**Montag – Donnerstag**  
**Freitag**

**9:30 Uhr – 17:00 Uhr**  
**9:30 Uhr – 13:00 Uhr**

|                   |                                                                 |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b>     | Martina Schmeißer; Martina Funk<br>Angelika Mahler              |
| <b>Dienstag</b>   | Angelika Mahler; Heidi Schad<br>Sonja Biesdorf; Christine Veigl |
| <b>Mittwoch</b>   | Steffen Bodemann<br>Gisela Schwuntek; Hannelore Thom            |
| <b>Donnerstag</b> | Dagmar Opoczynski<br>Inge Dollmann; Barbara Hofmann             |
| <b>Freitag</b>    | Renata Neubert                                                  |

## Wir suchen für den Empfang

**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. An vielen Stellen fehlen uns engagierte Menschen, die Freude daran haben, sich im Café Anschluss ehrenamtlich zu engagieren.

**Aktuell suchen wir** regelmäßig an einem Wochentag in der Woche vormittags (9:30-13 Uhr) oder nachmittags (13-17 Uhr) **Betreuung des Empfangs** unseres bekannten und beliebten Internetcafés (Kursanmeldung, Seniorentelefon, Buchung von Einzelhilfen), Beratung von Kund:innen bei der Buchung von Kursen und Einzelhilfen, Informationen über senior:innenrelevante Angebote sowie Ausgabe von Kaffee und Kuchen.

**Voraussetzungen:** Grundkenntnisse im Umgang mit gängigen PC-Programmen und dem Internet sollten vorhanden sein. Bereitschaft zu einem Erstgespräch und einer vierwöchigen Schnupperphase im Engagement, freundlicher Umgang mit Kund:innen vor Ort und am Telefon, Freude am eigenverantwortlichen Arbeiten.

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

Ihre Ansprechpartnerin:

**Christine Fischer**

**Telefon:** 069 299807-2350

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

# Surfen und Lernen im Café ANSCHLUSS

Unsere ehrenamtlichen Unterstützer: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**

|                   |                                                                                                                 |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b>     | Heidrun Baum; Dirk Hentze; Kazem Sabet<br>Thomas Weinmann; Rolf Niemand                                         |
| <b>Dienstag</b>   | Heidrun Baum; Wolfgang Faust; Henry Koch<br>Erich Harbrecht; Marlies Jakubek; Bernhard Janssen;<br>Martin Weber |
| <b>Mittwoch</b>   | Heidrun Baum; Reinhard Witt; Barbara Zelz<br>Abdul Rahimzai; Parvis Schademann                                  |
| <b>Donnerstag</b> | Wolfgang Hansen; Nicole Nazari<br>Erich Harbrecht; Dirk Hentze; Alexander Prause                                |
| <b>Freitag</b>    | Parvis Schademann; Rainer Tost                                                                                  |

**Variierend/  
Telefonisch** Kerstin Pramberger

Computernutzung (auch mit eigenem Gerät) ohne Begleitung durch Tutor:innen:

**Erste Stunde 3 € / Jede weitere Stunde je 2 €**

## Einzelhilfen mit Tutor:innenbegleitung

Bei weitergehenden Fragen zu Computer- oder Internetthemen bieten wir Ihnen eine Tutor:innenbegleitung 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 Lerneinheit 15 €**

**Weitere Informationen zu unseren Einzelhilfen finden Sie auf den Seiten 27 und 28.**

**Kontakt:**

**Telefon:** 069 299807-2350  
**E-Mail:** [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de)  
**Webseite:** [www.cafe-anschluss.de](http://www.cafe-anschluss.de)  
**Facebook:** [www.facebook.com/cafe.anschluss/](http://www.facebook.com/cafe.anschluss/)

# Erste Schritte für Ihren Einstieg

## Wichtige Informationen zu unseren Kursen und Angeboten

**Alle Kursleiter:innen und Tutor:innen im Café ANSCHLUSS arbeiten ehrenamtlich und stellen Ihnen ihr Wissen zur Verfügung.**

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

Unsere Kurse und Vorträge richten sich an Einsteiger:innen ebenso wie an Fortgeschrittene. Genaue Voraussetzungen sind bei den einzelnen Angeboten genannt. In unseren Kursen und Workshops nehmen wir uns gerne Zeit für verständliche Erklärungen, praktische Übungen und persönliche Unterstützung. Unsere Vorträge hingegen bieten einen ersten Überblick und Einstieg ins Thema, hier gibt es in der Regel aufgrund der kurzen Zeit aber keine praktischen Übungen.

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 generell 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.**

**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 findet im nächsten Quartal wieder statt**

**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 €**

**Kurs 22170-26-4221**

**Mo: 26.10. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Do: 29.10. 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 umgehen 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 €**

**Kurs 22170-26-4222**

**Mo: 09.11. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Do: 12.11. 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 22170-26-4221**

**Mi: 07.10. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Mit Heidrun Baum**

Bei der regelmäßigen Benutzung eines Computers ist der ständige Griff zur Maus selbstverständlich 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.

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

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



**KI-generierte Illustration**

# Hilfe für den Computer

## Sicherheit im Internet und für Ihren Computer

In diesem Kurs lernen Sie 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?

**Kurs findet im nächsten Quartal wieder statt**  
**Mit Rudi Reiffert**

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 €**

## Linux

### Die kostenlose Alternative zu Windows

**Vortrag findet im nächsten Quartal wieder statt**  
**Mit Rudi Reiffert**

Linux

Der Support für Windows 10 ist am 14. Oktober 2025 beendet worden. Seitdem gibt es keine regulären Sicherheitsupdates mehr.

Unter bestimmten Bedingungen können noch bis Oktober 2027 Sicherheitsupdates über das Programm »Extended Security Updates (ESU)« bezogen werden (Registrierung erforderlich, z. B. mit Microsoft-Konto oder gegen Gebühr). Neue Funktionen werden nicht mehr bereitgestellt.

In diesem Vortrag stellen wir Ihnen als Alternative das Betriebssystem Linux am Beispiel von Linux Mint vor. Sie erhalten einen Einblick in die grundlegende Bedienung und erfahren, wie sich typische Alltagsaufgaben damit erledigen lassen. Eine Installation wird nicht durchgeführt.

**Voraussetzungen:** Keine

**1 Stunde / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 €**

# Hilfe für das Smartphone/Tablet

## Die Alleskönner – »Smartphones«

Smartphones sind kleine Computer für die Hosentasche. Mit ihnen können Sie im Internet surfen, telefonieren, E-Mails schreiben, Adressen und Telefonnummern speichern und sogar per Video mit Familie oder Freunden sprechen. Außerdem gibt es zahlreiche Zusatzprogramme – die sogenannten »Apps« – für fast jedes Bedürfnis.

In diesem Vortrag erfahren Sie, welche Smartphone-Modelle es gibt, welche Vertragsarten zur Auswahl stehen und worauf Sie beim Kauf achten sollten.

**Voraussetzungen:** Keine

**1,5 Stunden / Keine Anmeldung nötig / 5 €**

**Vortrag findet im nächsten Quartal wieder statt**  
**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 / 5 €**

**Vortrag 22170-26-4103**  
**Fr: 23.10. 10:00 – 11:30 Uhr-**  
**Mit Reinhard Witt**

Android

# Hilfe für das Smartphone/Tablet



KI-generierte Illustration

## 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! Wer ein sogenanntes Seniorenhandy besitzt, bucht bitte stattdessen die Einzelhilfe!

**Voraussetzungen:** Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Gerät mit.

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

**Kurs 22170-26-4211**

**Di: 27.10. 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. Kursinhalte sind 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 €**

**Kurs 22170-26-4231**

**Mi: 07.10. 13:30 – 16:30 Uhr**

**Kurs 22170-26-4232**

**Mi: 09.12. 13:30 – 16:30 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.

**Bitte beachten:** Besitzer:innen eines sogenannten Seniorenhandys bitte stattdessen die Einzelhilfe buchen!

**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 €**

**Kurs 22170-26-4212**

**Di: 17.11. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Mit Reinhard Witt**

Android

# Hilfe für das Smartphone/Tablet

## Smartphone benutzerfreundlich einstellen

**Vortrag 22170-26-4111**

**Do: 26.11. 13:30 – 15:00 Uhr**  
**Mit Rolf Niemand**

Android

In diesem Vortrag erfahren Sie,

- welche Einstellungen Ihr Smartphone übersichtlicher und leichter bedienbar machen,
- wie Sie Ihr Gerät an Ihre eigenen Fähigkeiten und Bedürfnisse anpassen können.

**Bitte beachten:** Der Vortrag behandelt ausschließlich das Android-System. Geräte von Apple (iPhone/iPad) oder Windows werden nicht berücksichtigt. Es finden keine praktischen Übungen mit Geräten statt.

**Voraussetzungen:** Keine

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

## Orientieren mit OpenStreetMap

**Vortrag 22170-26-4114**

**Do: 17.12. 13:30 – 15:00 Uhr**  
**Mit Rolf Niemand**

Android

Wer viel unterwegs ist, orientiert sich meist mit Google Maps. Um der Datensammelwut von Google zu entkommen, gibt es eine Alternative: OpenStreetMap.

Es werden OpenStreetMap und darauf aufbauende Anwendungen vorgestellt.

**Voraussetzungen:** Keine

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

## Notfallpass auf dem Smartphone

**Vortrag 22170-26-4106**

**Mi: 14.10. 10:00 – 12:00 Uhr**  
**Mit Steven McAvinue und Hans-Christoph Fehr**

iOS

Android

Wichtige Gesundheitsdaten und Notfallkontakte können direkt über den Sperrbildschirm erreichbar sein. Wir erklären, wie der Notfallpass funktioniert, und helfen Ihnen anschließend bei der Einrichtung auf Ihrem eigenen Smartphone.

**Bitte bringen Sie Ihr aufgeladenes Smartphone mit.**

**2 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 €**

NEU!

# Online Informieren

## 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 von Falschnachrichten, 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 €**

**Kurs 22170-26-4260**

**Fr: 16.10. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Mit Steven McAvinue**

## 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.

**Voraussetzungen:** Keine.

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

**Vortrag 22170-26-4113**

**Mi: 28.10. 10:00 – 11:30 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 22170-26-4253**

**Mi: 04.11. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Mit Heidrun Baum**

# Online Informieren

## **Das »Internet der Dinge« Wenn der Kühlschrank Bier bestellt**

**Wie erobert das Internet Heim und Haushalt?**

**Workshop 22170-26-4371**

**Mi: 04.11. 13:30 – 16:30 Uhr**

**Mit Bernhard Janssen**

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 Tradfry u. a.)

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

**Voraussetzungen:** Interesse am Thema, keine besonderen Vorkenntnisse erforderlich.

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

## **Keine Angst vor Künstlicher Intelligenz (KI)**

**KI ist für Senior:innen wichtig**

**Vortrag 22170-26-4181**

**Fr: 13.11. 11:00 – 12:30 Uhr**

**Mit Steven McAvinue**

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

**1 Stunde / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 €**

# Online Informieren

## KI im Alltag: Chatbots verstehen und sicher nutzen

Was steckt hinter Chatbots wie ChatGPT? Wie entstehen ihre Antworten und warum können sie trotzdem falsch sein? In diesem Vortrag lernen Sie, Chatbots datenschutzfreundlich und sicher zu nutzen. Wir schauen uns ChatGPT und eine europäische Alternative an und zeigen anhand praktischer Beispiele, wie man KI-Ergebnisse kritisch einschätzt.

**Voraussetzungen:** Keine

**1,5 Stunde / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 €**

**Vortrag 22170-26-4182**

**Di: 24.11. 11:00 – 12:30 Uhr**

**Mit Christine Fischer**

**NEU!**

## Die KI-Schatzkiste – Kreative Werkzeuge der Zukunft

**Ein Vortrag zum Staunen, Verstehen und Ausprobieren**

In diesem Vortrag öffnen wir gemeinsam die Schatzkiste der Künstlichen Intelligenz (KI):

Erleben Sie, wie KI heute schon kreative und praktische Aufgaben übernimmt – und wie Sie diese Tools im Alltag nutzen können!

- **Videos automatisch erstellen** – z. B. für schöne Erinnerungen oder anschauliche Erklärfilme im Verein
- **Texte hörbar machen** – Bücher vorlesen lassen, Barrierefreiheit schaffen
- **Musik mit KI komponieren** – perfekt als Klangbeitrag bei Familienfeiern oder einfach zum Ausprobieren
- **Intelligente Gesprächsprogramme** – nützliche Helfer im Alltag

Alles wird leicht verständlich erklärt – ohne technische Vorkenntnisse und mit vielen Beispielen. Freuen Sie sich auf einen inspirierenden Einblick in die Welt der Künstlichen Intelligenz – kreativ, praktisch und mit viel Spaß!

**Voraussetzungen:** Keine.

**1,5 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 € / max. 20 Teilnehmer**

**Vortrag findet im nächsten**

**Quartal wieder statt**

**Mit Christine Fischer**

**NEU!**

# Online Informieren

## Online Behördenzugang

Viele Behördengänge müssen heute online erledigt werden – wir unterstützen Sie dabei, sich sicher zurechtzufinden. In diesem Vortrag zeigen wir Ihnen Schritt für Schritt und in verständlicher Sprache, wie es geht.

Sie erfahren:

- welche Angebote Sie online nutzen können
- wie Anmeldung und Identitätsnachweis funktionieren
- was ELSTER und die BundID sind
- wo Sie weitere Informationen und Unterstützung finden
- worauf Sie beim Datenschutz achten sollten



**NEU!**

**Voraussetzungen:** Grundkenntnisse im Umgang mit Internet und Smartphone.

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

## Online Nachschlagewerke und Informationsquellen

In diesem Vortrag lernen Sie das Internet als nahezu unbegrenztes Nachschlagewerk kennen. Sie erhalten Antworten auf offene Fragen aus fast 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.

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

**Vortrag 22170-26-4184**

**Di: 24.11. 14:00 – 15:30 Uhr**

**Mit Henry Koch**

**Vortrag 22170-26-4151**

**Mi: 25.11. 10:00 – 11:30 Uhr**

**Mit Heidrun Baum**

# Online Informieren

## Mitmachen im Internet – Ihre Stimme zählt

### Digitale Beteiligung an Demokratie und Gesellschaft

**Vortrag 22170-26-4191**

**Do: 26.11. 11:00 – 12:30 Uhr**

**Mit Christine Fischer**

In diesem Vortrag werden Sie

- erfahren, wie man sich mit digitalen Petitionen politisch einbringen kann
- digitale Bürgerbeteiligungsformate von Kommunen wie der Stadt Frankfurt vorgestellt bekommen, die zu aktiver Mitbestimmung einladen
- sich zu informieren und Fakten von Fake News unterscheiden lernen
- Einblicke in Projekte erhalten, bei denen Bürgerinnen und Bürger aktiv an wissenschaftlichen Vorhaben mitwirken

Ziel des Vortrags ist es, dass Sie einen Überblick über die demokratischen Mitbestimmungsmöglichkeiten des Internets bekommen, eigene Ideen und Anliegen auch von zuhause aus einbringen und so gesellschaftliche Prozesse aktiv mitgestalten und unterstützen können.

**Voraussetzungen:** Keine.

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

## Apps für morgen – Digitale Wege in eine enkeltaugliche Gesellschaft

**Vortrag findet im nächsten Quartal wieder statt**

**Mit Christine Fischer**

Nachhaltig leben war noch nie so einfach:

Mit den richtigen Apps wird Umweltschutz alltagstauglich und entspannt.

Die Apps helfen uns dabei, bewusster zu konsumieren, Ressourcen zu sparen und unseren Alltag nachhaltiger zu gestalten.

Wir zeigen Ihnen in diesem Vortrag spannende Anwendungen, die dabei helfen, Schritt für Schritt nachhaltiger zu handeln.

**Voraussetzung:** Keine.

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

# Online Informieren

## Gemini Notebook – Ihre KI Helferin für den Alltag

**Vortrag 22170-26-4185**  
**Mo: 30.11. 11:00-12:30 Uhr**  
**Mit Christine Fischer**

Gemini Notebook (früher "NotebookLM") kann ganz viele Dinge, die für Senior:innen in ihrem Alltag nützlich sein können:

- Briefe, Emails, Behördenpost, Arztunterlagen, Verträge oder Versicherungsleistungen verständlicher machen
- Medikamenteninformationen sammeln
- eigene „Lebensbibliothek“, z.B Familiengeschichte chronologisch (auch mit mehreren Familienmitgliedern)
- Bedienungsanleitungen für Zuhause strukturieren und konkrete Nachfragen stellen
- Reisen vorbereiten
- Technikfragen klären
- Vorlesen und zusammenfassen
- Texte als Podcast oder übersichtliche Grafik aufbereiten lassen

**NEU!**

In diesem Vortrag werden wir anhand von zwei konkreten Beispielen aufzeigen, welche enormen Möglichkeiten in Gemini Notebook stecken.

**1,5 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 € / max. 20 Teilnehmer**

## Wem gehören unsere Daten? Digitale Souveränität in Europa

**Vortrag 22170-26-4194**  
**Mi: 02.12. 11:00 – 12:30 Uhr**  
**Mit Christine Fischer**

Wem gehören unsere Daten wirklich?

Der Vortrag zeigt, wie Apps, Cloud-Dienste und KI-Systeme persönliche Daten sammeln und nutzen. Er erklärt, welche Entscheidungen zwischen Komfort und Datenschutz möglich sind und stellt europäische Alternativen zu großen US-Anbietern vor. So erhalten Sie Informationen für einen souveränen und bewussten Umgang mit digitalen Angeboten.

**NEU!**

**Voraussetzungen:** Keine.

**1,5 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 € / max. 20 Teilnehmer**

# Online Informieren

## Tipps und Tricks mit Google Maps

Mit einem kurzen Spaziergang

In diesem Workshop lernen Sie praktische Tipps und Tricks rund um Google Maps kennen – und probieren das Gelernte bei einem kleinen Spaziergang (ca. 30 Minuten) rund ums Café Anschluss gleich selbst aus.

**Keine Vorkenntnisse nötig. Bitte eigenes aufgeladenes Smartphone mitbringen!**

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

**Workshop findet im  
Frühjahr wieder statt  
Mit Steven McAvinue**

## Ticketkauf im Internet

Wir zeigen Ihnen in diesem Vortrag, 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.

**Voraussetzungen:** Computerkenntnisse, sicherer Umgang mit der Tastatur.

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

**Vortrag 22170-26-4152  
Mi: 09.12. 10:00 – 11:30 Uhr  
Mit Heidrun Baum**

# Rund um das liebe Geld

## Online Banking – wie sicher ist es und wie geht es?

**Vortrag 22170-26-4105**

**Di: 03.11. 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 €**



**KI-generiertes Symbolbild. Die dargestellten Personen sind fiktiv.**

# Rund um das liebe Geld

## Mobiles Bezahlen

**Was Sie über NFC, Bezahlkarten und Apps auf dem Handy wissen sollten.**

**Vortrag 22170-26-4112**

**Di: 10.11. 10:00 – 11:30 Uhr**

**Mit Reinhard Witt**

In diesem Vortrag informieren wir Sie über:

- Wie funktioniert kontaktloses Bezahlen und was ist zu beachten?
- Wie sicher ist mobiles Bezahlen?
- Google Wallet oder Apple Pay: Bezahlen mit dem Smartphone.
- Bezahlen mit der Bank App.
- Bezahlen mit Supermarkt Apps.
- Bezahlen mit PayPal.
- Was benötigen Sie, um mit dem Smartphone zu bezahlen?

**NEU!**

Der Vortrag enthält auch eine realistische Demonstration, damit Sie sich genau ein Bild davon machen können.

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

## Wir zahlen mit dem Handy

**Kurs 22170-26-4115**

**Di: 15.12. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Mit Reinhard Witt**

Am Ende dieses Kurses gehen Sie in ein Geschäft und bezahlen mit dem Handy – begleitet von unserem Tutor, der für Fragen zur Verfügung steht.

Zunächst findet der Kurs im Café Anschluss statt. Dabei gehen wir ausführlich auf das Thema Datensicherheit ein. Sie laden die notwendigen Apps herunter und richten sie unter Anleitung für das mobile Bezahlen ein. Ihre Passwörter oder PINs bleiben selbstverständlich nur bei Ihnen.

Zum Abschluss gehen wir gemeinsam in ein Geschäft und probieren das Bezahlen mit dem Handy aus.

**NEU!**

**Voraussetzungen:** Sie beherrschen Ihr Handy und können Apps bedienen. Online-Banking ist auf Ihrem Gerät eingerichtet und funktioniert. Sie bringen Ihr aufgeladenes **Android**-Handy mit, Ihre Kreditkarte und kennen Ihre PINs auswendig.

(Beratung zum Online-Banking siehe unseren Vortrag.)

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

# 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 Ihren Fragen zum Thema. 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 Ordnen, 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.

**Bitte beachten:** Wir behandeln ausschließlich Tablets und Smartphones mit dem Android-Betriebssystem! **Bringen Sie bitte Ihr aufgeladenes Smartphone oder Tablet, die Stromversorgung sowie einen USB-Speicherstick mit!**

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

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

**Kurs 22170-26-4342**

**Di: 01.12. 10:00 – 13:00 Uhr**

**Mit Reinhard Witt**

# Rund um Grafik und Foto

## Bildbearbeitung mit Windows 11 Fotoanzeige

**Kurs 22170-26-4248**

**Mo: 16.11. 10:00 – 13:00 Uhr**  
**Mit Rudi Reiffert**

Die Windows-Fotoanzeige unter Windows 11 eignet sich für Bildbearbeitung, die im Ergebnis sehr effektiv sein kann.

Sie ist einfacher zu handhaben als viele andere Bildbearbeitungsprogramme, weshalb sie gleichermaßen für Einsteiger und für Fortgeschrittene geeignet ist. Wir üben unter anderem die Funktionen:

- **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

**Bitte bringen Sie einen USB-Speicherstick mit!**

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

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

## Video schneiden

**Kurs 22170-26-4249**

**Di: 08.12. 10:00 – 13:00 Uhr**  
**Mit Reinhard Witt**

Sie haben Videoclips auf Ihrem Gerät, die Sie zusammenfügen möchten?

In diesem Kurs lernen Sie verschiedene kleinere Videos oder auch Fotos zu einem Gesamtvideo zusammenzufügen, gefällige Übergänge zwischen den einzelnen Abschnitten einzufügen, Text einzufügen, Sprache einzufügen oder aber Musik zu unterlegen für Ihren neuen Film.

**Voraussetzungen:** Sie beherrschen die Kamera, die Galerie App und den Dateimanager und sind mit ihrem Android Smartphone bei Google angemeldet.

**NEU!**



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

# Gesundheit und Nachhaltigkeit

## Die elektronische Patientenakte – Was Sie wissen sollten

**Gesundheitsdaten sicher im Blick behalten**

**Vortrag 22170-26-4193**

**Fr: 11.12. 11:00 – 12:30 Uhr**

**Mit Steven McAvinue**

Seit 2025 hat jede und jeder gesetzlich Versicherte in Deutschland automatisch eine **elektronische Patientenakte (ePA)**.  
Aber was bedeutet das eigentlich?

**NEU!**

In diesem Vortrag erfahren Sie, was die ePA ist, wie sie funktioniert und welche Vorteile sie im Alltag bringen kann. Wir sprechen über Sicherheit und Datenschutz, über Ihre Rechte und darüber, wie Sie selbst bestimmen, wer Ihre Gesundheitsdaten sehen darf.

**Voraussetzungen:** Keine.

**1,5 Stunden / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 € / max. 20 Personen**

## Apps für morgen – Digitale Wege in eine enkeltaugliche Gesellschaft

Nachhaltig leben war noch nie so einfach: Mit den richtigen Apps wird Umweltschutz alltagstauglich und entspannt. Die Apps helfen uns dabei, bewusster zu konsumieren, Ressourcen zu sparen und unseren Alltag nachhaltiger zu gestalten. Wir zeigen Ihnen in diesem Vortrag spannende Anwendungen, die dabei helfen, Schritt für Schritt nachhaltiger zu handeln.

**Voraussetzung:** Keine.

**1 Stunde / Anmeldung bis 3 Werktage vor Kursbeginn / 5 €**

**Vortrag findet im nächsten Quartal wieder statt**

**Mit Christine Fischer**

## Naturapps kennenlernen und erleben im Botanischen Garten Frankfurt

**Entdeckungstour im Botanischen Garten Frankfurt**

In diesem Workshop gehen wir gemeinsam auf Entdeckungsreise durch den Botanischen Garten Frankfurt. Wir erleben die faszinierende Pflanzen- und Tierwelt hautnah und lernen dabei auf spielerische Weise nützliche Natur-Apps kennen, die beim Bestimmen, Beobachten und Staunen helfen.

**Workshop findet im Frühjahr wieder statt**

**Mit Christine Fischer**

**3 Stunden / Anmeldung und Zahlung bis 3 Wochen vor Kursbeginn / 15 € / max. 10 Personen**

# 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 folgenden 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 ehrenamtlichen 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**

|                   |                                                                                                                 |
|-------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Montag</b>     | Heidrun Baum; Dirk Hentze; Kazem Sabet<br>Thomas Weinmann; Rolf Niemand                                         |
| <b>Dienstag</b>   | Heidrun Baum; Wolfgang Faust; Henry Koch<br>Erich Harbrecht; Marlies Jakubek; Bernhard Janssen;<br>Martin Weber |
| <b>Mittwoch</b>   | Heidrun Baum; Reinhard Witt; Barbara Zelz<br>Abdul Rahimzai; Parvis Schademann                                  |
| <b>Donnerstag</b> | Wolfgang Hansen; Nicole Nazari<br>Erich Harbrecht; Dirk Hentze; Alexander Prause                                |
| <b>Freitag</b>    | Parvis Schademann; Rainer Tost                                                                                  |
| <b>Variierend</b> | 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](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de)  
**Webseite:** [www.cafe.anschlusss.de](http://www.cafe.anschlusss.de)  
**Facebook:** [www.facebook.com/cafe.anschluss](http://www.facebook.com/cafe.anschluss)

# Gemeinsam erleben

Unter dem Titel »Gemeinsam erleben« bieten wir unterschiedliche Gruppenangebote an – von Gesprächs- und Spielrunden bis hin zu gemeinsamen Spaziergängen und Wanderungen.

Ein Teil dieser Angebote wird durch ehrenamtliche Mitarbeiter begleitet. Für andere Formate – zum Beispiel im Offenen Wohnzimmer (OWO) – stellen wir unsere Räume für selbstorganisierte Gruppen zur Verfügung.

## Wann und wo?

Unter der Woche, besonders aber **freitagnachmittags**, können Sie sich in unserem Saal treffen – zum Spielen, gemeinsamen Lesen, für Gesprächsrunden, Sprachlern- und Übungsgruppen u. v. m. Den Freitagnachmittag nutzen wir als »offiziellen« OWO-Termin, da an anderen Tagen parallel Einzelhilfen stattfinden.

## Was braucht es dafür?

Lediglich **eine Kontaktperson** aus Ihrer Gruppe, die als Ansprechstelle für Planung und Organisation dient. Erfahrungsgemäß findet sich diese Rolle in jeder Gruppe. Sie ist **nicht** damit verbunden, immer mit dabei sein zu müssen.

## Unser Beitrag

Wir stellen die **Räumlichkeiten** bereit und sorgen dafür, dass **Getränke, Kuchen und Quiche** angeboten werden. Dafür suchen wir ebenfalls **Ehrenamtliche**, die die Cafeteria übernehmen möchten. Ihre Gruppe wird in unserem **Programmheft** und auf unserer **Webseite** vorgestellt.

## Fragen? Kontakt

Sprechen Sie uns vor Ort am Empfang an – wir leiten Sie an die zuständige Person weiter.

Oder schreiben Sie eine E-Mail an [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto: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 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. Unser Werkzeug steht Ihnen währenddessen zur Verfügung.

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

Folgendes sollten Sie allerdings noch wissen:

- Es gibt keine Garantie für und auf eine Reparatur.
- Nach Ihrem Besuch müssen Sie ihr Gerät wieder mitnehmen, unabhängig davon, ob es repariert werden konnte, 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)**

**In diesem Quartal am 30.10. und 27.11.  
15:00 – 17:30, Einlass ab 14:30 Uhr**

**Achtung:** Limitierte Teilnehmer:innenzahl

**Kontakt:** [repaircafe.dornbusch@frankfurter-verband.de](mailto:repaircafe.dornbusch@frankfurter-verband.de)

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

# Gemeinsam erleben

## Die Café ANSCHLUSS KulTour

Kunst entdecken, gemeinsam erleben!  
Ob in Frankfurt oder der Umgebung – Schirn, Städel  
und viele andere spannende Ausstellungen warten  
auf Sie.

Wir zeigen, wie Sie im Internet schnell Infos zu Künstlern:innen und Museen finden  
– mit praktischen Tipps zum Suchen und Ausdrucken. Danach tauschen wir uns  
aus – und besuchen die Ausstellung gemeinsam!

Jetzt mitmachen!

**Informationen erhalten Sie zu den jeweiligen Terminen; pro Termin 6 €**

### Angebot 22170-26-4451

**Mo: 12.10. 14:00 – 16:00 Uhr**

**Mo: 09.11. 14:00 – 16:00 Uhr**

**Mo: 14.12. 14:00 – 16:00 Uhr**

**Mit NN**



## Fotoclub für Digitalfotograf:innen

Sie fotografieren mit Leidenschaft? Sie kennen  
sich mit Ihrer Kamera grundlegend gut aus  
und möchten Ihre Erfahrungen vertiefen  
– durch gegenseitige Unterstützung bei  
Bildbesprechungen, Techniktipps, Bildbearbeitung etc. sowie bei  
gelegentlichen Fotosafaris?  
Dann sind Sie bei unseren monatlichen Treffen im  
Fotoclub im Café ANSCHLUSS genau richtig!

**Informationen erhalten Sie vor Ort über die Clubleiterin; pro Termin 6 €**

### Angebot 22170-26-4441

**Do: 22.10. 15:00 – 17:00 Uhr**

**Do: 19.11. 15:00 – 17:00 Uhr:**

**Do: 10.12. 15:00 – 17:00 Uhr:**

**Mit Elke Spichalski**

**NEU!**

# Gemeinsam erleben

## hobby-runde

### Die hobby-runde

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. Teilnehmende vermitteln auch den Kontakt zu verschiedenen Aktiv-Gruppen, die über die hobby-runde entstanden sind, beispielsweise zu

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

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

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: 07.10. Offene Runde:** Treffen – Kennenlernen – Informieren

**Mi: 21.10. Spaziergang:** Interessierte treffen sich

**Mi: 04.11. Offene Runde:** Treffen – Kennenlernen – Informieren

**Mi: 18.11. Spaziergang:** Interessierte treffen sich

**Mi: 02.12. Weihnachtsfeier** - siehe Seite 48

## Wir halten Sie über unseren Newsletter und Webseite auf dem Laufenden.

### Der »hobby-börse« Stammtisch

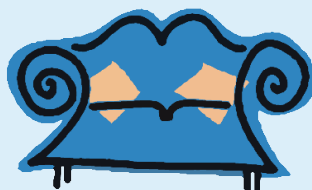
trifft sich im Restaurant »Wirtshaus Paulaner am Dom«, Domplatz 6, zum geselligen Beisammensein. Neue Gäste sind herzlich willkommen.

**Die nächsten Treffen am Mi: 14.10., 11.11. und 09.12. um 14:00 Uhr**

# Gemeinsam erleben

## Das Offene Wohnzimmer Programm

**In der Regel freitags von 14:00 – 17:00 Uhr  
im Saal des Café Anschluss**



Viele wollen gerne mit anderen Menschen gemeinsam etwas unternehmen. Die Freizeit zusammen gestalten, sich für das Gemeinwohl engagieren oder einfach nur zusammen Kaffee trinken und leckeren Kuchen essen.

Man will aber nicht gleich alle im eigenen Wohnzimmer sitzen haben. Es braucht einen Raum, wo man sich treffen kann. Dieser Raum will das Offene Wohnzimmer sein.

Sie entscheiden, was Sie gerne mit anderen machen wollen und wir helfen Ihnen, Gleichgesinnte zu finden.

Das Offene Wohnzimmer hilft beim Aufbau von selbstgesteuerten und selbstorganisierten Gruppen und begleitet diese, falls die Gruppe es wünscht.

Das Offene Wohnzimmer lädt auch immer wieder zu eigenen Veranstaltungen ein, bei denen man einander kennenlernen kann.

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

Wer Freude an Geschichten hat und gern gemeinsam Neues ausprobiert, ist hier richtig.

Beim generationenübergreifenden Pen-&-Paper-Rollenspiel erfinden wir zusammen ein Abenteuer. Sie entwickeln eigene Figuren und erleben als Superheldinnen und Superhelden eine spannende Geschichte – alle spielen dabei Seite an Seite.

Vorkenntnisse sind nicht nötig. Sie brauchen nur Fantasie und Neugier – Würfel und Humor bringen wir mit.

**Wann:** In der Regel am ersten Samstag des Monats  
(dieses Quartal: 10.10., 14.11. und 05.12.), 13 bis 17+ Uhr

**Ort:** Offenes Wohnzimmer im Saal vom Café Anschluss

**Hinweis:** Die Gruppengröße ist begrenzt, eine Anmeldung unter [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de) ist wünschenswert

**Weitere Spielleiter:innen und Gruppen sind willkommen!**

# Gemeinsam erleben

## »Annes Runde«

### Geselligkeit, Spiel und Gespräch für Seniorinnen und Senioren

#### Konzept:

»Annes Runde« bietet Rentnerinnen und Rentnern einen festen wöchentlichen Treffpunkt – zum Austausch, zum Spielen und zum gemeinsamen Zeitverbringen.

#### Wann:

Jeden Donnerstag von 14.00 h bis 17.00 h

#### Ablauf:

Wir beginnen mit einer Gesprächsrunde: Bei Kaffee, Tee und Kuchen, erhältlich im Café Anschluss, erzählen wir, was uns beschäftigt. Die erste halbe Stunde – bei Bedarf auch länger – gehört dem offenen Austausch.

Anschließend starten wir unsere Spielrunde.

Spiele sind vorhanden – eigene Spiele dürfen aber gern mitgebracht werden.

Unser Ziel: entspannte und zugleich anregende Stunden in geselliger Runde. Und dabei ganz nebenbei auch unser Gedächtnis trainieren.

**Kontakt und Anmeldung:** [annes-runde@t-online.de](mailto:annes-runde@t-online.de)

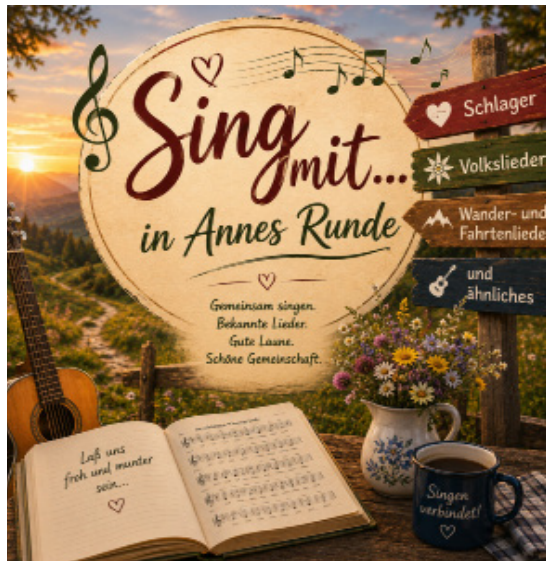
## Sing mit...in »Annes Runde«

#### Wann:

Jeden ersten Freitag im Monat  
von 14.00 h bis 16.00 h  
(dieses Quartal: 02.10., 06.11.  
und 04.12.)

**Kontakt und Anmeldung:**  
[annes-runde@t-online.de](mailto:annes-runde@t-online.de)

NEU!



KI-generierte Illustration

# Gemeinsam erleben

## **Treffen im Offenen Wohnzimmer**

**Verantwortlich:** Teilnehmer:innen der OWO-Trägergruppe

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

**Wir suchen weiterhin Menschen, die das Offene Wohnzimmer mitgestalten und unterstützen möchten. Weitere Informationen zum Offenen Wohnzimmer finden Sie auf den Seiten 30 und 34. Näheres zum ehrenamtlichen Engagement beim Frankfurter Verband und im Café ANSCHLUSS erfahren Sie auf den Seiten 50 und 55.!**

**Termin:** jeden Freitag 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 Teilnehmer:innen 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:** Freitags 14–17 Uhr; andere Termine auf Nachfrage

**Interessierte melden sich bitte vorher bei Vlade:**

Mobil: 01577 9700919

## **Spielegruppe Doppelkopf**

**Verantwortlich:** Martin Kutzmann

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

**Termin:** jeden 3. Freitag im Monat, 15–17 Uhr

**Bei weiteren Fragen:** kutzmann@t-online.de **oder** 069 61990909 (AB)

# Gemeinsam erleben

## Schreiben im Café nach Natalie Goldberg

**Verantwortlich: Wiltrud Pietschmann**

Dieser offene Schreibtreff beginnt da, wo Schreibkurse aufhören. Vor allem geht es darum, sich mit Freude in unterschiedlichen Schreibstilen und Schreibformen auszudrücken. In der Atmosphäre des Cafés – im Dialog mit anderen – können wir uns für viele neue Ideen öffnen. »Halten Sie Ihre Hand in Bewegung!«, rät uns Natalie Goldberg. Diesem Rat wollen wir folgen und Herz, Sinne und Verstand einbeziehen, wenn wir unsere Texte gestalten.

**Termin: jeden 2. Freitag im Monat, 15:00–16:30 Uhr**

**Bei weiteren Fragen:** Die Kreativwerkstatt unter 069 299807-2357



## 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.

**Termin: Mittwochs 11:00–12:30 Uhr**

**Kontakt: Fritz Schmid - [fritzschmid@hotmail.de](mailto: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 ihren Vorträgen und Lesungen – eine beliebte Fundgrube für glückliche Stunden.

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 Altenheimen, Begegnungszentren, Seniorentreffs oder Stadtteilbibliotheken in Frankfurt, die ein unterhaltsames Programm für ihre Seniorinnen und Senioren suchen.

**Im Oktober findet leider keine Vorlesung statt.**

**16.11.** liest **Martina Richards** Kurzgeschichten von **Julia Wolf** aus **Du, hier.**  
Es geht um Geschichten von Frauen, deren Lebensentwürfe brüchig sind und die die vorgeprägten Wege verlassen. Feinsinnig, humorvoll und mit entlarvender Ehrlichkeit erzählt.

**14.12.** liest **Susanne Iannelli** aus **Ein ungezähmtes Leben** von **Jeanette Walls.**

Jeanette Walls lehnt die Geschichte an das ungewöhnliche Leben Ihrer Grossmutter an. Diese wuchs auf in Texas auf einer Ranch später in Arizona. Sie war wild, ungestüm und entsprach so gar nicht dem damaligen Frauenbild. Wild wie die Pferde die sie ritt, die Rinder die sie trieb. Sie lernte Autofahren und Flugzeuge fliegen. Lily Casey war auch wissbegierig und selbstbestimmt. Und das vermittelte sie auch an Kinder die sie unterrichtete und an ihren eigenen Nachwuchs.

**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](mailto: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 und Schritt-kombinationen im Gesellschaftstanz zu üben?  
Willkommen sind Tänzer:innen mit Grundkenntnissen ebenso wie Fortgeschrittene. Der Kurs baut auf bekannten Grundschritten auf und bietet Gelegenheit, diese zu festigen und zu erweitern. Ihr könnt als Paar oder Einzelperson teilnehmen (LGBTQIA+ willkommen).



### Termine im ersten Quartal 2026:

| Oktober | November | Dezember |
|---------|----------|----------|
| 05.10.  | 02.11.   | 07.12.   |
| 19.10.  | -        | -        |

**Einlass ab 18:15 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 € Teilnahmegebühr zu entrichten

**Anmeldung im Café Anschluss unter der Rufnummer 069 299807-2350 oder [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de) dringend erforderlich!**

Wir freuen uns sehr darauf, viele Tanzbegeisterte zu sehen.

# Gemeinsam erleben Wanderungen

## 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 Wanderungen fangen generell am Vormittag an. **Die Teilnehmer:innenzahl ist in diesem Quartal jeweils auf 20 Personen begrenzt.**

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

Wie unterschiedlich Landschaften mit Weinanbau sein können werden wir bei zwei Herbstwanderungen im Frankfurter Umland erfahren.

**Do: 01.10. Klein-Umstadt - Weininselwanderweg - Groß-Umstadt,**  
9,8 km Länge, und 232 Höhenmeter

**Di: 13.10. Flörsheim - Weinstadt Hochheim,**  
10 km Länge, und 100 Höhenmeter

**Fr: 06.11. Bensheim-Auerbach - Auerbacher Schlossweg,**  
10 km Länge, 305 Höhenmeter

**Fr: 11.12. Bad Vilbel Hbf - Vilbelsteig - Wasserburg,**  
11,5 km Länge, 142 Höhenmeter

**Voraussetzungen:** Wetterfeste Kleidung, festes Schuhwerk.

**Anmeldung im Café Anschluss unter der Rufnummer 069 299807-2350 oder [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de) dringend erforderlich!**

# Gemeinsam erleben Religion & Kultur

unter der Leitung von Barbara Christine Kindler

## Die Mithras-Religion der Römer

Der indoiranische Gott Mithras ist eng verwandt mit dem vedischen Gott Mitra („Freundschaft, Freund“). Mitra, auch an manchen Stellen des Rigveda Mitra-Varuna genannt, galt als Gott des Vertrags, der diejenigen beschützt, die Verträge einhalten und diejenigen bestraft, die Vertragsbruch begehen. Lange Zeit ging man davon aus, dass der Gott Mithras der römischen Mithras Religion mit dem indoiranischen Mithras/Mitra identisch war.

**04.11.26, 16 - 18 Uhr**

**Vortrag von Dr. Vladislav Serikov**

Die Mithras Religion war eine Mysterienreligion und verbreitete sich im ersten und zweiten Jahrhundert im ganzen Römischen Reich. Mithras Geburtstag wurde am 25. Dezember gefeiert. Der Vortrag gibt einen Überblick über diese geheimnisvolle Religion und thematisiert interkulturelle Verbindungen dieser Religion zu dem Christentum und der Freimauerei.

**03.12.26, 14 - 16 Uhr**

**Exkursion zum Römerkastell Saalburg in Bad Homburg mit Führung**

Die Teilnahme an der Exkursion auf Saalburg ist kostenlos. Der Eintritt zum Kastell beträgt für Erwachsene 8 Euro, ermäßigt 6 Euro.

**Dr. Vladislav Serikov** ist Religionswissenschaftler. Er unterrichtet Religionswissenschaft an der Goethe-Universität Frankfurt und gibt Führungen auf der Saalburg und im Erlebnismuseum Bibelhaus in Frankfurt.

**Die Exkursion kann nur zusammen mit dem Vortrag gebucht werden. Sie ist auf 20 Personen begrenzt; für den Vortrag besteht keine entsprechende Begrenzung.**

**Vortrag, Exkursion und Führung sind kostenlos. Der Museumseintritt ist selbst zu bezahlen.**

**Die Teilnahme ist kostenlos**

**Anmeldung erforderlich unter [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de) oder 069 299807-2350**

# Gemeinsam erleben Besondere Veranstaltungen

## NNN - Netzwerk Neue Nachbarschaften

**für alle, die interessiert sind – neu dabei oder schon lange.**

Wir haben 2008 unser Netzwerk gegründet. Inzwischen gibt es Gruppen in mehreren Stadtteilen. Es ist schön, sich mit anderen zu treffen – manchmal entstehen sogar Freundschaften. Wer Unterstützung braucht, kennt durch die Gruppe bereits seine Nachbarinnen und Nachbarn und bleibt nicht allein.

Machen Sie mit und kommen Sie zu unseren gemütlichen Treffen!

Hier können Sie Menschen kennenlernen, mit denen Sie in Ihrem Stadtteil eine neue Gruppe aufbauen oder sich stadtteilübergreifend im Netzwerk vernetzen, Ideen teilen und Anregungen diskutieren.

Bei Interesse senden Sie bitte eine E-Mail an [info@neue-nachbarschaften-ffm.de](mailto:info@neue-nachbarschaften-ffm.de) oder besuchen Sie eines unserer monatlichen Informationsgespräche: **jeden dritten Freitag im Monat** beim **Offenen Wohnzimmer** im **Café Anschluss**, Hansaallee 150, 60326 Frankfurt am Main.

**Termine in diesem Quartal: 16.10., 20.11., 18.12. von 14:00 bis 17:00 Uhr**

**Wir freuen uns auf Sie!**

## Treff.Punkt: Lesben 57++ - Lesbisch und lebensfroh – im Alter halten wir zusammen

Alle zwei Monate laden wir herzlich zum gemeinsamen Brunch ein.

Jede Teilnehmerin bringt etwas Leckeres für unser großes Brunch-Bufferet mit. In entspannter Atmosphäre haben wir Zeit zum Kennenlernen, zum Austausch und vielleicht auch dazu, neue Pläne zu schmieden.

Diese Veranstaltung ist offen für **alle älteren, interessierten Lesben.**

**Brunch-Termine im aktuellen Quartal:**

Sonntag, 01.11. 2026

von **11:00 bis 16:00 Uhr**

# Gemeinsam erleben Tagesausflug

## Tagesausflug nach Fulda unter dem Motto:

## Mitgegangen - Mitgefangen - Fulda sprichwörtlich

**Datum:** 28.10.

**Treffpunkt:** Frankfurter Hauptbahnhof, Gleis 08 (Gleiskopf)

**Uhrzeit:** 09:00 Uhr

Unsere Gästeführer:in nimmt uns mit auf einen Rundgang durch Barockviertel und Altstadt und geht auf die Spurensuche nach Herkunft und Bedeutung von Sprichwörtern. Keine Sorge: Ihr müsst weder „Blaues Blut“ haben noch „gut betucht sein“, um der Gruppenführung zu folgen. Weder werdet ihr die „Levitin gelesen bekommen“ noch „auf die Folter“ gespannt.

Erlebt eine vergnügliche Zeit bei dieser Führung, bei der man gefangen wird, wenn man mitgeht (selbstverständlich nur sprichwörtlich ).

### Geplanter Ablauf:

- Abfahrt um 09:24 mit der RE 50 (Richtung Fulda)
- Stadtführung um 11:15 (Dauer ca. 1,5-2 Stunden)
- Gemeinsame Stärkung in einem Restaurant in der Nähe (**auf eigene Kosten**) anschließend Zeit zum Bummeln
- Rückfahrt ab Fulda um **16:12 Uhr**
- Ankunft in Frankfurt HBF circa **17:30 Uhr**

### Kosten:

- **Führung: 10,00 €**
- **Zugfahrt: je nach Ticketoption:**
  - **Deutschlandticket:** keine zusätzlichen Kosten
  - **Gruppenticket (bis 5 Personen):** 43,50 €, wird durch die Anzahl der Mitfahrenden geteilt. **Die Anmeldung zum Gruppenticket ist verbindlich und der Anteil fällt auch an, wenn die Person nicht erscheint oder nicht mindestens 5 Tage vorher absagt)**
  - **Einzelticket (Tageskarte):** 40,00 €

### Mindestens 8 Personen, maximal 14 Personen

(Bitte bei der Anmeldung angeben, ob Sie ein Ticket benötigen. Wir werden versuchen, Gruppentickets zu organisieren.)

### Anmeldung:

**vor Ort im Café Anschluss**

**Telefon:** 069 299807-2350

**E-Mail:** cafe.anschluss@frankfurter-verband.de

**Anmeldefrist: bis 16.10. (dringend erforderlich!)**

# **Gemeinsam erleben Besondere Veranstaltungen Tag der offenen Tür im Rathaus für Senioren**

**Donnerstag, 1. Oktober 2026, von 10:00 bis 17:00 Uhr**

Das Rathaus für Senioren öffnet seine Türen und lädt Sie herzlich dazu ein, seine vielfältigen Angebote kennenzulernen. Informationsstände, Beratungsangebote, Vorträge und Rundgänge geben Einblicke in die Arbeit des Hauses.

Auch das Café ANSCHLUSS und die Kreativwerkstatt sind mit einem abwechslungsreichen Programm dabei.

## **Vorträge im Café ANSCHLUSS**

### **11:00 bis 12:00 Uhr – Bequem von zuhause zum Amt**

**Henry Koch** zeigt, welche digitalen Behördenzugänge es gibt und wie sie genutzt werden können.

### **13:00 bis 14:00 Uhr – Keine Angst vor KI – Künstliche Intelligenz im Alltag**

**Steven McAvinue** erklärt anschaulich, was Künstliche Intelligenz heute bereits kann, wo sie uns im Alltag begegnet und an welchen Stellen Vorsicht angebracht ist.

### **15:00 bis 16:00 Uhr – Sicher im Internet – Betrug und Gefahren rechtzeitig erkennen**

Wie lassen sich gefälschte Nachrichten, betrügerische Anrufe und gefährliche Internetseiten erkennen? Der Vortrag vermittelt verständliche Hinweise für einen sichereren Umgang mit digitalen Angeboten.

## **Die Kreativwerkstatt kennenlernen**

Um **12:00, 14:00 und 16:00 Uhr** beginnen Führungen durch die Kreativwerkstatt. Entdecken Sie die unterschiedlichen Möglichkeiten – von Holz und Keramik über Handarbeiten bis zum Upcycling. Der Rundgang endet an einer kleinen Zeichenstation, die zum eigenen Ausprobieren einlädt.

Für das leibliche Wohl ist ebenfalls gesorgt: Kaffee, Kuchen und Quiche werden gegen Gebühr angeboten.

Nutzen Sie die Gelegenheit, uns kennenzulernen, Fragen zu stellen und neue Angebote zu entdecken. Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

**Rathaus für Senioren** – Café Anschluss und Kreativwerkstatt  
Hansaallee 150, 60320 Frankfurt

# Gemeinsam erleben Besondere Veranstaltungen

## 17. Europäisches Filmfestival der Generationen

Vom 1. Oktober bis zum 30. November 2026 lädt das Festival bundesweit zu Begegnungen und Gesprächen ein. Spiel- und Dokumentarfilme beschäftigen sich mit dem Älterwerden, dem Zusammenleben der Generationen und wichtigen gesellschaftlichen Fragen.

### **Bon Voyage – Bis hierher und noch weiter** **Mittwoch, 14. Oktober 2026, 15:00 Uhr**

Die 80-jährige Marie ist schwer erkrankt und möchte weiterhin selbst über ihr Leben bestimmen. Gemeinsam mit ihrem Sohn Bruno, ihrer Enkelin Anna und ihrem Pfleger Rudy bricht sie in einem alten Wohnmobil zu einer Reise in die Schweiz auf. Ihre Familie kennt den wahren Grund der Fahrt zunächst nicht.

Unterwegs treffen unterschiedliche Lebensvorstellungen aufeinander, Spannungen brechen auf und die Familie kommt sich wieder näher. Eine warmherzige französische Tragikomödie über Selbstbestimmung, Verantwortung, Abschied und die Freude am gemeinsamen Leben.

**Frankreich 2025 · Regie: Enya Baroux · 97 Minuten · empfohlen ab 14 Jahren**

### **Cloudburst** **Freitag, 23. Oktober 2026, 15:00 Uhr**

Stella und Dottie leben seit vielen Jahren als Paar zusammen. Als Dottie gegen ihren Willen in ein Pflegeheim gebracht werden soll, fasst Stella einen entschlossenen Plan: Gemeinsam fliehen sie nach Kanada, um dort zu heiraten.

Auf ihrer turbulenten Reise nehmen sie den jungen Prentice als Anhalter mit. Zwischen überraschenden Begegnungen und komischen Situationen erzählt der Film von Liebe und Zusammenhalt – und von zwei älteren Frauen, die sich gegen starre Alters- und Frauenbilder zur Wehr setzen.

**USA/Kanada 2011 · Regie: Thom Fitzgerald · 93 Minuten · englische Originalfassung mit deutschen Untertiteln · empfohlen ab 14 Jahren**

**Cloudburst wird von LIBS e. V. (Lesben Informations- und Beratungsstelle) in Zusammenarbeit mit dem Café ANSCHLUSS gezeigt.**

**Beide Filmvorführungen sind kostenfrei. Für die Veranstaltungen stehen etwa 80 Sitzplätze zur Verfügung. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.**

# Gemeinsam erleben Besondere Veranstaltungen

## Konzert im Café Anschluss

**Tänze aus vier Jahrhunderten – Walzer, Polka, Csárdás und mehr**

Das im Mai ausgefallene Konzert des **Streicherensembles Dornbusch** wird nachgeholt. Das Ensemble lädt herzlich zu einem abwechslungsreichen Konzertabend mit Tänzen aus vier Jahrhunderten ein – von der Renaissance bis in die frühe Moderne.

Auf dem Programm stehen Werke von Carlo Gesualdo, Johann Strauß, Franz Lehár, Scott Joplin und weiteren Komponisten.

**Violine und Leitung:** Christoph Schmidt

**Termin: Samstag, 24. Oktober 2026, 18:00 Uhr**

Der Eintritt ist frei. Wir freuen uns über Spenden.

## Nach dieser Erde

**42 Jahre politische Chormusik**

**PROVOKALE**, der DGB-Chor Frankfurt, ist ein politischer Chor, der sich den Gewerkschaften verbunden fühlt und in seinen Programmen aktuelle gesellschaftliche Themen aufgreift.

Arbeiterlieder, unter anderem von Hanns Eisler, gehören ebenso zum Repertoire wie aktuelle Songs. Musikstücke verschiedener Zeiten und Stilrichtungen werden mit Texten und kleinen Szenen zu einem vielseitigen Gesamtprogramm verbunden.

**Musikalische Leitung:** Richard Steinert

**Stellvertretende Chorleitung:** Ute Christmann

**Klavier:** Georg Klemp

**Termin: Samstag, 28. November 2026, 18:00 Uhr**

Der Eintritt ist frei. Wir freuen uns über Spenden.

# Gemeinsam erleben Besondere Veranstaltungen

## Auf dem Hippie Trail nach Afghanistan und Indien

**Ein Videovortrag mit: Jürgen Preller**

Ein unterhaltsames Roadmovie über eine Reise mit einem VW-Bus T1 im Jahr 1971. Gedreht im knisternden Super-8-Format und live kommentiert von **Jürgen Preller**, der sich damals mit drei Freunden auf dieses Abenteuer einließ.

Die Route führt von München über den Balkan und die Türkei durch den Iran und ein damals noch friedliches Afghanistan bis nach Varanasi, der heiligen Stadt am Ganges in Indien.

**Termin: Montag, 30. November 2026, 15:00 bis 16:30 Uhr**

**Anmeldung im Café Anschluss unter der Rufnummer 069 299807-2350 oder [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de) dringend erforderlich!**

**Bitte beachten Sie:** Es stehen nur etwa 20 Sitzplätze zur Verfügung.

## Was ist Demenz?

**Vortrag und Fragerunde**

Was bedeutet die Diagnose Demenz? Welche Formen gibt es und welche Veränderungen können damit verbunden sein?

**Ruth Müller** von der **Deutschen Alzheimer Gesellschaft** gibt einen verständlichen Überblick über die verschiedenen Aspekte von Demenz. Außerdem stellt sie Unterstützungsangebote für Betroffene und Angehörige vor.

Im Anschluss an den Vortrag bleibt ausreichend Zeit, persönliche Fragen zu stellen und miteinander ins Gespräch zu kommen.

**Mittwoch, 16. Dezember 2026, 14:00 bis 16:00 Uhr**

**Referentin:** Ruth Müller, Deutsche Alzheimer Gesellschaft

# Gemeinsam erleben Besondere Veranstaltungen

## Weihnachtsfeier der hobby-runde

Die **hobby-runde** lädt auch dieses Jahr wieder zu einer gemütlichen Weihnachtsfeier ein. Bei Kaffee und Weihnachtsgebäck ist viel Gelegenheit zum Kennenlernen und Unterhalten. Es erwartet Sie ein kleines weihnachtliches Programm.

**Termin: Mittwoch, 2. Dezember 2026, 14:30 bis 16:30 Uhr**

**Mit Anmeldung bis zum 27.11.; Kostenbeitrag 5,00 €**

## Weihnachtssingen der Musikschule Frankfurt

Auch in diesem Jahr möchten wir unsere schöne Tradition fortführen: Die **Musikschule Frankfurt** lädt herzlich zum gemeinsamen Weihnachtsliedersingen im Café ANSCHLUSS ein.

Freuen Sie sich auf einen stimmungsvollen Abend mit bekannten Weihnachtsliedern und musikalischer Begleitung. Willkommen sind alle, die gerne singen oder einfach die vorweihnachtliche Atmosphäre in Gemeinschaft genießen möchten.

**Termin: Donnerstag, 3. Dezember 2026, 18:00 Uhr**

Der Eintritt ist frei.

## Gemeinsam erleben Besondere Veranstaltungen



»(Almost) the same procedure as every year!«

### Weihnachtlicher Markt 2026 im Café Anschluss

Von Samstag, 14.11.2026 bis einschließlich Montag, 23.11.2026  
von 11:00 bis 17:00 Uhr

Ein ganzes Jahr lang sind unsere Freiwilligen in den Offenen Werkstätten emsig am Werk, schöne und wertvolle Dinge zu entwerfen, herzustellen oder nachzuarbeiten.

Wenn Sie Interesse am kreativen Tun haben und dazugehören wollen, machen Sie einen Schnuppermonat in unseren Offenen Werkstätten mit, dann sind Sie beim nächsten Markt dabei!

In den Räumen des **Café Anschluss** gibt es wieder:  
**Kunsthandwerk vom Feinsten!**

Buchbinderarbeiten • Schmuck aus unterschiedlichsten Materialien • Rosen & Engel • Lichtobjekte • Seidentücher • Gewebtes • Stickereien • Filzobjekte • Rustikales und Edles aus Wolle, Leinen und Seide • Patchwork und Quiltobjekte • edle Papierprodukte • Originelle, dekorative Karten • Töpferware • Holz-/Metallprodukte • Nützliches für die Küche • Wellnessprodukte • Marmeladen und Kräuter quer durch den Garten • Alles zum Thema Weihnachten • Kleine, nette Dinge für das Kinderzimmer.

# In eigener Sache - Ehrenamt

## Ehrenamtliche gesucht – gemeinsam für Frankfurt

Der Frankfurter Verband sucht Menschen, die ihre Zeit, ihre Fähigkeiten und ihre Ideen für andere einsetzen möchten. Ob regelmäßig oder nur gelegentlich – freiwilliges Engagement schafft Begegnungen und unterstützt ältere Menschen dabei, selbstbestimmt und aktiv am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen.

Die Einsatzmöglichkeiten sind vielfältig: Besuchen Sie einen älteren Menschen, lesen Sie vor oder begleiten Sie Spaziergänge. Helfen Sie in einem unserer Internetcafés, in einem Repaircafé, beim „Restaurant im Viertel“, bei Ausflügen, kreativen Angeboten oder in einer Stadtteilgruppe. Auch bei Festen und einzelnen Veranstaltungen freuen wir uns über helfende Hände.

Gemeinsam suchen wir eine Aufgabe, die zu Ihren Interessen und zeitlichen Möglichkeiten passt. Beim „Probehelfen“ können Sie das Engagement zunächst kennenlernen. Unsere Freiwilligen werden vorbereitet, begleitet und können sich regelmäßig mit anderen Engagierten austauschen. Auch eigene Ideen sind herzlich willkommen.

## Informationsveranstaltungen zum Ehrenamt

Lernen Sie die unterschiedlichen Möglichkeiten eines Ehrenamts beim Frankfurter Verband kennen und stellen Sie Ihre Fragen.

**Montag, 26. Oktober 2026**

**Montag, 14. Dezember 2026**

jeweils um **10:00, 14:00 oder 17:00 Uhr**

Bitte melden Sie sich beim Café ANSCHLUSS an. Nennen Sie uns den gewünschten Termin und die gewünschte Uhrzeit sowie Ihren Namen, Ihre Telefonnummer und/oder Ihre E-Mail-Adresse.

**Telefon:** 069 299807-2350

**E-Mail:** [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de)

Schenken Sie Zeit, lernen Sie neue Menschen kennen und gestalten Sie das Miteinander in Frankfurt aktiv mit!

# In eigener Sache - Würde im Alter

## Digitale Inklusion – Unterstützung für ältere Menschen

**Digital dabei sein – sicher & selbstbestimmt! - Ein Projekt des Frankfurter Verbands e.V.**

Viele ältere Menschen fühlen sich in der digitalen Welt unsicher oder ausgeschlossen – sei es durch mangelnde Vorerfahrung, finanzielle Hürden oder fehlende Unterstützung. Besonders betroffen sind alleinlebende Frauen, Menschen mit eingeschränkter Mobilität oder geringem Einkommen.

Das Projekt »**Digitale Inklusion und soziale Teilhabe älterer Menschen in Frankfurt**« wird gefördert mit Mitteln der Stadt Frankfurt im Programm »**Würde im Alter**«. Ziel ist es, älteren Menschen den Zugang zur digitalen Welt zu erleichtern – praxisnah, kostenlos und mit persönlicher Begleitung.

### Für Senior:innen

Sie möchten lernen, wie Sie Ihr Smartphone oder Tablet sicher nutzen können – zum Beispiel für Fotos, Nachrichten, Fahrpläne oder Gesundheits-Apps?  
Wir bieten:

- Persönliche Begleitung durch geschulte Freiwillige
- Kostenlose Hausbesuche oder Einführungskurse vor Ort
- Geduldige Unterstützung ohne Druck oder Vorwissen

Ziel ist es, Sie im Alltag zu stärken – digital, selbstbestimmt und sicher.

### Für Freiwillige

Sie haben Erfahrung mit digitalen Geräten und möchten Ihr Wissen weitergeben?  
Dann freuen wir uns auf Sie!

- Unterstützen Sie ältere Menschen beim Einstieg in die digitale Welt
- Einsätze bei Hausbesuchen oder in wohnortnahen Einrichtungen
- Sie erhalten eine Schulung und werden fachlich begleitet

Ihr Engagement macht einen spürbaren Unterschied – mit persönlichem Kontakt, Wertschätzung und Sinn.

### Was wir außerdem tun

Neben individueller Unterstützung bauen wir wohnortnahe, kostenfreie Zugänge zum Internet aus – z. B. in Bibliotheken oder Nachbarschaftszentren – und arbeiten mit sozialen Einrichtungen, Pflegeeinrichtungen und der Stadt Frankfurt zusammen.

### Kontakt und Anmeldung

**Frankfurter Verband e. V. - Café Anschluss**

**Telefon:** 069 299807-2351

**E-Mail:** [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de)

## 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, selbstgebackenen 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 Plastikkärtchen) 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: kreativwerkstatt@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, und vieles mehr.

**Besondere Treffe:** Internationaler Frauenkreis, 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 26 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 und 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](mailto: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](http://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 für Alten- und Behindertenhilfe 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

**E-Mail:** [cafe.anschluss@frankfurter-verband.de](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de)

**Tel.:** 069 299807-2350

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, 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 generell auch für anmeldungsfreie Angebote.

# Kalender

| Tag                       | Datum         | Uhrzeit     | Veranstaltung                                       | Kurs | Seite |
|---------------------------|---------------|-------------|-----------------------------------------------------|------|-------|
| <b>Ständige Angebote:</b> |               |             |                                                     |      |       |
| <b>Mo</b>                 | <b>bis Do</b> | 10:00-17:00 | Surfen mit Tutorenunterstützung                     |      | 7     |
| <b>Fr</b>                 |               | 10:00-13:00 | Surfen mit Tutorenunterstützung                     |      | 7     |
| <b>Oktober</b>            |               |             |                                                     |      |       |
| Do                        | 01.10.        | 10:00-17:00 | <b>Tag der offenen Tür<br/>Rathaus für Senioren</b> |      | 44    |
| Fr                        | 02.10.        | 14:00-16:00 | Sing mit...in »Annes Runde«                         |      | 35    |
| Mo                        | 05.10.        | 18:30-21:00 | Gesellschaftstanz mit Bea Blell                     |      | 39    |
| Di                        | 06.10.        |             |                                                     |      |       |
| Mi                        | 07.10.        | 10:00-13:00 | Shortcuts & E-Mail-Anhänge                          | 4321 | 10    |
|                           |               | 13:30-16:30 | iPad/iPhone Grundlagen                              | 4231 | 14    |
|                           |               | 14:00-15:30 | hobby-runde                                         |      | 33    |
| Do                        | 08.10.        |             |                                                     |      |       |
| Fr                        | 09.10.        |             |                                                     |      |       |
| Sa                        | 10.10.        | 13:00-17:00 | Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer«                |      | 34    |
| Mo                        | 12.10.        | 14:00-16:00 | KulTour                                             | 4451 | 32    |
| Di                        | 13.10.        |             |                                                     |      |       |
| Mi                        | 14.10.        | 10:00-12:00 | Notfallpass auf dem Smartphone                      | 4106 | 15    |
|                           |               | 15:00-17:00 | Filmvorführung: Bon Voyage                          |      | 45    |
| Do                        | 15.10.        |             | <b>GESCHLOSSEN</b>                                  |      |       |
| Fr                        | 16.10.        | 10:00-13:00 | Fake News erkennen                                  | 4260 | 16    |
|                           |               | 14:00-17:00 | NNN - Netzwerk Neue Nachbarschaften                 |      | 42    |
| Mo                        | 19.10.        | 18:30-21:00 | Gesellschaftstanz mit Bea Blell                     |      | 39    |
| Di                        | 20.10.        |             |                                                     |      |       |
| Mi                        | 21.10.        |             |                                                     |      |       |
| Do                        | 22.10.        | 15:00-17:00 | Fotoclub                                            | 4441 | 32    |
| Fr                        | 23.10.        | 10:00-11:30 | Die wunderbare Welt der »Tablets«                   | 4103 | 12    |
|                           |               | 15:00-17:00 | Filmvorführung: Cloudburst                          |      | 45    |
| Sa                        | 24.10.        | ab 18:00    | Konzert Streicherensemble Dornbusch                 |      | 46    |
| Mo                        | 26.10.        | 10:00-13:00 | Windows 11 Grundlagen 1/2                           | 4221 | 9     |
| Di                        | 27.10.        | 10:00-13:00 | Tablet/Smartphone Grundlagen                        | 4211 | 13    |
| Mi                        | 28.10.        | 10:00-11:30 | Gesundheits-Apps                                    | 4113 | 16    |
| Do                        | 29.10.        | 10:00-13:00 | Windows 11 Grundlagen 2/2                           |      | 9     |
| Fr                        | 30.10.        | 15:00-17:30 | Repaircafé                                          |      | 31    |

# Kalender

| Tag             | Datum  | Uhrzeit     | Veranstaltung                            | Kurs | Seite |
|-----------------|--------|-------------|------------------------------------------|------|-------|
| <b>November</b> |        |             |                                          |      |       |
| So              | 01.11. | 11:00-16:00 | Brunch des Treff.Punkt: Lesben 57++      |      | 42    |
| Mo              | 02.11. | 18:30-21:00 | Gesellschaftstanz mit Bea Blell          |      | 39    |
| Di              | 03.11. | 10:00-11:30 | Online Banking Vortrag                   | 4105 | 23    |
| Mi              | 04.11. | 10:00-13:00 | Reiseplanung im Internet                 | 4253 | 16    |
|                 |        | 13:30-16:30 | Das »Internet der Dinge«                 | 4371 | 17    |
|                 |        | 14:00-15:30 | hobby-runde                              |      | 33    |
|                 |        | 16:00-18:00 | Religionen: Mithras-Religion der Römer   |      | 41    |
| Do              | 05.11. |             |                                          |      |       |
| Fr              | 06.11. | 14:00-16:00 | Sing mit...in »Annes Runde«              |      | 35    |
| Mo              | 09.11. | 10:00-13:00 | Windows 11 für Fortgeschrittene 1/2      | 4222 | 9     |
|                 |        | 14:00-16:00 | KulTour                                  | 4451 | 32    |
| Di              | 10.11. | 10:00-11:30 | Mobiles Bezahlen                         | 4112 | 24    |
| Mi              | 11.11. |             |                                          |      |       |
| Do              | 12.11. | 10:00-13:00 | Windows 11 für Fortgeschrittene 2/2      |      | 9     |
| Fr              | 13.11. | 11:00-12:30 | Keine Angst vor KI                       | 4181 | 17    |
| Sa              | 14.11. | 13:00-17:00 | Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer«     |      | 34    |
| Mo              | 16.11. | 10:00-13:00 | Bildbearbeitung mit W11 Fotoanzeige      | 4248 | 26    |
|                 |        | 17:00-18:30 | Lesefreude                               |      | 38    |
| Di              | 17.11. | 10:00-13:00 | Tablet/Smartphone für Fortgeschrittene   | 4212 | 14    |
| Mi              | 18.11. |             |                                          |      |       |
| Do              | 19.11. | 15:00-17:00 | Fotoclub                                 | 4441 | 32    |
| Fr              | 20.11. | 14:00-17:00 | NNN - Netzwerk Neue Nachbarschaften      |      | 42    |
| Mo              | 23.11. |             |                                          |      |       |
| Di              | 24.11. | 11:00-12:30 | KI im Alltag                             | 4182 | 18    |
|                 |        | 14:00-15:30 | Online Behördenzugang                    | 4184 | 19    |
| Mi              | 25.11. | 10:00-11:30 | Online Nachschlagewerke                  | 4151 | 19    |
| Do              | 26.11. | 11:00-12:30 | Mitmachen im Internet                    | 4191 | 20    |
|                 |        | 13:30-15:00 | Smartphone benutzerfreundlich einstellen | 4111 | 15    |
| Fr              | 27.11. | 15:00-17:30 | Repaircafé                               |      | 31    |
| Sa              | 24.10. | ab 18:00    | Konzert Provokale DGB-Chor Frankfurt     |      | 46    |
| Mo              | 30.11. | 11:00-12:30 | Gemini Notebook                          | 4185 | 21    |
|                 |        | 15:00-16:30 | Auf dem Hippie Trail...                  |      | 47    |

# Kalender

| Tag             | Datum         | Uhrzeit     | Veranstaltung                               | Kurs | Seite |
|-----------------|---------------|-------------|---------------------------------------------|------|-------|
| <b>Dezember</b> |               |             |                                             |      |       |
| Di              | 01.12.        | 10:00-13:00 | Bewältigung der Fotoflut auf dem Smartphone | 4342 | 25    |
| Mi              | 02.12.        | 11:00-12:30 | Wem gehören unsere Daten?                   | 4194 | 21    |
|                 |               | 14:00-15:30 | hobby-runde - Weihnachtsfeier               |      | 48    |
| Do              | 03.12.        | ab 18:00    | Weihnachtssingen                            |      | 48    |
| Fr              | 04.12.        | 14:00-16:00 | Sing mit...in »Annes Runde«                 |      | 35    |
| Sa              | 05.12.        | 13:00-17:00 | Rollenspiele im »offenen Wohnzimmer«        |      | 34    |
|                 |               |             |                                             |      |       |
| Mo              | 07.12.        | 18:30-21:00 | Gesellschaftstanz mit Bea Blell             |      | 39    |
| Di              | 08.12.        | 10:00-13:00 | Video Schneiden                             | 4249 | 26    |
| Mi              | 09.12.        | 10:00-11:30 | Ticketkauf im Internet                      | 4152 | 23    |
|                 |               | 13:30-16:30 | iPad/iPhone Grundlagen                      | 4232 | 14    |
| Do              | 10.12.        | 15:00-17:00 | Fotoclub                                    | 4441 | 32    |
| Fr              | 11.12.        | 11:00-12:30 | Die elektronische Patientenakte             | 4193 | 27    |
|                 |               |             |                                             |      |       |
| Mo              | 14.12.        | 14:00-16:00 | KulTour                                     | 4451 | 32    |
|                 |               | 17:00-18:30 | Lesefreude                                  |      | 38    |
| Di              | 15.12.        | 10:00-13:00 | Wir zahlen mit dem Handy                    | 4115 | 24    |
| Mi              | 16.12.        | 14:00-16:00 | Was ist Demenz                              |      | 47    |
| Do              | 17.12.        | 13:30-15:00 | Orientieren mit OpenStreetMap               | 4114 | 15    |
| Fr              | 18.12.        | 14:00-17:00 | NNN - Netzwerk Neue Nachbarschaften         |      | 42    |
|                 |               |             |                                             |      |       |
| <b>Mo</b>       | <b>22.12.</b> |             |                                             |      |       |
|                 | <b>bis</b>    |             | <b>GESCHLOSSEN</b>                          |      |       |
| <b>Fr</b>       | <b>02.01.</b> |             |                                             |      |       |
|                 |               |             |                                             |      |       |
|                 |               |             |                                             |      |       |

# Café Anschluss stellt vor:

Wir arbeiten nicht allein, sondern regelmäßig mit anderen Institutionen und sozialen Diensten zusammen. Wir möchten Sie mit einigen von ihnen vertraut machen. In diesem Quartal:

Das **Projekt "Digitale Teilhabe im Alter – quartiersnahe Versorgung in Frankfurt am Main" (DiTA)**



## Wer wir sind

Das Projekt DiTA wird von Juni 2024 bis Mai 2027 vom Bundesforschungsministerium gefördert. Im Rahmen des Projektes arbeiten die Leitstelle Älterwerden des Jugend- und Sozialamtes Frankfurt mit der Frankfurt University of Applied Sciences zusammen.

## Was wir tun

Im Rahmen des Projekts DiTA werden die digitalen Angebote für ältere Menschen auf verschiedenen Ebenen adressiert. Es entstand eine Angebotsübersicht sowie ein Netzwerk der Fachkräfte, die hinter den Angeboten stehen. Ziel ist es die Angebotslandschaft sichtbar zu machen und gemeinsam weiterzuentwickeln. Im Mittelpunkt stehen niedrigschwellige Anlaufstellen, stadtweite Versorgung und marginalisierte ältere Menschen.



Aktuelle ermöglichen Stiftungsmittel ein Angebot für Frankfurter:innen 65+, die Sozialtransfers erhalten (Grundsicherung, Frankfurt Pass, Wohngeld). Sie können eine Pauschale von 250€ für die Anschaffung von digitalen Geräten in den Sozialräthäusern in Anspruch nehmen. Zudem besteht für sie die Möglichkeit digitale Bildungsangebote, wie beim Café Anschluss, kostenlos wahrzunehmen. Dieses Angebot gilt zusätzlich für Frankfurter:innen 75+.

Um digitale Teilhabe für ältere Menschen nachhaltig in Frankfurt am Main zu ermöglichen, werden Erkenntnisse aus der Forschung mit Erfahrungen aus der Praxis zusammengeführt und zu Maßnahmen weiterentwickelt.

## Projekt "Digitale Teilhabe im Alter – quartiersnahe Versorgung in Frankfurt am Main" (DiTA)

Dr. Rafaela Werny

Rathaus für Senioren

Hansaallee 150

60320 Frankfurt am Main

[rafaela.werny@stadt-frankfurt.de](mailto:rafaela.werny@stadt-frankfurt.de)

Internet: <https://frankfurt.de/themen/soziales-und-gesellschaft/rund-ums-aelterwerden/dita>



# Bewerten Sie uns!

Liebe Gäste,

wenn es Ihnen gefallen hat, dann **bewerten Sie uns bitte auf Google.**



Unsicher, wie Sie mit einem **QR-Code** umgehen? **Wir helfen Ihnen gerne!**

Café Anschluss

4,2 ★★★★★ **36 Rezensionen** ⓘ

Internetcafé · 🚶 1 min

📍 Routenplaner

🏠 Start

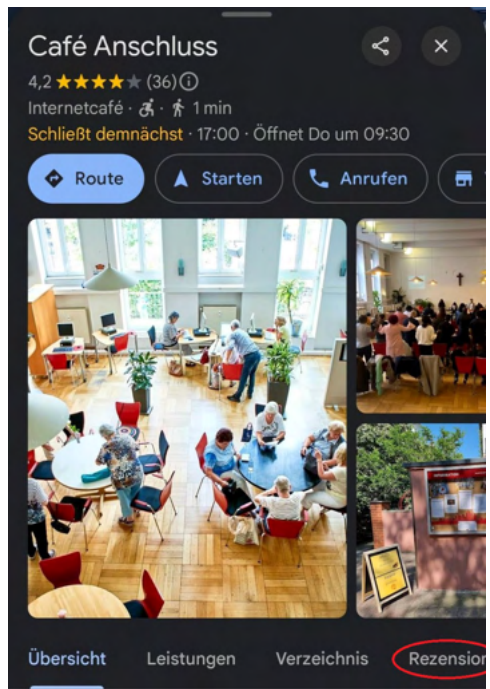
☎️ Anruf



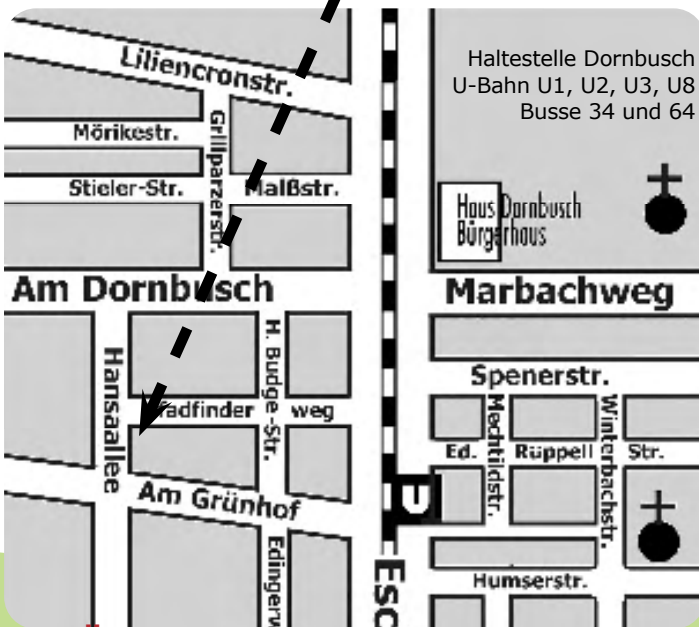
📍 Hansaallee 150, 60320 Frankfurt am Main

Auf der jeweilig gezeigten Seiten finden Sie den Link zu den Rezensionen generell entweder, wie oben, direkt hinter dem Sternen-Durchschnitt, oder wie rechts, unten rechts unter den Bildern. Dann können sie Sterne vergeben und, wenn Sie es möchten, einen kurzen Text zu Ihrer Erfahrung mitteilen.

Von unserer Seite aus erst einmal vielen Dank und bis bald!



# Café ANSCHLUSS



## Die Öffnungszeiten:

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

## Geänderte Öffnungszeiten:

Donnerstag 15.10.2025 **geschlossen**

**Von Sa. 19.12.2026 bis So. 03.01.2027 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](mailto:cafe.anschluss@frankfurter-verband.de)  
Webseite: [www.cafe-anschluss.de](http://www.cafe-anschluss.de)

**Das nächste Programm für Januar - März 2027  
erscheint voraussichtlich Anfang Dezember 2026**