



# NBZ

## **Nachbarschafts- und Familienzentrum Ginnheim e. V.**

### **Programm 2026**



Gefördert von:



FRAUEN

REFERAT

HESSEN



Hessisches Ministerium  
für Familie, Senioren, Sport,  
Gesundheit und Pflege



Familienzentren  
HESSEN



JUGEND- &  
SOZIALAMT

wir sind Mitglied:



## Nachbarschafts- und Familienzentrum Ginnheim e.V.

### Das Nachbarschafts- und Familienzentrum Ginnheim e.V.

(NBZ e.V.) wurde im April 1999 gegründet und ging aus einer Initiative von Bewohner\*innen der ehemaligen Housings (I.d.e.a.L.-Netzwerk Nachbarschaft e.V.) hervor. Ursprüngliche Idee und seit Gründung zentrales Element der Konzeptionierung des NBZ e.V. ist die Bürgernähe und die Integration der beiden, als getrennt erlebten, Wohnbereiche Alt- und Neu-Ginnheim.

### Das NBZ e.V. ist ein Ort für multikulturelles und generationsübergreifendes Begegnen und Zusammenwirken im Stadtteil.

Die Kursangebote und selbstorganisierten Gruppen orientieren sich am Bedarf, an den Wünschen, den Interessen und Kenntnissen der Besucher\*innen.

Speziell die Kinder-, Frauen- und Familienkurse sowie diverse Beratungsangebote dienen der Entlastung, Vernetzung und Förderung von Familien und anderen Lebensgemeinschaften.



## Vorankündigungen 2025

### Sommerfest im NBZ

Am Samstag, den 19.09.26, feiern wir ein Familien-Sommerfest in Haus und Hof!

**Details** werden zu gegebener Zeit noch bekannt gegeben.

**TRONICDESIGN GMBH**  
seit über 25 Jahren in Frankfurt - Ginnheim

Beratung, Planung und Installation von:  
moderner Elektroinstallation  
KNX-Smart Home  
Türsprechanlagen, Zutrittskontrolle und Multimedia  
Telefon-, Alarm- und Rauchmeldeanlagen  
Wallbox- und Photovoltaikanlagen  
Computer / DSL und IT Betreuung  
für Privat & Gewerbe

  Partner  
KNX zertifizierter Betrieb



Fachbetrieb für Gebäudetechnik  
Innungsfachbetrieb

Kurhessenstraße 115  
60431 Frankfurt  
[www.tronicdesign.de](http://www.tronicdesign.de)  
Tel.: 069 - 95 21 99 95



## Vorankündigungen 2025

### Film und Gespräch im NBZ

#### Filmnachmittag 2026 für Senior\*innen

Wir freuen wir uns, Ihnen in 2026 wieder unseren **Filmnachmittag für Senior\*innen** anbieten zu können!

Filme zum Schmunzeln, fürs Herz und zum Nachdenken sollen Ihnen, liebe Seniorinnen und Senioren, den Nachmittag im wahrsten Sinne des Wortes versüßen. Dazu verbinden wir den Filmnachmittag mit der Ausgabe von Kaffee und Kuchen. Im Film-Anschluss gibt es die Möglichkeit zum Gedankenaustausch.

Wie schon in den Vorjahren handelt es sich beim Filmnachmittag für Senior\*innen um ein Kooperationsprojekt mit dem Begegnungszentrum Ginnheim – Frankfurter Verband für Alten- und Behindertenhilfe e.V., dem IB Quartiersmanagement und dem Nachbarschaftszentrum Ginnheim e.V.

**Adresse für die Filmvorführungen:** Begegnungszentrum für Senioren, Ginnheimer Landstraße 172 – 174 (Innenhof), 60431 Frankfurt. Die Einrichtung ist nur wenige Gehminuten von der U- und Straßenbahnhaltestelle Ginnheim entfernt.

Die gesamte Filmauswahl sowie weiterführende Informationen können Sie gerne telefonisch, über Flyer, über unsere Webseite oder wie folgt erfragen:

**NBZ Ginnheim, Monika Westmeyer:** 069 / 53 05 66 79,  
[m.westmeyer@nbz-ginnheim.de](mailto:m.westmeyer@nbz-ginnheim.de)

**Senioren-Begegnungszentrum Ginnheim:** Katrin Koch,  
069/299 807 22 27, [katrin.koch@frankfurter-verband.de](mailto:katrin.koch@frankfurter-verband.de)

Der Eintritt zu allen Filmnachmittagen ist frei, um eine angemessene Spende wird jedoch gebeten. Voranmeldung erwünscht (s. oben).

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!

Seniorenfilme in Kooperation mit:  
Frankfurter Verband  
IB Quartiersmanagement



## Angebote für Familien

### Krabbelstube

In unserer kleinen Krabbelstube betreuen wir 11 Kinder im Alter von 1 bis 3 Jahren.

Hier können die Kinder erste Freundschaften schließen, spielen, Neues entdecken und verschiedene Angebote wahrnehmen. Die familiäre Atmosphäre und die enge Zusammenarbeit mit den Eltern sind uns sehr wichtig.

In unserer Krabbelstube spielen, singen und tanzen wir gerne mit den Kindern, lesen Bücher, bauen, kneten, malen und machen Fingerspiele. Natürlich ist auch genügend Zeit zum freien Spielen.

Zeit an der frischen Luft zu verbringen ist ein fester Bestandteil des Vormittags.

Hier haben die Kinder die Möglichkeit sich auszutoben und die Natur, mit allem was sie bietet, zu erleben.

Wir nutzen gerne unseren kleinen Hof an der Krabbelstube oder machen Ausflüge mit dem Bollerwagen und unternehmen Spaziergänge im Stadtteil.

Am liebsten besuchen wir unseren großen Garten auf der Schlosshecke. Alle Familien haben die Möglichkeit den Garten zu nutzen.

Einmal wöchentlich turnen wir in unserem Bewegungsraum des Nachbarschaftszentrums.

Unsere Kinderkrippe im Herzen von Ginnheim zeichnet sich durch ein langjährig beständiges Team und ein familiäres Miteinander aus.



## Angebote für Familien

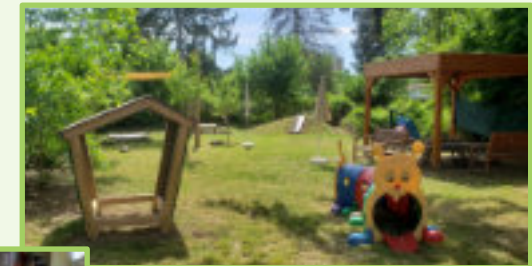
**Das Team:** Fachkräfte: Sabine Alings, Sanela Osmancevic, Vitalia Starkova-Hadad und pädagogische Zusatzkräfte. Praktikanten/-innen und Ehrenamtliche unterstützen uns zeitweise bei bestimmten Aufgaben.

**Öffnungszeiten:** Montag bis Freitag von 08:00 - 15:00 Uhr (Zweidrittelplatz)

**Kosten:** 158 € zzgl. Mittagessen

**Anmeldung:** über das Kindernet Frankfurt: [www.kindernetfrankfurt.de](http://www.kindernetfrankfurt.de)

Für persönliche Fragen stehen wir gerne zur Verfügung. Wir bitten um vorherige telefonische Terminabsprachen von Montag bis Freitag von 8:30 - 11:30 Uhr unter 069/ 53 05 66 74.



## Angebote für Familien

### ● PEKiP (Prager Eltern-Kind-Programm)

Ein Angebot für Mütter/Väter mit ihren Babys von 2 bis 3 Monaten bis zum Ende des 1. Lebensjahres.

**Termine:** fortlaufende Kurse,  
Termine auf Anfrage

**Kosten:** 10 Treffen: 130 €

**Information und Anmeldung:** Brigitte Vogel, 069 / 72 72 75 (AB)  
oder im Büro des NBZ



### Babylounge

Jeden Montagvormittag von 10:00 bis 12:00 Uhr bieten wir Eltern und ihren Babys bis 18 Monate die Gelegenheit, neue Familien kennenzulernen, neue Kontakte zu knüpfen, sich mit Anderen auszutauschen oder Informationen rund um Kinder und Familie zu holen, Spielideen für die Allerkleinsten zu sammeln und vieles mehr.

**Kontakt:** Kursleiterin Frau Yvonne Homann, Telefon 0157 / 36 53 95 86

Das Angebot ist kostenfrei und unverbindlich.

*Diese Veranstaltung findet in Kooperation mit der Katholischen Familienbildung statt.*



## Angebote für Familien

### ● Spielenachmittag für die ganze Familie

Spiele macht Spaß und ist jedes Mal auf's Neue ein gewinnbringendes Gemeinschaftserlebnis. Durch viel Kommunikation und das Ausprobieren verschiedener Rollen profitieren alle Familienmitglieder gleichermaßen.

Wenn Familien zusammenspielen, steht eines im Vordergrund: den Alltagsstress vergessen und dabei Spaß haben!

**Termine:** 06.07., 13.07., 20.07., 27.07., 05.10., 12.10.26  
montags von 14:00 - 16:00 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Information:** info@nbz-ginnheim.de oder 069 / 53 05 66 79

### ● „Fünf Märchen der Welt“

Märchen aus aller Welt hören, erzählen, Mut machen und die Vielfalt feiern.

Eltern sind eingeladen mitzumachen, z.B. Märchen beisteuern oder vorlesen.

**Zielgruppe:** Kinder 5 – 7 Jahre

**Termine:** 22.01., 29.01., 05.02., 12.02., 19.02., 26.02.2026  
jeweils donnerstags von 15:00–16:00 Uhr

**Abschlussfest:** 26.02.26 mit Märchenquiz und Fingerfood

**Kosten:** keine

**Anmeldung:** Anja Haase, anjahaase@hotmail.com

## Angebote für Familien

### ■ Weihnachtsbacken für die ganze Familie

Zimtduft liegt in der Luft. Gemeinsam backen wir Plätzchen, Lebkuchen und andere süße Köstlichkeiten. Ob Groß oder Klein – alle sind eingeladen mitzumachen und sich auf die festliche Zeit einzustimmen. Mit Anmeldung!

**Termine:** Dienstag, 24.11.26, 15:00 – 17:00 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Information und Anmeldung:** info@nbz-ginnheim.de  
oder 069 / 53 05 66 79

### ■ Kinder- und Familien-Kinotage

Zusammen Filme erleben: Kinder- und Familien-Kinotage.

Die gezeigten Filme werden im Frühjahr per Aushang und auf unserer Homepage bekannt gegeben.

**Termine:** Di. 05.05., Di. 02.06., Do. 02.07., Do. 06.08., Di.  
01.09.26, 14:00 - 16:00 Uhr

**Kosten:** Spende willkommen

**Information:** info@nbz-ginnheim.de oder 069 / 53 05 66 79

Die Veranstaltung findet in Kooperation mit dem Nachbarschaftsbüro Ginnheim / I.d.e.a.L.-Netzwerk Nachbarschaft e. V. statt.



## Angebote für Familien

### ■ Elterntreff mit Frühstück

Liebe Eltern, wir laden Euch herzlich zu unserem monatlichen Eltern-Treff ein!

Dies ist eine wunderbare Gelegenheit, um in entspannter Atmosphäre zusammenzukommen, Erfahrungen auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen und dabei ein leckeres Frühstück zu genießen. Mit Anmeldung!

**Termine:** Mo. 23.02., Mi 15.04., Mi.17.06., Mo. 28.09.2025.  
10:00 - 11:30 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Information:** info@nbz-ginnheim.de oder 069 / 53 05 66 79

### ■ Fit für die Hausaufgaben

Lernen und mein Gehirn / Lernen und mein Körper / Stress mein bester Freund

Körperübungen zur Stressreduzierung. Ich nehme mein Gehirn in die Hand; Links/Rechtskoordination, Grobmotorik, Feinmotorik

1. Ziel: Mit Freude Lesen und Schreiben

2. Ziel: Rechnen einfach wie noch nie

**Zielgruppe:** Ende 1. Klasse bis einschließlich Beginn 5. Klasse

**Teilnehmerzahl:** 8+ (ein Elternteil, Elternteile bleiben den ganzen Kurs anwesend und werden mit einbezogen)

**Termine:** 24.01. und 07.02.26  
09.05. und 16.05.26  
15.08. und 22.08.26  
14.11. und 28.11.26  
Jeweils nachmittags von 14:00 - 18:00 Uhr

**Kosten:** 90 €

**Anmeldung:** Hans Georg Pflug, Psychotherapeut / HPG,  
Kinesiologe, Osteopathieanwender.  
Per Telefon oder Whatsapp: 0151 21265116,  
info@afmfw.de

## Angebote für Familien

### Stress und Lernmanagement für die Oberstufe

Mein dreidimensionales Gehirn / Stressreduktion mit Körper und Geist, Zeitmanagement: Erfahrung von Zeit und den drei Dimensionen des Gehirns in Raum und Zeit im Lernprozess

Ziel: effektiver und kürzer arbeiten und dabei mehr aufnehmen und gleichzeitig sich merken können

**Zielgruppe:** 10. - 12. Klasse

**Teilnehmerzahl:** 6  
4 Treffen à 90 Minuten  
Genaue Termine werden noch bekannt gegeben.

**Anmeldung:** Hans Georg Pflug, Psychotherapeut / HPG,  
Kinesiologe, Osteopathiewerker  
Per Telefon oder Whatsapp: 0151 21265116,  
info@afmfw.de

### Internationaler Süßigkeiten-Backtag

Wir backen süße Spezialitäten aus aller Welt! Kinder und Erwachsene sind herzlich eingeladen, neue Rezepte kennenzulernen und gemeinsam zu naschen.

Mit Anmeldung!

**Termine:** Do, 10.09.26 15:00 - 17:00 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Information:** info@nbz-ginnheim.de oder 069 / 53 05 66 79

## Hits für Kids

### Musikalisch-rhythmische Früherziehung – Kindern die Welt der Musik eröffnen - für Kinder von 3 bis 6 Jahren



Die musikalische Früherziehung unterstützt die Gesamtentwicklung eines jeden Kindes positiv!

Wir entdecken altersgemäß mit viel Bewegung, Spaß und Freude die Inhalte der Musiklehre im Singen, Tanzen, Begleiten und Vertonen von

Liedern mit Musikinstrumenten aus aller Welt, Rollenspiel, Musical, mit Jahreszeiten, Geschichten u. Gedichten, Märchen-, Tier- u. Unterwasserwelten und musikalischen Zeitreisen verschiedener Kulturen.

**Termine:** fortlaufender Kurs, montags, 14:30 – 15:30 Uhr;  
16:00 – 17:00 Uhr; 17:30 – 18:30 Uhr

**Kosten:** 35 € monatlich. Eine Schnupperstunde ist kostenfrei!

**Information und Anmeldung:** Andrea Heil, Tel. 06128 / 4 35 32,  
info@musikschule-tamu.de oder  
www.musikschule-tamu.de

### Instrumentalunterricht für Kinder

Fortlaufendes Angebot für Viola, Violine oder Blockflöte.

**Termine:** montags, dienstags und donnerstags nach  
Absprache

**Kosten:** für 30 Min. Einzelunterricht 75 €,  
für 30 Min. Gruppenunterricht 55 € für 2er Gruppen  
bzw. 45 € für 3er Gruppen,  
für 45 Min. Einzelunterricht 99 €,  
für 45 Min. Gruppenunterricht 65 € (für 2er Gruppen)  
jeweils pro Monat

**Anmeldung und Information:** Christiane Weih,  
Instrumental- und Alexanderlehrerin  
069 / 50 14 98



## Hits für Kids

### ● Basteln zu Ostern

Kreativer Frühlingsspaß für Kinder und Eltern. Gemeinsam basteln wir fröhliche Osterdekorationen und kleine Überraschungen. Material wird gestellt, Spenden zur Unterstützung unserer Angebote sind willkommen. Anmeldung erbeten!

**Termine:** Montag, 30.03.26, 11:00 – 13:00 Uhr

**Information und Anmeldung:** info@nbz-ginnheim.de  
oder 069 / 53 05 66 79

### ● Pizzaparty für Kinder

Ein Nachmittag voller Spaß und leckerer Pizza! Kinder dürfen ihre eigenen Pizzen belegen, backen und natürlich verputzen. Dazu gibt's Musik und gute Laune – ein Fest für kleine Genießer. Mit Anmeldung!

**Termine:** Donnerstag, 02.04.26, 13:00 - 15:00 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Information und Anmeldung:** info@nbz-ginnheim.de  
oder 069 / 53 05 66 79

### ● Schultüten basteln – ein kreatives Erlebnis für Groß und Klein

Mach mit und gestalte die perfekte Schultüte für den ersten Schultag! Wir freuen uns auf einen bunten Bastelnachmittag mit Euch! Bastelmaterial ist vorhanden.

**Termine:** Donnerstag, 09.07.26, 15:00 – 17:00 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Information und Anmeldung:** info@nbz-ginnheim.de  
oder 069 / 53 05 66 79

## Hits für Kids

### ● Kürbisschnitzen für Halloween

Gruselig-schöne Kürbisgesichter schnitzen, basteln und lachen – dieser Nachmittag bringt die ganze Familie in Halloween-Stimmung. Werkzeuge werden gestellt. Kreativität ist gefragt. Bitte bringt Eure Kürbisse oder Zuckerrüben mit.

Anmeldung erforderlich!

**Termine:** Donnerstag, 15.10.26, 14:00 – 16:30 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Information und**

**Anmeldung:** info@nbz-ginnheim.de oder 069 / 53 05 66 79

### ● Wing Fight– Die moderne Kampfkunst für jedermann

Im Training werden spielerisch praktische Grundlagen zu Gewaltprävention, Respekt und Entscheidungskraft vermittelt. Gleichzeitig werden Konzentration und Durchsetzungsvermögen gestärkt, sodass auch schwierige Situationen besser gemeistert werden können. Diese positiven Fähigkeiten und das daraus entstehende Selbstbewusstsein nehmen Kinder und Jugendlichen aus dem Training mit in ihren Alltag.

**Termine:** *mittwochs*, 18:15-19:15 Uhr für Kinder (6-11 Jahre)  
19:15 – 20:15 Uhr für Jugendliche (12-17 Jahre)  
*freitags*, 17:30-18:30 Uhr für Kinder (6-11 Jahre)  
18:30 – 19:30 Uhr für Jugendliche (12-17 Jahre)

**Kosten:** 49 € für Kinder und Jugendliche  
im Monat für einen Termin,  
59 € für 2 Termine. Geschwister  
erhalten Rabatt.

**Anmeldung und Informationen:** Björn Banisch,  
Kinder- und Jugendtrainer  
0151 / 20 17 87 17,  
wingfight@web.de  
www.wingfight-frankfurt.de





## Kreativität und Selbsterfahrung

### Instrumentalunterricht für Erwachsene

Fortlaufendes Angebot für Viola, Violine und Blockflöte.

- Termine:** montags, dienstags und donnerstags nach Absprache
- Kosten:** für 30 Min. Einzelunterricht 75 €, für 30 Min. Gruppenunterricht 55 € für 2er Gruppen bzw. 45 € für 3er Gruppen, für 45 Min. Einzelunterricht 95 €, für 45 Min. Gruppenunterricht 65 € (für 2er Gruppen) jeweils pro Monat

**Anmeldung und Information:** Christiane Weih, Instrumental- und Alexanderlehrerin  
069 / 50 14 98

### Hände malen, was Worte nicht ausdrücken können

#### Ein Vormittag mit Ausdrucksmalen



Malen ohne Vorkenntnisse, ohne künstlerischen Anspruch, ohne Bewertung und ohne Interpretation, dafür mit Freude an Farbe und Bewegung...

Wir malen hauptsächlich mit den Händen auf großformatigen Blättern (70x100 cm). Pinsel, Spachtel und andere Utensilien können selbstverständlich auch verwendet werden. Es werden keine Malkenntnisse vorausgesetzt und auch keine Maltechniken vermittelt.

**Frühjahr:** Sonntag: 25.01., 22.02., 29.03., 26.04. und 31.05.26 jeweils von 10:00 – 14:00 Uhr

**Herbst:** Sonntag: 27.09., 25.10. und 29.11.26 jeweils, 10:00 – 14:00 Uhr

**Kosten:** 60 € pro Tag zzgl. Materialkosten

**Information und Anmeldung:** Monika Westmeyer, 069/53 05 66 79 oder 0176 / 313 972 70 oder m.westmeyer@nbz-ginnheim.de

## Kreativität und Selbsterfahrung

### Offener Stricktreff

Stricken, Häkeln, Handarbeit, sich austauschen. Jeder ist herzlich willkommen.

**Termine:** Der Stricktreff findet alle 14 Tage nachmittags statt. Termine auf Anfrage

**Kosten:** Keine

**Information und Anmeldung:** Christel Birko: 0176 / 52 08 50 39 oder cbirko@rocketmail.com

**Tanja Groß**  
STEUERBERATERIN

Tel. 0 69 – 530 555 33

www.stbgross.de  
info@stbgross.de

Ginnheimer Landstraße 132  
60431 Frankfurt am Main

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### Englisch für Alle: Konversationskurs

Wollten Sie schon immer gut englisch sprechen können? Oder ist Ihr Englisch „eingerostet“ und Sie möchten es wieder auffrischen? Es erwarten Sie lebendige Stunden, begleitet von anregendem Austausch und einer Prise englischem Humor.

**Termine:** montags, 16:00 – 17:00 Uhr

**Kosten:** 15 € pro Termin

**Information und Anmeldung:** Charmaine Weller, Sprachtrainerin,  
www.conversations-and-more.com,  
info@conversations-and-more.com, 0175 / 27 07 452

### Meditationsworkshop

Meditation verbessert den Gehirnstoffwechsel, fördert Serotonin, verbessert Schlaf, Stressresistenz und Immunabwehr. Sie hilft bei chronischen Schmerzen und hohem Blutdruck. Verschiedene Meditationsarten werden praktiziert, um Ruhe und Gleichgewicht zu fördern.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. (max. 8 Personen)

**Information:** Charmaine Weller, Entspannungspädagogin und  
Meditationsleiterin, www.frankfurtentspannt.de,  
info@frankfurtentspannt.de, 0175 / 2707452

**Termin:** So., 09.02.2026, 10:00-16:00 Uhr

**Bitte mitbringen:** Bequeme Kleidung, Decke, Sitzkissen, warme  
Socken, eigene Yoga-Matte, Verpflegung

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### ETW – Eigenwahrnehmungstraining und Selbstbalance

Das IAK Frankfurt, Institut für angewandte KineSophie, Gedächtnistraining und Körperbewusstsein bietet ein Eigen- bzw. Selbstwahrnehmungskurs für Laien und medizinische oder auch pädagogische und soziale Berufe an!

Sie lernen Ihre Stressreaktionen zu erkennen und aufzulösen und lernen von Kurstag zu Kurstag mehr „Handwerkzeug“ zur Eigenbalance.

Wir verwenden dabei Reflexzonen aus der Osteopathischen Medizin und ergründen die sinnhafte Gabe von Nahrungsergänzungstoffen und deren individuelle Dosierung!

**Termin 1:** Sonntag, 10.05.26 von 10:00-16:30 Uhr

**Termin 2:** Samstag, 26.09.26 von 10:00-16:30 Uhr

**Kosten:** je 90 €

**Anmeldung:** Hans Georg Pflug, Psychotherapeut / HPG,  
Kinesiologe, Osteopathieanwender  
Per Telefon oder Whatsapp: 0151 2126 5116,  
info@afmfw.de

**Ich berate Sie in allen steuerlichen  
Angelegenheiten und fertige Ihre  
Jahresabschlüsse und Steuererklärungen**

**DAGMAR VOLKENING  
STEUERBERATERIN**

Schönbornstrasse 5, 60431 Frankfurt  
Tel. 069/5972369, Fax 069/95112783  
dagmar.volkening@t-online.de

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### Brain Gym

#### Brain-Gym® 1 mit Muskeltest, Hybrid

Brain-Gym® 1 mit und ohne Muskeltest –

Ohne Stress kann Lernen leicht sein

Zur Steigerung von Selbstbewusstsein, Konzentration, Merkfähigkeit, Ausdauer beim Lernen etc.

Zielgruppe: Besonders interessant für pädagogische/ helfende Berufsgruppen und Lernberatung, sowie zur Selbsthilfe im familiären Umfeld (Resilienz stärken).

**Voraussetzung:** Keine

**Termin 1:** 18.04. und 19.04.26, 10:00-18:00 Uhr

**Termin 2:** 12.09. und 13.09.26, 10:00-18:00 Uhr

**Kosten:** 240,00 € Inklusive Arbeitsmaterial, praktisches Praxis-Zusatzmaterial, Heißgetränke, Wasser, Pausensnacks  
Ermäßigung: Wiederholende zahlen für den Kurs 140,00 € (ohne Skripte und Zusatzmaterial); Wiederholende können den Kurs auch online verfolgen. (Hybrid)

**Anmeldung:** Hans Georg Pflug, Psychotherapeut / HPG, Kinesiologe, Osteopathieanwender  
Per Telefon oder Whatsapp: 0151 2126 5116, info@afmfw.de

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### Brain-Gym® 2 Präsenzkurs – Lernen auf allen Ebenen - Lernen 3D

Wenn Lernen als selbstverständlicher Prozess das Leben durchzieht und sich natürlich und sicher anfühlt, macht es auch Spaß. Die Bewegungsübungen können nun noch gezielter eingesetzt werden. Hier eröffnet sich das Gehirn, sein Bezug auf ...

**Voraussetzung:** Brain Gym 1

**Termine:** 07.11. und 08.11.26, 10:00 –18.00 Uhr

**Kosten:** 240,00 € Inklusive Arbeitsmaterial, zusätzliches Praxismaterial, Heißgetränke, Wasser, Pausensnacks

**Ermäßigung:** Wiederholende zahlen für den Kurs 140,00 € (Ohne Skripte und Zusatzmaterial). Wiederholende haben die Möglichkeit, den Kurs statt in Präsenz online mitzuverfolgen.

**Anmeldung:** Hans Georg Pflug, Psychotherapeut / HPG, Kinesiologe, Osteopathieanwender. Per Telefon oder Whatsapp: 0151 2126 5116, info@afmfw.de



„Die Gesundheit ist wie das Salz:  
Man bemerkt nur  
wenn es fehlt.“

**MediCentrum Apotheke**  
Frankfurt am Main  
Wilhelm-Epstein-Str. 2  
60431 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 - 53 05 39 62  
Fax: 069 - 53 05 40 13  
www.medicentrumapotheke.de  
service@medicentrumapotheke.de

**Falken-Apotheke**  
Frankfurt am Main  
Ginnheimer Landstr. 125  
60431 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 - 53 15 52  
Fax: 069 - 52 16 02  
www.falken-apotheke-frankfurt.de  
service@falken-apotheke-frankfurt.de

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### ● Touch For Health 1 (mit Superlearning)

Touch For Health ist ein lang erprobtes und bewährtes System der Körperarbeit und zum reflektorischen Stressausgleich.

Es begeistert weltweit Laien und Therapeuten seit Jahren gleichermaßen und stellt das Fundament jeglicher Arbeit mit kinesiologischen Konzepten dar. In diesem Kompaktseminar gelingt die Verbindung zwischen den Wurzeln der Kinesiologie und einem zeitgemäß-frischem Lehrstil garantiert: Leichtes Lernen, zusätzliche Praxis-Spicker, Humorvolle Eselsbrücken, intensive Praxisphasen und Unterricht voller Spaß und Energie – Herz, bzw. Hirn ...

Empfohlene Literatur: John F. Thie, Touch For Health. Das umfassende Standardwerk für die Praxis (VAK-Verlag)

**TFH Termin 1:** 14.03. und 15.03.26 von 10:00-18:00 Uhr

**TFH Termin 2:** 13.06. und 14.06.26 von 10:00-18:00 Uhr

**TFH 2 Termin:** 29.08. und 30.08.26 von 10:00-18:00 Uhr

**TFH 3 Termin:** 05.12. und 06.12.26 von 10:00-18:00 Uhr

**Kosten:** 240,00 € Inklusive Arbeitsmaterial, zusätzliches Praxismaterial, Heißgetränke, Wasser, Pausensnacks

**Ermäßigung:** Wiederholende zahlen für den Kurs 140,00 € (Ohne Skripte und Zusatzmaterial). Wiederholende haben die Möglichkeit, den Kurs statt in Präsenz online mitzuverfolgen.

**Anmeldung:** Hans Georg Pflug, Psychotherapeut / HPG, Kinesiologe, Osteopathieanwender  
Per Telefon oder Whatsapp: 0151 2126 5116, info@afmfw.de

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### ● Yoga

Yoga wirkt auf Körper, Geist und Seele – es ist ganzheitlich. Es ist die Methode mit Atem und Körperübungen zu mehr Stabilität und Energieausgleich zu finden.

Durch das Üben der Asanas wächst die Beweglichkeit und die Erlebensfähigkeit wird angeregt, die Heilung von körperlichen Beschwerden wird erleichtert.

Achtsamkeit, persönliche Entwicklung und Bewusstheit werden geübt und zugleich körperliche und geistige Gesundheit gestärkt.

**Termin:** Gruppe 1: donnerstags, 18:00 - 19:30 Uhr  
Gruppe 2: donnerstags, 20:00 - 21:30 Uhr  
fortlaufend, Quereinstieg jederzeit möglich, je Kurs 10 Termine

**Kosten:** 150 € pro Kurs (10 Einheiten), Einzelstunde 15 €

**Information und Anmeldung:** Elisabeth Meyer, 06101 / 59 76 570 oder 0157 / 54 21 95 87

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### ● Rückenschulkurs - Wirbelsäulengymnastik

Die Teilnahme an diesem Kurs ermöglicht es Ihnen, zur Gesunderhaltung Ihres Körpers aktiv beizutragen und bestehende Beschwerden zu lindern!

In einer Gruppe von maximal 9 Personen werden Sie Übungen erlernen, die den gesamten Körper kräftigen, stabilisieren und die Beweglichkeit verbessern.

Zusätzlich steht die Förderung von Koordination und Geschicklichkeit sowie das Erlernen unterschiedlicher Entspannungstechniken auf dem Programm.

Dieser Kurs ist als Präventionskurs anerkannt, die Kursgebühren werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst.

**Termine:** mittwochs von 15:30 – 16:30 Uhr

**Kurs 1:** 14.01. – 18.03.26

**Kurs 2:** 15.04. – 01.07.26 (Kein Kurs am 13.05. und 20.05.26)

**Kurs 3:** 07.10. – 09.12.26

**Kosten:** 140 € für 10 Termine à 60 Minuten

**Information und Anmeldung:** Sabine Böffinger, Physiotherapeutin  
069 / 26 91 40 90 oder [info@boeffinger.de](mailto:info@boeffinger.de)

## Angebote für Körper, Geist und Seele

### ● Die Feldenkrais-Methode

*"Das Unmögliche möglich machen, das Mögliche einfach, das Einfache elegant." Moshé Feldenkrais*

Mit der Feldenkrais-Methode verschwinden Schmerzen, Aufrichtung und Bewegung werden leicht und selbstverständlich.

Sanfte und wohltuende Experimente mit mühelosen Bewegungen am Boden bringen unsere individuellen Bewegungsgewohnheiten in die eigene Aufmerksamkeit. Indem wir diese Gewohnheiten variieren und neue, ungewohnte Abläufe erkunden, verbessern und erleichtern wir unser gesamtes Funktionieren.

Die Teilnahme ist unabhängig von Alter und körperlicher Verfassung, auch ohne Vorkenntnisse, für alle möglich!

**Termine:** montags 19:00 – 20:15 Uhr, fortlaufende Gruppen, Quereinstieg möglich

**Kosten:** 15 € pro Abend

**Information und Anmeldung:** Bastian Hahn, Feldenkrais Practitioner®  
[feldenkrais-frankfurt@gmx.de](mailto:feldenkrais-frankfurt@gmx.de)

# HESSENTHALER

## STEUERBERATER

**Wir beraten Sie gerne!** Private oder betriebliche Steuererklärungen  
Finanz- und Lohnbuchhaltung, Jahresabschluss

[www.stb-hessenthaler.de](http://www.stb-hessenthaler.de) Tel. 51 15 51 · Ffm-Ginnheim · Am Mühlgarten 10

## Vorträge

### Was, wenn ich oder meine Eltern nicht mehr alleine können?

Informationen zu Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung sowie gesetzlicher Betreuung/Notvertretung – auch für Alleinlebende und Alleinerziehende.

Keine individuelle Rechtsberatung. Anmeldung erforderlich.

**Frühjahr:** Dienstag, 05.05.26, 19:00 – 21:00 Uhr

**Herbst:** Dienstag, 19.09.26, 19:00 – 21:00 Uhr

**Kosten:** 5 € pro Abend

**Leitung:** Petra Lisa Müller, Fachanwältin für Sozialrecht mit den weiteren Schwerpunkten Familienrecht und Betreuungs/Vorsorgerecht und Patientenverfügungen, seit Jahren ehrenamtlich tätig als Begleiterin im letzten Lebensabschnitt (Hospizbegleiterin) und in allen Fragen der rechtlichen und praktischen Bewältigung dieser für die Betroffenen und deren Familien schwierigen Zeit erfahren.

**Information und Anmeldung:** im Büro des NBZ 069 / 53 05 66 79

### SGBII / Bürgergeld: Bescheide lesen, verstehen überprüfen

Bescheide verstehen, evtl. Fehler und Handlungsbedarf erkennen.

Informationen zum Aufbau des Bescheides und Möglichkeiten für rechtzeitige anwaltliche /gerichtliche Hilfe – auch für Berater\*innen und Unterstützer\*innen.

Keine individuelle Rechtsberatung. Anmeldung erforderlich.

**Frühjahr:** Dienstag, 12.05.26, 19:00 – 21:00 Uhr

**Herbst:** Dienstag, 20.10.26, 19:00 – 21:00 Uhr

**Kosten:** 5 € pro Abend (ermäßigt für Bezieher)

**Leitung:** Petra Lisa Müller, Fachanwältin

**Information und Anmeldung:** im Büro des NBZ,  
069 / 53 05 66 79

## Vorträge

### Meine Rechte in Ehe – Trennung - Scheidung

Ein Abend mit Information und Austausch über das Familienrecht und Abläufe von Trennung und Scheidung. Für Frauen, ausdrücklich auch für Migrantinnen.

Anmeldung erforderlich.

**Frühjahr:** Dienstag, 19.05.26, 19:00 – 21:00 Uhr

**Herbst:** Dienstag, 27.10.26, 19:00 – 21:00 Uhr

**Kosten:** 5 € pro Abend

**Leitung:** Petra Lisa Müller, Fachanwältin

**Information und Anmeldung:** im Büro des NBZ,  
069 / 53 05 66 79

### Wer erbt, entscheide ich selbst

Haltung, Verantwortung, Testament. Keine individuelle Rechtsberatung. Anmeldung erforderlich.

**Termine:** werden noch bekannt gegeben

**Kosten:** 5 € pro Abend

**Leitung:** Marianne Oehm, Rechtsanwältin

**Information und Anmeldung:** im Büro des NBZ, 069 / 53 05 66 79

## Rat und Hilfe

### ● Sozialberatung und Vermittlung

Sie suchen Hilfe beim Ausfüllen oder Verstehen von Anträgen und Formularen?

Sie brauchen Unterstützung bei einem Amtsbesuch?

Sie haben Geld- oder Schuldensorgen? Familienthemen oder Fragen rund um Ihre Versorgung? Eine unspezifische Lebenskrise belasten Sie?

Beim Familien- und Nachbarschaftszentrum Ginnheim e.V. haben wir dafür ein offenes Ohr!

Wir suchen gemeinsam nach Lösungen für Ihr Anliegen oder unterstützen wir Sie beim Finden einer passenden Fachberatungsstelle.

Kommen Sie zu unserer kostenlosen Sozialberatung.

**Ansprechpartner:** Inga Krüger, systemische Beraterin,  
Mitarbeiterin im NBZ

**Zeit:** montags und donnerstags nach Absprache  
Terminvergabe nach vorheriger Absprache per  
Telefon: 069 / 53 05 66 79 oder per E-Mail:  
i.krueger@nbz-ginnheim.de

### ● Berufliche Beratung

- Sie suchen eine neue berufliche Perspektive?
- Sie brauchen Informationen über Weiterbildungsmaßnahmen, Qualifizierung, Ausbildung oder Umschulung?
- Sie möchten für sich eine tragfähige, langfristige berufliche Perspektive schaffen?

Kommen Sie zur kostenlosen Berufsberatung.

**Ansprechpartner:** Inga Krüger, [www.ingakrueger.de](http://www.ingakrueger.de)

**Zeit:** montags nach Absprache  
Terminvergabe nach vorheriger Absprache per  
Telefon: 069 / 53 05 66 79 oder per E-Mail:  
i.krueger@nbz-ginnheim.de

## Rat und Hilfe

### ● Begegnungscafé

Hier kommen Sie ins Gespräch mit anderen Menschen. Sie sind herzlich eingeladen, wenn Sie Unterstützung suchen oder anbieten, oder einfach zur Begegnung, zum Erfahrungsaustausch und zum gemeinsamen Gespräch, bei einer Tasse Kaffee oder Tee.

**Ort:** NBZ Ginnheim e.V.

**Termine:** jeden letzten Montag im Monat, 11:00 – 13:00 Uhr

**Information und Anmeldung:** im Büro des NBZ, 069 / 53 05 66 79,  
[info@nbz-ginnheim.de](mailto:info@nbz-ginnheim.de)

### ● Repaircafé Ginnheim - Reparieren aus Leidenschaft

Hier reparieren die Teilnehmer\*innen mit tatkräftiger Unterstützung unseres Hausgeräte-Technikers Andreas Crass defekte technische Geräte, Fahrräder, Spielzeug, Kleinmöbel und vieles mehr, die sie von zu Hause mitbringen.

Werkzeug und Kleinmaterial zum Reparieren wird vor Ort gestellt.

**Ort:** NBZ Ginnheim e.V.

**Termine:** jeden letzten Donnerstag im Monat  
jeweils 18:00 – 20:00 Uhr  
vorherige Anmeldung erforderlich!

**Information und Anmeldung:** im Büro des NBZ, 069/ 53 05 66 79  
[info@nbz-ginnheim.de](mailto:info@nbz-ginnheim.de)

**Kosten:** 5 € pro Gerät

### ● Ausgabestelle für den „Kulturpass“

Der „Kulturpass“ (personalisiert) für Hartz-IV-EmpfängerInnen, Grundsicherungs- und SozialhilfeempfängerInnen und Rentner\*innen ist an verschiedenen Stellen in Frankfurt auf Antrag erhältlich.

**Weitere Informationen:** im Büro des NBZ, 069 / 53 05 66 79



## Frauenleben

### „Interkulturelle Frauenfilmreihe“ im Herbst

Auch in diesem Jahr veranstalten wir wieder die „Interkulturelle Frauenfilmreihe“ mit unterschiedlichen kulturellen und inhaltlichen Schwerpunkten. Die Filmreihe wird durch das Frauenreferat der Stadt Frankfurt unterstützt.

Genauere Informationen erhalten Sie ab September 2026.



### Ausstellung: „Frauen in der Vielfalt“

Feiern Sie den Internationalen Frauentag mit uns! Künstlerinnen aus verschiedenen Ländern zeigen ihre Werke vielfältig – berührend – inspirierend.

**Termin:** 08.03.2026, 14:00 Uhr  
Nachbarschafts- und Familienzentrum Ginnheim  
Eintritt frei

### Kreativer Freiraum -

ein Nachmittagsangebot für Frauen aller Altersgruppen

Wir sind eingespannt in Pflichten, Verantwortlichkeiten und allerlei Ansprüchen von anderen, aber auch von uns selbst. Für den Zugang zum eigenen kreativen und kraftspendenden Potential nehmen wir uns oft keine Zeit.

An diesem Nachmittag werden wir mit einer Entspannungsübung und kreativen Methoden in einen Freiraum treten, der möglicherweise mehr Lebendigkeit, Selbstvertrauen und Begeisterung in unser Leben bringt.

**Termin Frühjahr:** Samstag, 31.01.26, 14:00 – 17:00 Uhr

**Termin Herbst:** Samstag, 07.11.26, 14:00 – 17:00 Uhr

**Kosten:** 30 € pro Kurs plus Material

**Leitung:** Monika Westmeyer, Kunsttherapeutin

**Anmeldung und Info:** m.westmeyer@nbz-ginnheim.de

## Frauenleben

### „Die Beckenbodenschule“

(anerkannter Gesundheitspräventionskurs)

Dieser Kurs richtet sich an Frauen mit geringen/keinen Vorkenntnissen zum Thema Beckenbodengesundheit.

In kleiner Gruppe und in einem vertrauensvollen Umfeld erfahren Sie viel Wissenswertes über die Funktion von Blase, Darm und Beckenboden.

Sie erhalten Anleitungen, wie sich Ihre Beckenbodenmuskulatur gezielt aktivieren und kräftigen lässt. Sie erfahren, wie man sich vor Organsenkungen schützen kann und wie Sie eine bessere Kontrolle über Ihre Blase gewinnen.

Dieser Beckenbodenschulkurs ist als „Präventionskurs“ anerkannt und wird von den gesetzlichen Krankenkassen unterstützt.

**Termine:** mittwochs von 16:45 – 18:00 Uhr, 28.01. – 18.03.26

**Kosten:** 154 € für (8 Termine à 75 Minuten)

**Leitung:** Sabine Böffinger, Physiotherapeutin,  
Beckenbodentherapeutin

**Anmeldung:** 069 / 26 91 40 90 oder [info@boeffinger.de](mailto:info@boeffinger.de)

## Frauenleben

### ● Fitness für den Beckenboden – Training Tag für Tag!

Dieser Kurs richtet sich an alle Frauen, die bereits Grundkenntnisse über Funktion und Aktivierung des Beckenbodens erworben haben und diese auffrischen und erweitern möchten.

Übungen zur Kräftigung der Beckenbodenmuskulatur werden wiederholt, gefestigt und ergänzt. Gleichfalls ist die Vermeidung bzw. Linderung von Organsenkungen immer wieder ein wichtiges Thema der Kursstunden - ebenfalls die sichere Kontrolle von Blase und Darm.

<b>Termine:</b>	mittwochs von 16:45 – 17:45 Uhr
<b>Kurs 1:</b>	07.10. – 09.12.26
<b>Kosten:</b>	140 € für einen Kurs mit 10 Terminen à 60 Minuten
<b>Leitung:</b>	Sabine Böffinger, Physiotherapeutin, Beckenbodentherapeutin,
<b>Anmeldung:</b>	069 / 26 91 40 90 oder info@boeffinger.de

### ● LAUFMAMALAUF: Mama-Fitness mit Kind

Der Kurs unterstützt Dich dabei, nach Deiner Entbindung wieder fit zu werden und Dich wieder wohl in Deinem Körper zu fühlen. Du kräftigst u.a. den Beckenboden sowie die Tiefenmuskulatur in der Körpermitte und machst dich stark für den Alltag mit Kind.

60 Minuten Ganzkörpertraining, auf die Bedürfnisse Deines Körpers nach Schwangerschaft und Entbindung abgestimmt.

Der Einstieg in den Kurs ist frühestens 10 Wochen nach der Entbindung möglich. Optimalerweise hast Du vor der Teilnahme einen Rückbildungskurs abgeschlossen oder ihn bereits zur Hälfte absolviert.

<b>Termine:</b>	mittwochs vormittags, Start ab Januar. Genaue Termine bitte bei der Kursleiterin erfragen.
<b>Kosten:</b>	128 € für 8 Termine à 60 Minuten
<b>Information:</b>	Verena Müller, prä- und postpartale Trainerin, zert. Mamas Mitte Trainerin, zert. Beckenbodentrainerin, Fitness Trainer A-Lizenz, Krankenschwester. Telefon 0152 – 05 19 26 55 (SMS oder WhatsApp)

## Frauenleben

### ● LAUFMAMALAUF Fit mit Kind und Trage

In diesem Kurs trainieren wir den gesamten Körper mit funktionellen Übungen, die speziell auf die Bedürfnisse von Mamas nach der Schwangerschaft und Geburt abgestimmt sind. Effektiv und alltagstauglich, während das Baby in der Trage dabei ist.

Kräftige deine Mitte, stärke Rücken, Beine und Arme und tanke neue Energie – gemeinsam mit anderen Mamas in einer unterstützenden, positiven Atmosphäre.

Zu Beginn des Kurses kräftigen wir Bauch- und Rückenmuskulatur auf der Matte am Boden und nehmen anschließend die Kinder für die restliche Kursstunde in die Trage.

Für die Teilnahme wird ein abgeschlossener Rückbildungskurs zwingend vorausgesetzt. Außerdem sollten keine Beckenbodenbeschwerden wie starke Inkontinenz und Senkungsbeschwerden bestehen.

<b>Termine:</b>	mittwochs vormittags, Start ab Januar 2026. Genaue Termine bitte bei der Kursleiterin erfragen)
<b>Kosten:</b>	128 € für 8 Termine à 60 Minuten
<b>Information:</b>	Verena Müller, Prä- und postpartale Trainerin, zert. Mamas Mitte Trainerin, zert. Beckenbodentrainerin, Fitness Trainer A-Lizenz, Krankenschwester 0152-0519 2655 (SMS oder WhatsApp)

## Frauenleben

### Tai Chi für Frauen - Schnuppertermine

Sanfte Bewegungen, innere Ruhe und neue Energie – Tai Chi ist ideal für Frauen, die Körper und Geist in Einklang bringen möchten. Die Schnupperstunden bieten einen entspannten Einstieg in diese fernöstliche Bewegungsform.

**Termin 1:** Samstag, 24.01.26 von 10:00 – 11:00 Uhr

**Termin 2:** Samstag, 31.01.26 von 10:00 – 11:00 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Anmeldung:** im NBZ, 069 – 53 05 66 79 oder [info@nbz-ginnheim.de](mailto:info@nbz-ginnheim.de)

## Frauenleben

### Persische Küche - Kochworkshop

Tauchen Sie ein in die aromatische Welt der persischen Küche! In diesen Workshops lernen Sie, wie man traditionelle Gerichte zubereitet. Gemeinsam kochen, genießen und die Kultur entdecken – für alle Kochbegeisterten geeignet.

Mit Anmeldung!

**Termin 1:** Mittwoch, 15.04.26 von 15:00 – 17:00 Uhr

**Termin 2:** Mittwoch, 20.05.26 von 15:00 - 17:00 Uhr

**Termin 3:** Mittwoch, 17.06.26 von 15:00 - 17:00 Uhr

**Kosten:** Spende erbeten

**Anmeldung:** im NBZ, 069 – 53 05 66 79 oder [info@nbz-ginnheim.de](mailto:info@nbz-ginnheim.de)



## Älterwerden im Stadtteil

### Gesprächsreihe zum Thema „Älterwerden“

Einmal im Monat lade ich Sie/Euch zu einem angeleiteten Gesprächsnachmittag mit einem kleinen Snack und Getränken ins NBZ ein. Die Themen werden in Absprache mit der Gruppe jeweils entsprechend vorbereitet. Wir freuen uns auf anregende Gespräche und gegenseitigen Austausch.

Die Teilnahme ist kostenlos. Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

Das erste Treffen findet am 06.02.26 statt.

**Termine:** jeden 1. Freitag von 15:00 – 17:00 Uhr

**Kursleiterin:** Monika Westmeyer

**Anmeldung:** m.westmeyer@nbz-ginnheim.de

### Kreativität ist keine Frage des Alters

Einmal pro Monat im NBZ gemeinsam kreativ werden mit Farben, Pinsel, Stift und Freude am Ausprobieren eigener kreativer Potentiale. Auch und besonders für Anfänger\*innen geeignet.

Die Teilnahme ist kostenlos. Spenden sind willkommen.

Um vorherige Anmeldung wird gebeten.

**Termine:** jeden 4. Freitag im Monat von 15:00 - 17:00 Uhr

**Kursleiterin:** Monika Westmeyer

**Anmeldung:** m.westmeyer@nbz-ginnheim.de  
oder 069 / 53 05 66 79

## Kooperationen

Das Nachbarschafts- und Familienzentrum Ginnheim e.V. pflegt seit Jahren enge Kooperationen mit:

- dem Stadtteilarbeitskreis Ginnheim
- dem Senioren-Begegnungszentrum Ginnheim
- Transition Town Frankfurt
- dem Kirchplatzgärtchen e.V.
- dem Quartiersmanagement Ginnheim
- I.d.e.a.L Netzwerk Nachbarschaft e.V.



### Netzwerke Neue Nachbarschaften

#### Wir vernetzen uns im Stadtteil:

Wir Ginnheimer\*Innen wollen aktiv unseren Stadtteil mitgestalten und gemeinsam aktuelle Themen diskutieren, wandern, kulturelle Angebote wahrnehmen und alles machen, was uns guttut.

Anregungen und neue Mitglieder sind willkommen!

#### Information und Anmeldung:

Dagmar Prestele, 069 / 53 19 85

dprestele@web.de

Gisela Steinberg, 069 / 95 29 48 01

Gisela.steinberg@gmail.com



### Das Team des Nachbarschaftszentrums

#### Organisationsteam:

*Dr. Eva-Maria de Melo*, Geschäftsführung

*Inga Krüger*, stellvertretende Geschäftsführung

*Sandra Keller*, kaufmännische Fach- und Verwaltungsangestellte

*Monika Westmeyer*, Pädagogin, zuständig für Fachbereich „Älterwerden“

*Olga Badeka*, Reinigungskraft und gute Seele des Hauses

#### Krabbelstube:

*Sabine Alings*, Krabbelstubenleitung

*Sanela Osmancevic*, pädagogische Fachkraft

*Vitalia Starkova-Hadad*, pädagogische Fachkraft

*Karin Stapf*, Grundschullehrerin

*Soheila Foladi*, pädagogische Hilfskraft

*Petra Metz*, pädagogische Hilfskraft

*Yolanda Racionero-Navalbos*, pädagogische Hilfskraft

*Stamatoula Karra*, Reinigungskraft und gute Seele der Krabbelstube

#### Vorstand:

*Susanne Hanak*, Diplom Pädagogin, Mitgründerin des Nachbarschaftszentrum Ginnheim e. V., langjährige Leitung der Krabbelstube des NBZ

*Hans Georg Pflug*, Psychotherapeut / HPG, Kinesiologe, Osteopathieanwender

### Impressum

**Grafiker:** Michael Samstag, Tel. 069/ 61 87 33

**Redaktion:** Dr. Eva-Maria de Melo

**Bearbeitung:** Sandra Keller

#### gefördert durch:

Gefördert von:

STADTSCHULAMT  
STADT FRANKFURT AM MAIN



FRAUEN

REFERAT

HESSEN



Hessisches Ministerium  
für Familie, Senioren, Sport,  
Gesundheit und Pflege



#### wir sind Mitglied:

DER PARITÄTISCHE  
Hessen  
Regionalgeschäftsstelle Frankfurt

# Nachbarschafts- und Familienzentrum Ginnheim e.V.

## Adresse:

Ginnheimer Hohl 14 Hinterhaus  
60431 Frankfurt am Main  
Tel.: 069 / 53 05 66 79  
[info@nbz-ginnheim.de](mailto:info@nbz-ginnheim.de)  
[www.nbz-ginnheim.de](http://www.nbz-ginnheim.de)



## Büro-Öffnungszeiten:

montags bis freitags: 09:00 - 13:00 Uhr

## Sprechzeiten der Krabbelstube:

montags bis freitags: 09:00 - 11:30 Uhr  
Tel. 069 / 53 05 66 74  
Weitere Informationen über  
[www.nbz-ginnheim.de](http://www.nbz-ginnheim.de)



## Unsere Bankverbindung:

Frankfurter Sparkasse,  
IBAN: DE48 5005 0201 0200 0204 55,  
SWIFT-BIC: HELADEF1822



Webseite

