

... kostenfrei mitnehmen!

# aktiv FEB/MÄRZ termine

Ausstellungen

- Backen
- Basteln
- Beratung
- Bildung
- Brunch
- Cafeteria
- Computer
- Digitalfotografie
- Digitale Bildbearbeitung
- Entspannungsübungen
- Erzählcafé
- Filmvorführung
- Frühstück
- Fußpflege
- Gedächtnistraining
- Genealogie
- Gesellschaftsspiele
- Gesprächskreise
- Gymnastik/Turnen
- Handarbeiten
- Internet
- Internet-Café
- Yoga
- Kochen
- Konzerte
- Lesungen
- Malen
- Mittagstisch
- Musizieren
- Nordic Walking
- Partnervermittlung
- Philosophie
- Politik
- Qigong
- Reisen
- Religion
- Schreiben
- Selbsthilfegruppen
- Singen
- Spazieren
- Sprachen
- Tanzen
- Tai Chi
- Therapie
- Töpfern
- Theater
- Vernissagen
- Vorträge
- Vorlesen
- Wandern
- weiteres ...

## FEB/MÄRZ



Seltene zu sehende Pracht  
hinter verschlossenen Türen  
von Venedigs Palästen  
Seiten 18 – 21

**GODEMA und  
La Donna – zwei Messen  
feiern ihren Geburtstag**  
Seiten 4, 5

**Das Ruhrgebiet von  
Xanten bis zur Zeche  
Zollverein in Essen**  
Seite 8 – 11

**Die Kaiser-Karl-Klinik –  
ein Forum für die Kunst  
im Bonner Norden**  
Seite 33





Jetzt gebührenfrei  
informieren:  
**0800 6833800**

# Zurück ins Leben

REHABILITATION STÄRKT IHRE ZUVERSICHT

**Gute Erfahrungen bringen Sie schneller in ein gesundes, aktives Leben zurück. Nach einem Unfall, einer Operation oder einer schweren Erkrankung.**

Gemeinsam mit Ihrem ärztlichen und therapeutischen Team trainieren Sie täglich Ihre Gesundheit. Für Körper, Geist und Seele. Das macht Sie stabil für die Zukunft, gibt Ihnen Mut und Zuversicht. Fühlen Sie sich wie zu Hause und doch als Gast aufmerksam umsorgt. In unseren sehr gut ausgestatteten Zimmern mit Dusche, WC, Telefon, TV und Radio. In ruhiger Bonner Citylage mit großem Park, Restaurant und preisgekrönter Architektur.

Kaiser-Karl   
Klinik

Fachklinik für  
Rehabilitative Medizin

Orthopädie  
Geriatric  
Innere Medizin  
Traditionelle  
Chinesische Medizin

Graurheindorfer Straße 137  
53117 Bonn

[www.kaiser-karl-klinik.de](http://www.kaiser-karl-klinik.de)

## Editorial

Seien Sie begrüßt!

aktiv Termine liegt im Trend. Die Vielfalt der Angebote für unsere Leserschaft wächst kontinuierlich. Viele Unternehmen und Stellen der Öffentlichen Hand nehmen Menschen im sogenannten „Ruhestand“ zunehmend als interessante Konsumentengruppe wahr und stellen fest, wie sehr dieser Begriff jahrzehntelang in die Irre geführt hat und immer noch dumme Vorstellungen über Ältere bündeln kann. Der überwiegende Teil der Senioren mag wohl wegen seiner großen Lebenserfahrung insgesamt gelassener auftreten, aber was



*Fast ist diese Ausgabe eine „Sondernummer Ruhrgebiet“. Nicht nur, dass wir Xanten und seine spektakulär touristische Vielfalt vorstellen, es wird auch sehr konkret mit einem Fahrrad-Frühlings-Angebot in Essen und Umgebung, dass Natur, Kultur und Industrie-Nostalgie unter einen Hut bringt. Siehe auch Foto: „Westsonne im Essener Norden“ Das Ganze kulinarisch garniert mit einem gefühlvollen Blick auf Vergangenheit, Gegenwart und Zukunft dieser bedeutenden Region und mit Rezepten für Snack-Klassiker, die dort so beliebt sind, dass mit ihnen „traditionelle“ Anbieter ihre Stammplätze nachhaltig gegen alle Unbilligkeiten standhaft verteidigen.*

Unser Standpunkt ist wohl richtig, die Nachfrage nach aktiv Termine nimmt auf beiden Seiten zu: bei den Lesern wie bei den Terminanbietern. Im vorangegangenen Jahr haben wir in unserem Achtwochenkalender häufiger mehr als 1000 Termine veröffentlicht, regelmäßig wiederkehrende Termine nicht mitgezählt. Der Anzahl der Termine entsprechend hat sich das Netzwerk an Kooperationspartnern vergrößert, die Angebotsvielfalt für unsere Leserschaft ist ebenso gewachsen. In diesem Sinne bleibt das Team der Heftmacher weiter am Ball.

Inhaltlich möchten wir 2014 mehr darüber berichten, was sich hinter den Terminen verbirgt, damit unsere Leser sich auch dann eine Vorstellung machen können, wenn Sie selber noch nicht an diesem Angebot teilgenommen haben. In dieser Ausgabe gibt es beispielsweise den Bericht über die Polizeiberatung am Brüser Berg, Seite 24.

Weil noch Platz ist für ein wenig Lästerei ...

Griechenland nur ein Testobjekt der NSA?

Der Abhörskandal kann mich seit kurzem nicht mehr beeindrucken. Mir ist klar geworden, dass es kaum ein Land gibt, in dem es neben einem ungeheuren Reichtum an guten Leuten, an Ideen und auch an Bodenschätzen und so weiter auch eine unfassbare Kriminalität gibt, eine Waffenlobby, die alles verhindert, was vielleicht Schüler- und andere Attentate erschweren könnte, Banken, Mineralöl- und Chemiekonzerne, denen alles erlaubt wird, und dass weder den Drogenhandel in den Griff kriegt noch seine Militärs, Spione oder auch nur eine Krankenversicherungsreform oder zuverlässige energie- und Wasser-Infrastruktur.

Ich denke, dass wissen die US-Amerikaner auch selber.

Angesichts dieser offensichtlichen Unvermögen bezweifle ich, dass es der NSA tatsächlich um das Abhören Einzelner geht. Besonders jetzt, wo es jedem bekannt geworden ist. Außerdem weigere ich mich, ihnen die Paranoia zu unterstellen, die notwendig wäre, um zu Zwecken der Terrorismusabwehr ganze Bevölkerungen in bekannt gewordener Breite auszuspionieren.

Meine Vermutung (... deren Zweck ließe sich durchaus auch mit weniger guter Technik und bei mittlerem Bildungsstand bewerkstelligen): Man hört ab und liest Nachrichtenverkehr, um etwas über die allgemeine Leidenschaftlichkeit von Menschen herauszubekommen: Wie lange noch

ertragen wir Bürger in den übrigen Staaten der Welt die Gebaren der US-amerikanischen Konzerne, ihrer Lobbyisten, der dort ReGierenden?

Während die Chefs der meisten Völker der Welt noch darüber nachdenken, wie sie mit anderen Völkern besser zurecht kommen, haben gigantische Wirtschaftskonzerne den Globus schon lange unter sich aufgeteilt. Mit eigenen Grenzen, bzw. grenzenlos. Wer gegenwärtig daran noch zweifelt, und daran, dass sich deren Zentrale in Manhattan befindet, hat die letzten Wochen die Nachrichten nicht mitbekommen.

Bis zum nächsten Mal!  
Detlef Hipp

## Service

30 Jahre GODEMA . . . . .	4
Caritas + Tanzhaus Bonn Projekt . . . . .	4
SingLiesl - Erinnerung durch Musik . . . . .	5
10 Jahre „La Donna“ - Die Frauenmesse . . . . .	5
Bürgersprechstunde der Polizei . . . . .	24

## Kulinarisches

<b>Der Ruhrpott - Einzigartige Mischung</b> Hausmannskost aus dem Pott . . . . .	14 - 15
---	---------

## Reisen

<b>Xanten</b> Die bewegte Geschichte einer Stadt . . . . .	10 - 13
---	---------

<b>Venedig</b> Der „schönste Ballsaal der Welt“ . . . . .	18 - 21
--	---------

<b>Mit dem Fahrrad Industrie- und Weltkulturerbe erleben . . . . .</b>	16 - 17
--	---------

## Bildende Kunst

<b>Dein Gesicht erzählt Geschichten</b> Bundeskunsthalle . . . . .	22
---	----

<b>Farbfotografie vor dem Krieg</b> LVR LandesMuseum . . . . .	22
---	----

## Verbraucherinfo

<b>Krankenkassen: Hörgeräte</b> nur noch mit Digitaltechnik . . . . .	6
--	---

<b>Neue Broschüre</b> gibt Rat und Tipps für die Private Zusatzversicherung . . . . .	7
---	---

<b>Altersarmut</b> Enteignung durch den Staat . . . . .	8 - 9
--	-------

<b>Handeln in kooperativer Verantwortung</b> Corporate Social Responsibility . . . . .	35
---	----

# aktiv termine

Adressen der Anbieter . . . . . **Seiten 30/31**

<b>Medientechnik, Internet, Computer, Digitalfotografie . . . . .</b>	23
---	----

<b>Regelmäßig Angebote . . . . .</b>	23 - 31
--------------------------------------	---------

<b>Einmalig stattfindend: Lesungen, Gespräche, Seminare, Eröffnungen. viele weitere Angebote . . . . .</b>	32 - 37
--	---------

<b>Tat und Rat</b>	
--------------------	--

Gruppen und Aktivitäten . . . . .	38/39
-----------------------------------	-------

<b>SeniorenTreff . . . . .</b>	39
--------------------------------	----

## Allgemein

Impressum . . . . .	36
---------------------	----

aktiv im Abo . . . . .	36
------------------------	----

Wichtige Telefonnummern . . . . .	38
-----------------------------------	----

Titelbild: Deckenfresko im Palazzo Querini aus dem 16. Jahrhundert im Sestiere Castello.

Lesen Sie mehr darüber auf den Seiten 18 – 21!

## + Info + Shopping + Event + die 30. GODEMA



Flair, Auswahl, Service ...

Am Samstag und Sonntag, 5. und 6. April, darf gefeiert werden: die GODEMA wird 30. Der einstige „Godesberger Markt“ ist 2014 die größte „Messe und Ausstellungsshow“ in Bonn. Womit der Name durchaus auch mit dieser Bedeutung interpretiert werden darf.

Veranstaltungsort ist die historische Stadthalle von Bonn-Bad Godesberg, die – als vorbildliches Architekturobjekt im Stil der Zeit 1955 errichtet und mit ihren 12 Sälen und Räumen längst unter Denkmalschutz stehend – ein wunderbares, heute ganz im Trend liegendes Flair der 50iger Jahre entfaltet und ihrerseits einen Besuch wert ist.

Die GODEMA ist die Leistungsschau für Handel, Handwerk und Gewerbe im Süden der Rheinischen Bucht. Zahlreiche Aussteller aus Bonn & der Region präsentieren dort ihre Waren und Dienstleistungen aus den Bereichen Handel, Handwerk, Gesundheit, Touristik, Ausbildung, Vereine ... Allein der



... die Jubiläums-GODEMA 2014

Wachtberger Gewerbeverein e.V., der mit der GODEMA auch den „5. Wachtberger Frühling“ startet, füllt mit rund 20 Betrieben den gesamten Parksaal. Ein abwechslungsreiches Rahmenprogramm unterhält Besucher mit Modenschauen, Kultur und Unterhaltung.

Adresse: Koblenzer Str. 80, 53177 Bonn  
Veranstalter:

Bad Godesberg Stadtmarketing e.V.

Ria-Maternus-Platz 1, 53173 Bonn

Tel.: 0228 / 18 42 690

U-Bahn Endhaltestelle der Linie 16 + 63

[www.godema-bonn.de](http://www.godema-bonn.de)

## Caritas und Tanzhaus Bonn: Tanzen für die Erinnerung



Unter dem Motto: „Wir tanzen wieder“ haben der Bonner Caritasverband und Tanzhaus Bonn mit Unterstützung der caritas stiftung bonn ein Tanzprojekt für Menschen mit und ohne Demenzerkrankung aufgelegt. Bewegung und Musik genießen, die erste Liebe entdecken, mit Gleichaltrigen oder Gleichgesinnten zusammen sein, Spaß haben. Gerade ältere Paare verbinden das mit schönen Erinnerungen aus früheren Zeiten.

Ziel der caritas stiftung bonn ist es, ältere Menschen mit und ohne Demenz aus ihrer Alltagsroutine herauszuholen und ihnen ein besonderes Erlebnis außerhalb ihrer eigenen vier Wände in einer Tanzschule zu ermöglichen.

Die für jedermann offenen Veranstaltungen finden jeweils donnerstags von 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr im Tanzhaus Bonn statt, Vilicher Arkaden, Gartenstraße 102, 53225 Bonn. Die Termine sind: 20.2.; 20.3.; 22.5.; 26.6.; 31.7.; 28.8.; 25.9.; 23.10.; 20.11.2014. Der Eintritt kostet 5 Euro. Zusätzlich wird ein Gedeck mit Kaffee und Kuchen zum Preis von 5 Euro angeboten. Die caritas stiftung bonn übernimmt die Kosten für bedürftige Senioren (Senioren mit Bonn-Ausweis o.ä.). Getanzt werden Walzer, Samba, Swing, Rock 'n' Roll. Den Abschluss bildet ein Tanzball am 23. Oktober 2014. Interessierte melden sich bitte bei:

Birgit Ratz, Caritasverband für die Stadt Bonn e.V.

Bereichsleitung Leben und Wohnen in Alter und Krankheit

Telefon: 0228/108 - 264, E-Mail: [tanzprojekt@caritas-bonn.de](mailto:tanzprojekt@caritas-bonn.de)

### 5. & 6. April 2014

täglich geöffnet von 11 bis 18 Uhr

# 30 Jahre GODEMA

Das Messe-Erlebnis in der Stadthalle Bad Godesberg  
mit 5. Wachtberger Frühling

Gastronomie

Handel

Dienstleistung

Handwerk

Gesundheit

- Vielfältiges Ausstellungsangebot
- Umfangreiches Vortragsprogramm
- Abwechslungsreiches Bühnenprogramm

Eintritt frei!



[www.godema-bonn.de](http://www.godema-bonn.de)

## SingLiesel – Inspiration für Menschen mit Demenz



Musik wirkt kraftvoll: Sie spricht Emotionen an, weckt Erinnerungen und stimmt positiv. Bei demenzkranken Menschen verblasst das musikalische Gedächtnis zuletzt. Dieses Wissen macht sich die Mitsing- und Erlebnis-Buchreihe „SingLiesel. Singen - Erleben - Erinnern“ zu eigen. In acht Bänden regt sie dementiell erkrankte Menschen zum Mitsingen und Zuhören, zum Fühlen und Betrachten an.

Die wunderschön im Stil klassischer Schulfibeln gestalteten Bücher sind vielseitig: Aktives Mitsingen, Abspielen bzw. Zuhören und Tasten durch Fühl-, Klapp- und Drehelemente sind alleine oder begleitend möglich. Die Leitfigur der „Sing-Liesel“ schafft Sympathie und Vertrautheit, ebenso zeittypische Elemente und Szenen, die immer wieder Anlässe für Gespräche bieten. So

können schon verblasste Erinnerungen der Demenzkranken wieder neu geweckt werden.

Angehörige und Pfleger schätzen die anregende Wirkung der SingLiesel-Buchreihe. Details wie der farblich hervorgehobene Abspiel-Button, extradicke Seiten, Signalfarben, bewegliche Elemente und der robuste Einband erlauben es Demenzpatienten auch, sich selbst mit dem Buch zu beschäftigen.



Experten haben die Entwicklung der Buchreihe von Anfang an begleitet. Entstanden ist ein multisensorisches Buch, das alle Sinne anspricht und zum unentbehrlichen Begleiter des Alltags werden kann.

Die Bücher sind für jeweils 29,95 Euro erhältlich im Buchhandel oder beim Verlag: [www.singliesel.de](http://www.singliesel.de)

## Frauenmesse „La Donna“ feiert 10. Geburtstag



Die Bonner Frauenmesse ‚La Donna‘ feiert ihren 10. Geburtstag! Am 15. und 16. März 2014 im Hilton Hotel, Berliner Freiheit 2, 53111 Bonn. Samstag von 13-18 Uhr, Sonntag von 11-17 Uhr.

„Übersichtlich“ startete die Bonner Frauenmesse 2005 mit 24 Ständen in der Redoute in Godesberg. 2014 findet sie nun inmitten der Bonner City im Hilton mit 75 bis 80 Ständen statt. Die Aussteller kommen aus ganz Deutschland in die Bundesstadt, um auf der beliebten Messe ihr vielfältiges Angebot vorzustellen. Ob es um die neuesten Kosmetikpräparate, die aktuelle Mode, um Gesundheitsvorsorge oder die optimale Versorgung der Eltern im Alter geht, die Besucherinnen und Besucher werden nicht nur bestens informiert und beraten, sie können auch an vielen Ständen gleich aus- und anprobieren. Ebenso gibt es Anstöße für die Planung der Karriere, für berufliche Möglichkeiten und Weiterbildung, Programme für Anti-Aging, Prävention und Ernährung, Urlaubsreisen mit der Familie, Städtereisen und Kreuzfahrten, Politik und die Frau in der Gesellschaft, Wohnen, Mode, Schmuck, Schönheit, Kunst, Kultur, Literatur und Musik, Sport, Auto, Technik, Finanzen und Neues zum Scheidungsrecht: Frauenarmut?

Ein großes Rahmenprogramm verspricht weitere gute Unterhaltung, selbst für den Herrn wird gesorgt: Ein spannendes Spitzenbundesliga-Spiel wird live übertragen!

[www.frauenmesse-bonn.de](http://www.frauenmesse-bonn.de)

# „Hier geht es mir

„Ich genieße mein Leben jetzt genau so, wie ich es mir immer gewünscht habe - in einer großzügig geschnittenen, komfortablen Wohnung mit Küche und Balkon ... und mit dem Verwöhn-Service eines erstklassigen Hotels: Im Wohnstift Beethoven!

# bestens.“

Hier verfüge ich über meine unantastbare Privatsphäre, Sicherheit und Service, niveauvolle Nachbarschaft, anspruchsvolle Freizeitangebote, ein sehr gutes Restaurant, ein 31°C warmes Hallenbad und vieles mehr.

Auf Wunsch: Pflege/Betreuung in meiner Wohnung oder in unserem freundlichen Pflegebereich.“

**WOHNSTIFT BEETHOVEN**  
Die 1. Klasse für Senioren

Wfl. 31 bis 110 qm. Reservieren Sie sich Ihre Wunschwohnung! Informationen: **0 22 22 / 73- 512, Theo Grimm**

Unser Video ... auf unserer Website, oder auf dem Postweg.

Das Wohnstift Beethoven • Siefenfeldchen 39, 53332 Bornheim, Tel.: 0 22 22 - 73 512, [www.wohnstift-beethoven.de](http://www.wohnstift-beethoven.de)

## Künftig nur noch Digitaltechnik für die Ohren Krankenkassen verdoppeln Zuschuss für Hörgeräte

Gesetzlich Krankenversicherte, die ein Hörgerät benötigen, bekommen künftig ein besseres digitales Gerät für ihre Ohren. Um Schwerhörige mit dem modernen Standard zu versorgen, haben die gesetzlichen Kassen seit dem 1. November ihren Festbetrag um fast das Doppelte erhöht: Versicherte ab 18 Jahren erhalten dann von ihrer Kasse auf Antrag rund 785 Euro statt 421 Euro als Zuschuss für ein Hörgerät. Die begleitende Nachsorge wird – anders als zuvor – nun auch zusätzlich bezahlt.

### Hinweise und Tipps

**Technischer Standard:** Hörgeräte für Kassenpatienten müssen mindestens mit Digitaltechnik ausgestattet sein.

Vorteil: Ein digitales Hörgerät kann sich auf die Hörschwäche eines Patienten perfekt einstellen. Die moderne Technik sorgt für eine intelligente Signalverarbeitung und kann zwischen Umgebungsgeräuschen und Sprache unterscheiden. Der aufs Ohr treffende Schall wird automatisch reguliert. Feineinstellungen per Hand sind nicht mehr nötig. Geeignete Lauschapparate müssen künftig mindestens über

vier Kanäle und drei Hörprogramme, eine Rückkoppelungs- und Störschallunterdrückung sowie über eine Verstärkungsleistung von mindestens 75 Dezibel verfügen.

**Kosten-Übernahme:** Hörgeräte-Akustiker können selbst entscheiden, welche Hörhilfen sie als Kassengerät führen, einige Modelle die sie anbieten, müssen jedoch der Höhe des Festbetrags entsprechen, den die gesetzlichen Kassen übernehmen. Sofern sie nicht komplett von der Zuzahlung befreit sind, müssen Versicherte einen Eigenanteil von zehn Euro pro Gerät leisten.

Je nach Hörschwäche und individuellem Bedarf sind viele Hörgeräte jedoch wesentlich teurer. Statt rund 800 Euro können sie mehr als drei- oder vierfach so teuer sein. Etwaige Mehrkosten für ein höherwertigeres Gerät müssen Versicherte selbst übernehmen. Ist ein teures Hörgerät medizinisch erforderlich, werden von der gesetzlichen Krankenversicherung auch qualitativ hochwertigere Modelle bezahlt.

**Zahlung von weiteren Extras:** Die Kassen schultern außerdem die Kosten für die Beratung, Programmierung und Anpassung des Hörgeräts sowie für die Nachbetreuung und auftretende Reparaturen. Die für den Betrieb erforderlichen Batterien übernehmen die Krankenkassen jedoch nur bis zum achtzehnten Lebensjahr des Versicherten.

**Wahl des Akustikers nicht allein in Eigenregie:** Als Kassenleistung gibts ein Hörgerät nur auf Rezept nach einer Untersuchung beim Ohrenarzt. Mit der Verordnung in der Tasche sollten sich Versicherte zunächst bei ihrer **Krankenkasse** erkundigen, welche **Hörgeräteakustiker** sie als



**Vertragspartner** mit einem Hörgerät versorgen können.

Um das passende Gerät zu finden, ist es ratsam, die Leistungen von mindestens zwei Hörgeräteakustikern miteinander zu vergleichen. Der ausgewählte Akustiker ermittelt mit dem Versicherten das geeignete Hörgerät

und erstellt einen Kostenvoranschlag. Auf dessen Basis wird ein Antrag mit der ärztlichen Verordnung an die Krankenkasse geschickt.

Wichtig: Erst nach schriftlicher Zusage ist sicher, dass die Kasse die Kosten für das ausgewählte Gerät vom Hörgeräteakustiker erstattet.

**Warnung vor Verzichtserklärung:** Menschen mit Hörschwäche sollte sich von einem Akustiker nicht zur Wahl eines Geräts mit hohem Eigenanteil drängen lassen. Versicherte sollten auch keine Erklärung unterschreiben, mit der sie darauf verzichten, dass der volle Betrag von der Krankenkasse übernommen wird. Sie verbauen sich damit die Möglichkeit, einen Antrag auf Übernahme der Kosten bei der Krankenkasse zu stellen.

Weitere Informationen über Kassenleistungen bei Hörhilfen, Prothesen und Co. gibt's im Internet unter [www.vz-nrw.de/hilfsmittel](http://www.vz-nrw.de/hilfsmittel).

Neutralen rechtlichen Rat bei Problemen mit einer Krankenkasse oder dem Hörgeräte-Akustiker erhalten Ratsuchende bei einer örtlichen Gesundheitsberatung der Verbraucherzentrale NRW. Adressen und Kosten unter [vz-nrw.de/gesundheitsberatung](http://vz-nrw.de/gesundheitsberatung)

**click**  
FotoAkademie  
fototours

**Entdecken Sie die Welt der Fotografie**  
click fototours • Erfurtstr. 70 • 53125 Bonn • Tel.: 0228-256318  
[www.click-fototours.de](http://www.click-fototours.de) • [info@click-fototours.de](mailto:info@click-fototours.de)



**Karneval**  
in Venedig  
27.02. - 03.03.2014



**Valencia**  
Glanzlichter der Architektur  
11. - 15.04.2014



**Mallorca**  
Fotopraxis intensiv  
08. - 13.05.2014

Fotoreisen in kleinen Gruppen 6 - 10 Teilnehmer. Unter professioneller Anleitung von zwei Dozenten gelten sie als Fotokurse vor Ort im Sinne von "Learning by doing".

Fotoseminare und Workshops in kleinen Gruppen 4 - 6 Teilnehmer, z. B. "Einstieg in die digitale Fotografie" und "Bildbearbeitung mit Photoshop Elements" Einzel- und Gruppenseminare nach Absprache



**STOPP HUNGER**

PATE WERDEN - LEBEN RETTEN

[www.worldvision.de](http://www.worldvision.de)

World Vision  
Zukunft für Kinder!

## Ratgeber Neuerscheinung Private Kranken- und Pflegezusatz- versicherungen

### Wissenswertes zu den Extra-Policen

Private Krankenzusatzversicherung sollen medizinische Leistungen abdecken, die gesetzliche oder private Krankenkassen nicht übernehmen. Dazu zählen beispielsweise Auslandsschutz, Zahnersatz, Krankentagegeld, Wahlleistungen im Krankenhaus oder

Pflegeleistungen. Eine zusätzliche private Police ist jedoch nicht immer unbedingt notwendig oder schlicht oft zu teuer.

Einen Überblick über die Extra-Policen verschafft der neue Ratgeber „Private Kranken- und Pflegezusatzversicherungen – Welche brauche ich wirklich?“ der Verbraucherzentrale NRW. Das Buch behandelt die stationäre Krankenzusatzversicherung und die Pflegetagegeldversicherung ebenso wie die Brillen- oder Sterbegeldversicherung. Anschaulich wird hierbei erläutert, ob und wie der Extra-Versicherungsschutz das Leistungspaket der gesetzlichen Krankenkassen sinnvoll ergänzen kann. Tipps zu möglichen Fallstricken und zum Umgang mit Versicherungen bei Konflikten oder Kündigungen helfen zudem, Ärger und unnötige Kosten zu vermeiden.

Der Ratgeber kostet 9,90 Euro und ist in den örtlichen Beratungsstellen der Verbraucherzentrale NRW erhältlich. Für zuzüglich 2,50 Euro (Porto und Versand) wird er auch nach Hause geliefert.

#### Bestellmöglichkeiten:

Versandservice der Verbraucherzentralen, Himmelgeister Straße 70, 40225 Düsseldorf, Internet: [www.vz-ratgeber.de](http://www.vz-ratgeber.de), Tel: (02 11) 38 09-555, E-Mail: [ratgeber@vz-nrw.de](mailto:ratgeber@vz-nrw.de), Fax: (02 11) 38 09-235



Das romantische Idyll am schönen Rhein  
in Königswinter-Niederdollendorf

Rheinufer 100 · Tel. (02223)299393 – tgl. ab 11 Uhr, Freitag Ruhetag!

**10. BONNER FRAUENMESSE**

LA DONNA Bonn  
Die Messe für die Frau

**EINTRITT FREI!**  
[WWW.FRAUENMESSE-BONN.DE](http://WWW.FRAUENMESSE-BONN.DE)

**AM 15. & 16.3. 2014**  
SAMSTAG, 13-18 UHR // SONNTAG, 11- 17 UHR  
IM HILTON HOTEL  
BERLINER FREIHEIT 2 - 53111 BONN

THEMEN: KARRIERE, GESUNDHEIT, LIFESTYLE,  
MODE, KOSMETIK, FINANZEN, FAMILIE  
UND UND UND.....

**Zack**

**Umzüge nah und fern • Lagerung**

Unsere Leistungen im Überblick

- Unentgeltliche Erstellung eines Angebotes inkl. Besichtigung und ausführliche Umzugsberatung
- Gestellung aller nötigen Verpackungsmaterialien
- Montage aller Möbelsysteme, Neumöbelmontagen
- Möbeländerungen durch eigenen Schreiner
- Küchenmontage inklusive aller Anschlüsse
- Klavier- und Flügeltransport,
- Kunsttransporte
- Außenaufzug, Treppensteiger usw.
- Fachgerechte Lagerung in Halle oder Container
- Umzugsgut-Versicherung

Mitglied im Bundesverband Möbelspedition und Logistik (AMÖ) e.V.

**Zack Umzüge & Dienstleistungen GmbH**  
An der Esche 28 · 53111 Bonn  
Tel.: 02 28 - 68 447-0 · Fax: 02 28 - 68 447-22  
[mail@zack-umzuege.de](mailto:mail@zack-umzuege.de)

**[www.zack-umzuege.de](http://www.zack-umzuege.de)**

**Ihre Zinsen helfen**

**UNO-Flüchtlingshilfe**  
Stiftung

**Informieren Sie sich über das Stifterdarlehen!**  
Telefon 0228 / 62 986 0  
[www.uno-fluechtlingshilfe.de/stiftung](http://www.uno-fluechtlingshilfe.de/stiftung)

# Altersarmut

## Wie politische Entscheidungen in die Verarmung führen

Altersarmut wird von den Medien immer häufiger als Thema aufgegriffen. Indes ist dieses Phänomen hausgemacht, dem Eindruck nach sogar in Kauf genommen. Schließlich sind es laufende politische Entscheidungen seit mehr als 20 Jahren gewesen, welche das gesetzliche Rentenniveau von ehemals durchschnittlich 70 % vom Nettogehalt auf bis zu weniger als die Hälfte in der Zukunft reduziert.

## Umstellung vom Umlageverfahren gesetzlicher Rente auf Kapitaldeckung privater Vorsorge

Albrecht Müller stellte bereits 2004 in seinem Buch „Die Reformlüge“ fest, dass die Umstellung vom Umlageverfahren auf eine kapitalgedeckte Altersversorgung in Chile zur größten Altersarmut geführt hat. Chile wurde damit ein Vorbild für weitere Staaten, welche allesamt das Scheitern kapitalgedeckter Altersversorgung erlebten. In Deutschland hat man beispielsweise die staatlich durch Zulagen geförderte Riesterreife eingeführt. Im Durchschnitt real ein Verlustgeschäft, es sei denn man wird so alt wie Johannes Heesters oder Methusalem. Der Bürger fragt sich, wo denn dann die staatlichen Zulagen am Ende landen, und erfährt vom Fachmann daß diese Gelder als Sterblichkeitsgewinne bei den Anbietern verbleiben oder für Kosten und Provisionen ausgegeben werden, und im Übrigen – bei den Glücklichen, die damit oberhalb des Existenzminimums landen - als Steuern wieder zurückzuzahlen sind.

## Statistiker sprechen von der „instrumentalisierten Zukunftsangst“

Die „Pseudo-Individualisierung durch Rentenreform“ löst die Aufgabe, das Realeinkommen zwischen den Generationen zu verteilen nicht. Immerhin hat es die Politik verstanden, den Niedriglohnsektor von ehemals bis zu weniger als 10 % auf bis zu mehr als 25 % der arbeitenden Bevölkerung zu steigern. Die Hartz-Reformen führten dazu, daß ausgebildete Volljuristen sich von der ARGE fürsorglich zum Schweißer umschulen lassen müssen oder als Leiharbeiter tätig zu werden, oder damit leben müssen, durch Kürzung mit weniger als dem Existenzminimum zurecht kommen zu dürfen. Spiegelbildlich sind bis zu mehr als 25 % der Bevölkerung gar nicht mehr in der Lage irgend eine Ersparnis zu bilden, und bis zu mehr als 25 % der Bevölkerung zahlen so wenig in die gesetzli-

che Rente ein, dass sie beste Aussichten auf eine Grundsicherungsrente haben. Wer hohe Mietkosten über 358 Euro hat, darf diese aus dem Regelsatz von 382 Euro selbst bezahlen oder umziehen – oft hilft dabei die Gemeinde und übernimmt die Maklerkosten, damit der Bedürftige in die preiswertere Nachbargemeinde zieht.

## Ist die Kapitaldeckung in der Altersversorgung eine Illusion?

Manche mögen die Vorstellung haben, bei Kapitaldeckung liege das Geld für jede Rente schon in Tüten mit dem Namen des künftigen Rentners beim Versicherer in einem Regal bereit.

Generell ist jedoch festzustellen, dass die Umstellung der größten Volkswirtschaften einschließlich China vom Generationenmodell auf eine Kapitaldeckung bereits daran scheitert, dass es weltweit gar keine ausreichenden realwirtschaftlichen Investitionsmöglichkeiten für eine solche Altersversorgung gibt.

Ausgenommen wären natürlich die Investments in Finanzblasen oder andere nur vorübergehend für wertvoll gehaltenen Kapitalanlagen, welche man jedoch leider später abschreiben muß, wie beispielsweise Anleihen der Lehman Brothers Bank oder viele Derivate und Zertifikate.

Auch der Staat kann das Geld für die anzulegende Kapitaldeckung in Form von Staatsschulden annehmen – damit wären die für die Renten erforderlichen Zinsen und Tilgungen aus den Steuermitteln gedeckt, mit denen eine künftige Generation und auch die Rentner selbst die Staatsschulden verzinsen und tilgen.

Das würde auch genauso als „Kapitaldeckung“ funktionieren, wenn das Geld gegen verbrieftete Staatsschuldverschreibungen entgegengenommen und danach in großen Feuerschalen verbrannt würde, zur Aufwärmung der Besucher beim Silvesterfeuerwerk vor dem Brandenburger Tor.

Auch Investitionen in Windkraft und Solar inklusive der erforderlichen Stromnetze bieten solche Ertragsmöglichkeiten über den Aufpreis auf die Stromrechnung, mit dem alle - inklusive Rentner - das Kapital für ihre Kapitaldeckung selbst zurückzahlen.

## Lohn- und Rentensteigerungen nach Produktivitätsfortschritt?

Schon immer war die Bevölkerung in der Lage, allein aufgrund des Produktivitätsfortschritts sowohl die Kinder als auch die Alten zu ernähren. Wenn es zutrifft, daß Löhne und Renten davon seit bis zu mehr als 15 Jahren entkoppelt wurden, so

verbreitert sich die Zahl derer mit besten Aussichten auf zunehmende Altersarmut. Ohnehin sehen einige Politiker es aber ohnehin als eine angemessene Altersversorgung an, wenn im Alter zumindest keine Sozialhilfe beantragt werden muß. Gerichte sind dem gefolgt, indem etwa rund 350 Euro Rentenanwartschaft im Alter von etwa 50 Jahren trotz Behinderung noch ausreichend erscheinen, denn bis zum Rentenalter können man ja noch etwas fürs Alter an Versorgung aufbauen, damit die benötigten ca. 800 EUR erreicht werden.

## Beste Aussichten auf bis zu weniger als die Hälfte an privater Altersrente

Hinzu kommt, dass sich kein Politiker zu sagen traut, das man allein mit einem Beitragssatz von 20 % für die gesetzliche Rente seinen Lebensstandard kaum halten können. Was Finanzberater nur selten zu formulieren wagen, ist die Tatsache, dass die Renten aus privater Vorsorge um bis zu mehr als 50 % im Vergleich zu den früheren Aussichten gesunken sind. Dies allein deshalb, weil sich Europa seit etwa 1998 einem internationalen Niedrigzinskartell angeschlossen hat, so daß vielfach die mageren Zinsen kaum mehr die Verwaltungskosten der Kapitalanlage decken können. Real aber wird alleine durch normale Preissteigerung nochmal bis zu mehr als die Hälfte bis zum Rentenalter dahinschmelzen. Die Illusion, mit wenig Einsatz über Traumrenditen am Kapitalmarkt und das „Zinseszinswunder“ am Ende eine hohe Vorsorge fast umsonst zu bekommen, ist zusehends zerronnen. Heute muss man hoffen, seine Spargroschen wie in einem Sparstrumpf zurückgelegt, gerade einmal mit einem Kaufkraftausgleich im Alter wieder zu bekommen.

### Autoren:

Dr. Johannes Fiala, RA (München)  
MBA Finanzdienstleistungen (Univ.),  
MM (Univ.), Geprüfter Finanz- und  
Anlageberater (A.F.A.), LB (Univ.),  
Bankkaufmann (www.fiala.de)  
und

Dipl.-Math. Peter A. Schramm  
Sachverständiger für Versicherungs-  
mathematik (Diethardt), Aktuar DAV,  
öffentlich bestellt und vereidigt von  
der IHK Frankfurt am Main für  
Versicherungsmathematik in der  
privaten Krankenversicherung  
(www.pkv-gutachter.de).

### Verstaatlichung privater Pensions- bzw. Rentenfonds

Nicht nur in Europa haben zahlreiche Staaten die Rückkehr zur Stärkung der staatlichen Rente beschlossen und umgesetzt. Dafür wurden private Pensions- bzw. Rentenfonds „enteignet“, beispielsweise in Bulgarien, Frankreich, Irland, Portugal, Zypern, Argentinien, Bolivien und Chile.

Hintergrund ist, daß im staatlichen Umlagesystem laufende Renten gezahlt werden müssen. Dann hat man beispielsweise entschieden, zwangsweise einen Teil der Beiträge an die offenen Pensionsfonds zahlen zu lassen, damit die Rente insgesamt durch private Kapitaldeckung sicherer wird. Daher musste der Staat für die fehlende Beitragseinnahme durch Aufnahme von Staatsanleihen einspringen und sich verschulden. Diese Staatsanleihen wurden dann mit dem zwangsweise an sie umgeleiteten Beitragsgeld wiederum von den privaten Pensionsfonds gekauft – womit man nun auf dem Papier eine Kapitaldeckung hatte. Die Renten daraus sind dann nicht mehr von Beitragszahlern in eine gesetzliche Rentenversicherung, sondern vom Steuerzahler zu finanzieren, dessen Steuergeld zur Bedienung der investierten Staatsschulden mit Zins und Tilgung verwendet wird.

Offenbar haben sich dann aber doch Zweifel an der Sinnhaftigkeit solcher Art der Kapitaldeckung ergeben. Denn durch solche Form der „Kapitaldeckung“ über Staatsschulden werden auch die Pensionsfonds nicht sicherer, und durch den Zwang zu mehr Staatsschulden infolge der Umleitung der Beiträge an die Pensionsfonds wird die Bonität dieser Staatsschulden beeinträchtigt und letztlich die Pensionsfonds auch unsicher.

Die Pensionsfonds haben durch die „Enteignung“ keinen Schaden, da sich ihre Verpflichtungen entsprechend vermindern. Die Beitragszahler in die Pensionsfonds erhalten für die im Sinne eines Rückkaufswertes konfiszierten Staatsanleihen Rentenansprüche an die staatliche Rentenversicherung - dies ist mutmaßlich sicherer als eine Kapitaldeckung, die auf Staatsschulden aufbaut, wie etwa in Griechenland.

### Beeinträchtigung der politischen Handlungsfähigkeit

Durch die Einführung der Pensionsfonds mit Umleitung der Beiträge von der staatlichen Rentenversicherung an diese und dem Ersatz dieser Beiträge durch Staatsschulden wurde in betroffenen Ländern leichtfertig die Staatsschuld so erhöht, dass sie die Fähigkeit zu anderer sinnvoller Aufnahme von Staatsschulden beeinträchtigt hat. Die Unsinnigkeit drängt sich dann noch erst recht auf, wenn man sieht, dass mit den durch die zusätzliche Staatsverschuldung freiwerdenden Beiträge an die Pensionsfonds diese dann die Staatsschulden aufgekauft haben.

### Fortschritt bedeutet, Unsinniges zu beenden

Die institutionellen privaten Pensionsfonds hatten ihre Chance gehabt. Die Pflichtbeiträge an sie haben ausländische Investoren angelockt, und diese haben das System für sich ausgenutzt in einer nicht mehr vertretbaren Weise. Ihren Zwangs-Versicherten eine kapitalgedeckte Rente auf der Basis von Staatsschulden bieten zu wollen ist mehr als eine Zumutung - aber natürlich auch in Deutschland üblich. Dies zu beenden ist nicht mehr als eine nachvollziehbare und konsequente Entscheidung. Niemand hätte die Fortführung eines solchen Zustandes im Ernst befürworten können - ganz im Gegenteil. Dies mag auch für viele andere Formen von „Kapitaldeckung“ gelten. ■

FREUDE.  
JOY.  
JOIE.  
BONN.





„SWB easy.GO.  
Damit fahr ich app!“

Jetzt für den gesamten VRS!

Haltestellen, Abfahrtszeiten und Tickets  
direkt aufs Handy: [swb-busundbahn.de/app](http://swb-busundbahn.de/app)

stadtwerke-bonn.de



## Etwas Bewegen

mit dem

### Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V.

#### Unsere Leistungen im Überblick

- Ambulanter Rehasport für alle Behinderungen/Einschränkungen
- Behindertengerechter Fahrdienst
- Präventionssport/ allgemeine Gesundheitsförderung
- Sozialberatung
- Infoveranstaltungen zu aktuellen Themen
- Kooperationen mit Kitas, Schulen & Senioreneinrichtungen
- Aus- und Fortbildung, Fachübungsleiter Rehasport



#### Geschäfts- & Beratungsstelle:

Hans-Böckler-Str. 16  
53225 Bonn

tel (0228) 40 36 7-0 • fax (0228) 46 33 78  
[www.vfb-bonn.de](http://www.vfb-bonn.de)

Rehabilitationssport

Fahrdienst

Präventionssport



Römer Museum: Porträt des „Lüttinger Knaben“

# Xanten und seine Helden

„Mit Erstaunen stößt der Besucher am Niederrhein auf die Aushängeschilder einer bewegten Geschichte.“

„Nordrhein-Sibirien“ sagen die Kölner vorlaut und meinen damit die Landschaft irgendwo hinter Düsseldorf, „in der selbst die Kühe den weiten Blick üben“. Der rheinische Humor, das ist kein Geheimnis, lebt vor allem vom Vorurteil. Und dient besonders während der fünften Jahreszeit dazu, die „nördlichste Stadt Italiens“ mit ihrer sprichwörtlichen Leichtigkeit und Lebensfreude immer wieder neu auf Kosten Anderer ins rechte Licht zu rücken.

Doch die Spottattacke aus dem Zentrum des Rheinlands erreicht den Niederrhein nur in abgeschwächter Form. Weiß man hier im deutsch-niederländischen Grenzgebiet doch nur zu gut um die Attraktivität der hiesigen Landschaft, über der sich ein von atlantischen Wolken dekoriertes Himmel in ständig wechselnder Dramatik von einem Horizont zum anderen wölbt.



Darstellung der einstigen „Colonia Ulpia Traiana“

## Gladiatoren als wahre Helden

Eine Region, die schon die alten Römer um die Zeitenwende zu schätzen wussten und daher unter Kaiser Trajan dem Kölner Römerlager an diesem Ort eine zweite wehrhafte Anlage hinzufügten. Als „Colonia Ulpia Traiana“ versehen mit Wehrtürmen, Badeanlagen sowie einem von korinthischen Kapitellen verzierten weithin sichtbaren Hafentempel.

Und natürlich ausgestattet mit einem riesigen Amphitheater, in dem einst Gladiatoren als die wahren Helden der Antike im Kampf auf Leben und Tod ihre Kräfte maßen. Heute auf weiter Fläche ein Eldorado für Altertumsforscher, unter deren Händen sich das Areal als „Archäologischer Park Xanten“ in ein riesiges Freilichtmuseum verwandelte. Ein überaus beliebter Tummelplatz für Jugendliche und Forscherseelen jeglichen Alters.



*Römer Museum: Goldener Greif*



*Innenausstattung der „Römischen Herberge“*



*Antike Ecksäulen des römischen Hafentempels*



*Römer Museum: „Lüttinger Knabe“*



*In der „Römischen Herberge“ im Archäologischen Park*

### *Numidisches Huhn mit Pinienkernen*

Eine reiche Kostprobe der ausgegrabenen Fundstücke bietet das unlängst auf dem Museumsgelände eröffnete Römer Museum. Hier finden sich die Hinterlassenschaften einer vergangenen Welt, die selbst unsere Neuzeit auf vielfältige Weise geprägt hat. In Handwerk und Wissenschaft, in Lebensstil und darstellender Kunst. Eines der ausgestellten Meisterwerke ist der „Lüttinger Knabe“, eine Nachbildung der im Jahr 1858 von Fischern des Ortes Lüttingen aus dem Wasser herausge-

zogenen Bronzestatue. In ihrer unvergleichlich natürlichen Pose lässt sie sich von einem lebenden Menschen kaum unterscheiden.

Als Station forschender Neugierde empfiehlt sich die „Römische Herberge“, in der stilecht und formvollendet aufgetragen wird wie zurzeit von Plinius und Trajan. Mit einem Speisenarrangement aus Numidischem Huhn mit Datteln und Pinienkernen oder einem noch deftigeren Legionärsmahl für den ganz großen Appetit. Alle diese Menüs erbringen –

serviert mit heißem Gewürzwein – in kürzester Zeit den Beweis, wie gepflegt man damals selbst in der Römischen Provinz zu speisen wusste. Zeitgemäße Kleidung, darauf macht Restaurantleiter Fadil Kryezi in seiner humorvollen Art aufmerksam, hängt zur Auswahl bereit und vollendet auch optisch die kulinarische Zeitreise zurück zur Zeitenwende.

*Bitte umblättern ...*



*Xantener Dom: Innenansicht*

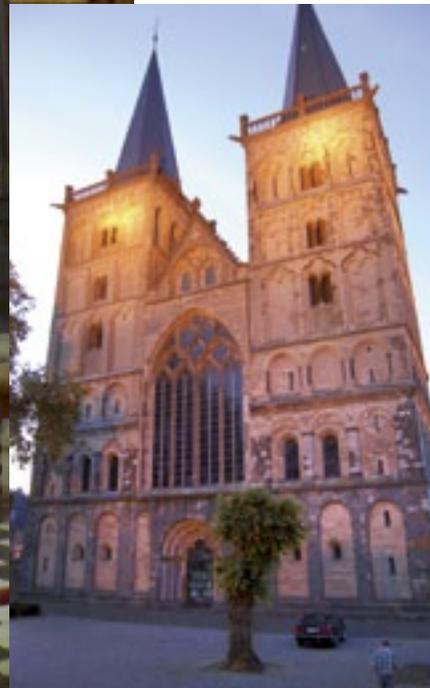
### *Glaubensheld der Thebäischen Legion*

Wem der Weg zurück in die Römische Antike nun als genügend vertraut erscheint, stößt schnell auf das zweite kulturelle Standbein der Stadt, den Xantener Dom. Geballte Gotik, die sich hier seit 750 Jahren mit zwei mächtigen Westtürmen in den niederrheinischen Himmel reckt. Im Zweiten Weltkrieg weitgehend zerstört, teilt der Dom das Schicksal vieler anderer großer Gotteshäuser. Doch längst zeigt er sich zum jetzigen Dombaujubiläum in seinem äußeren Erscheinungsbild von seiner besten Seite.

Der äußere Eindruck wird nur noch übertroffen vom Inneren des Gotteshauses, das sich dem Besucher mit fünf aneinander gereihten Kirchenschiffen in geradezu vollendeter Harmonie präsentiert. Die über den Innenraum verteilten Kunstgegenstände umfassen den Zeitraum von der Gotik bis

*Xantener Dom:  
Hochaltar und  
Südwestfront im  
letzten Licht des  
Sonneuntergangs*

hin zur Moderne. Allen voran der Viktorschrein aus dem 12. Jahrhundert als das bedeutendste Heiligtum des Xantener Domes. Eingearbeitet in den Hochaltar, enthält er die Gebeine des Märtyrers Viktor, dem Namensgeber des Xantener Domes St. Viktor. Einst Mitglied der legendären Thebäischen Legion, bezahlte er als Glaubensheld für seine unumstößliche christliche Überzeugung sogar mit dem Leben.





Siegfried in Fritz Langs Filmklassiker „Nibelungen“ (1924)



Jugendstil-Darstellung: Versenkung des Nibelungen-Horts im Rhein



Drachentöter Siegfried im Siegfried Museum



Mittelalterliche Darstellung des Siegfried-Mordes

### Siegfried der Drachentöter

Und noch einen weiteren Helden hat Xanten hervorgebracht, der in seiner Bekanntheit alle anderen überragt. Obwohl sich seine Herkunft im Dunkel der nordischen Mythologie verliert, wird er vom mittelalterlichen Verfasser des Nibelungenliedes historisch am Hofe von Xanten angesiedelt. Kein Geringerer als Siegfried der Drachentöter, der sich von hier aus auf seine abenteuerliche Reise begab. Bis an den Wormser Hof, wo er – verstrickt in zahlreiche Intrigen – schließlich selbst ein Opfer menschlichen Verrats wurde.

Das Nibelungen Museum zeichnet diesen Weg nach und wird mit seiner Sammlung zum Zentrum des niederrheinischen Siegfried-Gedenkens. Die üppige Präsentation umfasst jedoch nicht nur

die biographischen Stationen des Helden. Vielmehr zeigt sie auch, darauf macht Museumsleiterin Anke Lyttwin bei ihrer Führung aufmerksam, die verschiedenen Epochen der Rezeptionsgeschichte Siegfrieds bis in die Gegenwart hinein.

### Vom Umgang mit Helden

Zum Beispiel in Filmdokumenten und Darstellungen der bildenden Kunst, in Vertonungen des Siegfried-Stoffes und Texten zur Nibelungen-Tradition, wobei sich der jeweilige Zeitgeist stets auf seine eigene Weise artikuliert. Bis hin zum unrühmlichen Missbrauch durch die politische Führung während des Zweiten Weltkrieges, als in realitätsfernen Durchhalteparolen eine unnachgiebige „Nibelungentreue“ eingefordert wird. Mit dieser

Botschaft schallt die Stimme Hermann Görings aus einem waschechten „Volksempfänger“ heraus.

So bringt jede Epoche ihre eigenen Helden hervor. Hochstilisiert zum Ideal dienen sie der gesellschaftlichen und persönlichen Identitätsfindung, sei ihre Leistung nun kämpferischer, religiöser oder höfischer Natur. Xanten in seinem kulturellen Erbe bietet Anschauungsmaterial zu alledem. Nachdenklich stimmt allerdings die Frage, mit welchen Helden unsere Zeit wohl einst in die Geschichte eingehen wird.

Dr. Bernd Kregel

[www.xanten.de](http://www.xanten.de); [www.apx.lvr.de](http://www.apx.lvr.de)  
[www.xantener-dom-2013.de](http://www.xantener-dom-2013.de);  
[www.siegfriedmuseum-xanten.de](http://www.siegfriedmuseum-xanten.de)



Träger der Einrichtungen:  
Hans-Jürgen & Rosemarie Brunngraber



## Herzlich willkommen am schönen Niederrhein!

... zum Wohnen in freundlicher und sicherer Umgebung im Grünen

... zur Urlaubs- und Kurzzeitpflege

... und als freundliche(r) und fachlich versierte(r) Kollegin/Kollege

**Wohnen und Pflege · Kurzzeitpflege**  
**Aktivierende Betreuung · Intensiv-Pflege**  
**Günstige Pflegesätze in allen Pflegestufen!**  
 Modern ausgestattet · Niveauvolle Freizeitangebote · Gesprächskreise · Ausflüge ·  
 ... und sehr vieles mehr

Geronto-Psychiatrisches Pflege- u. Betreuungszentrum Haus Sebastian, Alpen-Veen  
 Geronto-Psychiatrische Pflege- u. Betreuungseinrichtung Haus Schöneck, Sonsbeck  
 Dickstraße 60, 46519 Alpen-Veen, Tel.: 0 28 02 / 33 03, [info@sebastian-schoeneck.de](mailto:info@sebastian-schoeneck.de)  
[www.sebastian-schoeneck.de](http://www.sebastian-schoeneck.de)

Es ist eine einzigartige Mischung von Menschen, die hier im Ruhrpott ihr Zuhause hat. Sie geben ihren Töchtern französische Mädchennamen, die sie dann in der ihnen so eigenen Art aussprechen: Schaakeeliine, Schänifär und vor allen Dingen die Schaantalle! Es ist nicht wirklich ein Dialekt, der hier gesprochen wird, eher eine „integrierte“ Mundart, entstanden aus dem bunten europäischen Gemisch, das hier seit Jahrhunderten beheimatet ist. Hier eine Kostprobe: (Mama mit Tochter im Zoo) Schaakkeline, tu dat Mäh ma Ei!“

im Vorübergehen zuwinken und bewundern, wie er immer „im Fenster lag“. Man kannte ihn fast nur noch, wie er Frühjahr, Sommer, den Herbst und im Winter, den lieben langen Tag, die Ellenbogen in das Kissen auf der Fensterbank gestemmt, die Straße hinauf und hinunter schaute. Im Wohnzimmer bekam er einfach nicht genügend Luft ... bei seiner Staublunge ganz normal, und von einem Tag auf den anderen war der **Jupp** dann „weg vom Fenster“.

Nach dem Zweiten Weltkrieg benötigte die Industrie vermehrt Kohle und Stahl. Da einheimische Bergleute schon wieder nicht ausreichend zur Verfügung standen, begann eine groß angelegte Anwerbung in den europäischen Nachbarländern. 1957 kamen die ersten Italiener, später Griechen, bald darauf auch Jugoslawen, Türken und Marokkaner, um unter Tage zu arbeiten.

# Schaakeeliine komm, dat Essen wiard kalt !!

Geprägt durch die einst sehr harte und gefährliche Arbeit unter Tage, in den Stahlhütten, den Gießereien und den vielen anderen mit der Montanindustrie verwobenen Branchen und Berufen sind die Menschen im Ruhrpott in ihrem Ton eher rau. Aber mit einem goldenen Herzen ausgestattet! So die Frauen, die mit in die Hüften gestemmt Händen und den Füßen fest auf dem Boden, Tag für Tag bang darauf warteten, dass der Mann, Vater oder Sohn auch wieder heil nach Hause kommt. Eine soziale Absicherung gab es früher kaum. Blieb der Versorger unter Tage, waren sie auf sich allein gestellt. Denn die Arbeit im Bergwerk war früher ein großes Risiko. Die Arbeitsbedingungen waren miserabel, tödliche Unfälle an der Tagesordnung. Und war der Jupp vom Pütt endlich in Rente, konnte man ihn gerne von der Straße aus

Gelsenkirchen Ende des 19. Jahrhunderts  
Quelle: KVR-Archiv 2001



Erstmals wurde im 14. Jahrhundert die im Ruhrtal bis an die Erdoberfläche stoßende Kohle abgebaut. Bereits im 15. Jahrhundert wurden dann die ersten senkrechten Schächte gegraben, um die Kohle nun auch aus tieferen Schichten fördern zu können. Die Förderung wurde bis weit ins 19. Jahrhundert hinein allein durch die Kraft von Pferd und Mensch betrieben. Kohle hatte einen unschätzbaren Wert. Man nannte sie auch das schwarze Gold. Die Zechenlandschaft wuchs rasant an. Um 1790 gab es über 900 Kleinzechen an der Ruhr. Sechszehn Schleusen ermöglichten den Transport über die Ruhr. Bereits einhundert Jahre später wurden so 800.000 Tonnen Steinkohle verschifft. Später wurde die Kohle über die Eisenbahn transportiert.

Das Ruhrgebiet - die Städte zwischen Duisburg und Bochum – ist nach wie vor geprägt durch die Arbeiterschaft, die im 19. Jahrhundert die Förderung in diesem Ausmaß erst möglich machten. Die Menschen kamen aus dem früheren Königreich Polen, aus Masuren, der Kaschubei, teilweise auch aus Oberschlesien. Im Volksmund nannte man sie die Ruhrpolen. Der **FC Schalke 04**, der Gelsenkirchener Traditionsverein, bekam schon vor dem Ersten Weltkrieg den abwertend gemeinten Namen „Polackenverein“, denn ein Großteil der Spieler der Mannschaft hatte polnisch klingende Familiennamen.

In der Zeit von 1850 bis 1925 stieg die Bevölkerungszahl des Ruhrgebietes von etwa vierhundert Tausend Einwohnern auf 3,8 Mio. Einwohner an. Jede Zeche und jedes Stahlwerk plante, baute und produzierte nach eigenen wirtschaftlichen Erfordernissen. Lebensqualität oder eine geordnete Siedlungsentwicklung standen nicht im Interesse der Schlotbarone, denen die Zechen gehörten. Ihr Interesse galt nur den billigen Arbeitskräften. So entstanden ungeplante Wohnsiedlungen ohne jegliche Infrastruktur.

Schmutzig und doch strahlend posierte der türkische Bergmann Birol 1965 für den bekannten Fotografen Uthoff.



„Tief im Westen“ heißt der Bildband seiner Aufnahmen aus dem Ruhrgebiet von 1950 bis 1969: ein bewegendes Panoptikum deutschen Lebensgefühls zwischen Zeche und Zechen, Schweiß und Sonntagsstaat, Hochofen und Heckenscheren.

Der Ruhrpott hat schon so manche Höhen und Tiefen erlebt. Kohle wird in anderen Regionen der Erde billiger gefördert, Stahl und Eisen beherrschen schon lange nicht mehr das Revier. Die Arbeitslosigkeit ist seit Jahrzehnten hoch. Doch setzen die Menschen ihre Kraft und Ursprünglichkeit ein, nach Alternativen zu suchen.

Das, im wahrsten Sinne des Wortes „ver-kohlenstaubte“ Image des Ruhrgebiets überlebt vielleicht in den Köpfen von Ignoranten, eine verrußte Industrielandschaft lässt sich zwischen Ruhr und Emscher nicht mehr finden. Statt dessen geht die Entwicklung trotz mancher Hemmnisse und Schwierigkeiten hin zu einer weltweit einmaligen Region, in der sowohl Industrie und Dienstleistungen, wie auch Kultur, Bildung, Wissenschaft und Freizeit ihren Standort haben; zu einem „POTT“, mit dem man sich verbunden weiß und in der es sich gut leben lässt.

Die Essener Zeche **Zollverein**, inzwischen UNESCO-Weltkulturerbe und weit über die Grenzen des Ruhrpotts als Industriedenkmal bekannt, zeigt diese Entwicklung sehr anschaulich.

Das Essen von „Schaakeeliiiiine“ besteht sicher nicht nur aus der an jeder Ecke erhältlichen Currywurst, doch gehört dieses Gericht zum Ruhrgebiet wie der Fisch zu Pfanne. Der Essener Dieter Krebs hat der Currywurst eine Ode gewidmet und der in Bochum aufgewachsene Herbert Grönemeyer hat ihr damit zu einem Stern am Küchenhimmel verholfen.

e...

Im Ruhrgebiet und Umgebung wird **Currywurst** aus einer Bratwurstmasse hergestellt, ist also nicht gepökelt und geräuchert. Dafür ist sie aber kräftiger gewürzt. Auf Wunsch wird Schaschlikasauce sowie Paprikapulver, scharf oder süß, oder Currypulver dazugegeben. Weitere Varianten der Currywurst sind die Jägerwurst - mit Pilzen - und die Zigeunerwurst (wer weiß, wie lange sie noch so genannt werden darf) mit Zigeunersauce (wer weiß, wie lange die noch so genannt werden darf).

Erikas Braterei, auf der unteren Aktienstraße in Mülheim/Ruhr, zählt zu den traditionsreichen „Currywurstfrittenrotweiß“-Feinkost-Tempeln, die im ganzen Ruhrgebiet zu finden sind. Schon seit mindestens 50 Jahren wird dort die Fritteuse nicht kalt. Und wenn im Sommer die Familie müde vom Ausflug auf ihren Heimweg dort einen Stopp einlegt weil sie etwas zu essen brauchen ... und wenn die Warteschlange schon bis an die Eingangstür reicht, kommt geschwindt eine der freundlichen Damen hinter der Theke hervor und drückt den Kleinsten der Gäste schon einmal eine Minitüte mit sechs, sieben goldfrischen Fritten in die Hand als dankenswerte Anerkennung ihrer Geduld.

Von wegen Dienstleistungswüste, wie sehr würde Imanuel Kant sich darüber wohl freuen!

Anna Pal Singh



### *Versuchen Sie es doch einmal mit einer Currywurst-Gemüsespieß.*

Zutaten für 4 Personen: 1 mittelgroße Zwiebel, 1 kg Tomaten, 1 EL Öl, 1-2 TL Currypulver, 100 g Tomaten-Ketchup, Salz, schwarzer Pfeffer, 1 große grüne Paprikaschote, 150 g Champignons, 2 große Currywürste (à 175 g), Curry zum Bestäuben, 8 Holzspieße

Die Zwiebel schälen und fein würfeln. Tomaten waschen, häuten und in feine Streifen schneiden (ohne Kerne!). Öl erhitzen, die Zwiebel darin andünsten, das Currypulver darüber stäuben, die Tomatenstücken und den Ketchup zugeben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Bei mittlerer Hitze 10-15 Minuten einköcheln lassen. Paprika putzen, waschen und in Stücke schneiden. Champignons säubern und putzen. Die Currywürste in ca. 3 cm große Stücke schneiden. Abwechselnd die Wurst, den Paprika und die Pilze auf Spieße stecken. Mit Öl bepinseln. Auf dem heißen Grill ca. 8 Minuten von allen Seiten grillen. Die Spieße mit der Sauce servieren, nach Geschmack mit Currypulver bestäuben.

Dazu passen Kartoffelspalten. Die Kartoffeln waschen, bürsten und in nicht zu dicke Spalten schneiden. Auf das Backblech legen, mit Öl bepinseln und mit getrockneten Kräutern bestreuen. Im vorgeheizten Ofen bei 200 Grad ca. 20 Minuten backen. Nach Geschmack mit Salz bestreuen.



### *Zum Nachtisch gibt es Grießklöße mit Kirschen*

Zutaten für 4 Personen: 500 ml Vollmilch, 100 g Grieß, 80 g Butter, 3 Eigelb, 1 Prise Salz, 50 g Zucker, 4 Scheiben Zwieback, 1 Glas Sauerkirschen, 2 EL Speisestärke, Schale einer halben Zitrone (Bio!), 1 Stange Zimt, Brauner Zucker nach Geschmack

Die Milch aufkochen und unter Rühren den Grieß einrieseln lassen. Von der Feuerstelle nehmen und kurz ziehen lassen. Danach in eine Schüssel umfüllen und etwas abkühlen lassen. In den lauwarmen Brei die etwa 20 kleine Butterflöckchen geben, anschließend die Eigelbe nacheinander mit 1 Prise Salz und dem Zucker unterrühren.

Den Zwieback zerstoßen. Aus der Breimasse längliche Klößchen formen und im Zwiebackpanier wälzen. Bei mittlerer Hitze in einer Pfanne in der restlichen Butter goldbraun ausbacken. Vorsichtig, damit die Klöße nicht auseinanderfallen!

Die Kirschen in einem Sieb abschütten. Den Kirschsafft auffangen und in einem Topf mit der Zitronenschale und der Zimtstange aufkochen. Die Schale und den Zimt entfernen. Die Speisestärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und in die köchelnde Kirschsuppe einrühren und für ca. 1 Minute weiterkochen.

Den Topf vom Herd nehmen und die Kirschen unterrühren und nach Geschmack mit etwas Zucker nachsüßen. Die Grießklöße auf einem Teller mit den Kirschen anrichten.

Am Ringwall 4, 53119 Bonn-Tannenbusch, Tel.: 0228 98 77 27, [www.troc-bonn.de](http://www.troc-bonn.de)

**Gebrauchtes zum gut finden!**

**Troc**.com

**Spedition Keller**  
Umzüge

53117 Bonn  
Kölnstraße 657  
Telefon 02 28/67 55 01

Internet: [www.spedition-keller.de](http://www.spedition-keller.de)

**Freundliche, kompetente Beratung!**  
**Umzugskartons mit Lieferservice ab 1,50 €**



# Schlafen in Kunstwerken

## Radfahren auf Wegen der Industriekultur

Lohnende Ziele gibt es schon lange in Essen; immer mehr Radwege verknüpfen jetzt die Stätten der Industriekultur zwischen Villa Hügel und UNSECO-Welterbe Zollverein und sorgen dafür, dass schon die Fahrt durch die Stadt zum Urlaubs-Erlebnis wird. Zwölf Radtouren-Karten, die kostenlos bei der EMG-Touristikzentrale erhältlich sind, weisen Wege auf spannenden Themenrouten. Den vollständigen Überblick über das Radfahr-Angebot der Ruhrmetropole bietet der „2. Essener Raderlebnistag“ am 27. April 2014.

Einige der neuen Radwege durch Essen sind selbst Teil der Industriekultur, denn sie verlaufen auf den Trassen ehemaliger Zechen- und Werksbahnen. Diese Strecken bieten perfekte Bedingungen: Sie führen steigungsfrei durchs Grüne, sind einzig und allein Radfahrern vorbehalten. Und sie verknüpfen das Welterbe Zollverein auch mit weniger bekannten Industriedenkmälern wie dem knallroten Fördergerüst der ehemaligen Zeche Bonifacius oder dem Malakow-Förderturm der Zeche Carl, sie verbinden Grugapark und Innenstadt, Universität und Biergärten am Baldeneysee.

Vor allem auf solchen Wegen sind die aktiven Teilnehmer des „2. Essener Raderlebnistags“ unterwegs, denn die Veranstaltung vor den Toren des Grugaparks bietet nicht nur theoretische Informationen sondern auch ganz praktische Raderlebnisse auf zwei Rundkursen. Der kürzere führt auf 20 Kilometern durch Altendorf, Standort der

ehemaligen Krupp-Werke und der modernen ThyssenKrupp-Zentrale. Der längere erschließt auf 32 Kilometern das UNESCO-Welterbe Zollverein. Wer ohne eigenen Drahtesel kommt, kann dennoch mitfahren, denn natürlich sind die unterschiedlichen Anbieter von Leihfahrrädern beim Raderlebnistag ebenfalls mit von der Partie.

Und wer an diesem Tag keine Zeit hat, kann selbstverständlich auch zu jedem anderen Termin auf eigene Faust durch Essen radeln – sogar ohne Karte, GPS und Vorbereitung, denn die zwölf Themenrouten und weitere Wege sind lückenlos beschildert. Nicht zuletzt der Ruhrtalradweg: Mehr als eine Million Tagesausflügler sind auf der überregionalen Route jedes Jahr unterwegs. Entlang der Strecke buchten Radler zuletzt rund 150.000 Übernachtungen, ein Drittel davon in Essen. Die Wege entlang der Ruhr und rund um den Baldeneysee gehören traditionell zu den beliebtesten Radrevieren des Ruhrgebiets.



Zwischen Emscher und dem Rhein-Herne-Kanal zum Beispiel erschließt der „Emschertalradweg“ eine einzigartige Kulturlandschaft, die in diesem Jahr zwischen dem 22. Juni und 6. Oktober erneut Schauplatz der „EMSCHERKUNST“ ist. Diese internationale Ausstellung begleitet als Triennale bis 2020 eines der größten Renaturierungsprojekte Europas – den Umbau des Abwasserkanals Emscher hin zu einer natürlichen Flusslandschaft. Während der Kulturhauptstadt Europas RUHR.2010 war die EMSCHERKUNST.2010 das größte Kunstprojekt im öffentlichen Raum und begeisterte rund 200.000 Besucher - viele davon erlebten die riesige Freiluftausstellung vom Fahrradsattel aus. Die Neuaufgabe dürfte mindestens ebenso erfolgreich werden, denn zu den international bekannten Künstlern, die hier rund 20 Projekte umsetzen, gehört auch der chinesische Künstler und Menschenrechtler Ai Weiwei. Sein Projekt lädt in besonderer Weise zum Mitmachen ein: Entlang des Flusses werden 1.000 von ihm entworfene Zelte aufgestellt, in denen Gäste nach Anmeldung übernachten können.

Nicht nur die Emscher, auch ihre Zuflüsse verwandeln sich nach und nach in naturnahe Gewässer. Im Essener Norden entstanden so bereits liebliche Bachläufe, die allesamt von Radwegen, den „Wegen zum Wasser“, begleitet werden. Dieses Radwege-Projekt verbindet die grünen Seiten

der Stadt und die Stätten der Industriekultur, den Ruhrtal- und den Emschertalradweg. Nicht nur die Essener, auch die Gäste der Stadt profitieren von dieser Verknüpfung des Radwander-Genusses mit der Industriekultur.

Buchbar: Die Hotelpauschale „ESSEN.PerPedal.“ umfasst zwei Übernachtung, Eintritte in die Villa Hügel und ins Ruhr Museum im UNESCO-Welterbe Zeche Zollverein sowie eine dreistündige Stadtführung per Rad; buchbar ab 159 Euro pro Person im Doppelzimmer.

Info:  
EMG - Essen Marketing GmbH  
Am Hauptbahnhof 2  
45127 Essen  
Tel. 0201 / 88 72 043 oder 88 72 049  
E-Mail: touristikzentrale@essen.de  
www.essen.de  
www.Perpedal.essen.de  
www.emscherkunst.de

Essen ist eine Reise wert: Die Stadt ist Kultur-Metropole, das hat sich seit dem Kulturhauptstadtjahr 2010 herumgesprochen: Das Museum Folkwang zählt zu den meist beachteten Kunstmuseen der Welt, die Opern- und Ballett-Bühne im Aalto-

Theater sowie die Philharmonie genießen international ebenfalls hohes Ansehen. Nicht zuletzt ist die ehemalige Zeche Zollverein als UNESCO-Welterbe ein kultureller und touristischer Anziehungspunkt.

Essen ist Entscheidungszentrum der deutschen Wirtschaft: Neun der 100 umsatzstärksten Unternehmen haben hier ihren Hauptsitz; zwölf internationale Leitmesse und rund 40 weitere Ausstellungen machen Essen, mit 572.000 Einwohnern eine der größten Städte Deutschlands, zudem zu einem der Top-Ten-Messestandorte.

Essen ist Forschungs- und Bildungsstandort: 30.000 Menschen lehren und lernen am Essener Campus der Universität Duisburg-Essen; die Folkwang Universität der Künste gilt darüber hinaus als eine der besten Adressen für die Ausbildung von Schauspielern, Musikern und Tänzern.

Essen ist lebenswert: Der Gruga-Park ist eine der größten innerstädtischen Grünanlagen Deutschlands, der idyllische Baldeneysee ein weithin beliebtes Naherholungsgebiet. Eine lebendige Innenstadt, Stadtfeste und Events, Gastronomie für jeden Geschmack und Geldbeutel und eine lebendige, freie Kulturszene mit Entertainment-, Comedy- und Kleinkunsth Bühnen tragen zum hohen Freizeitwert bei.

## Immobilienverkauf ist Vertrauenssache!



Entscheiden Sie sich für seriöse und erfolgreiche Verkaufsprofis – das Immobilienteam der Volksbank Bonn Rhein-Sieg eG:



Ewelin Gast, Udo Lückerath, Manfred Buchholz, Dirk Hohmann, Juliane Genz, Karsten Heese, Guido Hild, Anita Schaffner, Edwin Artz

## Immobilienvermittlung mit Kompetenz und Fairness!

Die Immobilienabteilung der Volksbank Bonn Rhein-Sieg eG ist Ihnen gerne behilflich Ihr Haus, Ihre Wohnung oder Ihr Grundstück erfolgreich zu vermarkten. Unser Anspruch ist nicht nur das einfache „Makeln“ von Wohngebäuden und Grundstücken. Unsere Kernkompetenz umfasst deshalb die zeit- und marktgerechte Preisfindung für Ihr Objekt, mit dem Ziel, durch eine professionelle Vermarktungsstrategie für Sie den bestmöglichen Preis zu erzielen.

### Unsere Kernkompetenzen im Überblick:

- Zeit- und marktgerechte Preisfindung für Immobilien aller Art
- Vertriebsnetz mit 300 Vertriebsmitarbeitern, 40 Standorte inkl. sechs Immobilienzentren in Bonn-Mitte, Bonn-Beuel, Bornheim, Hennef, Königswinter/Oberpleis und Bad Honnef
- Umfangreiches Immobilienangebot im Internet
- Regelmäßige Teilnahme an allen regionalen Immobilienmessen
- Regelmäßige Anzeigenschaltung in regionaler und überregionaler Presse
- Kooperationen mit der Immobilienwirtschaft und im Genossenschafts Sektor
- Umfangreiche Interessentenkartei, mit über 5.000 potenziellen Kaufinteressenten

**IMMOBILIEN**  
Volksbank Bonn Rhein-Sieg



#### Immobiliencenter Bad Honnef/Siebengebirge

Dollendorfer Straße 23  
53639 Königswinter  
Telefon: 0228 / 716 - 424 - 194  
Telefax: 0228 / 716 - 748  
Mobil: 0151 / 16 26 96 27  
guido.hild@vobaworld.de

#### Immobiliencenter Bonn

Gangolfstraße/Ecke Maximilianstraße  
53111 Bonn  
Telefon: 0228 / 716 - 420 - 620  
Telefax: 0228 / 716 - 748  
Mobil: 0172 / 24 55 431  
karsten.heese@vobaworld.de

#### Immobiliencenter Bonn-Beuel

Friedrich-Breuer-Straße 83-85  
53225 Bonn  
Telefon: 0228 / 716 - 430 - 712  
Telefax: 0228 / 716 - 748  
Mobil: 0160 / 96 30 59 87  
dirk.hohmann@vobaworld.de

#### Immobiliencenter Hennef

Stadtsoldatenplatz 1  
53773 Hennef  
Telefon: 0228 / 716-437-26  
Telefax: 0228 / 716-748  
Mobil: 0172 / 29 66 560  
udo.lueckerath@vobaworld.de

#### Immobiliencenter Vorgebirge

Siegesstraße 23-25  
53332 Bornheim-Roisdorf  
Telefon: 0228 / 716 - 420 - 620  
Telefax: 0228 / 716 - 748  
Mobil: 0151 / 16 24 99 42  
edwin.artz@vobaworld.de

[www.vobaworld.de](http://www.vobaworld.de)

Immobilien der Volksbank Bonn Rhein-Sieg eG · Heinemannstraße 15 · 53175 Bonn · Telefon: 0228/716-623 · [immobilien@vobaworld.de](mailto:immobilien@vobaworld.de)

# I Palazzi di Venezia

*Der Palazzo Albrizzi aus dem 16. Jahrhundert im Sestiere Cannaregio ist heute Sitz der Deutsch-Italienischen Kulturgesellschaft (ACIT), die Musik- und Literaturveranstaltungen zur Förderung deutscher Kultur organisiert. Signora Prof. Pizzul-Capello, Nachkomme der Adelsfamilie Capello, Leiterin des Instituts und als Präsidentin mit dem Verdienstkreuz I. Grades für ihre jahrelange Arbeit vom damaligen Bundespräsidenten Rau ausgezeichnet, gab die Erlaubnis, Aufnahmen von den Räumen mit Stukkaturen und Fresken der Schule des berühmten Malers Tiepolo zu machen.  
(Fotos unten und rechts)*



*Der repräsentative Ballsaal im Palazzo Zenobio im Sestiere Dorsoduro, der Ende des 17. Jahrhunderts erbaut wurde. Die neuadelige Familie war eine der reichsten „case“ der Republik, im Jahre 1761 umfasste ihre Dienerschaft 36 Personen. Eigentümer des Palasts ist heute ein armenisches Kolleg.  
(Fotos oben und rechts)*





Venedig zählt mit seiner alljährlichen Biennale zu den großen Kunstmetropolen der Welt. Über Jahrhunderte war sie aber ebenso wichtiges Handelszentrum und Seemacht und so haben sich immer schon wohlhabende und adelige Familien in der Lagune niedergelassen. Deren prunkvolle Paläste aus den verschiedensten Epochen, hauptsächlich zwischen dem 17. und 18. Jahrhundert, gehören heute zu den Attraktionen der Stadt. Beeindruckende Bauwerke – über zweihundertfünzig ‚palazzi‘, liegen entlang des Canal Grande und auch an Plätzen und Seitenkanälen. Die Venezianer nannten damals ihre Paläste „bescheiden“ Casa (Haus), abgekürzt Ca’ – wie beispielsweise Ca’ Rezzonico und Ca’ d’Oro. Nur die wichtigsten Gebäude der Stadt durften seinerzeit als ‚palazzo‘ bezeichnet werden: der Dogenpalast, der Bischofspalast und der Palast der Patriarchen. Der heutige Sprachgebrauch bezeichnet jedoch die damaligen ‚case‘ auch als ‚palazzi‘.



Der Palazzo Querini aus dem 16. Jahrhundert im Sestiere Castello, vor kurzem restauriert, ist heute ein Museum mit einer der reichsten Kunstsammlungen, die über vierhundert Gemälde von venezianischen, italienischen und flämischen Malern des 14. bis 19. Jahrhunderts umfasst. Die Besucher können hier auch das Spiegelbild eines prunkvollen ‚Museums‘-Wohnhauses des 18. Jahrhunderts mit erlesen dekorierten Zimmern, unter anderem Leuchtern aus Muranoglas, Meissener Porzellan im Esszimmer, Gemälden berühmter Maler der damaligen Zeit und Marmorbüsten an den Wänden des Portego, eines Repräsentanz- und Versammlungsraumes des Palastes, bestaunen.  
(Fotos oben und rechts)



P.S.: Venedig ist der „schönste Ballsaal der Welt,“ soll Napoleon einmal gesagt haben. Wer den venezianischen Karneval erleben und an dessen Höhepunkt, dem Masken- oder Kostümball teilnehmen möchte, Eintrittskarten für den 27.2.2014 sind für ca. 600 Euro pro Person im Internet zu bekommen, inklusive Diner und Getränke. Es ist Kostümwang (für ca. 400 - 700 Euro für 24h vor Ort auszuleihen)!

Offizielle Webseite für den Karneval:  
[www.carnevale.venezia.it/index.php](http://www.carnevale.venezia.it/index.php)

Die Geschichte des Palazzo Pisano Moretta im Sestiere San Polo reicht zurück bis ins 14. Jahrhundert. Einst von der Familie Pisani im Stil der Hochgotik erbaut, wurde der Palast mehrmals restauriert, bis er mit den letzten wichtigen Arbeiten im 18. Jahrhundert die jetzige Gestalt mit seiner mächtigen gotischen Hauptfassade und wunderschönen Fenstern erlangte. Berühmte venezianische Künstler wie Tiepolo und Veronese waren hier am Werk, und schon Zar Paul aus Russland, Josephine Bonaparte und Joseph II aus Österreich konnten diesen Palazzo bewundern. Victor

Pisano-Moretta, der letzte männliche Nachkomme seiner ‚casa‘, starb 1874 und teilte das Vermögen unter seinen drei Töchtern auf. 1962 ging es schließlich an den heutigen Besitzer Maurizio Sammartini. Sein Neffe, Ludovico Sammartini, führte uns durch die Räume, die sonst der Öffentlichkeit unzugänglich sind. Er erzählte auch, dass dort der wohl begehrteste und glamouröseste Ball des venezianischen Karnevals stattfindet und dass schon zahlreiche Prominente, wie Prinzessin Diana oder George Clooney, eine rauschende Ballnacht dort verbracht haben.

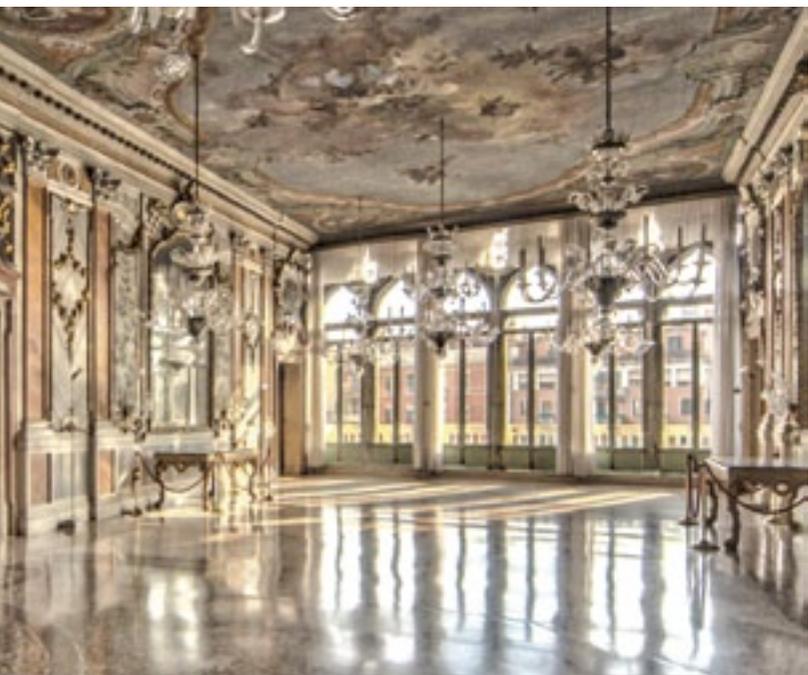
Für diesen so genannten ‚Ballo Tiepolo‘ wird regelmäßig am Abend des Faschingsdonnerstags der Palast von hunderten von Kerzen erleuchtet und die Gäste werden in ihren Gondeln am Wassereingang von Gauklern und Schauspielern in historischen Kostümen empfangen und in das prunkvolle Innere des Palastes geleitet. Sicherlich bietet keine andere Stadt während des Karnevals eine großartigere Kulisse für einen Maskenball mit historischen Kostümen.

(Fotos rechts)



Die monumentalen Residenzen waren in der Regel Großfamilien eines Familien- oder Adelzweiges vorbehalten und hatten klar umrissene repräsentative Funktionen. Ebenso waren sie Wohnstätten und Arbeitsplatz, zwar in ihrer Größe oft unterschiedlich, aber alle nach dem gleichen Bauprinzip errichtet. Das untere Geschoss, das ‚piantereno‘, war ausgerichtet zum Kanal, um Waren vom Wasser her aufzunehmen, an der Rückseite hatten sie einen kleinen Innenhof und die Zisterne. Dazwischen lagen Wirtschafts- und Büroräume. Das erste Obergeschoss und oft ein weiteres, das ‚Piano nobile‘, war der Familie vorbehalten. Hier gab es einen großen Saal für Feierlichkeiten und Feste und mehrere kleinere Wohnräume. Ganz oben, im ‚Mezzanin‘, wohnten die Diensthofen, auch die Küchen befanden sich meist unter den Dächern.

Bei einigen dieser Paläste erlauben Innenbesichtigungen einen Einblick in die Wohngewohnheiten der Venezianer des 15. bis 18. Jahrhunderts. Manche beherbergen Museen, Ausstellungen und bedeutende Sammlungen. Der überwiegende Teil der Palazzi ist in privatem oder Hotelbesitz. Eine Erlaubnis, die Räumlichkeiten zu fotografieren, ist nur mit speziellen Genehmigungen zu erhalten.



Sensationelle Ausstellung »Der Blaue Reiter«, mehr als 200 Werke im wieder eröffneten Lenbachhaus, Führung durch Murnau mit Schlossmuseum, kulinarische Schmankerltour durch München und zünftiges Mahl beim Nachtwächter-Rundgang - Reise im Komfortbus, Felix-Reiseleitung und alle Programmpunkte inklusive

## München - Kunst und Genuss

5 Tage 19.03.-23.03.14 € 665,- p.P. in Classic-DZ/HP

(Classic-EZ/HP € 737,-) Sie wohnen im 4-Sterne Maritim Hotel München, zentral, Schwimmbad mit herrlicher Aussicht über die Stadt

**mit perfekt eingespieltem Taxi-Service!**

**Katalogbestellung und Buchung:**

**0221 - 34 02 880 Felix Reisen GmbH**  
**Industriestraße 131b · 50996 Köln**

www.felix-reisen-koeln.de

## ROTHER RECHTSANWÄLTE

WIR BERATEN SIE BEI RECHTSPROBLEMEN  
IM SENIORENRECHT:

BETREUUNGSRECHT. VORSORGEVOLLMACHT.  
PATIENTENVERFÜGUNG. ELTERNUNTERHALT.  
LEISTUNGEN DER PFLEGEVERSICHERUNG ...

IHR ANSPRECHPARTNER:

RECHTSANWÄLTIN HERZOG-BECKER

RHEINALLEE 4, 53173 BONN  
TEL.: 02 28/92 39 16 41  
FAX: 02 28/92 39 16 43

E-MAIL: HERZOG-BECKER@KANZLEI-ROTHER.DE  
INTERNET: WWW.KANZLEI-ROTHER.DE

## Schreiben Sie?

Schicken Sie uns Ihr Manuskript –  
es kommt in gute Hände.

Vertrauen Sie 36 Jahren Verlagserfahrung!

Romane, Erzählungen, Biografien, Gedichte, Krimis,  
Sach-, Tier- und Kinderbücher u. a.

R. G. Fischer Verlag • Orber Str. 30 • Fach 127 • D-60386 Frankfurt  
Tel. 069 941 942 0 • Fax 069 941 942 98

www.verlage.net • E-Mail: lektorat@rgfischer-verlag.de



**Bonner Initiative gegen Gewalt im Alter e.V.**  
Schirmherrschaft Oberbürgermeister Jürgen Nimptsch

**Krisenberatungsstelle für:**

► ältere Menschen ► Angehörige ► in der Altenarbeit Tätige  
Goetheallee 51, 53225 Bonn

Tel.: 0228 / 63 63 22 – Fax: 0228 / 63 63 31

E-Mail: info@hsm-bonn.de - www.hsm-bonn.de

**Notruf-Telefon: 0228/ 696868**

Montag – Freitag 10 – 12 Uhr



Besuchen Sie die Stadt Bonn im Internet: [www.bonn.de](http://www.bonn.de)

## DEIN GESICHT ERZÄHLT GESCHICHTEN FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ

ANGEBOTE FÜR GRUPPEN  
JEWEILS 15 – 17 UHR

5., 6., 12., 20. FEBRUAR 2014  
[bundeskunsthalle.de/veranstaltungen](http://bundeskunsthalle.de/veranstaltungen)

In der Ausstellung **1914. DIE AVANTGARDEN IM KAMPF** werden eine Reihe von Bildnissen präsentiert, die Menschen in unterschiedlichen Stimmungen zeigen. Dabei spielen die Farbgestaltung und der Pinselstrich eine besondere Rolle. Sie helfen uns, Emotionen wie Freude, Anspannung oder innere Zurückgezogenheit nachzuempfinden und regen zudem zu einem gemeinsamen Austausch an. Die für demenziell veränderte Menschen kritischen Aspekte des Krieges werden bei dem Rundgang durch die Ausstellung bewusst ausgespart. Die Begegnung mit Kunst und Kultur ermöglicht einen Zugang zu kreativen Potenzialen. Dabei steht die sinnliche Erfahrung im Fokus des Vermittlungsangebots, das sich an den vorhandenen Ressourcen der Teilnehmer/-innen orientiert.

Wir beginnen mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken, danach folgt der Besuch der Ausstellung in Begleitung von Angehörigen oder Pflegepersonal. Die Veranstaltung klingt anschließend mit einer praktischen Arbeit aus.

### Information und Anmeldung

Teilnehmerzahl: maximal 8 Personen mit jeweils einer Begleitperson  
Teilnahmebeitrag: 50 Euro je Gruppe, zzgl. Eintrittskarte in die Ausstellung pro Person 3 Euro  
Im Internet unter: [www.bundeskunsthalle.de/veranstaltungen](http://www.bundeskunsthalle.de/veranstaltungen)

## FARBFOTOGRAFIE VOR DEM KRIEG BIS 23. MÄRZ 2014 1914 – DIE WELT IN FARBE

Ein Kooperationsprojekt des LVR-LandesMuseum Bonn und des Martin-Gropius-Bau, Berlin  
Mit Unterstützung der Kunststiftung NRW und dem Ministerium für Familie, Kinder, Jugend, Kultur und Sport des Landes NRW.

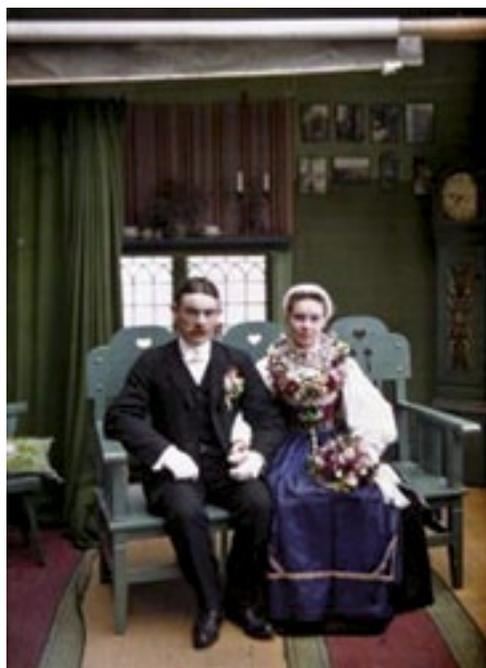
Die Ausstellung 1914 – Welt in Farbe eröffnet das große Verbundprojekt des LVR: „1914 – Mitten in Europa. Das Rheinland und der Erste Weltkrieg“.

Sie bringt den Bilderschatz einer längst versunkenen Welt ans Licht. Im Zentrum der Ausstellung stehen die bislang fast vergessenen Farbfotografien und Filme des französischen Bankiers Albert Kahn. Begeistert von dem farbfotografischen Verfahren der Gebrüder Lumière beauftragte er in einer Zeit, als die Nationen Europas bereits zum großen Krieg rüsteten, Fotografinnen und Fotografen, um mit Farbbildern aus aller Welt die Archives de la planète aufzubauen. In diesem wahrhaft planetarischen Bildarchiv haben sich über 70.000 Farbbildaufnahmen erhalten. Sie stellen einen immensen ethnografischen Schatz dar und sollten zugleich eine Friedensmission erfüllen: Die Fremde in die Nähe zu holen und den Menschen von Angesicht zu Angesicht zu begegnen. Das sollte den längst brüchig gewordenen Frieden sichern helfen. Die von Lothar

in 3D damals wie heute faszinieren. Im Studiolo können die Besucherinnen und Besucher frühe kostbare Farbfotobücher im Original durchblättern und sich mit der Technik von 1902 selbst in Farbe fotografieren. So ermöglicht die Ausstellung einen ganz neuen, farbenprächtigen Einblick in eine vergangene Welt, die wir bislang nur in schwarz-weiß kannten.

Ein reiches Rahmenprogramm mit Führungen, Vorträgen, Konzerten, einem Lehrerseminar, Filmvorführungen und einer historischen Modenschau begleiten die Ausstellung. Für Kinder und Jugendliche werden Workshops und ein Familientag angeboten. Das Experimental Media Lab hat eigens eine Drei-Farb-Kamera in der Ausstellung installiert, mit der sich die Besucherinnen und Besucher fotografieren lassen können.

Zur Ausstellung erscheint ein Katalog. Er kostet im Museumsshop 19,80 Euro, im Buchhandel 24,80 Euro.



Auguste Léon für Albert Kahn. Schweden, Iakund, Karinberget, frisch verheiratetes Paar im Fotoatelier von Gerda Söderland, 28. August 1910.

© Musée Albert Kahn, Département des Hauts-de-Seine

Altringer, Rolf Sachsse und Thomas Schleper kuratierte Ausstellung stellt diese faszinierende und immer noch aktuelle Vision in einen zeitgeschichtlichen, keineswegs immer nur friedfertigen Zusammenhang. Gezeigt werden u.a. die im Auftrag von Zar Nikolaus II. entstandenen Farbfotografien des Russischen Reiches von Sergei M. Prokudin-Gorskii, das werbetreibende „Stollwerck-Album“, das einflussreiche Großprojekt „Bilder aus den deutschen Kolonien“ oder das „Kaiserpanorama“, dessen Farbbilder

### LVR-LandesMuseum Bonn

Colmantstraße 14 - 16

53115 Bonn

Tel.: 0228 20 70 - 0

Fax: 0228 20 70 - 2 99

[info.landesmuseum-bonn@lvr.de](mailto:info.landesmuseum-bonn@lvr.de)

[www.landesmuseum-bonn.lvr.de](http://www.landesmuseum-bonn.lvr.de)

### Öffnungszeiten:

Di.-Fr., So. 11.00 - 18.00 Uhr

Sa. 13.00 - 18.00 Uhr

Mo. geschlossen



2014

BONN·RHEIN-SIEG·NACHBARN

# termine

02/03

## COMPUTER • INTERNET

### AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

dienstags, mittwochs und freitags,  
10 - 12 Uhr

Anleitung durch Freiwillige bei PC, Laptop, Internet, Bewerbungshilfe für Arbeitslose. 2€ pro Stunde

### AWO Ortsverein Siegburg e.V.

montags, dienstags und donnerstags,  
14 - 18:15 Uhr

Surfen im Internet und Hilfe bei der PC-Nutzung. Zwei „Schnupperstunden“ sind für Neueinsteiger kostenlos, danach 1,60 €/Std., Leitung: Hans Waldeck, Anmeldung unter: (02241) 91 62 78, außerhalb der Öffnungszeiten unter (02241) 38 24 28.

### Begegnungsstätte CLUB St. Augustin

jeden 4. Freitag, 9:30 - 11:30 Uhr

Gesprächskreis Computervormittag für Senioren · Wenn Sie bereits Erfahrung im Umgang mit Computer haben und für Ihre Probleme Lösungen suchen, dann könnte der Gesprächskreis „Sankt Augustiner Computervormittag für Senioren“ eine Anlaufstelle sein. Frei nach der CLUB-Devise „gemeinsam statt einsam“ lässt sich vielleicht eine Problemlösung finden oder ein hilfreicher Kontakt herstellen. Referent: Martin Swidzinski, Anmeldung unter 02241/243 340

### Begegnungsstätte Mehlem

Für alle Kurse Termin bitte vorher telefonisch vereinbaren (02224 - 96 73 23)

Computer-Fragestunde – Hilfe bei Auswahl und Anschaffung von Computer oder Drucker. Probleme mit dem Rechner? Fragen rund um den Computer? Unser Dozent gibt unabhängige Beratung und Hilfe und beantwortet Fragen.

Dienstag, (11.03. bis 08.04.2014),  
15:30 - 17 Uhr

Computer Übungskurs · Der „Computer-Übungskurs“ ist gedacht für Menschen, die einfach „etwas“ mit dem Computer machen“ oder nicht aus der Übung kommen wollen. Entgelte: 5 Doppelstd.: 4-5 Teilnehmer 45 €, ab 6 Teilnehmer 40 €

Donnerstag,  
(06.03. bis 03.04.02.2014),  
15:30 - 17 Uhr

Übungs- und Auffrischkurs. Hier können Sie sich mit anderen austauschen, unter fachkundiger Anleitung

Dinge ausprobieren, Fragen stellen und ein bisschen dazulernen. 40€

Dienstag und Donnerstag,  
(06.03. bis 08.04.2014),  
9:30 - 11 Uhr

Internet und E-Mail für Fortgeschrittene - Alle Möglichkeiten von E-Mail professionell und sicher nutzen – Informationen im Internet nicht nur zu suchen, sondern auch finden – den Internet-Browser an ihre persönlichen Bedürfnisse anpassen – Internet und E-Mail sicher machen und Fallstricke vermeiden. Entgelte bei 10 Doppelstd.: 4 Teilnehmer 95 €, 5 Teilnehmer 85 €, ab 6 Teilnehmer 80 €

Dienstag und Donnerstag,  
(06.03. bis 08.04.2014),  
11:15 - 12:45 Uhr

Fotos organisieren und bearbeiten - In diesem Kurs lernen Sie den Umgang mit Digitalkamera und Computer und ihre vielfältigen Möglichkeiten kennen. Sie erfahren, wie Sie Bilder von der Kamera auf den Computer übertragen, speichern, ordnen und organisieren. Entgelte bei 10 Doppelstd.: 4 Teilnehmer 95 €, 5 Teilnehmer 85 €, ab 6 Teilnehmer 80 €

Dienstag und Donnerstag,  
(06.03. bis 08.04.2014),  
13:45 - 15:15 Uhr

Computer für Einsteiger, Teil 1 - Hier lernen Sie, sich auf Ihrem Computer zurechtzufinden und nach Ihren individuellen Wünschen einzurichten. Entgelte bei 10 Doppelstd.: 4 Teilnehmer 95 €, 5 Teilnehmer 85 €, ab 6 Teilnehmer 80 €

### Offene Tür für Pensionäre und Rentner Heinz-Dörks-Haus

dienstags, 10 - 13 Uhr

Computerkurse für Anfänger bis Fortgeschrittene - Ihnen wird einfach und verständlich der alltägliche Gebrauch mit dem Computer vermittelt. Wir bieten drei verschiedene Erfahrungsstufen an, in denen Sie den Umgang mit dem Internet, Schreibprogrammen, E-Mail, Fotos etc. erlernen. Individuelle Fragen werden nach Möglichkeit mit allen Kursteilnehmern abgestimmt. Information und Anmeldung unter 0228-3827 823 Sandra Barkowsky 0228-3827 823 oder sbarkowsky@intra-ggmbh.de, 50,-€/10x DoppelStd.

Dienstag, (ab 04.02.2014),  
10 - 13 Uhr

Computer für Anfänger bis Fortgeschrittene - Ihnen wird einfach und verständlich der alltägliche Gebrauch mit dem Computer vermittelt. Wir bieten drei verschiedene Erfahrungsstufen an, in denen Sie den Umgang mit dem Internet, Schreibprogrammen, E-Mail, Fotos

etc. erlernen. Individuelle Fragen werden nach Möglichkeit mit allen Kursteilnehmern abgestimmt. 10 Termine 50 €

### Margarete-Grundmann-Haus

Weitere Informationen zu den Kursen und Anmeldung unter Tel.: 0228 / 94 93 33 - 0 Nach Kursbeginn ist ein späterer Eintritt nicht mehr möglich.

Montag und Donnerstag, (10.03. bis 03.04.2014) 15 - 17:15 Uhr

PC-Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger, einschließlich Internet und E-Mail. 8 Termine 86 €

Montag und Donnerstag, (10.03. bis 03.04.2014) 16:45 - 18:15 Uhr

PC-Kurs für Fortgeschrittene, einschließlich Internet und E-Mail. 8 Termine 86 €

Samstag, (08.03- und 15.03.2014)  
15 - 17:15 Uhr

Der PC und die Möglichkeiten der Vernetzung mit Tablet, Handy, Smartphone, iPad und Kamera. 50 €

### Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

mittwochs, 15:30 - 16:30 Uhr

Fragen zum Umgang mit Computer? – Wir machen Sie schlau! Schülerinnen und Schüler des Hardtberg-Gymnasiums helfen Interessierten ab 55 Jahren ehrenamtlich bei allen Fragen im Umgang mit Computer, Handy etc. Anmeldung erforderlich

### Offene Tür Dürenstraße e. V.

Für alle Kurse ist eine Anmeldung nötig unter: 0228 35 72 20 oder über die Website: www.ot-godesberg.de/

montags, 14 - 15:30 Uhr

Computer für leicht Fortgeschrittene, alle Systeme, ab 6 Teilnehmer 85 €

montags, 15:45 - 17:15 Uhr

Fotos organisieren und bearbeiten, ab 6 Teilnehmer 85 €

mittwochs, 14 - 15:30 Uhr

Internet und Email für Einsteiger, ab 6 Teilnehmer 85 €

mittwochs, 15:45 - 17:15 Uhr

Computer für Einsteiger, ab 6 Teilnehmer 85 €

mittwochs, 17:30 - 19 Uhr

Computer für Einsteiger, Windows 8, ab 6 Teilnehmer 85 €

jeden 1. Samstag, 14 - 18 Uhr

Die Experten des CCSG geben unabhängige Beratung, beantworten Fragen, richten Computer und Programme ein und reparieren streikende Rechner. Nur nach Voranmeldung unter der Rufnummer 02223 / 29 63 67

## INTERNET-CAFÉ

werktags, 15 - 18 Uhr, Internet-Café, Kontakte knüpfen kein Verzehrzwang, bei Verzehr surfen Sie hier sogar kostenlos im Internet. ; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.

dienstags, 10 - 13 Uhr, Offenes Internetcafé unter fachkundiger Begleitung Kursleiter: Herr Feltns, 2 € pro Stunde, Bitte melden Sie sich kurz bei uns, wenn Sie kommen möchten unter 0228-3827 823 oder persönlich; Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

mittwochs, 15 - 15:30 Uhr, PC-Treffen für alle Interessierten mit und ohne PC Erfahrung; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

donnerstags, 9 - 13 Uhr, Internet, E-Mail, Textverarbeitung unter fachkundiger Begleitung, 0,50 € pro halbe Stunde; Margarete-Grundmann-Haus

## GYMNASTIK/TURNEN

montags, 9:30 - 10:30 Uhr, Vorbeugung gegen Osteoporose, Schnuppern ist möglich, Anmeldung bei Christine Loeff, Tel. 01 78 / 3 59 83 71; CBT-Wohnhaus St. Markusstift

montags, 10 - 11 Uhr, Gemeinsam lernen wir Übungen zur Kraft-, Mobilitäts- und Gleichgewichtsverbesserung. Wir fassen körperliche und geistige Beweglichkeit zu einem Ganzen zusammen, 5 Termine, 20€; Begegnungsstätte CLUB

montags, 10 - 10:45 Uhr, Sitzgymnastik; Margarete-Grundmann-Haus

montags, 10:30 - 11:30 Uhr, Beweg älter werden - Gymnastik auf dem Stuhl, Anmeldung bei Christine Loeff, Telefon 0178/3 59 83 71, Schnuppern möglich; CBT Wohnhaus St. Markusstift

**Für die Terminangaben übernimmt der Verlag keine Gewähr. Informieren Sie sich gegebenenfalls bei den Anbietern, ob Veranstaltungen stattfinden, ausfallen oder sich zeitlich verschieben. Die Adressen/Tel.-Nr. finden Sie auf der/den Seite(n) 30/31.**

montags, 10:30 - 12 Uhr, QiGong dient der Lebenspflege und Erhaltung der Gesundheit und des Wohlbefindens, 70 €; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

montags und donnerstags, 10:30 Uhr, Gymnastik und Sturzprophylaxe; Haus auf dem Heiderhof

montags, 12.45 - 13.30 Uhr, Interkulturelle Seniorengymnastik für Frauen; Offene Tür Dürenstraße e. V.

montags, 14 - 16 Uhr, Gymnastik; AWO Ortsverein Siegburg e. V.

montags, ab 14:30, Aktiv gegen Stürze; Kraft- und Balance-Training mit Monika Leenen, Diplom Sportlehrerin und Altherapeutin, Informationen unter Tel. 02 28/93 59 97 - 44 1; CMS Pflegestift Domhof

montags, 15 - 16 Uhr, Sitzgymnastik mit dem Godesberger Turnverein, Anmeldung erwünscht; CMS Pflegestift Domhof

montags und freitags, 17 - 18 Uhr, Wirbelsäulengymnastik mit Gisela Büchmann, Koordination und Kondition, Dehn- und Kräftigungsübungen im Stehen auf der Matte. 6 €, Anmeldung erforderlich; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

dienstags, 9:00 - 11 Uhr, „Bleib fit – mach mit!“, Gymnastikgruppe Speziell auf ältere Menschen abgestimmte Gymnastikübungen mit Diplom-Sportpädagogin Helga Linder, 1,50 €; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.

dienstags, 9:30 - 10:30 Uhr, GTV Sturzprophylaxe/Gleichgewichtstraining; 3 € (Mitglieder) bzw. 6 € (Nichtmitglieder) pro Std.; Offene Tür Dürenstraße e. V.

dienstags, 9.15 - 10:15 Uhr, QiGong für Anfänger (5 €), 10:15 - 11:30 Uhr, QiGong für Fortgeschrittene (6 €); Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

dienstags, 9:30 - 10:15 Uhr, 10:30 - 11:15 Uhr und 14:30 - 15:15 Uhr; Gymnastik für Frauen ab 60; Margarete-Grundmann-Haus

dienstags, ab 10 Uhr, Gymnastik für Senioren; Seniorenhaus Haus Steinbach

dienstags und donnerstags, ab 10 Uhr, Kraft-Balance-Training, Informationen bei Frau Panitzki (0228) 35010; Seniorenresidenz Rheinallee

dienstags, 10 - 11 Uhr, Seniorengymnastik – Fit und Gesund bleiben, Dieser Kurs bietet die Möglichkeit durch altersgerechte Übungen, gesund und beweglich zu bleiben. Ein spezielles Bewegungsprogramm zur Kräftigung, Dehnung der Muskulatur sowie zur Erhaltung der geistigen Flexibilität, Kursbeginn: 10.09.13; 12 Termine, Kosten: 85,00€; Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

Adressen der Anbieter: Seiten 30/31



## Das offene Ohr der Polizei

Jeden Dienstag, 11 – 12 Uhr, sowie jeden Donnerstag, 15:30 – 16:30 Uhr, sitzt Josef Lepping in einer der Räumlichkeiten im Nachbarschaftszentrum Brüser Berg in Bonn-Hardtberg. Der Polizeihauptkommissar mit mehr als 40 Jahren Berufserfahrung ist seit 2003 Beamter auf der Polizeiwache Duisdorf innerhalb der Polizeiinspektion 2 (sie umfasst den gesamten Bezirk Hardtberg), und ist hier vorwiegend für den Bezirksdienst in den Ortsteilen Finkenhof und Brüser Berg zuständig.

Dort geht er jedoch nicht nur auf Streife, sondern führt auch die *Bürgersprechstunde* im Nachbarschaftszentrum durch, die sich in erster Linie an Ratsuchende richtet, die „aufgrund verschiedener Einschränkungen nicht die Möglichkeit haben, zur Duisdorfer Wache zu kommen“. Die Anliegen, mit denen er hier konfrontiert wird, sind ebenso vielseitig wie auf der Wache in Duisdorf: ob er als Vermittler bei Nachbarschaftsstreitigkeiten eingreift, hilflose Personen zu Beratungsstellen (z.B. Caritas) weitervermittelt oder eine Anzeige aufnimmt. Darüber hinaus kooperiert Lepping mit seinen Kollegen von der *Abteilung Vorbeugung* der Kriminalpolizei, die mit ihm zusammen Informationsabende durchführen. Die Besucher, häufig Menschen fortgeschrittenen Alters, bekommen Tipps zum richtigen Verhalten am Telefon (man denke nur an den berühmt-berüchtigten „Enkeltrick“) oder dazu, wie sie sich gegenüber Vertretern, Spendensammlern etc. an der Haustür verhalten sollten.

Eine Anmeldung zur Bürgersprechstunde ist nicht erforderlich, alle Interessierten können zu den angegebenen Zeiten einfach vorbeikommen und Herrn Lepping sprechen. Sollte dies einmal nicht möglich sein, notieren sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Nachbarschaftszentrums gerne Name und Telefonnummer der Interessenten, um diese Daten dann an die Polizei weiterzuleiten. Nach Leppings Aussage, hält er das Angebot wichtig für die Menschen im Bezirk – einer der Hauptgründe, warum das Angebot der Bürgersprechstunde nach wie vor aufrechterhalten wird. Gelegentlich übernimmt sein Kollege Bernhard Klotz (normalerweise zuständig für die Ortsteile Röttgen, Ückesdorf, Kottenforst und Lengsdorf) Leppings Termine. Die beiden arbeiten schon lange zusammen und vertreten sich im Urlaub oder bei Krankheit gegenseitig.

In Kooperation mit dem Nachbarschaftszentrum Brüser Berg hat Hauptkommissar Josef Lepping immer ein offenes Ohr für die Probleme der Bevölkerung – und wenn es nach ihm geht, wird er diese Tätigkeit auch noch lange fortsetzen.

Matthias Fromm

dienstags, 10-11:30 Uhr, Präventive Beckenbodenschule, 70 €; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, 10:30 - 11:30 Uhr, Fit in den Winter; *Bonifatius Seniorenzentrum*

dienstags, 10:30 - 11:30 Uhr, Sitzgymnastik und Gedächtnistraining im wöchentlichen Wechsel; *SWZ Seniorenwohnenzentrum Haus Dottendorf*

dienstags und freitags, ab 10:30 Uhr, Bewegungstraining (Gymnastikraum), Bewegungsangebot für hochaltrige Menschen; *Haus am Redoutenpark*

dienstags, 14 - 14:50 Uhr, Wassergymnastik Anmeldung erforderlich, 75 €; *Familienbildungsstätte Bonn*

dienstags, 15 - 15:45 Uhr, Rundum Gesundheitsgymnastik, ab Januar 20€ pro Kurs; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, 16 - 17 Uhr, Parkinson-Gymnastik inkl. Gesangs- und Sprechübungen, Birgit Rößler; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

dienstags, 16-16:45 Uhr, Gymnastik, für Sie und Ihn, auch im Sitzen; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, 18:30 - 20 Uhr, Wing Chun für Frauen. Bitte bringen Sie bequeme Sportkleidung, Hallenschuhe und eine Isomatte mit. Anmeldung über die VHS, 8 Termine 58,10€, ermäßigt 42,50€; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

mittwochs, 8:45 und 10:15 Uhr, Stabilisationstraining; *Rehasport Bonn Zentrum e.V.*

mittwochs, 9:30 - 10:30 Uhr, Wirbelsäulengymnastik, Anmeldung beim Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. Telefon 0228 40 36 726; *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

mittwochs und freitags, ab 10 Uhr, Sitzgymnastik, Informationen bei Frau Panitzki (0228) 3 50 10; *Seniorenresidenz Rheinallee*

mittwochs, 10-11 Uhr, Es werden Übungen der Koordination, der Ausdauer, Kraft und des Gleichgewichtstrainings kombiniert. Gabriele Roth gestaltet das Training ausgehend vom Bewegungsvermögen und den Bedürfnissen der Teilnehmer. Pro Monat 22,50€, mit Rehaantrag nur 10€; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

mittwochs, 15 - 16:30 Uhr, DRK Gymnastik mit Frau Gahl; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

mittwochs, 15:30-16:15 Uhr, DRK Wirbelsäulengymnastik, Entgelt: 33€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

mittwochs, 16:15 Uhr, Im Sitzen schwitzen, Hockergymnastik; *Rehasport Bonn Zentrum e.V.*

mittwochs, 16:30 - 17:15 Uhr, Funktionstraining, Veranstaltung der Rheuma-Liga, Kursdauer: Fortlaufend, Leitung: Katharina Zerwas, Anmeldung und Bezahlung bei der Rheuma-Liga Bonn, Loestraße 9; Anmeldung erforderlich unter: 0228 5 08 13 80; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

donnerstags, 8:30 - 9:15 Uhr, 9:30 - 10:15 Uhr und 10:30 - 11:15 Uhr, Gymnastik für Osteoporose-Betroffene; Anmeldung beim Deutschen Roten Kreuz, Telefon 02 28 / 98 31 52; *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

donnerstags, 9:15 - 10:15 Uhr, Fit ab 70, der Kurs geht noch bis zum 12.12.2013; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

donnerstags, ab 10 Uhr, Gymnastik für Senioren; *Haus am Redoutenpark*

donnerstags, 10 - 12 Uhr, Bewegungs- und Freizeittreff, Anmeldung erforderlich, 20 € Monatsbeitrag; *Post-Sportverein Bonn 1926 e.V.*

donnerstags, ab 10 und ab 11 Uhr, Gymnastik für Senioren, Frau Linder, VHS, 58,10€ für 14 Termine (42,50 € ermäßigt); *Tenten - Haus der Begegnung*

donnerstags, 10:30 - 12 Uhr, „Sport in der Krebsnachsorge“ vom Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. Funktionelle Gymnastik besonders für Problembereiche, Entspannung, kleine Spiele. Anmeldung bei Frank Larsen, (0228) 40 36 726; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

donnerstags, 12:45 und 13:30 Uhr, Stabilisationstraining; *Rehasport Bonn Zentrum e.V.*

donnerstags, 14:15 - 15:15 Uhr, Gymnastik; *AWO Ortsverein Siegburg e.V.*

donnerstags, 15:30 - 16:30 Uhr, Gymnastik - Abwechslungsreiches Bewegungstraining mit Musik. Die Gymnastik richtet sich an Seniorinnen und Senioren ab 50 Jahren, die ihrem Körper mit altersgerechten Übungen etwas „Gutes“ tun wollen. Schnupperstunde kostenlos. Entgelt je Kurs: bis 9 Teilnehmer 25 €, ab 10 Teilnehmern 20 €; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

freitags, Rückenschule. Zeiten bitte anfragen, vormittags, Frau S. Battellini, Rückenschullehrerin, Bewegungstherapeutin, Sportwissenschaftlerin; *St. Rochuskirche, im Gemeinschaftsraum*

freitags, 10 - 11 Uhr, Gymnastik mit Frau Nussbaum; *Senioren-Begegnungsstätte Limperich*

freitags, 10 - 11 Uhr, Gelenkschonende Gymnastik und Kräftigung des Herzkreislauf-Systems vom Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. Anmeldung erforderlich bei Frank Larsen (0228) 40 36 726; *Tenten - Haus der Begegnung*

freitags, 13:30 - 14:30 Uhr, Sitzgymnastik – Durch leichte Übungen im Sitzen wird die Beweglichkeit erhalten. Leitung: Susanne Arck; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

freitags, 14 - 15 Uhr, Sturzprophylaxe: Sicher gehen und stehen im Alter, Ein Kurs der Gesundheitssportler, in Zusammenarbeit mit den Maltesern Bonn. Infos unter: Gesundheitssportler, (02 28) 24 00 73 26 oder Malteser Bonn, Frau Hornbusch, (02 28) 96 99 232; *Seniorenheim Josefshöhe*

freitags, 14 - 15 Uhr, Rückenschule; *Seniorenhilfsdienst „Arche“*

## SPORT

montags, 18:15 – 19:45 Uhr, Rückenfitness für eine gesunde Haltung, vfb-Prävention, Frau Schulze; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

montags, 14 - 17 Uhr, Tischtennis-Gruppe Die Tischtennis-Gruppe freut sich über neue Mitspielerinnen und -spieler; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

donnerstags, 9:15 – 10:15 Uhr, Fit ab 70 – Gleichgewichtstraining für Senioren, vfb-Prävention, Frau Weiß-Bischof; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

## TANZEN

montags, 15 - 17 Uhr, Folkloretanz, mit Frau Hedwig Sundermann Kaffee & Kuchen inklusive, Anmeldung bei Frau Renate Kluckert unter (0228) 666777, 2,50€; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

montags, ab 17 Uhr, Gesellschaftstanzgruppe 40+; *Seniorenzentrum Theresienau e.V.*

donnerstags, 14 – 16 Uhr, GTV-Senioren Folkloretanz, Frau Neubauer; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

dienstags, 17:30 - 18:30 Uhr, „Tanz mit - bleib fit“, Internationale Folkloretänze; 10 € Monatsbeitrag; *Gemeindehaus Bad Honnef*

mittwochs, 10 - 11:30 Uhr, „Tanz mit - bleib fit“, Internationale Folkloretänze, 10 € Monatsbeitrag; *Gemeindehaus Ittenbach*

jeden 2. Mittwoch, 15 - 18 Uhr, Tanz-Café mit Live Musik, 1€ Eintritt, 3€ Mindestverzehr. Pausiert im Dezember und Januar; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.*

jeden letzten Mittwoch im Monat, 15 - 18 Uhr, Seniorenband, Musik und Tanz; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.*

mittwochs, 20 - 21:30 Uhr, Volkstanzgruppe Poppelsdorf, Tel. 02 28/21 08 14; *Johannes-Schule, Refheusstraße, 53115 Bonn, An der Turnhalle*

donnerstags, 10 - 11:30 Uhr, Seniorentanz - Seniorentanz fördert körperliche und geistige Fitness, 1,50 € für 1 x 2 Unterrichtsstunden; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

donnerstags, 17 - 18:30 Uhr, Sitztanz für Rollstuhlfahrer; *Hermann-Ehlers-Haus*

freitags, ab 10:45 Uhr, Sitztanz für Rollstuhlfahrer; *Haus am Redoutenpark*

jeden 1. Freitag, 14:30 - 17 Uhr, Tanz für Seniorinnen und Senioren; *AWO Ortsverein Siegburg e.V.*

freitags, 15:30 - 17 Uhr, Tanzen; *Gustav-Oel-Haus*

## WANDERN/NORDIC WALKING

montags, 10 - 11 Uhr, „Nordic Walking – schonende Ausdauer für Herz und Kreislauf“, Durch Alters- und Hirnforschung erwiesen: Gemeinschaft und regelmäßige Bewegung tragen zu einem zufriedenen und gesunden Leben bei. Stöcke, (eventl. Handschuhe) Sportschu-

he bitte mitbringen, Infos: Gudrun Ginkel, Tel.: 02241/243 340; *Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin*

dienstags, 9:15 - 10:45 Uhr, „Nordic Walking für Herzpatienten“, Organisiert vom Verein für Behindertensport e.V. Die gesunde Bewegung an der frischen Luft findet unter ärztlicher Aufsicht statt und trainiert schonend das Herz-Kreislaufsystem; Anmeldung erforderlich; *Forsthaus Schönwaldhaus, Dorfstraße, 53343 Wachtberg-Villiprott*

jeden 2. Mittwoch, ab 9 Uhr, Wanderung, 12-15 km mit Herrn Heinz Jakobi oder Herrn Manfred Wolniack. Anmeldung erforderlich unter (0228) 666777; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

jeden 2. Mittwoch, ab 9:30 Uhr, Wanderung, 6-8 km mit Frau Monika Metzger. Anmeldung erforderlich; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

jeden 3. Samstag, ab 10 Uhr, Wandern am Wochenende, Ausflüge ins Umland von Köln. Besichtigungen, kurze Wegstrecken, auch für Menschen geeignet, die weniger gut zu Fuß sind.; *SeniorenNetzwerk Stammheim*

**SPAZIEREN**

jeden 3. Dienstag, ab 13:30 Uhr, Spazieren + Wandern in der Gruppe, mit Anneliese Tholl, *VEBOWAG; Tenten - Haus der Begegnung*

jeden 3. Mittwoch, ab 14 Uhr, Spazieren, Treffpunkt: Dellbrücker Hauptstraße am Brunnen, Nähe Haltestelle Dellbrücker Hauptstraße, Kontakt: Frau Gauf 0221 620 12 21; *SeniorenNetzwerk Dellbrück*

freitags alle 14 Tage, ab 13 Uhr, Spaziergehen in der Gruppe, ca. 5 km; *Margarete-Grundmann-Haus*

**ENTSPANNUNGSÜBUNGEN**

montags alle 14 Tage, Wohltuende Ausgleichsmassage, Terminvereinbarung mit Frau Dahme unter: 0174 8522647 oder kontakt@fuehldichs.de; *Margarete-Grundmann-Haus*

montags, 9:15 - 10:15 Uhr, Der erfahrbare Atem, In diesem Kurs arbeiten wir mit sanften Bewegungsübungen, die allmählich den Bewegungsspielraum der Muskeln und Gelenke wieder erweitern, 10 Termine, 50€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags, 9:20 - 10:50 Uhr, Tai Chi und QiGong, Einstieg jederzeit möglich, 8 € pro Veranstaltung, Dr. Tippach; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

montags, 10:30 - 11:30 Uhr: Yoga 60+; Kursusleiterin: Yoga-Lehrerin Edith Bayer, 10 Wochen für 75€; kostenlose Probestunde; Anmeldung und weitere Informationen: 02 28 - 97 64 643; *Haus Rosental, Rosental 84, 53111 Bonn*

montags, ab 11 Uhr, Qi Gong, Informationen bei Frau Panitzki (0228) 35010; *Seniorenresidenz Rheinallee*

montags, 11 - 12:30 Uhr, Tai Chi und QiGong, Einstieg nur nach Absprache, 8 € pro Veranstaltung, Dr. Tippach; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

montags, 15:30 - 17 Uhr und 17:30 - 19 Uhr, Hatha-Yoga, Anmeldung beim Deutschen Roten Kreuz, Tel 02 28 - 98 31 52; *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

montags, 16 - 17 Uhr, Qi Gong und Tai Chi für Senioren; Trainer: Dr. B. Fleckenstein; 8 Stunden für 80 €; Schnuppern möglich, Anmeldung erbeten; *Tai Chi Studio Bonn*

montags, ab 18:30 Uhr, Antistress- und Entspannungsgymnastik; *Haus am Redoutenpark*

montags, ab 19:45 Uhr und donnerstags, ab 19 Uhr, Yoga; *Haus am Redoutenpark*

dienstags, 10 - 11:30 Uhr, Qigong, chinesische Meditations-, Konzentrations- und Bewegungsform von Körper und Geist mit Frau Marielle Platiel, je Übungsstunde 6€, Anmeldung erforderlich; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 18:30 - 20 Uhr, Qigong, Anmeldung bei Marion Dietz, Tel 0228/376110; *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

mittwochs, 11 - 12:30 Uhr, Yoga für Menschen mit Bewegungseinschränkung; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 15 - 16:30 Uhr, Eutonie, Aktiv zur Ruhe kommen Kursbeitrag je Übungsstunde 5€ Leitung: Ruth Weinreiß; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

donnerstags, 17:30 - 19 Uhr, Feldenkrausgruppe mit Frau Räderscheidt, 12€ pro Abend; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

donnerstags, ab 19 Uhr, Yoga-Kursusangebot; *Haus am Redoutenpark*

freitags, 14:30 - 16 Uhr, QiGong, die 9 Schleusen und die 8 Brokate, Einstieg jederzeit möglich, Trainer: Dr. Tippach, 10 € pro Veranstaltung; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

freitags, außer letzter im Monat, 19 - 21 Uhr, Yoga in persischer Sprache, Körper und Seele werden in Einklang gebracht; Leitung: Azam Piroozram; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

alle 14 Tage, Yoga im Sitzen, Eine Anmeldung ist erforderlich, hierbei werden die Termine und Uhrzeitn mitgeteilt.; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

**GEDÄCHTNISTRaining**

montags, ab 10 Uhr, Gedächtnistraining, Informationen bei Frau Panitzki (0228) 35010; *Seniorenresidenz Rheinallee*

montags, 10 Uhr, freitags, 10:30 Uhr, Gedächtnistraining; *Haus auf dem Heiderhof*

donnerstags, ab 10:30 Uhr, Gedächtnistraining; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

montags, 16 - 17 Uhr, Ganzheitliches Gedächtnistraining. Trainingsziele sind die Verbesserung der Merkfähigkeit, der geistigen Flexibilität. Leitung: Kristin Oswald, Entgelt: 2 € pro Person; *Begegnungsstätte St. Jakob und St. Ägidius*

mittwochs, ab 10 Uhr, Gedächtnistraining; *Haus am Redoutenpark, im Wintergarten, 1. Etage*

mittwochs, 10:15 - 11:15 Uhr, Gehirntraining für Fortgeschrittene, 25€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

mittwochs, 10:30 - 11:30 Uhr, Gedächtnistraining; *Bonifatius Seniorenzentrum*

mittwochs, ab 10:30 Uhr, Gedächtnistraining; *CBT Wohnhaus Emmaus*

jeden 1. Mittwoch, 12 - 12:30 Uhr, Gedächtnistraining, Gemeindezentrum Pauluskirche, Thurner Str. 105, Kontakt: Frau Ostrowski 0221 680 45 48; *SeniorenNetzwerk Dellbrück*

donnerstags, 10:15 - 11:15 Uhr, Ganzheitliches Gedächtnis- und Konzentrationstraining für Personen ab 60 Jahren; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

freitags, ab 9 Uhr und ab 10:40 Uhr, Gedächtnistraining, ein Kursus besteht aus 10 x 1,5 Std., 70€, Herr Harnisch, Tel. 0228-445458; *Tenten - Haus der Begegnung*

freitags, ab 14:30 Uhr, Gedächtnistraining; *CMS Pflegestift Domhof*

**GESELLSCHAFTSSPIELE**

montags, 13:30 - 17 Uhr, Schachkreis; *Margarete-Grundmann-Haus*

montags, 13:30 - 17:30 Uhr, Bridge-Gruppe – Die Bridge-Gruppe heißt neue Mitspielerinnen und -spieler herzlich willkommen; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags und freitags, ab 14:00 Uhr, Spielesach nachmittag mit Skat und Kaffeetrinken; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

montags, 14 - 17 Uhr, Schach, Spieler und Spielerinnen mit unterschiedlichem Spielniveau. Weitere Spieler und Spielerinnen gesucht; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

montags, 15 - 18 Uhr, Spielesach nachmittag. 1. Rommekub-Gruppe und 2. Rommégruppen treffen sich, aber auch viele andere Gesellschaftsspiele; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

montags, 15 - 17 Uhr, Rummy-Cup, neue Mitspieler erwünscht!; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

montags, ab 16 Uhr, Spielesach nachmittag; *Haus am Redoutenpark*

jeden 1. und 3. Montag, 19 - 21:30 Uhr, Skat; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

dienstags, 13:30 - 17 Uhr, Skatrunde; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

dienstags und mittwochs, 14 - 18 Uhr, Treffen der Freunde von Skat und anderen Gesellschaftsspielen; *AWO Ortsverein Siegburg e. V.*

dienstags, 14 - 18 Uhr, Offener Spieletreff; *Margarete-Grundmann-Haus*

dienstags, 14 - 17 Uhr, Canasta, Wir suchen eine Schachspielpartnerin bzw. -partner, Tel.: 0228-3827823, Mail: sbarkowsky@intra-ggmbh.de; *Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

dienstags, 14 - 17 Uhr, Spielesach nachmittag, Rummikub, Canasta, Mensch-ärgere-dich-nicht und andere Spiele. Auch hierzu laden wir ganz herzlich neue Spieler ein. Sie kennen die Spiele nicht? Macht nichts! Sie können sie bei uns lernen; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, 14 - 17:30 Uhr, Schach spielen ohne Uhr; *Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin*

jeden 3. Dienstag, ab 14:30, Bocchia und Boule, Auf der Boulebahn der OT St.John. Bei schlechtem Wetter: Kegeln in der OT St. John; *SeniorenNetzwerk Stammheim*

dienstags, 14:30 - 17 Uhr, Schach-Gruppe – Die Schach-Gruppe erwartet freudig neue Mitspieler (auch Anfänger); *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

jeden 1. Dienstag, 15 - 18 Uhr, Spielesach nachmittag; *SeniorenNetzwerk Stammheim*

jeden 2. und 4. Dienstag, 15 - 18 Uhr, Skatrunde; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

Besser schlafen auf einem angepassten Schlafsystem vom Fachmann

Berliner Freiheit 7  
53111 Bonn  
0228 - 96 15 83 40

**AUNOLD**  
Orthoschlaf  
www.aunold.de

Hohenzollernring 103  
50672 Köln  
0221 - 788 79 799

Adressen der Anbieter: Seiten 30/31

dienstags, ab 15 Uhr, Spiel & Spaß mit Bingo. Um Anmeldung wird gebeten; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

jeden 3. Dienstag, 15:30 - 17 Uhr, Bingenachmittag, Spaß, Spiel und Spannung garantiert; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

dienstags, ab 19:30 Uhr, Schach, frei, später Vereinsbeitritt, Herr Dr. Matthias Koch; *Tenten - Haus der Begegnung*

mittwochs, 13 - 17:30 Uhr, Treffen der Skat-Runde, (Damen- und Herrenrunde) Die Skatrunde erwartet freudig neue Mitspieler; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

mittwochs, 14 - 16 Uhr, Bingo; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

mittwochs, ab 16:30 Uhr, Spielenachmittag; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

jeden 1. und 3. Mittwoch, 19 - 22 Uhr, Offener Spieleabend Anmeldung erwünscht; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 9:30 - 11 Uhr, Bridge für Anfänger mit Vorkenntnissen, Anmeldung bei: Herr Peter 0 22 24/94 17 32; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 10:30 - 11:30 Uhr, Gesellschaftsspiele und mehr je nach Bedarf; *Bonifatius Seniorenzentrum*

donnerstags, 11:05 - 12:35 Uhr, Bridge für Anfänger mit soliden Vorkenntnissen, Anmeldung bei: Herr Peter 0 22 24/94 17 32; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 13:30 - 17 Uhr, Treffen der Damen-Skat-Runde Sie freut sich über Verstärkung; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

jeden 3. Donnerstag, 15 - 17 Uhr, Doppelkopf, Kniffel und Co. Bei Kaffee und Tee spielen wir bekannte Karten- Brett- oder Würfelspiele. Sie können gerne eigene Spiele mitbringen oder sich unserer Doppelkopfrunde anschließen; *Nachbarschaftstreff Pennenfeld*

donnerstags, 15-17 Uhr, Spielenachmittag; *SeniorenNetzwerk Dellbrück*

donnerstags, ab 16 Uhr, Schnupper-Paartunier, für alle Brigdespieler, die gerne ein Tunierbrigde kennenlernen und ihre Kenntnisse erweitern möchten, Anmeldung und Kosten: Herr Peter Telefon: 02224/941732; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 19:15 - 20:45 Uhr, Bridge für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Anmeldung erforderlich bei Herr Peter, (02224) 941732; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 19:30 - 22 Uhr, Doppelkopfrunde mit Herrn Müller-Kulmann; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

freitags, 14:30 - 16:30 Uhr, Rommé – mit Frau Habiba Osmani; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

freitags, 15 - 17 Uhr, Bridge; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

freitags, 16 Uhr, Spielen in geselliger Atmosphäre; *Haus auf dem Heiderhof*

### MALEN

montags, 10 - 12:30 Uhr, „Ich sehe was, was Du nicht siehst“. Ein therapeutisches Angebot für Menschen mit einer Demenzerkrankung und ihren Angehörigen. Für Menschen mit Demenz bis zum mittleren Stadium, die ohne pflegerische Dienstleistung betreut werden können. 12,50 € pro Stunde/ Person, 3 - 5 Teilnehmer, Leitung: Frau Mursch, 0175 55 90 943, Anmeldung erforderlich; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags, 14 - 17 Uhr, Montagsmaler; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags alle 14 Tage, 15-17 Uhr, Malen mit Acryl und Zeichenkurs, 5€; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

montags, 16:30 - 18 Uhr, Kreativ Werkstatt, Erweiterung und Erlernen von Techniken mit Frau Schulz, 35€; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

montags, 17 - 18:30 Uhr, Tusche-Malen; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

dienstags, 15:30 Uhr, Offenes Atelier, In Jedem steckt ein Künstler – mit der Kunsttherapeutin Anja Simons; *CMS Pflegestift Domhof*

mittwochs, 10:30 - 12 Uhr, Bleistiftzeichnen, Mit dem Bleistift unterschiedlichen Zeichentechniken trainieren, 30€; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

donnerstags, alle 14 tage, 15-17 Uhr, Malkurs mit Acrylfraben, Zeichenkurs; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

freitags, 11:30 - 14 Uhr, Laien-Malgruppe, Wir freuen uns über interessierten Zuwachs. Zum Austausch von Erfahrungen, Inspirationen, Materialkenntnissen etc. Die Treffen finden ohne Anleitung statt. Jeder arbeitet mit eigenen Materialien und nach eigenen Vorlagen und Ideen. Bei Interesse kann eine gemeinsame Ausstellung geplant werden. Bei regelmäßiger Teilnahme können Materialien vor Ort gelagert werden. Anmeldung erforderlich unter 0228-38 27 823; *Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

freitags, 14 - 16:15 Uhr und 17 - 19:15 Uhr, Malen in Öl, Aquarell und Acryl, Für alle, die Freude am Malen haben oder es einmal ausprobieren möchten, sind diese Kurse gedacht. Kursleitung: Margareta Schulz, 35 € für 8 Wochen, Anmeldung erforderlich; *Begegnungsstätte CLUB*

freitags, ab 14:30 Uhr, Mal- und Bastelkreis, Anmeldung erforderlich; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

### SINGEN

montags, 15 - 16 Uhr, „Froh zu sein, bedarf es wenig“, Offenes Singen für jedermann – mit Gitarrenbegleitung Gesungen werden deutsche Volkslieder., Leitung: Frau Knebel und Herr Schreyer - abwechselnd; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags, ab 16 Uhr, Singen; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

dienstags, 14 - 16 Uhr, Jeder, der Lust hat in Gemeinschaft mit musikalischer Gitarrenbegleitung bekannte und neue Lieder zu singen, ist herzlich eingeladen. Besondere

Fähigkeiten sind nicht erforderlich. Das Singen wird umrahmt von Café und Kuchen; *Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

jeden 4. Dienstag, ab 14:30 Uhr, Treffen der Chorgemeinschaft Rüngsdorf, Leitung: Herr Kirchner; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, ab 16 Uhr, Singen mit den Kurfürsten-Lerchen, Leitung: Else Stiehl; *Haus am Redoutenpark*

dienstags, ab 19:30 Uhr, Kleiner Chor Bad Godesberg mit Herrn Dünkelmann; *Offene Tür Dürenstraße e. V.*

mittwochs, 10:30 Uhr, Musik und Singen, „Musikus“; *Haus auf dem Heiderhof*

mittwochs, ab 15:30 Uhr, Offener Singkreis; *SWZ Seniorenwohnenzentrum Haus Dottendorf*

mittwochs, 16 Uhr, Der Domhof singt: Es tönen die Lieder; Walter Omsels begleitet mit der Gitarre; *CMS Pflegestift Domhof*

donnerstags, alle 14 tage, 11-12 Uhr, Singkreis; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

donnerstags, 11:30 - 12:45 Uhr, Im Chor singen wir mehrstimmige Sätze verschiedener Musikrichtungen und freuen uns immer über neue Sängerinnen. Bei Gelegenheit werden die Stücke auch vor Publikum präsentiert, Anmeldung erforderlich; *Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

donnerstags, 15 - 17 Uhr, Singkreis. „Volksmusikanten“ Wir suchen eine/n Musikerin, die/der uns ehrenamtlich auf dem (bereits vorhandenen) Klavier begleitet. Statt Klavierbegleitung käme auch die Gitarre oder das Schifferklavier in Frage; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

donnerstags, 17:15 - 18:15 Uhr, Probe des gemischten Chors, (nicht in den Schulfestferien), Leitung: Andreas Herkenhöfner; *AWO Ortsverein Siegburg e. V.*

donnerstags, 18:30 Uhr, Probe des Chors, „Russische Seele“ Singen Sie mit uns russische

und deutsche Volkslieder. Neue Mitsänger sind bei uns jederzeit herzlich willkommen. Leitung: Irina Müller; *Begegnungsstätte St. Jakob und St. Ägidius*

freitags, alle 14 Tage, 16 - 17 Uhr, Singkreis, Neue Teilnehmer/innen sind gern willkommen; *Margarete-Grundmann-Haus*

### MUSIZIEREN

montags, ab 10:15 Uhr, Musizieren; *Haus am Redoutenpark*

jeden 1. und 3. Montag, ab 15:30 Uhr, Musikschule; *Haus am Redoutenpark*

dienstags, 10 - 11:30 Uhr, Blockflötenspielkreis für Einsteiger, Anmeldung erforderlich bei Ursula Weyrather, (0228) 462236, 84€; *Tenten - Haus der Begegnung*

### THEATER

montags, alle 14 Tage, 20:15 - 22:15 Uhr, Playback-Theater – Wir suchen neue Mitspieler! Lassen Sie sich in eine Welt fernab des Alltags entführen. Gewinnen Sie eine völlig neue Perspektive. Anmeldung bitte über kontakt@albert-middendorf.de bei Albert Middendorf, (0228) 62 13 25; *Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

donnerstags, 10 - 11:45 Uhr, Interkulturelles Theater, Zum Thema Nachbarschaft werden wir gemeinsam Szenen erarbeiten und ein Theaterstück entwickeln; *Nachbarschaftstreff Pennenfeld*

### HANDARBEITEN/TÖPFERN

dienstags, 9:15 - 12:15 Uhr, Arbeitskreis Töpferei; *Margarete-Grundmann-Haus*

dienstags, 13:30 - 16:30 Uhr, Arbeitskreis Porzellanmalen; *Margarete-Grundmann-Haus*

dienstags, alle 14 Tage, 10 - 12 Uhr, Strickkreis, keine Kursgebühr, dafür muss Material selber mitgebracht werden; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

jeden 3. Donnerstag, 14 - 16:30 Uhr, Kreativität entdecken und entfalten, Die alte Tradition

# Observer is Watching You on youtube



## Rudolf Hürth

Bauernweg 7

53343 Wachtberg

0151 149 33 33 7

online: [rudolf-huerth-kunst.de](http://rudolf-huerth-kunst.de)

# WOHNEN, PFLEGE, SERVICE

Unsere Empfehlungen für Bonn und den Rhein-Sieg-Kreis

... sich in guten  
Händen zu wissen.

## Ein Zuhause für Senioren in Bonn

- Alten- und Pflegeheim Marienhaus 72 57-0
- Sebastian-Dani-Alten- u. Pflegeheim 915 09-0
- Herz-Jesu-Kloster Ramersdorf 971 97-0
- Begleitetes Service-Wohnen 915 09-0

## Ambulante Pflege & Essen auf Rädern

- Beuel 47 37 82
- Bonn 21 34 39
- Bad Godesberg-Süd 95 72 50
- Bad Godesberg-Nord 68 83 84-0
- Bonn Nord-West 68 84 83-0



www.caritas-bonn.de



## Carré Am Floßweg

Betreutes Wohnen

Zentral in Bad Godesberg-Lannesdorf

### 2- u. 3-Zimmer-Wohnungen

45 – 75 m² Wohnflächen

Hochwertige, seniorengerechte Ausstattung, Aufzug, barrierefreie Bäder, Betreuung durch AWO

650,00 – 1.050,00 €  
inkl. NK u. Betreuungspauschale

**Besichtigung** nach Vereinbarung.

Peter Kupper, Tel.: **0228/9510724** ■ info@kuepper-bonn.de

## WOHNEN IN GEBORGENHEIT, LICHT UND FARBE.

BETREUT UND GEPFLEGT – IN GUTEN HÄNDEN.

WIR SIND FÜR SIE DA.

WANN IMMER SIE UNS BRAUCHEN.

- 120 Plätze – überwiegend in Einzelzimmern.
- Individuelle Betreuung dementer Bewohner.
- Beste Wohnlage am Rande des Kottenforstes.
- Abwechslungsreiches Gemeinschaftsleben.

Ihr Ansprechpartner:

Oliver Züll ■ Telefon 0228/38 91-0 ■ ozuell@shk-ggmbh.de  
Seniorenzentrum Heinrich Kolffhaus ■ Venner Straße 18 ■ 53177 Bonn

GEPFLEGT ZU HAUSE WOHNEN:

## AMBULANTER PFLEGEDIENST

WERTSCHÄTZUNG – SICHERHEIT – GEBORGENHEIT

### UNSERE LEISTUNGEN

- Grundpflege und Behandlungspflege
- Abrechnung mit allen Krankenkassen
- Unverbindliches und kostenfreies Beratungsgespräch
- Kurzzeitpflege in unserer stationären Einrichtung



Telefon 0228 / 97 62-0  
Mobil 0177 / 236 59 86  
Telefax 0228 / 97 62-253  
Luisenstraße 146  
53129 Bonn  
info@vecura.de  
www.vecura.de

**vecura**  
WOHN- UND PFLEGESERVICE GMBH

## Domicile am Rhein

- mehr als ein gehobenes Ambiente -



Direkt am Rhein mit Blick auf Petersberg und Drachenfels:  
Ihr **Betreutes Wohnen** mit professioneller Betreuung und individuellem Dienstleistungsangebot.

**Informationen:**

DRK- gemeinnützige Betreuungsgesellschaft für soziale Einrichtungen mbH

**Seniorenhaus Steinbach**

Rüdigerstr. 92, 53179 Bonn,  
Tel. 0228-3698-111  
www.domicile-am-rhein.de

## PFLEGESTIFT DOMHOF

- 79 Pflegeplätze in hellen Einbettzimmern
- spezielle Demenztwohnggruppen
- Bistro-Café, Friseur, Therapie u.v.m.
- Qualifizierte pflegerische und soziale Betreuung
- Komfortable und wohnliche Ausstattung
- alle Zimmer mit pflegegerechtem Duschbad
- eigene Möblierung selbstverständlich möglich

Überzeugen Sie sich selbst und besuchen Sie uns!

Mitten in Bonn-Mehlem



Auf dem Domhof 13  
53179 Bonn-Mehlem  
Tel.: 02 28 - 935 99 70  
www.cms-verbund.de

Mit Ihrer Anzeige in  
**aktiv SENIOREN TERMINE**  
erreichen Sie über  
**25 000**  
interessierte Leser  
**(02 28) 55 90 20**

der Strick- und Häkelkunst. Fürs Nähen muss die eigene Nähmaschine mitgebracht werden. Material bitter selbst mitbringen. Nähere Info im CLUB bei Frau Gudrun Ginckel, Tel.: 0 22 41/243 340. Kein Kurs im Februar; *Begegnungsstätte CLUB*

freitags, 15 - 17 Uhr, Handarbeitskreis mit Frau Efting, eigenes Material bitte mitbringen; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

## BASTELN

jeden 2. Mittwoch, 15 - 17:30 Uhr, DSW Bastelgruppe; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

donnerstags, ab 16 Uhr, Basteln und Kreativität „Offenes Atelier“; *Haus auf dem Heiderhof*

## KOCHEN/BACKEN

täglich, 10 - 14 Uhr, Kochen/Backen. Termine und Menüs können als PDF angefordert werden; *Kochschule Schütt*

freitags einmal im Monat, „Französisch Kochen“, Datum und Uhrzeit bitte erfragen, Anmeldung erforderlich; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

## SPRACHEN

montags, 9:30 - 11 Uhr, Französisch Konversationskurs; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

montags, 9:30 - 11 Uhr, Italienisch für Fortgeschrittene. In diesem Kurs wollen wir die italienische Grammatik anhand von Übungen aus verschiedenen Büchern erlernen bzw. auffrischen, mit Frau Castellari, ab 10 Teilnehmern 60€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags und dienstags, 10 - 11:30 Uhr, Spanisch für Fortgeschrittene; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

montags alle 14 Tage, ab 15 Uhr, Englisch-Gesprächskreis. Wir unterhalten uns über aktuelle Themen in Englisch. Alle, die Freude haben, ihre englischen Sprachkenntnisse zu erhalten oder zu erweitern, sind hierzu herzlich eingeladen. Leitung: A. Ditte, Übersetzerin, stellvertr. Referatsleiterin i.R. (Deutscher Bundestag); *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, 10 Uhr, Englisch-Kurs, Anmeldung erforderlich über VHS; *Haus auf dem Heiderhof*

dienstags, 14:30 - 16 Uhr, Englische Konversation, Wir lesen und diskutieren englische Texte aus Politik und Gesellschaft. Themen werden nach Absprache im Kursus festgelegt. Referentin: Frau Doris Kohlenbach, 72€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

mittwochs, 10 - 11:30 Uhr, Französische Konversation mit Grammatik Kursusdauer: 15.01.-09.04.2014 Kein Kurs in den Herbstferien. Das Lern-tempo orientiert sich an der Gruppe. Wir lesen und diskutieren französische Texte aus aktuellen Ereignissen und Gesellschaft. Neueinsteiger sind herzlich willkommen. Referentin: Blandine Süßmuth. Entgelt variiert nach Teilnehmerzahl; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

jeden 1. Mittwoch, 14 - 17 Uhr, Play reading, Kopiergeld 25€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

mittwochs, 14:30 - 16 Uhr, English Conversation II – vertiefen Sie Ihre Englisch-Sprachfähigkeiten! Die Inhalte werden gemeinsam mit den Teilnehmern erarbeitet. Anmeldung unter 0228-38 27 823, Kursleiter: Herr Hüllen; *Im Besprechungszimmer der Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

donnerstags, 10:30- 12 Uhr, English for you. We going to talk about a variety of topics to keep up your English; *Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

donnerstags, 18- 19:30 Uhr, Spanisch Anfänger, Anmeldung erforderlich; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

## SCHREIBEN

dienstags, 14-tägig, ab 15:30 Uhr, „Kreative Schreibgruppe“, Anmeldung erforderlich; *Haus auf dem Heiderhof*

dienstags, 19:30 - 21 Uhr, Kreative Schreibwerkstatt Bonn – schreiben interessanter Texte, Briefe, Geschichten, Gedichte, der Phantasie Raum geben, sprachliche Fähigkeiten erweitern. Leitung: Monika J. Mannel; 40 € für 10 Abende; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

mittwochs, 10 - 12 Uhr, Kreatives Schreiben, Dieser Kurs richtet sich an alle, die gerne schreiben möchten, aber alleine nicht den richtigen Zugang finden, Anmeldung über die VHS, 58,40€ ermäßigt 42,70€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

donnerstags, 10:30 - 12 Uhr, Kreatives Schreiben, In die Welt der Phantasie eintauchen und die Freude am Spiel mit den Worten finden, mit Marita Bagdahn, 6€; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

freitags, 18:45-21:30 Uhr, Hans-Reiner Hühner lädt männliche Gäste zur Entdeckung ihrer eigenen Kreativität in einem Raum ohne Wertung. Das intuitive Schreiben fördert den künstlerischen Prozess, pro Abend 13€; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

## LITERATUR

jeden 1. Montag, 10:30 - 12 Uhr, Literaturkreis, Leitung: Dr. Helmut Löns, 2,50€; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

jeden 3. Montag, 14-16 Uhr, Literaturkreis; *SeniorenNetzwerk Dellbrück*

jeden 1. Mittwoch, DSW Literaturkreis, Uhrzeit bitte erfragen; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

mittwochs, 10:30 - 12:30 Uhr, Literaturreunde; *Seniorenbüro Tat und Rat*

donnerstags, 10 - 11 Uhr, Bibliothek hat geöffnet; *CBT Wohnhaus Emmaus*

donnerstags, 14:30 - 16:30 Uhr, Treffen des Literaturkreises, Leitung: Dr. Eberhard Teicher. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

jeden 3. Donnerstag, ab 19:30 Uhr, Literaturkreis; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 1. und 3. Freitag, ab 16 Uhr, Literaturkreis und Bibelstunde, immer abwechselnd; *Haus am Redoutenpark*

samstags, 10 - 12 Uhr, Offene Bücherei; *Senioren-Begegnungsstätte Limperich*

## VORTRAG

Für alle Vorträge in der *Kaiser-Karl-Klinik*: Bitte vergewissern sie sich im Vorfeld telefonisch unter 0228/ 68 330, ob sich bei den jeweiligen Terminen Änderungen ergeben haben!

montags, ab 13 Uhr, Herz & Gefäße, Teil 1, alle 3 Wochen; *Kaiser-Karl-Klinik*

dienstags, ab 13 Uhr, Knie und Hüfte, alle 3 Wochen, Themen im Wechsel; *Kaiser-Karl-Klinik*

jeden 1. Dienstag, 15 - 18 Uhr, Informationstreffen mit informativen, aktuellen, wechselnden Themen in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Bundeswehrverband, pausiert im Dezember; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

mittwochs, ab 10 Uhr, Entspannung, alle 3 Wochen; *Kaiser-Karl-Klinik*

mittwochs, ab 13 Uhr, Herz und Gefäße Teil 2, alle 3 Wochen, keine Vortrag im Februar und März; *Kaiser-Karl-Klinik*

mittwochs, ab 17 Uhr, Informationen zu Pflegeversicherungen, alle 2 Wochen; *Kaiser-Karl-Klinik*

donnerstags, ab 13 Uhr, Sturzprophylaxe, alle 2 Wochen; *Kaiser-Karl-Klinik*

donnerstags, ab 13 Uhr, Gesunde Ernährung, alle 2 Wochen; *Kaiser-Karl-Klinik*

## VORLESEN

montags, ab 15 Uhr, Seniorenkreis, „Vorlesen“; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

## FRÜHSTÜCK/BRUNCH

dienstags, 10-11 Uhr, Mini-Frühstück, 1/2 belegtes Brötchen und eine Tasse Kaffee/Tee; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

jeden 1. Mittwoch, 10-12 Uhr, Netzwerkfrühstück, anschließend Gedächtnistraining; *SeniorenNetzwerk Dellbrück*

jeden 1. Freitag, 10-11:30 Uhr, Frühstück vom reichhaltigen Buffet; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

jeden 4. Freitag, ab 8:30 Uhr, Wir laden zum gemeinsamen Frühstück ein, Anmeldung erforderlich, 4,50 €; *Margarete-Grundmann-Haus*

jeden 1. Sonntag, 10- 13 Uhr, Sonntagsfrühstück, 7,50€; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

jeden 1. Sonntag, 10 - 13 Uhr, Frühschoppen; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

## MITTAGSTISCH

täglich, ab 11:30 Uhr und ab 12:30 Uhr, Vorbestellung eine Stunde vorher; bis 14 Uhr können Tiefkühlmenüs kalt oder warm auch mitgenommen werden. Anschließend geöffnet zum gemütlichen Kaffeetrinken. Unterhaltung und Kontakte, Gesellschaftsspiele, Billard, Bibliothek, Bücherausleihe. Menü 5,70€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

täglich, 11:30 - 12:30 Uhr; Mittagstisch - täglich frisch zubereitete Menüs, drei Menüs zur Auswahl, 5,70 €, inkl. Nachtisch; Anmeldung erforderlich unter 0228/243 74 69; *CBT Wohnhaus St. Markusstift*

täglich, 12 Uhr, Anmeldung erforderlich; *CMS-Pflegestift Domhof*

täglich, 12 - 13:30 Uhr – mittwochs wird frisch gekocht – freitags erwartet Sie ein reichhaltiges Salatangebot! Anmeldung erforderlich bei Monika Scherer, (0228) 298096, monika.scherer@dw-bonn.de; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

täglich, 12 - 13:30 Uhr, Anmeldung erforderlich, Informationen bei Frau Panitzki (0228) 3 50 10; *Seniorenresidenz Rheinallee*

täglich, ab 12:30 Uhr, Anmeldung erwünscht; *Seniorenzentrum Theresienau e. V.*

täglich, 12:30 - 13:30 Uhr, täglich frisch zubereitetes Drei-Gänge-Menü mit Salat, jeden 1. Mittwoch im Monat offenes Grillen, Anmeldung erforderlich; *Haus auf dem Heiderhof*

täglich, 12 - 13 Uhr, täglich frisch zubereitetes Drei-Gänge-Menü; Anmeldung erforderlich; *Haus am Redoutenpark*

werkstags, 12 - 13 Uhr, offener Mittagstisch; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

werkstags, 12 - 13 Uhr, Gerichte auch zum Mitnehmen, städt. Zuschuss, Bestellung tägl. 10 - 11 Uhr nach Karte unter 0228/9158-707; *Tenten - Haus der Begegnung*

werkstags, 12:15 - 12:45 Uhr, Poppelsdorfer Mittagstisch für Senioren, 0,50 € Suppe, 4,62 € Hauptgericht, 0,50 € Dessert, 0,80 € Getränk, 6,42 € Komplettmü mit Getränk, im Monatsabo 10 % Nachlass, städtischer Zuschuss; *Caritas Sebastian-Dani Alten- und Pflegeheim*

werkstags, ab 12:45 Uhr, Anmeldung bis 10.30 Uhr; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

werkstags, 13 - 14 Uhr, täglich frisch zubereitetes Dreigänge-Menü, zwei Menüs zur Auswahl, 5,90 €; *CBT Wohnhaus Emmaus*

dienstags und donnerstags, 12 - 13:30 Uhr, OASE im Pfarrgemeindesaal, 3 €, oder 1,50 € mit Bonn-Ausweis; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

mittwochs, ab 12 Uhr, Mittagessen „Auf Wunsch gekocht“, inkl. Dessert, Kaffee, 6,50€; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

jeden 3. Mittwoch, 12 Uhr, Wir kochen für Sie ein deftiges Mittagessen nach Hausfrauenart! Bitte 2 Tage vorher anmelden. 4 € (inkl. Nachtisch und Kaffee); *Nachbarschaftstreff Pennefeld*

jeden 2., 3. und 4. Freitag im Monat, 12 - 13:30 Uhr, Mittagstisch, selbst gekochte Hausmannskost, Speiseplan im Haus erhältlich oder unter: www.ÖT-Godesberg.de; Anmeldung erforderlich, ab 4 €; *Offene Tür Dörenstraße e. V.*

## CAFETERIA / ERZÄHLCAFÉ

täglich, 15 - 17 Uhr, Kaffee und Kuchen im Brücken-Café mittwochs frische Waffeln, alle 14 Tage bis 19 Uhr, Abendcafé; *Haus am Redoutenpark*

täglich, 15 - 16:30 Uhr, Cafeteria, Informationen bei Frau Panitzki 0228 - 35010; *Seniorenresidenz Rheinallee*

werkstags, 9:15 - 17:30 Uhr geöffnet zum gemütlichen Kaffeetrinken, Essen kann mit-

genommen werden; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

werkstags, 14 - 17 Uhr, Seniorentreff, geöffnet, täglich wechselnd selbst gebackener Kuchen; *Offene Tür Dörenstraße e.V.*

montags, 15 Uhr, Gemütliches Kaffeetrinken mit Kuchen, anschließend Kartenspiel; *Begegnungsstätte St. Jakob und St. Ägidius*

dienstags, 14:30 – 16:30 Uhr, Erzählcafé, gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen, Frau Renate Münchow; *Begegnungsstätte Thomas Morus*

jeden 3. Dienstag, 10-12 Uhr, Angehörigertreff, Austausch mit Betroffenen zur gegenseitigen Stärkung in gemüthlicher Atmosphäre. Die Veranstaltung beinhaltet immer einen kurzen Fachbeitrag und bietet die Möglichkeit aktuelle Fragen zu klären, um Anmeldung wird gebeten; *Karin Schneider Gepflegtpflegen*

jeden 1. und 3. Dienstag, 16:30 - 18 Uhr; Rheuma-Café Ort: Rheuma-Café - St. Petrus Krankenhaus, 5. Stock - vor der Cafeteria; *Deutsche Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen e. V.*

jeden 3. Dienstag, ab 14:30 Uhr, Kaffee oder Tee?; *SeniorenNetzwerk Stammheim*

jeden 3. Dienstag, ab 15 Uhr, Erzähl-Café, „Zeitzeugen erzählen“; *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

jeden 3. Mittwoch, 14:30 - 16:30 Uhr, Erzählcafé mit Frau Rädler; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 14:30 - 16 Uhr, Treff mit Kaffee und Kuchen; anschließend kann man noch zum Diavortrag, zu Bingo, Gedächtnistraining oder zur Theateraufführung bleiben; *Margarete-Grundmann-Haus*

jeden 2. Donnerstag, 14:30 Uhr, frische hausgemachte Waffeln mit Kirschen und Sahne, 3 €; *Tenten - Haus der Begegnung*

jeden 2. Donnerstag, 15 - 17 Uhr, Kaffee und Kuchen mit Gesang. Begleitet von Gitarre und Akkordeon singen wir Lieder quer durch das deutsche Liederbuch. 2,50 €; *Nachbarschaftstreff Pennefeld*

jeden 3. Donnerstag, ab 15 Uhr, Kaffee-Nachmittag des VdH Ansprechpartner: Herr Harries; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

jeden 4. Donnerstag, 15 - 17 Uhr, Offener Treff bei Kaffee und Kuchen, Hier können Sie nach eigenem Belieben abschalten. 2,50 €; *Nachbarschaftstreff Pennefeld*

donnerstags, 15:15 - 17 Uhr, „Kaffeestunde“; *AWO Ortsverein Siegburg e. V.*

samstags und sonntags, 14 - 16:30 Uhr, Kaffeehaus Rheinterrasse. Genießen Sie, bei schönem Wetter auf unserer Terrasse, den Blick auf den Drachenfels, das Siebengebirge und Königswinter, unser Café-Angebot mit frischem Kuchen; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

jeden 1. Sonntag, 10 - 13 Uhr, Frühschoppen, geselliges Beisammensein mit umfangreichem Mittagstischangebot, Essen kann mitgenommen werden; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

sonntags, 15-18 Uhr, Sonntags allein - muss nicht sein; AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

**SONSTIGES**

werktags, 9 - 16:30 Uhr, Bücherbasar, Bücher kaufen/spenden; AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

dienstags, ab 10 Uhr, Zeitungsrunde; Haus am Redoutenpark

jeden 3. Dienstag, 14 - 15 Uhr, Sprechstunde des Vorsitzenden – Was auch immer Sie auf dem Herzen haben: Fragen, Wünsche, Kritik, Anregungen usw. Helmut Krüll hat ein offenes Ohr für Sie; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.

jeden 2. Mittwoch, ab 14:30 Uhr, Senioren Kino im Odeon, auf der Severinstr. 81; SeniorenNetzwerk Dellbrück/Stammheim

donnerstags, 10 - 11:30 Uhr, Krabbelgruppe – Wir laden Sie herzlich dazu ein, ob mit ihrer Enkelin oder ihrem Enkel oder alleine, die Gruppe zu besuchen und neue, generationenübergreifende Kontakte zu knüpfen; AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

jeden 1. Donnerstag, 13:30 - 17 Uhr, Treffen der Philatelisten; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

samstags, kulturelle Veranstaltungen oder offene Gruppenangebote; SWZ Seniorenwohntzentrum Haus Dottendorf

**BERATUNG**

montags, 10 - 12 Uhr und mittwochs, 15 - 17 Uhr, Sozialberatung für Senioren, An allen anderen Tagen nur nach Terminvereinbarung; Offene Tür Dürenstraße e.V.

montags, 10:30 - 12 Uhr und donnerstags, 14 - 15:30 Uhr, Beratung für Senioren und ihre Angehörigen; Margarete-Grundmann-Haus

montags, 14 - 16 Uhr, Beratung für Senioren und deren Angehörige. Protalberatung für ältere Menschen und deren Angehörige, z. B. Wohnen im Alter, Unterstützungsmöglichkeiten, Pflege usw. – mit Verica Dominic-Bernards, Tel: 242 98 16; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

montags und mittwochs, 14.00-17.00 Uhr, Bürosprechzeiten/Beratung; AWO Ortsverein Siegburg e.V.

werktags, 8 - 16 Uhr, Soziale und pflegerische Betreuung in der ASB-Tagespflege, Beratung zur Finanzierung und Angeboten: 0 22 25/99 99 95 0; ASB-Tagespflege Meckenheim

dienstags, 9 - 10 Uhr, donnerstags, 12 - 13 Uhr, kostenfreie Senioren- und Angehörigenberatung: finanzielle Hilfen, rechtliche Betreuung, Vollmachten, Patientenverfügung, seniorenrechtliches Wohnen, Pflege, Hilfsmittel, ambulante, teil- bzw. stationäre Versorgung, Probleme mit Behörden; Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“

dienstags, 10 - 11 Uhr und donnerstags, 15:30 - 16:30 Uhr, Bürgersprechstunde

der Polizeiinspektion West; Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

dienstags, 11 - 18 Uhr und donnerstags, 15 - 18 Uhr, Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz; LeA-Treff

dienstags, 11 - 12 Uhr und donnerstags, 14 - 15 Uhr, Beratung für Senioren und ihre Angehörigen durch Frau Esposito. Vermittlung von Hilfen bei: Wohnen im Alter, Möglichkeiten einer ambulanten Versorgung, Informationen zu teilstationäre und stationären Einrichtungen, Grundsicherung im Alter - Bonn-Ausweis und so weiter - Freizeitgestaltung; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

dienstags, 14 - 15:30 Uhr, Seniorenberatung SPOTS für Demenzzranke + Angehörige; Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

dienstags, 16:30 - 17:30 Uhr, Beratung durch die Ambulante Pflege Bad Godesberg – Beratung zu den Möglichkeiten der Unterstützung beim Leben im Alter in der häuslichen Umgebung; Haus auf dem Heiderhof

mittwochs, 11 - 13 Uhr, Hilfestellung beim Ausfüllen von Anträgen aller Art. Herbert Häser. Anmeldung erwünscht; Offene Tür Dürenstraße e.V.

jeden 1. Mittwoch, 15-16 Uhr, Sprechzeiten, Im GAG, Moses-Hess-Str. 74; SeniorenNetzwerk Stammheim

jeden 3. Mittwoch, 15-16 Uhr, Sprechzeiten, Im Café Lichtblick, Gisbertstr. 98; SeniorenNetzwerk Stammheim

donnerstags, 9 - 9:30 Uhr und 15:30 - 17 Uhr, Senioren- und Angehörigenberatung mit Herr Niesen; AWO Stützpunkte Offene Tür Bonn-Beuel

jeden 1. Donnerstag im Monat, 10:30 - 12 Uhr, Sprechstunde für Pflegenden Angehörige - Mit Marc Schué, Pflegedienstleiter Haus am Redoutenpark. In Kooperation mit dem Haus der Familie – Mehrgenerationenhaus; Im Haus der Familie, Ev. Thomas-Kirchengemeinde Bad Godesberg Friesenstr. 6

jeden 4. Donnerstag, 15:30 - 17 Uhr, Juristische Kurzinformationsgespräche für Senioren und Angehörige; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.

donnerstags, 16 - 18 Uhr, Sprechstunde im Wohnheim St. Elisabeth, Loestr. 9, 53113 Bonn; Deutsche Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen e. V.

donnerstags, 16 - 18 Uhr, Senioren- und Angehörigenberatung Vermittlung von Hilfen bei einer Pflege zu Hause; Stiftung Europäische Begegnung

werktags, Seniorenberatung nur nach Vereinbarung unter Tel.: 9158-703, VEBOWAG; Tenten - Haus der Begegnung

**SELBSTHILFGRUPPEN**

jeden 1. Montag, ab 14:30 Uhr, Treffen der Gruppe pflegender Angehöriger; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

montags, alle 14 Tage, ab 15 Uhr, Selbsthilfegruppe „Demenz“ für Frühbetroffene, Die Selbsthilfegruppe richtet sich an Menschen mit beginnender Demenz.

Die Gruppe soll Betroffenen die Möglichkeit geben, sich untereinander und unter fachlicher Anleitung, auszutauschen; Gemeindehaus Heisterbacherrott, Dollendorfer Str. 399, 53639 Königswinter-Heisterbacherrott

montags, 19 - 21 Uhr, Treffen der anonymen Alkoholiker; Offene Tür Dürenstraße e.V

dienstags, 15 - 16 Uhr, Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., Regionalgruppe Bonn; Offene Tür Dürenstraße e. V.

jeder 1. Dienstag, 19 Uhr, Selbsthilfe Migräne, Frau Ulrike Meis (Tel. 46 04 95); -Tenten-Haus der Begegnung

jeden 2. Dienstag, 19:30 - 21 Uhr, Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit dementiellen Erkrankungen. Fachlich begleitet von Frau Lengsholz, Herrn Dr. Illies (Amb. Ärzte), Frau Löbach, Frau Rehbach (Amb. Pflegefachkräfte), Herrn Frießner (Amb. Sozialarbeiter); Gerontologisches Forum in der LVR-Klinik

jeden 4. Donnerstag 16 - 18:30 Uhr, Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Bonn-Rhein-Sieg; Selbsthilfe-Kontaktstelle (früher SEKIS), Lotharstr. 95

mittwochs, alle 14 Tage, 17:00 - 18 Uhr, ZWAR Gruppe, Soziales Netzwerk im Stadtteil Tannenbusch, mit dem Ziel, gemeinsam alt zu werden, Information Frau Renate Kluckert; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

Adressen der Anbieter: Seiten 30/31

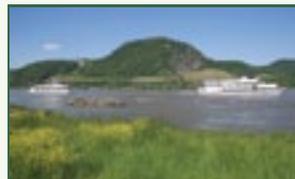


„Stellen Sie uns auf die Probe“

**Damit Sie sicher sind** für Ihr Leben im Alter die richtige Entscheidung zu treffen, lade ich Sie ein, sich einen persönlichen Eindruck von der besonderen Atmosphäre, der kultivierten Behaglichkeit, der wunderschönen Lage und der eleganten Gemütlichkeit unserer Parkresidenz zu verschaffen. Erleben Sie die Vorzüge der Parkresidenz. Seien Sie Gast in einem Ambiente, in dem Sie sich sehr schnell wohlfühlen werden und genießen Sie den zuvorkommenden Service unserer Mitarbeiter.

Während Ihres Aufenthaltes stehen wir Ihnen selbstverständlich zur Beantwortung all Ihrer Fragen zur Verfügung und helfen Ihnen auf der Suche nach Ihrer Traumwohnung, um sich für ein Leben in der Parkresidenz zu entscheiden. Die Kosten für das Probewohnen schreiben wir Ihnen selbstverständlich gut, wenn sie innerhalb von drei Monaten nach dem Probewohnen in Ihre neue Wohnung in der Parkresidenz einziehen.

Ihr Guido Bierbaum  
Direktor



\* 2. Person zzgl. 60,-€

Parkresidenz

BAD HONNEF

Buchen Sie Ihr Appartement zum Probewohnen

- **Drei Nächte** für nur **299,- €/p.P.** \* in einem unserer großzügigen Appartements bei Vollpension in unserem stilvoll renovierten Restaurant
- **Sie erleben** auf Wunsch das gesamte Veranstaltungs- und Freizeitprogramm, wie z. B. unser **Aquavelo**, **Konzerte**, das beliebte **Bingo** oder genießen Sie **Spaziergänge** in unserer großzügigen **Parkanlage** und am **Rhein**
- **Unser Schwimmbad**, der **Clubraum** sowie der **Gymnastikraum** stehen zu Ihrer Verfügung
- **Ein Blumenstraus** sowie der **Obststeller** in Ihrem Appartement erwarten Sie

Reservieren Sie sich Ihr Appartement:  
**Telefon 0 22 24/ 18 30**

Am Spitzenbach 2 53604 Bad Honnef  
www.parkresidenz-bad-honnef.de

**Bonn**

- **Akademie für ArbeitnehmerWeiterbildung**  
Godesberger Allee 149, 53175 Bonn,  
Tel. 0228/883 71 15
- **Altenheim Herz-Jesu-Kloster**  
Mehlemstr. 3- 11, 53227 Bonn,  
Tel. 0228/97197-296
- **Alten- und Pflegeheim „Haus Elisabeth“**  
Rathausstr. 11, 53859 Bonn,  
Tel. 0228/910518
- **AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg**  
Frankengraben 26, 53175 Bonn,  
Tel. 02 28/31 33 41
- **AWO Hubert-Peter-Haus**  
Wichterichstraße 6, 53177 Bonn,  
Tel. 02 28/931910
- **AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V. Lotte-Lemke-Haus**  
Liegitzer Straße 14, 53119 Bonn,  
Tel. 02 28/76 84 28 oder 76 73 290
- **AWO Stützpunkt offene Tür in Bonn-Beuel**  
Neustraße 86, Bonn,  
Tel. 02 28/47 16 87
- **Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“**  
Breitestraße 107 a, 53111 Bonn,  
Tel. 02 28/9 65 44 47
- **Bildungszentrum Wissenschaftsladen Bonn**,  
Reuterstraße 157, 53113 Bonn,  
Tel. 0228/20161-66,  
www.wilabonn.de
- **Bundeskunsthalle**  
Freidrich-Ebert-Allee 4, 53113 Bonn
- **Caritas Bad Godesberg**  
Pfarrer-Meinartz-Sr. 11, 53117 Bonn,  
Tel. 0228/95725-0
- **Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“**  
Oppelner Straße 124, 53119 Bonn,  
Tel. 02 28/666 777
- **Caritas Pflegestation Bad Godesberg**  
Bernkasteler Str. 53, 53175 Bonn,  
Tel. 0228/688384-0
- **Caritas Pflegestation Nord**  
Oppelner Straße 130, 53119 Bonn
- **Caritas Sebastian-Dani-Alten- und Pflegeheim**  
Nachtigallenweg 1, 53115 Bonn,  
Tel. 02 28/91 50 90,  
sdh@caritas-bonn.de
- **CBT-Wohnhaus Emmaus**  
Gotenstraße 84a, 53175 Bonn,  
Tel. 02 28/8 19 50
- **CBT-Wohnhaus St. Markusstift**  
Pfarrer-Minartz-Straße 11, 53177 Bonn,  
Tel. 02 28/3 67 10
- **CMS Pflegestift Domhof**  
Auf dem Domhof 13, 53179 Bonn,  
Tel. 02 28/9 35 99 70
- **Demenz-Zentrum Bonn**  
Hans Böckler Str. 19, 53225 Bonn,  
Tel. 0177/8597977
- **Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. / AG Bonn**  
Loestr. 9, 53113 Bonn, Tel.  
02 28/5 08 13 80
- **DRK-Seniorenhaus Haus Steinbach**  
Rüdigerstraße 92, 53179 Bonn,  
Tel. 02 28/3 69 80
- **Ev. Seniorenzentrum Theresienau**  
Theresienau 20, 53227 Bonn,  
Tel. 02 28/44 990
- **Fachseminar für Altenpflege**  
Fraunhoferstr. 1, 53121 Bonn,  
Tel. 0228/3777 706
- **Familienbildungsstätte Bonn**  
Lennéstraße 5, 53113 Bonn,  
Tel. 0228/9 44 90 40,  
g.suchy@fbs-bonn.de
- **Gerontologisches Forum in der LVR-Klinik Bonn**  
Kaiser-Karl-Ring 20, 53111 Bonn,  
Haus 15, Raum 0.31
- **Gustav-Oel-Haus**  
Kessenicherstr. 157-159, Bonn-Dottendorf, Tel. 02 28/23 86 62
- **Haus am Redoutenpark**  
Kurfürstenallee 10, 53177 Bonn,  
Tel. 0228/36 75 20
- **Haus auf dem Heiderhof**  
Tulpenbaumweg 18, 53177 Bonn,  
Tel. 02 28/95 24 0
- **Haus der Bonner Altenhilfe**  
Flemingstraße 2, 53123 Bonn,  
Tel. 02 28/77 64 63
- **Haus Rosental**  
Rosental 84, 53111 Bonn,  
Tel. 02 28/77 64 63
- **Hermann-Ehlers-Haus**  
Schieffelingsweg 27, 53123 Bonn-Duisdorf
- **Johanneshospital Bonn**  
Kölnstr. 54, 53111 Bonn,  
Tel. 0228/551 256 7
- **Johanniterhaus Bonn**  
Beethovenallee 27 -31, 53177 Bonn,  
Tel. 0228/8204 450
- **Kaiser-Karl-Klinik**  
Graurheindorferstr. 137, 53117 Bonn,  
Tel. 02 28/6 83 31 51,  
www.kaiser-karl-klinik.de
- **Kath. St. Rochuskirche**  
Fahrenheitsstraße 51, Bonn,  
Tel. 02 28/65 52 21
- **Kunstmuseum Bonn**  
Museumsmeile, Friedrich-Ebert-Allee 2,  
53113 Bonn
- **Kursana Villa Camphausen**  
Mainzer Straße 233, 53179 Bonn,  
Tel. 02 28/3 29 60
- **Kieser Training GmbH**  
Römerstraße 214-216, 53117 Bonn
- **LeA-Treff**  
An der Wolfsburg 1a, Bonn-Schwarzrheindorf, Tel. 02 28/97 379  
52 8 Mobil. 01 77/3 13 62 07
- **LoComMedienAkademie**,  
LoCom-Haus, Bachstraße 4, 53115 Bonn
- **LVR-LandesMuseum Bonn**  
Colmantstr. 14-16, 53115 Bonn,  
Tel. 02 28/2070 30-9
- **Malteser Krankenhaus Bonn**  
Von-Hompesch-Str. 1, 53123 Bonn,  
Tel. 0228/6481-512
- **Margarete-Grundmann-Haus**  
Lotharstr. 84, 53115 Bonn,  
Tel. 02 28/949 333-0,  
grundmann-haus@parisozial-bonn.de
- **Migrapolis Haus der Vielfalt**  
Brüdergasse 16-18, 53111 Bonn,  
Tel. 02 28/22 76 63 44
- **Mittelpunkt -Bewegung-**  
Mirecourtstr. 14, 53225 Beuel,  
Tel. 0228/479271
- **Münstercarrée**  
Gangolfstr. 14, 53111 Bonn,  
Tel. 02203/3691-11171
- **Nachbarschaftstreff Pennenfeld**  
Maidenheadstr. 20, 53177 Bonn-Pennenfeld, Tel. 02 28/9 15 84 44
- **Nachbarschaftszentrum Brüser Berg, Diakonisches Werk**  
Fahrenheitsstraße 49, 53125 Bonn, Tel.  
02 28/29 80 96, nachbarschaftszentrum.brueserberg@dw-bonn.de
- **Offene Tür Dürenstraße e.V.**  
Dürenstr. 2a, 53125 Bonn,  
Tel. 02 28/35 72 20, info@ot-godesberg.de
- **Offene Tür für Pensionäre und Rentner Bonn „Heinz-Dörks-Haus“**  
Joachimstr. 10 - 12, 53113 Bonn,  
Tel. 02 28/3 82 78 23,  
sbarkowsky@intra-ggmbh.de
- **Post-Sportverein Bonn 1926 e.V.**  
Teutonenstr. 40, 53117 Bonn,
- **Polio Selbsthilfe e. V.**  
Lotharstr. 95, 53115 Bonn
- **Praxis für Gesundheitsbildung**  
Friedrich-Breuer-Straße 35, 53225 Bonn
- **Rathaus Beul**  
Friedrich-Breuer-Straße, 53225 Bonn
- **Recht-Verständlich! e.V.**  
Freidrich Breuerstr, 53177 Bonn,  
Tel. 02 28/371 107,  
info@verein-rechtverstaendlich.de
- **Rehasport Bonn Zentrum e.V.**  
Endenicher Str. 127, 53115 Bonn,  
Tel. 02 28/969 105 50
- **Schumannhaus**  
Sebastianstr. 182, 53115 Bonn,  
Tel. 0228/77 36 56
- **Senioren-Begegnungsstätte Limperich e.V.**  
Küdinghovenerstr. 141, 53227 Bonn,  
Tel. 02 28/46 39 24
- **Seniorenbüro Tat und Rat e.V.**  
An der Wolfsburg 1, 53225 Bonn,  
Tel. 02 28/63 55 32
- **Seniorenhaus Rheinallee**  
Rheinallee 78, 53173 Bonn,  
Tel. 02 28/35 01-0,  
info@seniorenhaus-rheinallee.de
- **Seniorenheim Hubert-Peter-Haus**  
Wichterichstraße 6, 53177 Bonn,  
Tel. 0228/931910
- **Seniorenheim Josefshöhe**  
Am Josephinum 1, 53117 Bonn,  
Tel. 02 28/62 06-0
- **Seniorenhilfsdienst „Arche“**  
Alberichstr. 18, 53179 Bonn,  
Tel. 02 28/9 34 82 30, info@pflegebonn.de
- **Seniorenzentrum Wilhelmine-Lübke-Haus**  
Am Wesselsplütz 2, 53123 Bonn,  
Tel. 0228/9785730
- **Seniorenzentrum Haus Rosental**  
Rosental 80-88, 53111 Bonn,  
Tel. 02 28-97 64 643
- **Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem**  
Utestraße 1, 53179 Bonn,  
Tel. 02 28/3 69 79 04
- **StadtMuseum Bonn**  
Franziskanerstraße 9, 53113 Bonn,  
www.bonn.de/stadtmuseum
- **Stadtwerke Bonn**  
Sandkaule 2, 53111 Bonn,  
Tel. 0228/711 27 70
- **Statt Reisen – Bonn erleben e.V.**  
Am Hauptbahnhof 1, 53111 Bonn,  
Tel. 02 28/65 45 53
- **Stiftung europäische Begegnung**  
Poppeldorfer Allee 108, 53113 Bonn,  
Tel. 02 28/63 20 62
- **Stiftung Mitarbeit - Zukunftsfähiges Bonn e.V.**  
Bornheimer Straße 37, 53111 Bonn,  
Tel. 02 28/60 42 40
- **Stiftung Pfennigsdorf**  
Poppeldorfer Allee 108, 53113 Bonn,  
Tel. 02 28/63 20 62,  
www.stiftung-pfennigsdorf.de
- **St. Vinzenzhaus**  
Kronprinzenstraße 1, 53173 Bonn,  
Tel. 0228/95691-406
- **SWZ Haus Dottendorf**  
Hinter Hoben 179, 53129 Bonn,  
Tel. 02 28/39 15 49-0
- **Tagespflegehaus Bonn**  
Breitestr. 109-113, Tel. 0228/963150
- **Tai Chi Studio Bonn**  
Berliner Freiheit 7, 53111 Bonn,  
Tel. 02 28/850 950 58,  
info@taichi-studio-bonn.de
- **-Tenten- Haus der Begegnung**  
An der Wolfsburg 35, 53225 Bonn,  
Tel. 02 28/91 58-707
- **VHS Bonn**  
Wilhelmstr. 34, 53103 Bonn,  
Tel. 0228/773 631
- **Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V.**  
Hans-Böckler-Str. 16, 53225 Bonn,  
Tel. 02 28/40 36 7
- **Versöhnungskirche**  
Neustr. 2, 53175 Bonn,  
Tel. 0228/227 224 10
- **Weltladen Bonn e.V.**  
Maxstraße 36, 53111 Bonn,  
Tel. 0228/697 052
- **Zentrum für pflegende Angehörige**  
Poststraße 30, 53111 Bonn

**Anbieter im Rhein-Sieg-Kreis**

- **Alfred-Delp-Altzentrum**  
Alfred-Delp-Str. 21, 53840 Troisdorf,  
Tel. 02241/8020
- **Altenheim „Maria-Hilf“**  
Brunnenallee 20, 53332 Bornheim,  
Tel. 02225/9997616
- **Alten- und Seniorenheim Schloss Merten**  
Schloßstr. 14, 53783 Eitorf-Merten,  
Tel. 02243/8260
- **Altzentrum Helenstift**  
Bonner Str. 93, 53773 Hennef,  
Tel. 02242/8820
- **AWO Ortsverein Siegburg e.V. Begegnungsstätte „Paul-Müller-Haus“**  
Luisenstraße 55, 53721 Siegburg,  
Tel. 0 22 41/6 13 17  
www.awo-siegburg.de  
info@awo-siegburg.de
- **Begegnungsstätte CLUB**  
Markt 1, 53754 St. Augustin,  
Tel. 0 22 41/24 33 40,  
gudrun.ginkel@sankt-augustin.de
- **Beratungsstelle ADele**  
Adolf-Kolping-Str. 2, 53340 Meckenheim,  
Tel. 02225/9997624
- **Bildungszentrum Schloss Eichholz**  
Urfelder Str. 221, 50389 Wesseling,  
Tel. 02642/308 23 63
- **Bonifatius Seniorenzentrum Rheinbach**  
Schweitzerstr. 2, 53359 Rheinbach,  
Tel. 0 22 26/16 97 40,  
info@bonifatius-gmbh.de
- **Cura Altenheim Marienheim**  
Brieberichsweg 2, 53604 Bad Honnef,  
Tel. 02224/93960
- **Cura Krankenhaus Bad Honnef**  
Schülgengasse 15, 53604 Bad Honnef,  
Tel. 02224/79332
- **Curanum Residenz**  
Kurhausstr. 45, 53773 Hennef,  
Tel. 02242/9300
- **Ev. Altzentrum Am Michaelsberg**  
Kleiberg 1b, 53721 Siegburg,  
Tel. 02241/3030
- **Ev. Gemeindehaus Bad Honnef**  
Luisenstr. 15, 53604 Bad Honnef,  
Tel. 0 22 24/51 87
- **Ev. Gemeindehaus Ittenbach**  
Ringstr. 19, Königswinter-Ittenbach,  
Tel. 0 22 24/51 87
- **Freie Werkstatt Theater**  
Zugweg 10, 50677 Köln  
Tel. 0 221/327817  
www.fwt-koeln.de
- **Haus der Caritas**  
Am Kirchplatz 1, 53340 Meckenheim,  
Tel. 02225/992424
- **Haus Katharina**  
Kurfürstenstr. 25, 53639 Königswinter,  
Tel. 02223/9090236

- **Haus Tusculum**  
Zum Tusculum 11, 53809 Ruppichterath, Tel. 02247/301625
- **Johanniterstift Meckenheim**  
Le-Méeplatz 3, 53340 Meckenheim, Tel. 02225/7081151
- **Karin Schneider GepflegtPfleger**  
Alte Winkelgasse 8, 53639 Königswinter, Tel. 0 22 23/27 96 10, schneider-7Gebirge@t-online.de
- **Kath. Bildungswerk Meckenheim**  
Kirchplatz 1, 53340 Meckenheim, Tel. 02225/9997624
- **Kath. Pfarrzentrum**  
Aegidiusplatz 18, Bad Honnef-Aegidienberg, Tel. 0 22 24/51 87
- **Kochschule Schütt**  
Auf dem Vogelsang 1c, 53842 Troisdorf, Tel. 0 22 41/1 48 27 05, info@kochschule-schuettd.de
- **KoKoBe**  
Gerhart-Hauptmann-Str. 2, 53819 Lohmar, Tel. 02246/15400
- **Krankenhaus zur Hl. Familie**  
Klosterstr. 2, 53332 Bornheim-Merten, Tel. 0170/7339604
- **Kreishaus Siegburg**  
Kaiser-Wilhelm-Platz 1, 53721 Siegburg, Tel. 02241/133043
- **Kurhaus Wohnresidenz**  
Kurhausstr. 27, 53773 Hennef, Tel. 02242/8806625
- **Meys Fabrik**  
Beethovenstr. 21, 53773 Hennef, Tel. 02242/914467
- **Mawis Care Zentrale**  
Schützenstr. 5, 53773 Hennef-Geistingen, Tel. 02242/91800-80
- **Pflegedienst Can Activ**  
Bahnhofstr. 19, 53783 Eitorf, Tel. 02243/845530
- **Querwaldein e.V.**  
Schärfginstr. 48, 50937 Köln, Tel. 0228/5344456
- **Rathaus Bad Honnef**  
Rathausplatz 1, 53604 Bad Honnef, Tel. 02224/184140
- **Rathaus Troisdorf**  
Kölnerstr. 176, 53840 Troisdorf, Tel. 02241 2503133
- **Seniorenbüro Aktiv Dr. Molly Haus**  
Kirchweg 1, 51570 Windeck, Tel. 02682 952117
- **SeniorenNetzwerk Dellbrück u. Stammheim**  
Hauptstr. 100a, 51069 Köln, Tel. 0221/16 84 66 76
- **Seniorenzentrum Siegburg**  
Friedrich-Ebert-Str. 16, 53721 Siegburg, Tel. 02241/25040
- **Stadt Sankt Augustin**  
Markt 1, 53754 Sankt Augustin, Tel. 0 22 41/24 34 44, walter.schilling@sankt-augustin.de
- **St. Elisabeth Seniorenwohnhaus**  
Hospitalstr. 5, 53783 Eitorf, Tel. 02243/8821
- **St. Johannes Krankenhaus**  
Wilhelm-Busch-Str. 9, 53884 Troisdorf, Tel. 02241/4880
- **St. Josef Hospital**  
Hospitalstr. 45, 53840 Troisdorf, Tel. 02241/80139506
- **Villa Friedlinde**  
Bachstr. 12, 53797 Lohmar, Tel. 02241/806013
- **VVS Naturpark Siebengebirge**  
Löwenburger Str. 2, 53639 Königswinter, Tel. 02223/279933
- **Wohnstift Beethoven**  
Siefenfeldchen 39, 53332 Bornheim, Tel. 0 22 22/7 30, info@wohnstift-beethoven.de

## GESPRÄCHSKREISE

jeden 1. Montag, ab 18 Uhr, Angehörigengruppe der Alzheimergesellschaft; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

jeden 3. Montag, 10:30 - 12 Uhr, Philosophischer Gesprächskreis; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

jeden 3. Montag im Monat, 18:00 Uhr, „Am Samowar“. Freunde der russischen Kultur sind herzlich eingeladen zu Gesang, Gespräch (Deutsch und Russisch) und kleinem Imbiss. Info: Julia Sondore; *Begegnungsstätte St. Jakob und St. Ägidius*

jeden 1. Dienstag, Klöntreff auf der Station B im Tagesraum; *Deutsche Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen e. V.*

jeden 1. Dienstag, 10 - 12 Uhr, Angehörigen-Café – Austausch mit Gleichgesinnten in angenehmer und gemüthlicher Atmosphäre, Anmeldung erforderlich; *Karin Schneider GepflegtPfleger*

dienstags, ab 10:30 Uhr, Gesprächs- und Zeitungsguppe; *SWZ Seniorenwohntzentrum Haus Dottendorf*

jeden 3. Dienstag, 10 - 13 Uhr, Treffen der Briefmarkenfreunde; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1. und 3. Dienstag, 14 - 17 Uhr, Treffen der Spätaussiedlerunde; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 1. Dienstag, 15 - 17 Uhr, Treffen der Postsenioren; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1. Dienstag, ab 18 Uhr, Treffen der Landsmannschaft Ostpreußen im Haus am Rhein, Elsa-Brändström-Straße 74, 53227 Bonn (Beuel-Süd); *Kreisgruppe Bonn e.V.*

jeden 2. und 4. Dienstag, ab 16 Uhr, Herrenrunde. Gemütliches Beisammensein und Gespräche nur für Herren! Leitung Klaus Stoll; *Haus am Redoutenpark, im Wintergarten, Wohnbereich Rolandsbogen*

jeden 3. Dienstag, 19 - 21 Uhr, Gesprächskreis für Angehörige demenzkranker Menschen. Bei Bedarf können Gruppensitzungen mit Schwerpunktthemen stattfinden (z. B. Pflegeversicherung, Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht

ten usw.); *Seniorenzentrum Theresienau e. V., im Veranstaltungssaal im EG.*

jeden 4. Dienstag, 14 - 17 Uhr, Treffen der ostpreußischen Frauen; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

mittwochs, 9:30 - 12:30 Uhr, Treffpunkt für Demenzerkrankte im „Zeit-Café“ - Je nach Wunsch: gemeinsames Kaffeetrinken, Erzählen, Bewegungs-/Gesellschaftsspiele, Singen, Spaziergehen, etc. Anmeldung erforderlich: Beatrix Fuchs-Bachmann, Tel.: 02 28/8 19 50. Teilnahmen den ganzen Vormittag oder stundenweise möglich. 10 € pro Stunde (können ggf. von der Pflegekasse erstattet werden); *CBT Wohnhaus Emmaus*

jeden 1. Mittwoch, 15 - 17 Uhr, Gesprächskreis für Betroffene und Angehörige; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 2. Mittwoch, 15 - 17 Uhr, Treffen der Schlesischen Frauengruppe; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 2. Mittwoch, ab 16 Uhr, Gesprächskreis „Fibromyalgie“; *Deutsche Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen e. V.*

mittwochs, ab 19 Uhr, Gesprächskreis für Angehörige von Suchtkranken, Kreuzbund Bonn e. V.; *Tenten - Haus der Begegnung*

donnerstags, 15 - 17 Uhr, Klaufunde, Kaffee und Kuchen in geselliger Runde; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1. Donnerstag, 15 - 17 Uhr, Treffen der Senioren der Dt. Ausgleichsbank; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 2. Donnerstag, 15 - 17 Uhr, Treffen des Eifelvereins, Ortsgruppe Bad Godesberg; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 2. Donnerstag, 15 - 17 Uhr, Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., Regionalgruppe Bonn. Gesprächskreis oder Vortrag zu div. Themen; *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 2. Donnerstag, ab 15:30 Uhr, Gesprächskreis für Trauernde; *Haus am Redoutenpark*

jeden 1. Freitag im Monat, 10 Uhr Gesprächskreis – „Literarisches Quartett im Wintergar-

ten“, Anmeldung erforderlich; *Haus auf dem Heiderhof*

jeden 1. Freitag im Monat, 15:30 Uhr, Offener Gesprächskreis mit Anja Micorek; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

jeden 2. Samstag, 15 Uhr, Selbsthilfe für Angehörige von Schädel-Hirn-Verletzten, GR OG Cafeteria, mit Frau Renate Kindel (02225-12341); *Tenten - Haus der Begegnung*

## HAND- UND FUSSPFLEGE

montags und mittwochs, (mo. mit Fr. Geiger und mi. mit Fr. Rau), kostenlos für Bonn-Ausweis-Inhaber ab 65 Jahre, bitte Termin vereinbaren; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

montags, 8:30 - 12:30 Uhr und donnerstags, 13 - 17 Uhr, Fußpflege, 13 €, mit Bonn-Ausweis ab 65 Jahren kostenlos; *Margarete-Grundmann-Haus*

jeden 1. Montag, 10 - 17 Uhr, Fußpflege, 18 €; *Anmeldung: AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

jeden 2. Montag, außer im September, ab 8 Uhr, Fußpflege mit Frau Menzel; *Seniorenbegegnungsstätte Limperich e.V.*

dienstags, ab 10 Uhr, Kostenlose Fußpflege mit Bonn-Ausweis für Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren durch Rolf Oettgen. Nur nach Terminvereinbarung, Bitte bringen Sie eigene Handtücher mit; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags 10 - 16 Uhr, mittwochs 10 - 13 Uhr und donnerstags, 10 - 15:30 Uhr, Fußpflege (auch für Diabetiker), bei Agnes Wolfgarten, examinierte Krankenschwester und Fachfußpflegerin; *Anmeldung erforderlich (0228) 35 72 20, 15 €, Bonn-Ausweis Inhaber ab dem 65. Lebensjahr 1x monatlich kostenfrei; Offene Tür Dürenstraße e.V.*

werktags, nur nach Terminvereinbarung, Hand- und Fußpflege, kostenlos für Bonn-Ausweis-Inhaber ab 65 Jahre; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

## THEATER BONN sucht Kronen

Mit einem besonderen Aufruf wendet sich das THEATER BONN an alle kleinen Theaterzuschauer. Im März hat die neue Produktion des Kinderchores DIE BREMER STADTMUSIKANTEN IN NEUEN ABENTEUERN Premiere. In diesem Stück gibt es einen König, der eine große Leidenschaft hat: Er sammelt Kronen. Eine ganze Menge hat er schon zusammengetragen, aber die reichen ihm noch lange nicht aus, deshalb bittet er alle Kinder um Hilfe. Bastelt ihm große, kleine, bunte, gelbe, gestreifte, dicke, dünne Kronen und bringt sie dem König. Ab 8. März, wenn die Bremer Stadtmusikanten auf ihrer



Tour auch im THEATER BONN vorbeikommen, könnt ihr ihn besuchen und eure Kronen noch einmal bestaunen. Als Dank dürfen sechs per Los ausgewählte Kronenbastler mit jeweils einem Freund in unsere Werkstätten in Beuel schauen und anschließend eine Probe zur nächsten Kinderoper DAS KIND UND DER ZAUBERSPUK besuchen.

Gebt die Kronen und eine Postkarte mit Eurer Anschrift bitte bis 15. Februar 2014 am Bühneneingang der Oper Bonn ab oder schickt sie an:

Theater Bonn Opernhaus  
Kronenlager,  
Am Boeselagerhof 1,  
53111 Bonn



**August-Macke-Haus**

Freitag, 31.1. bis Sonntag, 18.5.  
Ernst Moritz Engert - Bohemien, Silhouettist und Schattenspieler · Im Mittelpunkt der Ausstellung stehen die ersten drei Jahrzehnte von Engerts Schaffen.

**AWO Nachbarschaftszentrum Friesdorf**

Samstag, den 8.2. 10-15 Uhr  
Flohmarkt · Kunterbuntes bei der AWO: Flohmarkt, Kinder schminken, Kaffee und Kuchen, Kindersachen, Suppe etc.

Dienstag, 11.2. und 25.2., ab 15 Uhr  
Englische Konversation · Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 11.3. ab 15 Uhr  
AWO Wohnberatung.

**AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.**

Dienstag, den 11.2. ab 14 Uhr  
Modemobil · Zeitlose Mode, klassisch und sportlich. Beratung durch Sabine Jansen.

Donnerstag, den 27.2. ab 15:11 Uhr  
Weiberfastnachtssause der SeniorInnen · Ab 15.11 Uhr heißt es im Lotte-Lemke-Haus „de Wiever sind los“. Karnevalistisches Programm mit musikalischer Begleitung.

Mittwoch, den 19.3. ab 15 Uhr  
Vortrag: Informationsveranstaltung – Elternunterhalt – das Sozialamt bittet Kinder zur Kasse · Pflege kostet Geld und nicht immer reicht dafür die eigene Rente oder das Pflegegeld. Die Volljuristin Claudia Eckermann-Seel informiert über unterhaltsrechtliche Regelungen bzgl. des Elternunterhalts.

**Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“**

Ausstellung „Mal-Denk-Atelier“ · An diesem Tag werden diese Bilder nun der Öffentlichkeit präsentiert. Die Aus-

stellung ist bis zum 25. Februar werktags zwischen 10-16 Uhr zugänglich. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 05.11.2013.

Montag, den 3.2. 14-17 Uhr  
Modemobil – Referentin: Sabine Jansen · Die Firma MODEMOBIL kommt zu uns und präsentiert ihre aktuelle Kollektion im Rahmen einer Modenschow.

Mittwoch, den 12.2. ab 15:30 Uhr  
Vortrag: Rollatortraining – Referentin: Cornelia Brodeßer · Frau Cornelia Brodeßer von der Verkehrswacht Bonn e.V. gibt Tipps und zeigt Kniffe. Mit etwas Übung haben Sie künftig einen leichteren, sicheren Umgang mit Ihrem Rollator.

Freitag, den 14.2. ab 12:30 Uhr  
Gaumenfreuden · Ein 3-Gänge-Menü aus der Hand unserer „Meisterköchin“ – Frau Schäfer und ihrem Team. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 10.2.2014. 6 €.

Montag, den 17.2. ab 16 Uhr  
Vortrag: Vorsorgevollmacht / Betreuungsverfügung – Referent: Ralf Waeser · Herr Ralf Waeser vom SKM Bonn gibt Einblicke in die gesetzlichen Grundlagen sowie Möglichkeiten und Grenzen. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 02.1.2014.

Mittwoch, den 19.2. ab 12:30 Uhr  
Hausmanns Küche · Wir laden Sie herzlich ein zu einem deftigen Mahl in gemütlicher Runde. Preis und Menü wird noch bekannt gegeben. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 17.2.2014.

Mittwoch, den 26.2. ab 13 Uhr  
Karnevalsfeier · Feiern Sie mit uns gemeinsam Karneval. Es gibt ein buntes Programm zum mitlachen und mittanzen. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 19.2.2014.

Mittwoch, den 5.3. ab 13 Uhr  
Fischessen · Verabschieden Sie die jecke Zick mit Sahneheringen und Pellkartoffeln. Preis wird noch bekannt gegeben!

· Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 26.2.2014.

Montag, den 10.3. ab 16 Uhr  
Es tönen die Lieder · Wir laden Sie ein, gemeinsam mit uns zu „pfeifen, zwitschern, tirilieren“ und den Winter in seiner gesamten Pracht zu feiern.

Freitag, den 14.3. ab 12:30 Uhr  
Gaumenfreuden · Ein 3-Gänge-Menü aus der Hand unserer „Meisterköchin“ – Frau Schäfer und ihrem Team. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 10.3.2014. 6 €.

Samstag, den 22.3. ab 11 Uhr  
Besuch des WDR Produktionsgeländes in Köln – Bocklemünd · Besichtigt werden die Werkstätten der Außenkulisse der Lindenstraße sowie die Fernsehstudios, sofern keine Dreharbeiten oder Umbauten stattfinden. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 17.3.2014.

Montag, den 24.3. ab 16 Uhr  
La belle Italia: Neapel – Sorrent – Amalfitana – Referent: Hans Josef Arck · In seinem Diavortrag entführt uns der Referent Hans Josef Arck in den Süden Italiens. 2 €.

**Begegnungsstätte „Thomas Morus“**

Dienstag, den 25.2. ab 14:30 Uhr  
Vortrag: Wenn Waschweiber wringen – mit Dr. Helmut Löns · Vortrag und Informationen über den Beruf der Beuler Wäscherinnen.

Dienstag, den 25.3. ab 14:30 Uhr  
Vortrag: Kann Philosophie auch komisch sein? – mit Dr. Helmut Löns · Anekdoten aus einer trockenen Wissenschaft.

**Alzheimer?**



Kreuzstraße 34 · 40210 Düsseldorf  
www.alzheimer-forschung.de  
Unser Spendenkonto:  
Kto.-Nr.: 80 63 400 · BLZ 370 205 00  
Bank für Sozialwirtschaft Köln

Schon heute leiden rund 1,2 Millionen Menschen an der Alzheimer-Krankheit. Tendenz steigend. Deshalb ist weitere **Forschung nötig!** Sie wollen mehr über Alzheimer wissen? Wir informieren Sie kompetent und kostenlos unter: **0800 / 200 400 1** (gebührenfrei)

**Bonner Politik-Forum**

Donnerstag, den 6.2. ab 18 Uhr  
Das Geschäft mit dem Abhören – mit Prof. Dr. Hartmut Pohl · Vortrag. Ort: DGB-Haus, kleiner Saal, Endericher Straße 127.

Donnerstag, den 6.2. ab 18 Uhr  
Das Geschäft mit dem Abhören – mit Prof. Dr. Hartmut Pohl · Vortrag. Ort: DGB-Haus, kleiner Saal, Endericher Straße 127.

Mittwoch, den 12.2. ab 18 Uhr  
Südosteuropa – mit Robert Schwartz, Deutsche Welle · Vortrag. Ort: Fabrik 45, Hochstadenring 45.

Dienstag, den 25.2. ab 18 Uhr  
Pakistan – Atommacht außer Kontrolle? – mit Dr. Katja Mielke · Vortrag. Ort: DGB-Haus, kleiner Saal, Endericher Straße 127.

**CBT Wohnhaus St. Markusstift**

Dienstag, den 11.2. ab 15 Uhr  
OAlhambra, deine Sterne – Gitarre und Rezitation: Burkhard Wolk.

**Familienbildungsstätte Bonn**

Samstag, den 8.2. 10-16 Uhr  
Vitalität aus dem Kochtopf – mit Inke Kruse · Ihre Ernährung kann zu ihrer inneren Ruhe und Ausgeglichenheit bei-

Adressen der Anbieter: Seiten 30/31

**EIN LEBEN FÜR DIE KUNST.**  
Grabgestaltung von Ihren Friedhofsgärtnern: Individuell wie das Leben!

**BdF**  
Bund deutscher Friedhofsgärtner

**Es lebe der Friedhof!**

Mehr Infos unter: [www.es-lebe-der-friedhof.de](http://www.es-lebe-der-friedhof.de)

**DAUERGRABPFLEGE**  
Kostenlose Servicenummer\*  
**0800/15 16 17 0**  
\*aus dem deutschen Festnetz

Möchten Sie die Grabstätte eines Angehörigen gepflegt wissen, oder für sich selbst Vorsorge treffen?

Die Dauergrabpflege-Einrichtungen der Friedhofsgärtner garantieren Ihnen:

- Sicherheit über Jahrzehnte
- Regelmäßige Kontrolle des Grabes
- Pflege für morgen, zum Preis von heute

Ihr Vertrauen ist uns Verpflichtung!  
Fragen Sie Ihren Friedhofsgärtner vor Ort.

Rheinische Treuhandstelle für Dauergrabpflege GmbH  
Amsterdamer Str. 206 · 50735 Köln  
Tel. 0221-7151011 · Fax 0221-7151061

Friedhofsgärtner-Genossenschaft Bonn e.G.  
Kölnstr. 475 · 53117 Bonn  
Tel. 0228-672655 · Fax 0228-3902446

tragen. Erfahren Sie, wie! Anmeldung erforderlich. 39 €, Inkl Umlagen 11 €.

Mittwoch, den 12.2. 19-21:15 Uhr

Vortrag: Beherzt leben - Vom Glück der Unvollkommenheit - Mit Pierre Stutz · Glücklich wird, wer Dankbarkeit entfaltet und das Zerbrechliche in seinem Leben annimmt und verwandeln lässt. Anmeldung erforderlich. 8 €.

Mittwoch, den 12.2. 19-22 Uhr

Macarons - mit Barbara Heinze · Macarons - den feinen knusprigen und gleichzeitig cremigen Köstlichkeiten kann man kaum widerstehen. Anmeldung erforderlich. 29 €, Inkl Umlagen 15 €.

Dienstag, den 18.2. 9:30-12:30 Uhr

Vortrag: Fit fürs Enkelkind - Mit Melanie Engel · Sie werden bald Großeltern und sind unsicher, ob Sie noch alles können oder ob das Erlernte von damals noch richtig ist? In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in die Säuglingspflege von heute, eine Kinderkrankenschwester beantwortet ihre Frage. Anmeldung erforderlich. 10 €.

Dienstag, den 18.2. 19-21:15 Uhr

Vortrag: Depression - Entstehen, Verlauf, Therapie - Mit Mike Godyla · Die Fortbildung gibt Informationen über das Krankheitsbild. Verlauf, Therapie und Risiken. Im Vordergrund stehen

praktische Hilfe und Anleitung für den Umgang mit depressiv erkrankten Menschen. 7,5 €.

Dienstag, den 18.2. 19-22 Uhr

Italiens Krimi-Landschaft kulinarisch - Mit Ira Schneider · Verbringen Sie gemeinsam mit Food-Journalistin Ira Schneider einen Krimiabend am Herd! · Anmeldung erforderlich. 25 €, Inkl. Umlagen 11 €.

Freitag, den 21.2. 16-17:30 Uhr

Lust auf Museum - Florenz - Mit Stefanie Bornheim-Prang · Zum ersten Mal in Deutschland wird der am Arno gelegenen toskanischen Hauptstadt eine umfangreiche Ausstellung gewidmet. Kunst- und Ausstellungshalle, Friedrich-Ebert-Allee 4, 53113 Bonn. Anmeldung erforderlich. 15 €, Inkl. Umlagen 10 €.

Samstag, den 22.2. 10-17 Uhr

Einführungstag in die Kontemplation - Mit Winfried Semmler-Koddenbrock · Kontemplation als gestaltlose Meditation verbindet Zen-Meditation mit christlicher Mystik. Anmeldung erforderlich. 24 €, Inkl. Umlagen 8 €.

Mittwoch, den 26.2. 19-22 Uhr

Karnevalsgebäck - Mit Barbara Heinze · Bereichern Sie mit vielen verschiedenen alten und neuen Rezepten die ihre Karnevalstage. Alaaf. Anmeldung erforderlich. 25 €, Inkl. Umlagen 11 €.

Mittwoch, den 12.3. 19-22 Uhr

Frühlingsmenü - Mit Barbara Heinze · Endlich gibt es wieder junges Gemüse und jede Menge Möglichkeiten es zu genießen. Wir bereiten das Frühlingsmenü in mehreren Gängen zu. Anmeldung erforderlich. 26 €, Inkl. Umlage 12 €.

Donnerstag, den 13.3. 19-20:30 Uhr

Selbstuntersuchung der Brust - Mit Dr. med. Brigitte Daunicht · Im Seminar gewinnen die Teilnehmerinnen mehr Sicherheit die Untersuchung der Brust richtig durchzuführen. Die Untersuchungstechnik wird an Tastmodellen geübt. Anmeldung erforderlich. 5 €.

freitags, 14.3. - 28.3., 18-21 Uhr

Sommer-Loch-Socken - Mit Petra Marth · Sie lernen die wichtigsten Grundlagen des Sockenstrickens. Bringen Sie bitte mit: 100 g 4-fädige Sockenwolle z.B. Fortissima Cotton Stretch in Ihrer Lieblingsfarbe, ein Nadelspiel 2,5 mm sowie Schere und Stopfnadel. Anmeldung erforderlich. 30 €.

Samstag, den 15.3. 10-16:30 Uhr

Ayurvedische Kochkunst im Frühjahr - Mit Raasti Stolze · Erfahren Sie an diesem Tag, wie Sie die ganzheitlichen und saisonalen Ernährungsempfehlungen umsetzen können. · Anmeldung erforderlich. 48 €, Inkl. Umlagen 20 €.

Dienstag, den 18.3. 18:30-22:15 Uhr

Kochtreff für Männer - Mit Mario Müller · Gemeinsames Kochen eines 4 Gänge-Menüs bestehend aus einer Vorspeise, eines Fischgangs, eines Fleischgangs und einer Nachspeise. Anmeldung erforderlich. 38,5 €, Inkl. Umlagen 21 €.

Samstag, den 22.3. 10-17:30 Uhr

Vortrag: Gönne dir dich selbst! Spirituell-kreativer Tag für Leib und Seele - Mit Markus Roentgen · An diesem Tag möchten wir den Blick nach Innen richten, Ruhe finden, Beziehung zu uns selbst aufnehmen. Anmeldung erforderlich. 12 €.

■ Go Arts

mittwochs, 5.2. - 26.3., 20-21:30 Uhr

Chor der Nichtsänger · Ort: Tennishalle in Rheinbreitbach, Westerwaldstr. 15, 1. Stock Pro Abend 12 €.

donnerstags, 27.2. - 3.4., 18-19:30 Uhr

Vortrag: Stimmführung für Sprechen, Vortrag, Bühne · Bildungswerk für Friedensarbeit, Im Krausfeld 30a, 53111 Bonn Anmeldung erforderlich. 6 Unterrichtseinheiten 125 €.

montags, 10.3. - 16.6., 19-20 Uhr

YES, we can! - Crashkurs Singen für Männer · Kann auch als Einstiegsstufe für den Chor der Nichtsänger genutzt

werden. Bildungswerk für Friedensarbeit, Im Krausfeld 30a, 53111 Bonn Anmeldung erforderlich. 15 Unterrichtseinheiten 136 €, Ermäßigt 118 €.

Donnerstag, 13.3. und 20.3., 19:30-20:15 Uhr

Einstiegsstufe - Chor der Nichtsänger · Vorbereitungskurs für den Chor der Nichtsänger. Bildungswerk für Friedensarbeit, Im Krausfeld 30a, 53111 Bonn Anmeldung erforderlich. 2 Unterrichtseinheiten 136 €, Ermäßigt 118 €.

donnerstags, 13.3. - 19.6., 20:15-21:45 Uhr

Chor der Nichtsänger · Bildungswerk für Friedensarbeit, Im Krausfeld 30a, 53111 Bonn Anmeldung erforderlich. 15 Unterrichtseinheiten 173 €, Ermäßigt 127 €.

■ Haus am Redoutenpark

Samstag, den 8.2. ab 16 Uhr  
Konzert der AKO Schüler.

Donnerstag, den 27.2. ab 15 Uhr

Große Karnevalsfeier · Mit den Godesberger Stadtsoldaten, dem TSV und der Funkenartillerie Blau-Weiß 1996.

Donnerstag, den 20.3. ab 16 Uhr

Vortrag: Märchenstunde - mit Ilse Feist · „Bäumchen rüttel dich, Bäumchen schüttel dich...“, „Aschenputtel“

FARBENSPIELE

Gaby Celinski • Heike Jack • Sylvana Poll • Ute Röhe

Bis zum 31. März 2014, täglich von 9 - 20 Uhr

Gaby Celinski • Mitte der 90-er Jahre hat sie ihre künstlerische Ader wieder entdeckt. 1997 - 2013: Zeichenkurse, Acrylmalerei und Wochenendkurse - freie Malerei in verschiedenen Einrichtungen wie z. B. Kunstmuseum Bonn, Bonner Malschule - arte fact, Alanus Hochschule etc.

Fazit: Die Acryl-Malerei, mit ihren ausladenden Gesten und Formaten, kombiniere ich mit zeichnerischen Elementen die meinen Stil heute ausmachen.

Heike Jack • Angefangen im Alter von 18 Jahren als Autodidaktin mit Bleistift und Tusche. Ende 2008 Ausbildung im art college begonnen, 2009 - 2013: Intensivworkshops in der Akademie Kloster Steinfeld, Seminarwoche. Freie Malerei in der Arte-Fact-Werkstatt für Kunst.

Fazit: Seit 1984 arbeite ich als examinierte Altenpflegerin und empfind die Malerei als Ausgleich zu meiner anstrengenden Arbeit.



Sylvana Poll • Trotz kaufmännischer Ausbildung lies sie die Malerei nie ganz los. Autodidaktisch als auch in diversen Kursen hat sie ihr Talent erforscht und ausprobiert. 2004 - 2013 Aktzeichnen, Acrylmalerei und Collagentechniken, Acrylmalerei/freie Zeichnung, seit Juni 2013: dreijähriges berufsbegleitendes Studium im arte fact.

Fazit: Mit meinen Bildern möchte ich die Fantasie des Betrachters wecken, und ihn einladen, die Geschichten dahinter zu entdecken.

Ute Röhe • Ist über die Keramikskulptur zur Malerei gekommen. Ab 2002: Keramik-kurse, Workshop in -Raku-Brandtechnik etc, ab 2006 Malkurse zu den Themen Kohletechnik, Portrait/Pastellkreiden, Gouache- und Pastellmalerei, Portrait-

Workshops in Aquarell etc. 2009: Bonner Malschule art college - Acrylmalerei und Collage-Techniken, Intensiv-Workshops in Acrylmalerei im Kloster Steinfeld und arte fact

Fazit: Meine Bilder spiegeln ein Bedürfnis nach Farbigkeit, Harmonie, Ästhetik und der Liebe zur Landschaft des Nordens wieder.



KUNST IN DER KAISER-KARL-KLINIK

(Gebrüder Grimm), u.a. Märchen zur Frühlingszeit.

**Haus der Geschichte**

Sonntag, den 2.2. 11-17 Uhr

The American Way - Die USA in Deutschland · Buntprogramm rund um die Ausstellung „The American Way.“

Dienstag, den 11.2. ab 19 Uhr

Die Deutsche Parlamentarische Gesellschaft · Buchvorstellung mit dem Autor Dr. Helmut Herles und Ingrid Matthäus-Maier, Präsidentin der Vereinigung ehemaliger Mitglieder des Deutschen Bundestages und des Europäischen Parlamentes e.V. Um Rückmeldung bei Frau Straßberger unter strassberger@hdg.de wird bis zum 6.2.2014 gebeten. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 06.2.2014.

Dienstag, den 25.2.

Cinéfête · 14. französisches Jugendfilmfestival in Kooperation mit der Bonner Kinemathek und Cinéfête. Anmeldung erforderlich. Karten 3 €.

Mittwoch, den 26.2.

Cinéfête · 14. französisches Jugendfilmfestival in Kooperation mit der Bonner Kinemathek und Cinéfête. Anmeldung erforderlich. Karten 3 €.

**10. Bonner Frauenmesse**

**„La Donna“**

**Samstag, 15.3.2014, 13-18 Uhr**

**Sonntag, 16.3.2014, 11-17 Uhr**

Hilton Hotel Bonn City

Für jedes Alter interessante und informative Aussteller und Vorträge in allen frauenspezifischen Bereichen  
www.frauenmesse-bonn.de!  
Eintritt frei

**Kaiser-Karl-Klinik**

Samstag, 1.2. bis Montag, 31.3., 09-20 Uhr

Ausstellung „Farbenspiele“ · Werke der Künstlerinnen Gaby Celinski, Heike Jack, Ute Röhe und Sylvana Poll. Dauer der Ausstellung 16.1. – 31.3.2014, täglich von 09:00 – 20:00 Uhr.

Sonntag, den 2.2. 11-14 Uhr

Sonntagsbrunch „Das 3-Ländereck“ · Lassen Sie sich von unseren Küchenmeistern kulinarisch verwöhnen! Reservierung unter 0228 6833-431 erbeten! Anmeldung erwünscht.

Montag, 10.2. und 17.3., ab 19 Uhr

Duo Evergreen „Lieder des Lebens“ · Mit Gesang und Gitarre präsentieren Cordelia Obstfeld und Hans Braun Lieder und Chansons bekannter Interpreten aus den 30er Jahren bis heute. .

donnerstags und montags, ab dem 13.2., ab 19 Uhr

Akkordeonkonzert · Eine beschwingte Stunde mit Musik und Gesang mit Rudolf Rochell!

Dienstag, 18.2. und 25.3., ab 19 Uhr

„Die Verliebten – Märchen rund um die Liebe“ · Jens Gottschalk erzählt

Volksmärchen der Weltliteratur für Erwachsene - der Jahrhunderten alten Tradition folgend in freier Form – ausdrucksstark und packend!.

Dienstag, den 11.3. ab 19 Uhr

Klassisches Gitarrenkonzert · Solokonzert mit Karl-Heinz Nicolli, der Sie mitnimmt auf eine musikalische Zeitreise durch drei Jahrhunderte der Gitarrenmusik.

Donnerstag, den 20.3. ab 19 Uhr

Lesung „Rheinsommer“ · Sechs Aussteller präsentieren hochwertiges Kunsthandwerk in den schönen Räumlichkeiten der Kaiser-Karl-Klinik. Anmeldung erforderlich.

**KoKoBe Beratungsstelle für Menschen mit geistiger Behinderung**

Donnerstag, den 6.2. 13-15:45 Uhr

Beratung für Menschen mit geistiger Behinderung · Beraten wird zu allen Lebensbereichen, Schwerpunktmäßig zu den Themen: Wohnen, Arbeiten, Freizeit. Die Beratung ist kostenlos und unabhängig.

**LVR Kliniken**

mittwochs, Kurs I 5.2. - 19.2.

Kurs II 16.4. - 7.5. jeweils 17-21 Uhr  
Unterstützung pflegender Angehöriger von psychisch erkrankten Menschen. 3 Termine. Anmeldung erforderlich unter Tel 0228 551-2562 Fax 0221 8284-4086 Mobil 0172 2033492

**Margarete-Grundmann-Haus**

Samstag, den 1.2. 15:30-16:30 Uhr

Vortrag: Musikalische Vierbeiner · Hans Georg Büchel präsentiert und erläutert hörenswerte musikalische Beispiele zum Thema. Um eine Spende wird gebeten. Anmeldung erforderlich.

montags, 3.2. - 14.4., 11:15-12:45 Uhr

Spanisch für Senioren – Kurs für Anfänger/innen mit Vorkenntnissen · Anmeldung erforderlich. 12 Termine 60 €.

mittwochs, 5.2. - 9.4., 10-11:30 Uhr

Englisch für Wiedereinsteiger – Auffrischungskurs mit leichter Konversation · Anmeldung erforderlich. 10 Termine 50 €.

Mittwoch, den 5.2. ab 15 Uhr

Vortrag: Patientenverfügung und weitere Vorsorgende Verfügungen (Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung – von Ralf Waeser, Sozialdienst Katholischer Männer.

Donnerstag, den 6.2. ab 15:30 Uhr

Farbenrausch – Die Natur des Mittelgebirgsraum im Wandel der Jahreszeiten: Januar, Februar, März – von Herbert Waldhans · Diavortrag. 2 €.

Freitag, den 7.2.

Wanderung · Ziel, Abfahrt und Treffpunkt bitte erfragen. Anmeldung erforderlich.

Freitag, den 7.2. 10:30-11:30 Uhr

Dialog der Generationen · Jung und Alt singen gemeinsam mit den Kindern des Kindertreff Rübzahl Im Kindertreff Rübzahl, Burbacherstr. 100, 53115 Bonn · Anmeldung erforderlich.

montags, 10.2. - 31.3., 18-19:30 Uhr

Autogenes Training – VHS Kurs · Anmeldung erforderlich. 8 Termine 58,1 €, Ermäßigt 42,5 €.

dienstags, 11.2. - 20.5., 11:15-12:45 Uhr

Italienisch A2 – VHS Kurs · Anmeldung erforderlich. 15 Termine 85,6 €, Ermäßigt 61,75 €.

Mittwoch, den 12.2. 10-12 Uhr

Vortrag: Betreutes Wohnen – Wohnen mit Service · Vortrag und Hausführung mit Wohnungsbesichtigung. Anmeldung erbeten. Anmeldung erwünscht.

donnerstags, 13.2. - 15.5., 10-11:30 Uhr

Italienisch A2.2 – VHS Kurs · Anmeldung erforderlich. 14 Termine 80,3 €, Ermäßigt 58,04 €.

Donnerstag, den 13.2. 15:45-17 Uhr

Bingo-Nachmittag bei Kaffee und Kuchen.

freitags, 14.2. - 4.4., 9:30-11 Uhr

Englisch für den Alltag – Konversationskurs · Anmeldung erforderlich. 8 Termine 42 €.

montags, 17.2. - 14.4., 19:45-21:15 Uhr

Hatha – Yoga für Anfänger und Fortgeschrittene – VHS-Kurs · Anmeldung erforderlich. 9 Termine 64,6 €, Ermäßigt 47,05 €.

Donnerstag, den 20.2. ab 14 Uhr

Wir feiern Karneval · Teilnahmegebühr bitte erfragen.

Freitag, den 21.2.

Wanderungen · Ziel, Treffpunkt und Abfahrt bitte erfragen.

Montag, den 24.2. 15-16 Uhr

Bingo-Nachmittag.

Freitag, den 28.2. ab 8:30 Uhr

Gemeinsames Frühstück · Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 26.2.2014. 4,5 €.

mittwochs, 5.3. - 7.5., 15-17:15 Uhr

Auf meinen Spuren – Kreatives Schreiben für Seniorinnen · Anmeldung erforderlich. 10 Termine 50 €, Ermäßigt 40 €.

Donnerstag, den 6.3. ab 15:30 Uhr

Rheinische Mundart – Bönnsche Tön, Teil 3 · Et Jehöösch – on alles dröm eröm. Rheinische Alltagsbegriffe aus Küche, Wohnung, Haus und Hof humorvoll erklärt, übersetzt, aufgefrischt. 2 €.

Freitag, den 7.3.

Wanderung · Ziel, Treffpunkt und Abfahrt bitte erfragen.

Mittwoch, den 12.3. 17-19 Uhr

Vortrag: Betreutes Wohnen – Wohnen mit Service · Vortrag und Hausführung mit Wohnungsbesichtigung. Anmeldung erbeten. Anmeldung erwünscht.

Freitag, den 14.3.

Treffen der Fahrradgruppe zum Austausch und zur gemeinsamen Planung der Routen und Ziele für das Jahr 2014.

Mittwoch, den 19.3. 12:30-18:45 Uhr

Busfahrt · Abfahrt: 12.30 Uhr ab Margarete-Grundmann-Haus Rückkehr: ca. 18.15/18.45 Uhr Gebühr: bitte erfragen Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 20.3. ab 15:30 Uhr

Musikalischer Nachmittag zum Frühlingsanfang – mit den Harmonikafreunden Meckenheim · Um eine Spende wird gebeten.

Freitag, den 21.3.

Wanderung – mit den Harmonikafreunden Meckenheim · Ziel, Treffpunkt und Abfahrt bitte erfragen.

Montag, den 24.3. 15-16 Uhr

Bingo-Nachmittag.

Donnerstag, den 27.3. ab 15:30 Uhr

COLONIA CLAUDIA ARAAGRIPPINENSIS: Köln – unsere heimliche, rheinische Hauptstadt – von Richard und Bärbel Grebert · Diavortrag. 2 €.

Freitag, den 28.3. ab 8:30 Uhr

Dialog der Generationen · Jung und Alt frühstücken gemeinsam mit Kindern des Kindertreffs Rübzahl. Anmeldung · Anmeldung erforderlich bis zum 26.3.2014. 4,5 €.

Freitag, den 28.3. ab 14 Uhr

Fahradgruppe · Ziel bitte erfragen.

**Nachbarschaftstreff Pennenfeld**

Montag, den 17.2. ab 15 Uhr

Vortrag: Betreuungsrecht – Referentin: Frau Regina Koch, Sozialdienst katholischer Frauen · Inhalt und Möglichkeiten des Betreuungsrechts – hier finden Sie professionelle Hilfe zu Ihren Fragen!.

Montag, den 24.3. ab 15 Uhr

Vortrag: Vorsorgende Verfügungen, Betreuungs- und Patientenverfügungen – Referentin: Frau Regina Koch, Sozialdienst katholischer Frauen · Ein Vortrag des Sozialdienstes katholischer Frauen e.V. Anschließend gibt es Zeit, Ihre diesbezüglichen Fragen zu beantworten.

**Nachbarschaftszentrum Brüser Berg**

Donnerstag, den 6.2. ab 10 Uhr

Vortrag: Senioren-WG – mit Ernst Berg, WG-Koordinator · Der Vortrag zeigt eine alternative Wohnform im Alter auf – die Senioren-WG.

Donnerstag, den 13.2. ab 19 Uhr

Vortrag: Umgang mit Vielfalt in unserer Gesellschaft · Ein Vortrag für alle, die sich mit dem Thema „Integration“ beschäftigen und / oder mehr erfahren möchten.

Sonntag, den 16.2. ab 16 Uhr

„Clown-Geschichten“ mit Clownin „Schlawina“ · Bärbel Weinstock hat Improvisations- und Erzähltheater gelernt und sich dabei in die Clownerie verliebt. Sie will Freude bringen, und die Menschen lachen sehen.

Dienstag, den 18.2. 19-21:30 Uhr

Vortrag: Nutzpflanzen auf dem Balkon – mit Peter Terlau und Hans-Peter Milde · Bei dieser Veranstaltung werden Möglichkeiten von Nutzpflanzen auf dem Balkon erläutert und Fragen beantwortet.

Freitag, den 21.2. 14:30-15:30 Uhr

Gemeinsam Singen – Singnachmittag mit Kindern · Wir freuen uns über diese Kooperation und dass Sie an diesen Nachmittagen wieder die Möglichkeit haben, mit den Kindern der Offenen Ganztagschule Brüser Berg (OGS) zu singen.

Dienstag, den 25.2. 15:15-16:30 Uhr

Singnachmittag – mit Elsa Funk-Schlör und Dr. Sabine Brinkmann · Gemeinsames Singen deutschen Liedguts mit aufschlussreichen Erläuterungen zu Abgründigem und zu Liedtexten.

Samstag, den 8.3. ab 19 Uhr

Vortrag: „Internationaler Frauentag“ - Geschichte der Frauenbewegung – mit Anna Pal Singh · Ein Vortrag, der die Geschichte der Frauenbewegung nicht nur in Deutschland allen Interessierten näherbringt.

Dienstag, den 11.3. 15-17 Uhr

Vortrag: „Tatort Bonn“ – mit Cornelia Brodessa, Verkehrswacht Bonn e.V. · Hier erhalten Sie Tipps und Empfehlungen, wie man diese kritischen Verkehrsknotenpunkte sicher meistern kann.

Samstag, den 15.3. ab 16 Uhr

Kinonachmittag mit dem Film „Sound of Heimat – Deutschland singt!“ · Auf der Suche nach dem Sound unserer Heimat begibt sich der neuseeländische Musiker Hayden Chisholm auf eine Reise quer durch Deutschland.

Dienstag, den 18.3. ab 14:30 Uhr

Stadtteilspaziergang für Neubürger/innen · Sie möchten Ihren neuen Stadtteil näher kennenlernen? Sie möchten andere Menschen aus dem Stadtteil kennenlernen? Dann sind Sie hier richtig! Unser ehrenamtliches Team freut sich auf SIE!

Samstag, den 22.3. ab 13 Uhr

Werkstatt Baukultur bietet an: Stadtteilrundgang – mit Alexander Kleinschrodt · Sie möchten den Stadtteil und das Besondere seiner Architektur kennenlernen? Dann gehen Sie mit und lassen sich von der Werkstatt Baukultur inspirieren.

Donnerstag, den 27.3. ab 18:30 Uhr

Mediation – Umgang mit Konflikten – mit Alexander Kleinschrodt · Mediation ist ein altes Verfahren, das neu entwickelt wurde, um Konflikte im Familienleben, im beruflichen Alltag, in Schulen oder zwischen Privatpersonen anders zu begegnen.

**Offene Tür Dürrenstraße e.V.**

Mittwoch, 5.2., 19.2., 12.3. und 26.3., 18-20 Uhr

Vortrag: Über Geld muss man reden! – Barbara Velarde, Dipl. Volkswirtin (IHK-Dozentin) · Anlagestrategien im Alter. Anmeldung erforderlich. Pro Abend 10 €.

Adressen der Anbieter: Seiten 30/31

# Handeln in kooperativer Verantwortung

Corporate Social Responsibility (CSR) – neue Grundlage für die Zusammenarbeit eines gemeinnützigen Vereins und zwei Unternehmen



Nicht nur gemeinnützige Institutionen, sondern auch Unternehmen wollen zunehmend ihre gesellschaftlichen Verantwortung wahrnehmen. Aus dieser Erweiterung des unternehmerischen Selbstverständnisses entwickelte sich in jüngster Zeit „Corporate Social Responsibility“, kurz: CSR.

Als deren Grundpfeiler gelten der faire Umgang mit Beschäftigten, das vorausschauende Wirtschaften sowie die Übernahme von Verantwortung für Gesellschaft und Umwelt.

Für eine wirksame Umsetzung kann dabei die Zusammenarbeit mit Partnern aus völlig unterschiedlichen Bereichen erfolgversprechend sein. Ein innovatives Beispiel dafür bietet die kürzliche gestartete Kooperation zwischen dem Immobilien-Dienstleistungsunternehmen SEVERINE KURZ REAL ESTATE Professionals (SKRE Professionals) aus Bonn, der PROJEKTSERVICE Schwan GmbH aus Meckenheim und dem Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. (vfb) aus Beuel.

Ihre ungewöhnliche und in vielerlei Hinsicht neuartige Zusammenarbeit hat bei der IHK-Veranstaltung „Gute Geschäfte Bonn/Rhein-Sieg“ im September im Bonner Rathaus ihren Anfang genommen. Die Geschäftsführerin der SKRE Professionals, Frau Severine Kurz, und die Projektleiterin Presse- und Öffentlichkeitsarbeit beim vfb, Frau Martina Weiß-Bischof, haben festgestellt, dass ihre jeweiligen Institutionen – trotz völlig unterschiedlicher Betätigungsfelder – eine gemeinsame Grundidee bezüglich der gesamtgesellschaftlichen Verantwortung verbindet. Also wurde spontan ein Kooperationsvertrag unterzeichnet, der in den darauf folgenden Wochen präzisiert und konkretisiert wurde. In die neue Zusammenarbeit bringen sie ihre jeweiligen Kompetenzen ein. Die SKRE Professionals übernimmt unter anderem

die Vermarktung von behindertengerecht ausgebauten Wohnimmobilien, sie ermöglicht dem vfb die Bekanntmachung besonderer Projekte im Rahmen ihrer Werbemaßnahmen für einzelne Immobilienobjekte, z.B. in Form von Bannern und Plakaten, und im Gegenzug organisiert der vfb für das Unternehmen ein bewegtes „Teambuilding-Event“, bei dem sich die Mitarbeiter der SKRE Professionals mittels diverser sportlicher Aktivitäten noch besser kennenlernen und als gemeinsames Team noch näher zusammenrücken.

Rechtzeitig zur ersten praktischen Umsetzung der Kooperation kam als dritter Partner die PROJEKTSERVICE Schwan GmbH hinzu. Der Geschäftsführer Holger Schwan bietet seinen Kunden die Möglichkeit, Druckerzeugnisse klimaneutral zu erstellen. Getreu dem Unternehmensmotto „Communicate your Ideas“ übernimmt das Unternehmen die entgeltfreie Produktion der Werbebanner und -plakate für die gemeinsamen Projekte.

Das erste Ergebnis der Zusammenarbeit der drei Institutionen ist ab sofort in Bonn-Buschdorf für jedermann weithin sichtbar.

Auf einem großen Fassaden-Banner werden präsentiert: die Immobilie, die für die Vermietung zuständige SKRE Professionals, ein Bewegungsprojekt für Demenz-Patienten, dass der vfb ab sofort als NRW-weit einzigartiges Angebot dieser Art zur Verfügung stellt sowie die PROJEKTSERVICE



Von links nach rechts: Holger Schwan, PROJEKTSERVICE Schwan GmbH, Martina Weiß-Bischof, vfb, Oliver Bonomé und Severine Kurz, SKRE Professionals, Burkhard Lammsfuß, vfb

Schwan GmbH.

Zusammenarbeit von Partnern aus völlig verschiedenen gesellschaftlichen und wirtschaftlichen Bereichen lässt innovative Projekte entstehen, bei der jeder einzelne Kooperationspartner durch die gegenseitige Unterstützung seiner eigenen gesellschaftlichen Verantwortung auf ganz neuen Wegen gerecht werden kann.

Im Laufe des Jahres sollen weitere gemeinsame Projekte folgen.

Weitere Infos zum Thema CSR und dem Projekt für Demenz-Patienten sowie die Kontaktdaten der beiden Kooperationspartner gibt es beim Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V., Hans-Böckler-Str. 16 in Bonn-Beuel. Ansprechpartnerin ist Frau Weiß-Bischof unter 0228-4036723 oder [mweiss-bischof@vfb-bonn.de](mailto:mweiss-bischof@vfb-bonn.de)



## Besser leben. Zuhause fühlen. Mit unserer Immobilienleibrente.

Die Deutsche Leibrenten Unternehmensgruppe mit Sitz in Köln wandelt den Wert Ihrer Immobilie in eine lebenslange Zusatzrente um. Sie bleiben in Ihrem vertrauten Umfeld wohnen und genießen mit der zusätzlichen Liquidität die schönen Seiten des Lebens.

Gerne beraten wir Sie in einem kostenlosen und unverbindlichen Gespräch. **Rufen Sie uns an: 0221.9957510** oder informieren Sie sich vorab auf unserer Internetseite: [www.deutsche-leibrenten.de](http://www.deutsche-leibrenten.de)



Deutsche Leibrenten

**aktiv** Senioren Termine

Termine und Informationsangebote für Bildung, Unterhaltung, Beratung, Freizeit- und Gesundheit sowie sonstige Angebote für Menschen, die sich für sich oder für andere engagieren und viel erleben möchten.

**Erscheinungsweise 6 mal jährlich zu Monatsbeginn, jeweils mit den Ausgaben: Februar/März, April/Mai, Juni/Juli, August/September, Oktober/November sowie Dezember/Januar;** in Bonn und den benachbarten Orten im Rhein-Sieg-Kreis.

**Herausgeber (V.i.S.d.P.) und Verlag, Anzeigenverwaltung und -disposition, Promotion, Abonnentenverwaltung:**

*Ideal Werbeagentur GmbH  
Junckerstraße 21, 53177 Bonn  
Tel.: 02 28/55 90 20, Fax: 02 28/55 90 222  
E-Mail: aktiv@idealbonn.de  
Internet: www.idealbonn.de*

**Verlags- und Anzeigenleitung:**  
Detlef Hipp, 0228/55 90 20

**Terminveröffentlichungen:** bitte 3 Wochen vor Erscheinungstag per E-Mail: aktiv@idealbonn.de

**Abonnement:** Durch Einzahlung von 18 Euro auf das Abonnenten-Konto erhalten Sie ein Jahr lang (insgesamt 6 Ausgaben) die druckfrische Ausgabe sofort nach Erscheinen zugestellt.

**Abo-Konto-Nr.:** 1 602 910 012 bei Volksbank Bonn (BLZ 380 601 86)

Zahlungsempfänger ist:  
**IDEAL GmbH**  
Geben Sie als Verwendungszweck Ihren NAMEN und Ihre ADRESSE gut lesbar an (Druckbuchstaben)!

**Gruppenabos mit 3 Exemplaren, 24,00 Euro. Weitere Gruppenabos von 4 bis 40 Exemplare und mehr:** www.idealbonn.de



**Redaktion und Gestaltung werden von ehrenamtlichen Mitarbeitern erstellt:** Moritz Kite (M.K.), Hans-Ulrich Spree (HUS), Cecilie Kregel (C.K.), Karla Hoppe (K.H.), Dr. Bernd Kregel (B.K.), Knut Schäfer (K.S.), Anna Pal Singh (APS), Martina Weiß-Bischof (N.H.), Detlef Hipp (DH) sowie weitere hier nicht genannte Autoren. Artikel, deren Verfasser nicht ausdrücklich genannt sind, werden regelmäßig von der Chefredaktion verfasst.  
**Verantwortlicher Chefredakteur:** Detlef Hipp (DH).

Nachdruck, auch auszugsweise, ist nur mit Genehmigung der Redaktion gestattet. Für unverlangt eingesandte Manuskripte sowie für Druckfehler wird keine Gewähr oder Haftung übernommen.



seniorentermin.de  
aktivtermine.de  
(aktuelle Termine)



idealbonn.de  
(Gruppenabos,  
Downloadarchiv)

Donnerstag, den 6.2. 15-17 Uhr  
Krapfenessen · Traditionsgemäß gibt es zu Kaffee oder Tee wieder selbstgebackene Krapfen. Gegen 16:00 Uhr erwarten wir das Kinderprinzenpaar der KG Fidele Möhnen in Begleitung der Kindertanzgruppe „Die Rasselbande“. Anmeldung erforderlich. 3 €.

Freitag, den 7.2. 10-11:30 Uhr  
Karnevalsfrühstück · Reichhaltiges Frühstück vom Buffet, u. a. mit Salaten, Wurst, Schinken, Käse, Marmelade, Brot und Brötchen, Kaffee, Tee und Orangensaft. Anmeldung erforderlich. 6 €.

Freitag, den 14.2. 14-17 Uhr  
Karnevalssitzung „Godesberg - so bunt wie ein Regenbogen“ · Wir feiern Karneval!. Anmeldung erforderlich. 6 €.

Samstag, den 15.2. 14-19 Uhr  
Fahrt zum WDR in Köln · Kommen Sie mit und schauen Sie in die Produktionsstudios des WDR in Köln hinter die Kulissen. Anmeldung .Anmeldung erforderlich bis zum 08.2.2014. 15 €.

Dienstag, 18.2. und 18.3., ab 14 Uhr  
Vortrag: Senior - Welche Versicherungen sind wichtig? · Sie erhalten Informationen zu den verschiedenen Formen der Versicherungen und was Sie bei einem Vertragsabschluss beachten müssen. Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 8.3. 10-11:30 Uhr  
Fastenfrühstück mit Fischbuffet · Reichhaltiges Frühstück vom Buffet, u. a. mit Fisch, Salaten, Wurst, Schinken, Käse, Marmelade, Brot und Brötchen, Kaffee, Tee und Orangensaft. Anmeldung erforderlich. 6 €.

Mittwoch, den 19.3. 15-17 Uhr  
Vortrag: Vorbeugung ist der beste Schutz – Referent KHK Friedhelm Herholz (Kriminalprävention) · Die Erfahrung, Opfer von Kriminalität zu werden, gräbt sich tief ins Bewusstsein – Die Polizei will dazu beitragen, dass Sie nicht erst aus Erfahrung „klug“ werden müssen.

**■ Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus**

Samstag, den 1.2. 15-17 Uhr  
Vortrag: Philosophisch-Psychologisches Caféhausgespräch – Referent: Niels Christensen, Dipl. Theol., Lehrbeauftragter Uni Bonn · Hat mich Gott immer noch lieb, auch wenn ich doof bin?

Dienstag, den 18.2. 17:30-19 Uhr  
Vortrag: Familiensicherheitsberatung – Mit Senior-Trainer Willi Löhr · Sicherheit und Aufklärung für Prävention. Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 27.2. 17-18:30 Uhr  
Vortrag: Fahreignungstest für Senioren? – Mit Frau Brodeßer, Deutsche Verkehrswacht · Fahrtauglichkeit unter dem Einfluss von Medikamenten sowie auch altersbedingte Defizite und die Teilnahme am Straßenverkehr sind die Themen der Veranstaltung. Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 1.3. 15-17 Uhr  
Vortrag: Philosophisch-Psychologisches Caféhausgespräch – Referent: Dr.Frank Berzbach, Psychologie/Sozialwissenschaften an der ecosign/Akademie für Gestaltung, · Die Kunst, ein kreatives Leben zu führen: oder Anregung zu Achtsamkeit.

Donnerstag, den 13.3. 19-21 Uhr  
Vortrag: Gefährliches Gelächter – befreiendes Lachen! – Mit Dr. Alois Döring, UnescoClub Bonn · Das Lachen in Literatur, Kunst und in der Volkskultur. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 18.3. 17:30-19 Uhr  
Vortrag: Demografische Wandel aus sozialer Sicht 2014 – Mit Senioren-Trainer Willi Löhr · Die Gesellschaft wird mobiler und braucht mehr Aufklärung! Die gesundheitliche, soziale Kultur und Bildung wird sich verändern. Anmeldung erforderlich. 2 €.

**■ Praxis Lebenswege**

montags, 27.1. - 17.3., 18-19:15 Uhr  
Autogenes Training und Entspannung für Erwachsene · Ort: Kath. St. Bernhard-Gemeinde, Flensburger Str. 62, 53117 Bonn-Auerberg. Anmeldung: Winfried Wershofen 0228 967 80 75. Anmeldung erforderlich. 8 Termine 115 €.

dienstags, 28.1. - 18.3., 18-19 Uhr  
Progressive Muskelentspannung · Ort: Kath. St. Bernhard-Gemeinde, Flensburger Str. 62, 53117 Bonn-Auerberg. Anmeldung: Winfried Wershofen 0228 967 80 75. Anmeldung erforderlich. 8 Termine 115 €.

mittwochs, 5.2. - 26.3., 18-19:30 Uhr  
Vortrag: Sicher und gelassen im Stress · Ort: Kath. St. Margareta-Gemeinde, Margarethenplatz, Graurheindorf. Anmeldung: Winfried Wershofen 0228 967 80 75 . Anmeldung erforderlich. 8 Termine 130 €.

**■ Senioren-Begegnungsstätte Limperich e.V.**

Donnerstag, den 6.2. ab 15 Uhr  
Ökum. Senioren-Kaffee – Mit Herrn Pfarrer Verwold.

Dienstag, den 18.2. ab 15 Uhr  
Die Romantische Straße von Würzburg nach Füssen – Teil II. – Mit Herrn Dederichs.

Freitag, den 21.2. ab 14 Uhr  
Karnevalsveranstaltung · Karnevalistische Veranstaltung des Ortsausschusses LiKüRa.

Donnerstag, den 6.3. ab 15 Uhr  
Ökum. Senioren-Kaffee – Mit Herrn Pfarrvikar Gayko.

**■ Seniorennetzwerk Dellbrück/Stammheim**

Donnerstag, den 20.2. 8:45-14:15 Uhr  
Besuch im Landtag NRW · Besuch der Plenardebatte und anschließende Diskussion. Kontakt und Anmeldung: 0221 168 90 239.

**■ Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem**

Donnerstag, den 20.2. ab 15 Uhr  
Große Karnevalsfeier · Mit Kaffee, „Berlinern“, Musik und Tanz sowie einem bunten Unterhaltungsprogramm. Anmeldung . Anmeldung erforderlich bis zum 10.2.2014. 7,5 €.

Mittwoch, den 26.2. ab 15 Uhr  
Süd -Afrika Teil II – Mit Frau Reuter · Entlang der Gartenroute nach Kapstadt, Das Weinland mit seiner kapholländi-

schen Architektur, die Halbwüste „Kleine Karoo“ und Durban. 1,5 €.

Mittwoch, den 5.3. ab 12 Uhr  
Aschermittwoch Traditionelles Heringessen – Referentin: Frau Blandine Süßmuth · Es gibt eingelegte Heringe „Hausfrauen Art“ mit Pellkartoffeln und ein Getränk Ihrer Wahl. Anmeldung .Anmeldung erforderlich bis zum 26.2.2014. 4,5 €.

Mittwoch, den 5.3. ab 14 Uhr  
Vortrag: „Erfahrene Autofahrer, Mobilität und das rheinische Grundgesetz!“ – Leitung: Frau Cornelia Brodeßer , Straßenverkehrswacht · Für Teilnehmer, die kurz und knapp, aber fundiert Ihr Wissen über die sichere Teilnahme im Straßenverkehr auffrischen wollen.

Mittwoch, den 19.3. ab 15 Uhr  
Süd – Afrika Film III – Leitung: Frau Ursula Reuter · Die einzigartige Landschaft, das Tierparadies des Krüger Nationalparks, die Ruinen von Simbabwe 1871 und die Viktoria Wasserfälle, das großartigste Wasserspektakel Afrikas. 1,5 €.

**■ Tanzhaus Bonn**

Donnerstag, 20.2. und 20.3. 14.30 - 16 Uhr

Wir tanzen wieder – Ein Tanzprojekt für Menschen mit und ohne Demenzerkrankung · in Kooperation mit dem Caritasverband und mit Unterstützung der caritas-stiftung bonn · Ort: ADTV Tanzschule Tanzhaus Bonn, Gartenstr. 102. 5 € pro Abend.

**■ Tenten - Haus der Begegnung**

Montag, den 10.2. 16-17:30 Uhr  
Diavortrag · Diavortrag.

Dienstag, den 25.2. ab 15 Uhr  
Karnevalsparty · Kartenvorverkauf ab 27.1.2014. 5 €.

Montag, den 10.3. ab 15 Uhr  
Et Jehösch-un alles dröm eröm · Anmeldung . Anmeldung erforderlich ab dem 10.2.2014. 1 €.

Mittwoch, den 19.3. ab 10 Uhr  
Um Himmels Willen-Über Filme reden.

Montag, den 31.3. ab 10 Uhr  
Modenschau und Verkauf.

**■ Theater Gemeinde Bonn**

dienstags, 11.2. - 11.3., 16-17:30 Uhr  
Vortrag: Schillers Wallenstein – 5-teiliges Seminar · Dozent: Prof. Dr. Norbert Gabriel vom Institut für Germanistik, vgl. Literatur- und Kulturwissenschaft der Uni Bonn. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, den 23.2. ab 17 Uhr  
Fahrt zur Frankfurter Oper · In unserer Reihe „Opernfahrten“ besuchen wir den „Falstaff“ von Giuseppe Verdi in der Oper Frankfurt. Bequeme Busfahrt ab Bonn. Abfahrt 17 Uhr. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, den 9.3.  
Reise in die Vergangenheit in Bad Godesberg · In unserer Reihe Art & Eat machen wir eine Zeitreise in Bad Godesberg: Stadtführung, Besuch des Kleinen Theaters und Abendessen im Restaurant „Maternus“. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, den 16.3. ab 16:30 Uhr  
 Fahrt zur Düsseldorfer Oper · In unserer Reihe „Opernfahrten“ besuchen wir den „Rosenkavalier“ von Richard Strauss in der Oper Düsseldorf. Bequeme Busfahrt ab Bonn. Abfahrt 16:30 Uhr. Anmeldung erforderlich.

**■ Volkshochschule Bonn**

mittwochs und montags, 10.2 - 19.2, 13 - 16 Uhr

Das neue Windows 8 für wirkliche Anfänger Teil 1 · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum 2.6 (EDV). Anmeldung erforderlich. 83,9 €.

Sonntag, den 9.2. 10-13 Uhr

Vortrag: Wie war das Wort? Es liegt mir auf der Zunge. · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum E.06. Anmeldung erforderlich. 12 €.

montags, 10.2. - 26.5., 10-11:30 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining · Ort: VHS, Michaelplatz 5, Raum 02. Anmeldung erforderlich. 96,96 €.

montags, 10.2. - 16.6., 10-11:30 Uhr

English B1.1 (3. Semester) · Ort: Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35, Gruppenraum Obergeschoss. Anmeldung erforderlich. 111,1 €.

montags, 10.2. - 2.6., 17-18 Uhr

Gymnastik für Frauen ab 50 · Ort: Heiderhof Turnhalle, Weißdornweg 139. Anmeldung erforderlich. 61,18 €.

dienstags, 11.2. - 20.5., 10-11:30 Uhr

Englisch B1 · Ort: Haus auf dem Heiderhof, Tulpenbaumweg 18. Anmeldung erforderlich. 69,7 €.

dienstags, 11.2. - 17.6., 10-11:30 Uhr

Französisch Konversation B2 · Ort: Franziskanerstr. 3. Anmeldung erforderlich. 85,6 €.

dienstags, 11.2. - 17.6., 11-12:30 Uhr

Conversation for Every Day B1 · Ort: Dikonisches Werk, Nachbarschaftszentrum, Fahrenheitstr. 49. Anmeldung erforderlich. 85,6 €.

dienstags, 11.2. - 17.6., 11:15-12:45 Uhr

Italienisch Vertiefung A2 · Ort: Franziskanerstr. 3. Anmeldung erforderlich. 85,6 €.

dienstags, 11.2. - 25.3., 13-16 Uhr

Erste Schritte am Computer (mit Windows 7) für Ältere · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum 2.6 (EDV). Anmeldung erforderlich. 95,9 €.

mittwochs, 12.2. - 21.5., 18:40-20:10 Uhr

Vortrag: Weltgeschichte im Überblick IV · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum E.09. Anmeldung erforderlich. 73,7 €.

donnerstags, 13.2. - 26.6., 9:30-11 Uhr

Italienisch Lektüre C2 · Ort: VHS, Kirchplatz 6, Raum E.01. Anmeldung erforderlich. 80,3 €.

donnerstags, 13.2. - 15.5., 10-11 Uhr

Gymnastik für Ältere · Ort: Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35, Raum 1. Anmeldung erforderlich. 58,1 €.

donnerstags, 13.2. - 26.6., 10-11:30 Uhr

Italienisch A2.2 · Ort: Margarete-Grundmann-Haus, Lotharstraße 84-

86, 53115 Bonn. Anmeldung erforderlich. 80,3 €.

donnerstags, 13.2. - 5.6., 11-12 Uhr

Osteoporose-Gymnastik für Frauen ab

**Samstag, 5.4.2014**  
**Sonntag, 6.4.2014**  
 jeweils 11 - 18 Uhr

**30. GODEMA**

Waren und Dienstleistungen für einen perfekten Start in den Frühling.

**Stadthalle**  
 Bonn-Bad Godesberg  
 Eintritt frei  
[www.godema-bonn.de](http://www.godema-bonn.de)

60 · Ort: Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35, Raum 1. Anmeldung erforderlich. 58,1 €.

mittwochs, 19.2. - 26.3., 9-12:15 Uhr

Internet Basiskurs für Ältere · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum 2.6 (EDV). Anmeldung erforderlich. 94,8 €.

mittwochs, 19.2. - 28.5., 10-11:30 Uhr

Geistig fit und aktiv bis ins höhere Alter · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum E.09. Anmeldung erforderlich. 96,96 €.

montags und mittwochs, 24.2. - 12.3., 13-16 Uhr

Das neue Windows 8 für wirkliche Anfänger Teil 2 · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum 2.6 (EDV). Anmeldung erforderlich. 99,46 €.

Donnerstag, den 6.3. 17-18:30 Uhr

Vortrag: Zum Glück im (Un)Ruhestand · Ort: Heinz-Dörks-Haus, Joachimstr. 10-12, 53113 Bonn. 5 €.

Mittwoch, den 12.3. 17-19 Uhr

Vortrag: Neue Wohnformen in Bonn - Ein Überblick · Ort: Stadthaus-Loggia, Thomas-Mann-Straße 2-4 (Energie-Agentur).

Samstag und Sonntag, 15. und 16.3., 9-16 Uhr

Grundlagen EDV mit Windows 7 · Ort: VHS, Michaelplatz 5, Raum 11 (EDV). Anmeldung erforderlich. 70,34 €.

Samstag und Sonntag, 22. und 23.3., 9-16 Uhr

EDV für Fortgeschrittene · Ort: VHS, Michaelplatz 5, Raum 11 (EDV). Anmeldung erforderlich. 89,06 €.

montags und mittwochs, 24.3. - 2.4., 13-16 Uhr

Das neue Windows 8 für wirkliche Anfänger Teil 3 · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum 2.6 (EDV). Anmeldung erforderlich. 107,3 €.

Mittwoch, den 26.3. 15-18 Uhr

Vortrag: Erste Hilfe - Wissen 60 + · Ort: Ausbildungszentrum des ASB, Endericher Str. 125.

Freitag, den 28.3. ab 16 Uhr

Vortrag: War's das? - Die Sinnfrage in der zweiten Lebenshälfte - Vortrag: Dr. Erich Schechner · Ort: VHS, Wilhelmstr. 34, Raum E.06. 5 €.

Samstag, 29.3. bis Sonntag, 30.3., 9-16 Uhr

Einführung in das Internet · Ort: VHS, Michaelplatz 5, Raum 11 (EDV). Anmeldung erforderlich. 70,34 €.

Montag, den 31.3. 14:30-17 Uhr

Vortrag: Autofahren im Alter · VHS, Wilhelmstr. 34, Raum E.09.

**■ Wohnstift Beethoven**

Sonntag, den 2.2. ab 16 Uhr

Karl der Große - Geschichte & Mythos - von Dr. Gudrun Pamme-Vogelsang · Diavortrag, Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 6.2. ab 16 Uhr

Dem Zauber begegnen - Das Baltikum - von Josef Schavier · Diavortrag Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 13.2. ab 16 Uhr

Vortrag: Lachsalven und Galgenhumor - Bild- und Wortwitz bei Christian Morgenstern - Literatur-Vortrag von Dr. Jürgen Nelles · Mit ausgewählten Studenten von „Live Music Now e.V.“ Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 6.3. ab 16 Uhr

Den Zauber Merans erleben - von Josef Schavier · Diavortrag Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 13.3. ab 16:30 Uhr

Vortrag: Zauber von Musik und Dichtung: Richard Wagner - zum 200. Geburtstag - von Rolf Kettner · Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 20.3. ab 16 Uhr

Vortrag: Multivisions-Show: „Norwegen II“ - von Martin Weigelt · Anmeldung erforderlich.

Montag, den 31.3. ab 16 Uhr

Vortrag: Martin Walsler - Ein liebender Mann - von Barbara Bachmann · Anmeldung erforderlich.

Steigern Sie den Wert Ihrer Immobilie mit einer unvergänglichen Wertanlage!

# NATURSTEIN

SÄULEN, TISCHE, BÄNKE, BRUNNEN, TRÖGE UND ACCESSOIRES FÜR IHREN GARTEN

Sichern Sie sich rechtzeitig die schönsten Unikate für Ihren Garten!

Großer Ausstellungspark  
 53343 Wachtberg-Oberbachem  
 Bauernweg 7  
 Bitte mit Terminvereinbarung:

Mobil: 0151 - 149 33 33 7  
[www.rudolf-huerth.de](http://www.rudolf-huerth.de)



Mythologischer Vogel Greif  
 Travertin, Paar, aufw. Bildhauerarbeit,  
 ca. 1,38 x 0,45 x 0,78 m (hxbxl)



Exklusive Brunnen



Wasserspeier-Unikate



Antike Säulen, Brunnen, Accessoires in gr. Auswahl



Exklusive Sandstein-Gartenbänke und -tische, aufwändige Handarbeit



Sonderpreise für Stücke mit leichten Schäden!

# SENIORENBÜRO

# TR

# TAT UND RAT

## Wir sind aktiv - auch im Alter

### Machen Sie mit!

Haben Sie Lust, in unserem Verein ehrenamtlich mitzuwirken und Ihr Wissen an interessierte Damen und Herren im Seniorenalter zu vermitteln? Für Ihr persönliches Hobby Gleichgesinnte zu gewinnen oder eine leitende Funktion in einer Arbeitsgruppe zu übernehmen? Unser Verein steht Ihnen dabei hilfreich zur Seite.

Wir sind ein gemeinnütziger Verein und eine Gruppe aktiver Damen und Herren im Seniorenalter, die sich unter dem Motto „Tat und Rat“ zusammengeschlossen haben, um den Ruhestand so lange es geht selbstbestimmend durch persönliches Engagement zu gestalten und anderen dabei zu helfen.

Wenn Sie kreativ und teamfähig sind, sowie gerne mitarbeiten möchten, rufen Sie uns während der Bürozeiten an: montags und mittwochs von 10-12 Uhr, Tel.: 02 28 - 63 55 32.

Wir werden gemeinsam einen Weg zur Realisierung Ihrer Ideen finden.

Wir freuen uns auf Sie!

Seniorenbüro Tat und Rat e.V.  
An der Wolfsburg 1  
53225 Bonn  
www.senioren-tat-rat.de

Sie erreichen uns:  
Mo. und Mi. von 10 bis 12 Uhr im Büro.  
Telefon: (0228) 63 55 32  
(Anrufbeantworter außerhalb der Bürozeit)  
E-Mail: seniorenbuero-bonn@t-online.de

Spendenkonto:  
Sparkasse KölnBonn Konto: 57810  
BLZ: 370 501 98

Vorstand:  
Günter Reiner, Vorsitzender  
Paul Huesmann, Stv. Vorsitzender  
Renate Behr, Schatzmeisterin

### ■ Internet-Treff für Senioren

Online Banking, Telefonie, Shopping ... aus dem täglichen Leben vieler nicht mehr wegzudenken. In unseren Kursen (Einsteiger; Fortgeschrittene) wird gezeigt, wie das Internet den Alltag erleichtern und richtig Spaß machen kann und sich Risiken vermeiden lassen. Anregungen und Themenvorschläge werden gerne nachgekommen. Ein Notebook mit W-LAN-Funktion sollte mitgebracht werden. An der Wolfsburg 1., freitags, 14-tägig nach Vereinbarung, 17.30 bis 19 Uhr. Leitung: Julika Fricke (Fortgeschrittene); Corinna Glatz (Einsteiger).

### ■ Die Kunst- und Literaturreunde

Jeden 2. und 4. Mittwoch treffen sich Leseratten und Kulturhungrige zur Diskussion und plaudern über aktuelle Themen, Bücher, Theater und Ausstellungen in Bonn und der Umgebung. Das Schmökern in der Literatur des 19. und 20. Jahrhunderts hat längst vergangene Kenntnisse aufgefrischt und erneutes Interesse für klassische und zeitgenössische Autoren geweckt. Termine: jeden 2. und 4. Mittwoch, 10.30-12.15 Uhr und 14.15-16.00 Uhr; Leitung: Alexander de Montleart, Tel.: 02226-6208.

### ■ Familienkunde „Genealogie“

Wie und wo haben unsere Vorfahren gelebt? Wie können fehlende Unterlagen und Dokumente beschafft werden? Diesen Fragen wollen wir gemeinsam nachgehen. Alte Handschriften entziffern? Wir möchten uns auch die Sütterlin-Schrift erschließen. Ein Notebook oder ein PC sollten vorhanden sein, um das Gelernte auch durch eigene praktische Erfahrungen ausprobieren zu können. Termine: jeden 3. Donnerstag; An der Wolfsburg 1. Leitung: Eike Land-Reinhard; Email: selen@dlcom.de.

### ■ Montagsgespräche

Hätten Sie Lust, mit uns Senioren bei einer Tasse Kaffee gute Gespräche zu führen? Ausgangslage der Gespräche sind z.B. aktuelle Berichte aus Zeitungen sowie Radio- oder Fernsehsendungen. Gäste sind immer herzlich willkommen. Wir treffen uns jeden 1. und 3. Montag im Monat, 14 bis 16 Uhr, in der Cafeteria, An der Wolfsburg 35. Anmeldung: im Seniorenbüro, Tel.: 0228 635532.

### ■ Offener Treff „Mittwochs um vier“

Wer ein „Schwätzchen“ halten will, einfach Lust auf ein Gespräch hat, oder wer ersten Kontakt sucht zum Seniorenbüro, der ist herzlich eingeladen. Es gibt kein Programm, man trinkt ein Tässchen und redet miteinander. Cafeteria im Tentenhaus, an jedem 1. Mittwoch im Monat um 16.00 Uhr.

### ■ Computergruppe „Textbearbeitung mit OpenOffice.org-Writer“

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen über das Betriebssystem Vista oder Microsoft XP/Win7. Es wird die Nutzung von OpenOffice-Writer, ein kostenfreies Pendant zum Microsoft Office-Paket, erarbeitet. Wenn Sie bereits ein Notebook haben, bringen Sie es mit.

#### Gruppe 1 (Fortgeschrittene)

Jeden 1. und 3. Montag von 10 – 12 Uhr.  
03.02., (17.02. und 03.03. fallen aus),  
17.03.2014.

#### Gruppe 2 (Workshop)

Jeden 1. und 3. Montag von 14 – 16 Uhr.  
16.12.2013.

#### Gruppe 3 (ab Januar neuer Anfängerkurs)

Jeden 1. und 3. Mittwoch von 14 – 16 Uhr.  
05.02., (19.02. fällt aus), 05.03. und  
19.03.2014.

An der Wolfsburg 1, Leitung:  
Christina Kleuver, Tel.: 0228 - 66 98 87

### ■ PC - Ambulanz

Mitglieder unserer bisherigen „PC-Arbeitsgruppe 2 Fortgeschrittene“ bieten Damen und Herren unseres Seniorenbüros an, bei Computerproblemen persönlich zu helfen. Unser neuer Name „PC-Ambulanz“ soll besagen, dass unsere Gruppe für unsere Vereinsmitglieder bei PC-Problemen „Erste Hilfe“ leisten möchte. Regelmäßige Gruppenmitgliedschaft wird nicht erwartet. Wer an dieser Tätigkeit Freude hat und die Kompetenz dazu entwickelt, ist als Gruppenmitglied herzlich willkommen. Weitere Informationen [www.senioren-tat-rat.de](http://www.senioren-tat-rat.de) unter verschiedenen Links, wie z.B. „Navigation -> PC-Ambulanz“ oder „Hinweise -> PC-Ambulanz“. Termine: Jeden 3. Mittwoch, 10 – 12 Uhr. An der Wolfsburg 1. Leitung: Klaus Adolf, Tel.: 0228-61 99 430.

### ■ Arbeitsgruppe „Macintosh“

Macintosh-Freunde (Anfänger u. Fortgeschrittene) finden hier eine Plattform, um ihre Kenntnisse zu vertiefen und Probleme gemeinsam zu lösen. Umsteiger, die Windows unter Mac erproben wollen, sind hier genau richtig. Termine: Jeden 2. Mittwoch, ab 16.15 Uhr. An der Wolfsburg 1. Leitung: Klaus Adolf, Tel.: 0228 - 6 19 94 30.

### ■ Digital Fotografieren

Besonders neue digitale Kameras, deren Technik, und die vielen Einstellmöglichkeiten gilt es kennenzulernen. Auch allgemeine Regeln und Kniffe beim Fotografieren kommen nicht zu kurz. Praktische Dinge stehen im Vordergrund, ebenso werden Fragen wie Dateigrößen (für Archivierung, für den E-Mail-Versand, für die Präsentation) behandelt, wie Bilder aus der Kamera geordnet im Windows-Dateisystem gespeichert werden oder wie deren Einbindung in

Texte erfolgt. Neben technischen Fragen besprechen wir auch Bildaufbau sowie häufige Fehler und Schwächen von Bildern. Alle zwei Monate beschicken wir gemeinsam unsere TuRa-Bildergalerie mit eigenen Bildern zu Themen, die vorher gemeinsam festgelegt worden sind. Am 2. Dienstag im Monat von 10-12 Uhr; An der Wolfsburg 1; Leitung: Günter Reiner, Tel.: 0228 - 97 66 28 33

### ■ Praktikum Bildbearbeitung Gruppe „Einstieg, Wiederholung“

Nicht die Automatikfunktionen stehen im Vordergrund, sondern das Erkennen und Beheben von Fehlern oder Schwächen im Bild. Wir arbeiten gemeinsam und gehen in kleinen Schritten vor: Erstellen eines Bildausschnitts, Verbesserung des Bildeindrucks, Hervorhebungen, z. B. durch Tönen von Einzelheiten, Fotomontage, Fotomanipulation, richtiges Speichern. Vorausgesetzt werden Erfahrung im Umgang mit dem PC, Freude am Fotografieren und die Bereitschaft, sich gemeinsam mit anderen die Feinheiten von Bildgestaltung und -veränderung anzueignen. Es handelt sich um ein Praktikum, daher macht die Teilnahme nur Sinn mit einem Notebook vor Ort im Praktikum oder einem PC zu Hause. Jeder Teilnehmer soll das Gesehene und Gehörte selbst anwenden, erproben und vertiefen. Das Ergebnis: Ihre Fotos werden schöner und gute Fotos werden besser. Der Anfängerkurs trifft sich am 4. Dienstag im Monat von 10 – 12 Uhr. An der Wolfsburg 1. Der Kurs für Fortgeschrittene ist belegt. Leitung beider Kurse: Günter Reiner, Tel.: 0228-97662833.

### ■ Vortragsreihe Reisebilder

Amateur-Fotografen zeigen ihre Dias, Digitalfotos oder Videos von interessanten Reisen und berichten über Land und Leute, Natur und Kultur. Im Anschluss können Erfahrungen und Reisetipps ausgetauscht werden. Gäste sind herzlich willkommen. Eintritt frei. Termin: 09.12.2013 Herr Reiner: „Istanbul“; 16.00 – 17.30 Uhr;

### ■ Autobiografische Schreibwerkstatt

Wir wollen auf Spurensuche gehen – unser eigenes Leben betrachten. Daraus kann ein Beitrag für eine Familienchronik entstehen oder eine Geschichtensammlung für die Familie und andere Menschen. Wir haben alle viel erlebt; wir haben etwas weiterzugeben an die, die nach uns kommen. Reisen Sie mit auf eine spannende Entdeckungsfahrt in die Vergangenheit. Egal ob mit Laptop oder Stapel Papier, kommen Sie auf jeden Fall mit viel Neugierde und Abenteuerlust. Anmeldung erforderlich. Termine: samstags, nach Absprache. Ort: Mehrzweckraum, An der Wolfsburg 1. Leitung: Angelika Rocklage, Tel.: 0172 - 7 13 20 14

### ■ Kurs „Arbeitsgemeinschaft Philosophie“

Was kann ich wissen? Was soll ich tun? Was darf ich hoffen? – Nach Immanuel Kant vereinigt sich in diesen 3 Fragen al-

les Interesse der menschlichen Vernunft. In gemeinsamen offenen Gesprächen und mit Hilfe unterschiedlicher philosophischer Texte beschäftigen wir uns mit ganz unterschiedlichen Positionen zu diesen Grundfragen und entwickeln eigene Vorstellungen. Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, 10 – 12 Uhr. Ort: Vortragsraum, An der Wolfsburg 1. Leitung: Paul Huesmann, Tel.: 0228-9 76 30 85

### ■ Kurs: „Leichte englische Konversation“

In 3 Gruppen haben Sie Gelegenheit, in lockerer Atmosphäre mit einer Muttersprachlerin Englisch zu sprechen. Dabei sollen Sie sich ohne Leistungsdruck über Ihre Fortschritte freuen können. Termine: Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat jeweils

- 09.30 - 11.30 Uhr: (ausgebucht)
- 12.15 - 14.15 Uhr: Einsteiger
- 14.30 - 16.30 Uhr: Fortgeschrittene

Leitung: Elaine Ryan,  
Tel.: 0228-4 33 53 82

### ■ Kurs „Digitale Kunst“

Möchten Sie der digitalen Kunst Ihren Stempel aufdrücken? Entdecken Sie die Darstellung von Formen durch Vektor-Grafiken und -Zeichnungen; bauen Sie sich ein Verständnis von Farbe und Komposition auf. Im Kurs beschäftigen wir uns mit dem Umarbeiten und Zusammenstellen von digitalen Bildern, traditionellen Zeichnungen, Farbe und Komposition. Wir erschaffen Kollagen und Werke fotorealistischer Kunst und nutzen dafür professionelle Hilfsmittel der digitalen Bildbearbeitung. Termine: jeden 1. Donnerstag im Monat; Fortgeschrittene: von 10 – 12 Uhr; Anfänger: von 14 – 16 Uhr. An der Wolfsburg 1; Leitung: Eike Land-Reinhard; Email: selen@dlcom.de.

### ■ Windows 8 + Windows 7: Grundfunktionen beim Notebook

An einfachen Beispielen werden die Basisfunktionen des Betriebssystems MS-Windows erschlossen. Sowohl die Kacheloptik wie auch die altbekannte Startoberfläche sollen in kleinen Schritten funktional erarbeitet werden. Präsentationen, Erläuterungen und eigenes Tun helfen bei der Erschließung der Lerneinheiten. Zu den Themen gehören neben den Bedienungsgrundlagen auch die Einführung in die Computersicherheit, Datensicherung und Computermedien. Einfache Grundanwendungen des Systems für die Internetnutzung, Textverarbeitung und Foto/Videobetrachtung werden erprobt. Voraussetzung ist ein eigenes Notebook. Termine: Beginnerkurs freitags 09.30 – 11.00 Uhr sowie Fortgeschrittenenkurs 11.00 – 12.30 Uhr. (ausgenommen: 1. Freitag im Monat). An der Wolfsburg 1. Tel.: 0228 635532 (Büro). Leitung: Enno Seebens.

## Senioren treffen Senioren

Mittels Chiffre-Anzeige geeignete Partner für gemeinsame Aktivitäten oder sogar neue Freundschaften finden: beim Seniorenbüro Tat und Rat e.V. ist dieser Service für jedermann nutzbar.

### So geben Sie eine Chiffre-Anzeige auf:

Sie schreiben einen formlosen Brief mit ihrem gewünschten Anzeigen-Text und adressieren den Brief an: Seniorenbüro Tat und Rat e.V., An der Wolfsburg 1, 53225 Bonn. Bitte im Briefkopf angeben: Vor- und Zuname, Anschrift, Telefon und, falls vorhanden, E-Mail-Adresse. Ihre Chiffre-Anzeige erscheint dann zum nächstmöglichen Termin.

### Und so antworten Sie:

Sie schreiben einen Brief an die Chiffre-Kennung, zum Beispiel: Hallo 006/08, ... Bitte Ihren Vor- und Zunamen, Anschrift, Telefon, Email, etc. nicht vergessen. Dann stecken Sie Ihren Brief in einen unbeschrifteten Briefumschlag (nur Chiffre-Nr. mit Bleistift vermerken), legen eine 55 Cent-

Briefmarke bei und stecken beides in einen Briefumschlag, adressiert an:

**Seniorenbüro Tat und Rat e.V.**  
An der Wolfsburg 1, 53225 Bonn

Ihr Brief wird von uns nicht geöffnet! Wir versehen Ihren Brief mit der richtigen Anschrift und leiten ihn weiter.

*PS: Wenn Sie auf mehrere Chiffren antworten möchten, schreiben Sie für jede einen Brief und versehen jeden Briefumschlag mit der entsprechenden Chiffre-Nr. (mit Bleistift). Bitte nicht vergessen: Für jeden Brief Porto beilegen! Dann können Sie alle zusammen in einem DIN A5-Umschlag (Porto 1,45 €) an uns schicken und sparen Portokosten. Ihre Zuschriften werden umgehend von uns einzeln und ungeöffnet weitergeleitet.*

Seniorenbüro Tat und Rat e.V.

**Sie, Anfang 60**, sucht nette Menschen für gemeinsame Unternehmungen, Fahrradtouren und schöne Gespräche im Raum Troisdorf - Siegburg - Bonn. (CH 15/13)

**Sie, 70+**, im Herzen junggeblieben, sucht nach dem schmerzlichen Verlust ihres Mannes vor 5 Jahren den Austausch mit einem Gleichgesinnten. Sie ist interessiert an Kunst, Kultur, guten Gesprächen und vielem Anderen. Sie malt und reist gerne, ist passionierte Tierfreundin und möchte dem Leben möglichst viele schöne Stunden abgewinnen. Vielleicht mit Ihnen? (CH 14/13)

**Sie, 74**, sucht Mitspielerinnen für Brettspiele bei sich zuhause (Bonn). Große Auswahl an Spielen vorhanden. (CH 13/13)

**Sie, 60**, sucht in Bonnetten Freundeskreis zum Gedankenaustausch und für gemeinsame Unternehmungen. (CH 12/13)

**Sie, 62**, vielseitig interessiert an Kultur, Natur, Politik, Reisen, Musik, Tanzen sucht nette Menschen für gemeinsame Unternehmungen im Raum Siegburg, Bonn, Köln. (CH 11/13)

**Wer** – in Windeck und Umgebung – hat Lust, mit mir gemeinsam Bücher auf Spanisch zu lesen und sich für Spanisch-Konversation zu treffen? (CH 10/13)

**Wir, (67/49)**, spielen Orgel/ Cembalo und Bratsche/Blockflöten und suchen

Instrumentalisten zur Gründung eines Instrumentalkreises bzw. zum gemeinsamen kammermusikalischen Musizieren. Wer hat Lust? (CH 09/13)

**Wir**, gut erhaltene Baujahre 1940/1942, suchen Kontakt zu humorvollen, junggebliebenen Paaren. Wir lieben Kartenspiele (Canasta), gemütliche Radtouren, politisches Kabarett, Urlaub am Meer und mehr. Interesse? (CH 08/13)

**Sie, 83**, erfahrene Bonnerin, engagiert sich für das Vorhaben, in Burma zu überwintern und freut sich auf entschlossene Gleichgesinnte. Wer macht mit? (CH 07/13)

**Rentnerin, 68**, noch gut zu Fuß und motorisiert, wünscht sich Bekanntschaft mit Natur- und Kulturbefähigung sowie Spielfreude (Doko/Scrabble/Carcassonne) für gemeinsame Unternehmungen. (CH 06/13)

**Sie, 71**, sportlich, liebt Wandern, Musik, Bücher, miteinander reden, und wünscht sich aufrichtige Freundschaft mit Ihm oder Ihr. (CH 05/13)

**Sie, Anfang 60**, Raum Bonn, sucht nette Bekanntschaften für gemeinsame Unternehmungen wie gute Gespräche, Kaffeetrinken und Ähnliches mehr. (CH 04/13)

- Feuerwehr/Notarzt 112
- Arztrufzentrale Bonn 01805-044100
- Arztrufzentrale Rhein-Sieg-Kreis (rechtsrheinisch) 02241-938333
- Arztrufzentrale Köln 0221-19292
- Giftnotruf Bonn 0228-19240
- HsM Handeln statt misshandeln Notruftelefon: 0228-696868
- Krankentransport Bonn 0228-652211
- Krankentransport Rhein-Sieg-Kreis 02241-19222
- Krankentransport Feuerwehr Köln 0221-745454
- Notdienstpraxis im Malteserkrankenhaus Bonn 0228-64819191
- Notdienstpraxis im Ev. Waldkrankenhaus 0228-383388
- Notdienstpraxis der niedergelassenen Ärzte in Beuel 0228-407333
- Privatärztlicher Notdienst – 24 Stunden 0228-19257
- Privatärztlicher Dienst – 24 Stunden 0228-6202010
- Seniorenrecht Rechtsanwälte Rother 0228-92391641
- Seniorenruf Stadt Bonn 0228 / 77-6699
- Senioren-Service Gutmann Unabhängige Wohnberatung 24 Std.-Heimplatzvermittlung 0800 / 278 14 89
- senioertermine.de 0228-559020
- Spedition Keller – Umzüge 0228-675501
- Zahnärztlicher Notdienst 01805-986700
- ZBV - Zentrale für Behindertenfahrten im Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. 0228-40367-0

# Wir, die Wohlfahrtsverbände in der Stadt Bonn

... sind Träger vieler ambulanter Pflegedienste im gesamten Stadtgebiet. Unsere engagierten und qualifizierten Mitarbeiter/innen kommen zu Ihnen oder Ihren Angehörigen nach Hause und informieren Sie umfassend über unser vielfältiges Leistungsangebot.

Eine eingehende Beratung zu Ihren individuellen Bedürfnissen und Erfordernissen sowie zu den Finanzierungsmöglichkeiten ist für uns selbstverständlich.

**Zu unseren Leistungen gehören:**

- Häusliche Kranken- und Altenpflege
- Essen auf Rädern
- Familienpflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Individuelle Beratung
- und vieles mehr ...

**WIR SIND FÜR SIE DA.  
RUFEN SIE UNS GANZ EINFACH AN!**



Mobile Pflegedienste

Bad Godesberg

☎ (02 28) 31 74 46

Duisdorf

☎ (02 28) 62 03 194

**Caritasverband für  
die Stadt Bonn e.V.**



Pflegestation für Bonn

☎ (02 28) 21 34 39

Pflegestation für Bonn Nord-West

☎ (02 28) 68 84 83 - 0

Pflegestation für Beuel

☎ (02 28) 47 37 82

Pflegestationen für Bad Godesberg

☎ (02 28) 9 57 25 - 0 (Süd)

☎ (02 28) 68 83 84 - 0 (Nord)



Diakonisches Werk Bonn und Region –  
gemeinnützige GmbH

**Pflege- und Gesundheitszentrum  
Diakonisches Werk (PGZ)**

Ambulante Pflege und Seniorenarbeit

Godesberger Allee 6 – 8

53175 Bonn

Tel.: (0228) 22 72 24 -10/12

pgz@dw-bonn.de

www.diakonie-bonn.de



Mobile Dienste für Pflege  
und Hauswirtschaft in Bonn

☎ (02 28) 91 45 911