

... kostenfrei mitnehmen!

aktiv termine

APRIL/MAI

- 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 ...

Über 1000 Termine: Kurse und Veranstaltungen in Bonn und dem benachbarten Rhein-Sieg-Kreis



HARMONIE:
PROMINENZ
IM PROGRAMM
Seiten 24



150 JAHRE WIENER
RINGSTRASSE
Seiten 12 - 15



KULTURGESTEIN
IN BAD GODESBERG
Seiten 6 - 9



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

Editorial

Seien Sie begrüßt!

Woran denken Sie, wenn Sie an Griechenland denken? Denken Sie noch an Sandstrände und weißgetünchte Häuser vor blauem Hintergrund? An Feta, Olivenöl und Moussaka? Aristoteles, Platon oder Aphrodite? Oder teilen Sie mit mir den Eindruck, das Griechenland in diesen Tagen offenbar nur noch auf die ihm zugewiesene Rolle als wahrgewordener EU-Schreck reduziert wird? Der Unsummen „versenkt“ hat und deren neue Regierung nichts „auf die Reihe bringt“. Dabei sind die Neuen in Athen erst seit wirklich kurzer Zeit im Amt. Ich will nicht wissen, gegen welche Widerstände sie schon innerhalb ihrer Ministerien und Ämtern zu kämpfen haben. Wie viele altgediente Posteninhaber gehen vielleicht insgeheim davon aus, dass die „Neuen“ auch schnell wieder fort und die früheren Amtsträger zurück sein könnten, und blockieren bis dahin, was sich blockieren lässt.

Und wie verhält es sich erst in Europa oder Deutschland? Jeder weiß, dass Griechenland irgendwann seinen „Schuldenschnitt“ bekommen wird. Aber: Muss man diesen politischen Erfolg ausgerechnet dieser Regierung gönnen? Einer Koalition von links und rechts? Würde man diese Parteien dadurch womöglich in ganz Europa hoffähig machen? Wer jetzt Übles dabei denkt, dass die neuen griechischen Politstars dermaßen in der Kritik stehen ...

Zwar nicht mit allem und auch nicht bei jedem, aber insgesamt in einem sehr unfairen Missverhältnis verglichen mit anderen Staaten und politischen Führungen. Ich erinnere auch gerne noch eben daran, dass man der Berliner Koalition aus CDU/CSU/FDP lange vorgeworfen hat, nach der Regierungsbildung im Oktober 2009 aus taktischen Gründen bis zur Landtagswahl in NRW im Mai 2010 praktisch untätig geblieben zu sein. Rund 200 Tage lang. Wie viel Zeit wird man schließlich den neuen Griechen für die Errichtung einer effizienten Finanzverwaltung zugestehen?

Die Griechen tragen nun die schmerzenden Konsequenzen eigener politischer Versäumnisse, und obendrein die Folgen politischer „Zwangsmaßnahmen“, welche die Troika dem Staat auferlegt hat.

Die „Sparmaßnahmen“ treffen wie immer diejenigen am härtesten, die wenig oder gar nichts haben. (Was im Übrigen auch für die „schwarze Null“ gilt!) In Kauf genommen wurden von den Griechen bislang u. a.: Arbeitslosigkeit, Untergang von Infrastruktur und Bildung. Sparen wird mit dem Abbau der medizinischen Versorgung am eigenen Leibe erfahren, wenn nicht sogar erlitten. Die Reichen zeigen sich leider erwartungsgemäß äußerst unsolidarisch durch rasant zunehmende Kriminalität in Form von Steuerbetrug und -flucht. Die griechische Gesellschaft ist erschreckend schnell am sozialen Abgrund angekommen.

Es ist zu hoffen, dass die kommenden zwei, drei oder vier Monate von Athen oder Brüssel über die Grenzen des Mittelmeerstaates hinaus Bedeutung bekommen, womöglich Geschichte machen. Denn etwas anderes ist auch noch klar: Haben die neuen Kräfte von Athen kein politisches *εὐτυχία*, sprich Glück, scheitern die Verhandlungen und wird das menschliche Elend in Griechenland nicht kleiner, lässt sich ein großer Teil der Verantwortung für alle Zeiten auch an die Entscheidungsträger der Europäischen Zentralbank, des Internationalen Währungsfonds und der Europäischen Kommission adressieren.

Scharfsinn bleibt also bei den Finanzverhandlungen gefragt. Um den parteipolitischen Risiken vorzubeugen, denen sich – allen voran die deutschen Politiker – gegenüber sehen, gibt es wohl nur eine wirklich gute Alternative. Ein diplomatisch-freundschaftliches Hinüberziehen der Protagonisten der neuen Athener Politik in das „Lager der Guten“, zu den Volks- und Mehrheiten beschaffenden Parteien. Die „Troika“ hat ja schließlich auch ein neues „Mäntelchen“ bekommen.

Zum wiederholten Mal habe ich mich in diesem Jahr bereits wegen „Heimkehrer“ geärgert. Auswärts Studierende, die kürzlich ins Rheinland zurückgekehrt sind. Aber Sie sind nicht nach Bonn gezogen. Weil man anderenorts von Bonn eher im Zusammenhang liest oder hört mit bevorstehender Pleite und immenser Kriminalität. Ihr Credo: „Meine Kinder sollen an einem Ort mit Zukunft aufwachsen.“

Mein Verdross gilt nicht denen, die sich für einen anderen Wohnort entscheiden, etwas aber den Medien, mehr der Politik, aber auch den Bürgern, weil sie es zulassen, was gesagt und veröffentlicht wird.

Welche Chancen hat Bonn, langfristig von Bedeutung und somit attraktiv zu bleiben? Kurfürsten haben in Bonn keine Macht mehr, aber auch noch nach 200 Jahren wirkt ihr Nachlass. Das sollte einmal bedacht werden. Doch zu Bonns größtem Glück ist Beethoven hier geboren.

In ein neues Festspielhaus zu investieren, birgt durchaus neue Risiken. Doch in was sollte man in Bonn sonst investieren? In die Ansiedlung neuer Unternehmen vielleicht? Nun gut, aber ohne dass die Gewerbesteuer, bzw. deren Einforderung und Aufteilung zwischen Bund, Länder und Kommunen nicht völlig neu konzipiert worden ist, verbergen sich darin sehr viel höhere Risiken. Ausfall-Risiken. Wer hätte vor 23 Jahren gedacht, dass gerade durch den Berlin-Bonn-Beschluss Bonns Einnahmen wegbrechen? Oder als Verwaltungsstadt? ... Da warten wir wohl besser auch erst einmal ab, was in den kommenden Jahren noch alles nach Berlin abwandert.

Beethoven ist ein Markenartikel. Siehe Seite 4!

Bis zum nächsten Mal.
Ihr Detlef Hipp

■ VERBRAUCHERINFORMATIONEN

Messe in Lohmar: Mitten im Leben 5
Sprechstunden der Politik 22

■ BAD GODESBERG ENTDECKEN

„In der Praxis, nichts in der Theorie“,
Intendant Walter Ullrich im Gespräch mit
Andreas Lüderitz in der Reihe KultUrgesteine
aus Bad Godesberg 6 – 9
„Bessere Burger“ Deutschlands erstes
inklusive Better-Burger-Restaurant 10
Sport mit Stil für Leute
mit Fingerspitzengefühl 11

■ REISEN

Starparade der Prachtfassaden
von Dr. Bernd Kregel 12 – 15

■ GESUNDHEIT

Sport für Wiedereinsteiger
Gesundheitssportangebote beim vfb 23

■ AUSSTELLUNGEN

13. HofArt in Wachtberg
Kunst/Kunsth Handwerk/Party 4
Einen festen Platz im Perthes-Heim
Eine Schenkung von Dr. Til Macke 16
Mackematik
Eine Vase kommt zurück 16
Kunst in der Kaiser-Karl-Klinik
Traum Raum Dagmar Laustroer und
Petra Christine Schiefer 33

■ KONZERT

„Echoes“ A Tribute to Pink Floyd
Termine April/Mai in der Harmonie 24

**aktiv
termine**

■ TERMINE

■ Adressen der Anbieter Seiten 26
■ Medientechnik, Internet,
Computer, Digitalfotografie 17
■ Regelmäßige Angebote 18 - 25
■ Einmalig stattfindend: Lesungen,
Gespräche, Seminare, Eröffnungen,
viele weitere Angebote 27 - 33

■ Tat und Rat

Gruppen und Aktivitäten 34/35
SeniorenTreff 35

■ ALLGEMEIN

Impressum 30
aktiv im Abo 30
Wichtige Telefonnummern 35

Titelfotos: Amerikanische Siedlung in
Bonn-Bad Godesberg. © D. H.,
Paar im Vordergrund: © Fotolia, Robert Kneschke

WAHRNEHMUNG



Wird man in Europa in 20 Jahren noch Marlboro kennen? Ziemlich sicher nicht, wie aktuelle Wahrnehmungsforschung belegt. Wird man Bonn noch mit HARIBO in Verbindung bringen? Mit der POST, die schon lange eigentlich DHL heißt, der Bundesregierung, die bald ein Vierteljahrhundert in Berlin sitzt?

Beethoven ist dagegen eine absolut wertbeständige Marke. Unverwechselbar und nahezu konkurrenzlos. Nur Wien reklamiert ihn noch für sich. Dort wurden in Beethoven – und in Salzburg für Mozart – investiert, und es werden jährlich Hunderte Millionen an Einnahmen mit Touristik, Konzert und Handel generiert.

Wo wollte Bonn überhaupt so viel sparen, dass der Haushalt zu Lebenszeit eines heute neugeborenen Bonners wieder schuldenfrei wird? Oder dass es darüber hinaus Nutzen bringt? Beziehungsweise so viel einnehmen, dass es spürbar würde. Kaum nur mit Gebühren- und Grundsteueranhebung. Das finanziert noch nicht einmal die Zin-

sen, sollten sie wieder anziehen.

Bonn muss vor allem neue, langfristig zuverlässige Einnahmequellen schaffen!

Die größten Chancen liegen zum Greifen nahe. In einer Zukunft, in der immer mehr Menschen weniger Arbeit leisten brauchen und stattdessen über sehr viel mehr Freizeit verfügen, sind Kultur und Tourismus *das* wirtschaftliche „Dream-Team“. Hier darf, hier muss Bonn investieren. In seine Freizeit-, in sein Kulturangebot. Vor allem in Beethoven. Und zwar sofort, damit der klitzekleine Vorsprung, den es gegenwärtig diesbezüglich vielleicht hat, nicht bis 2020 verloren geht. Die Internationalen Beethovenfestspiele, das Beethoven Orchester Bonn und das Beethovenhaus sind die Ausgangsbasis, das Telekom-Engagement und das von 5000x5000 für ein neues Festspielhaus *die* zukunftsorientierte Initiative.

Politik, Wirtschaft und Bürger in Bonn könnten in den kommenden fünf Jahren ihre Beethoven-Chance noch wesentlich stärker wahrnehmen. Wollen sie?

8. - 10. MAI 2015

HofArt KUNST/KUNSTHANDWERK/PARTY WACHTBERG

13. HOFART

Freitag, 8. Mai 2015, 19.00 Uhr
Eröffnung durch Julia Schuch, Metzgerie Koblenz,
Jazz bei Wein und Kerzenschein, es spielt: ‚Vintage‘
Samstag, 9. Mai 2015, 14 bis 19 Uhr
Sonntag, 10. Mai 2015, 11 bis 18 Uhr

Weitere Informationen:

Josef und Bärbel Kemp
Holzemer Str. 4, 53343 Wachtberg-Villip
Tel.: 0228/321274 oder 0151/59416629
www.DrehArtKemp.de



Ausstellung traditioneller Handwerkskunst in authentischer fränkischer Hofanlage.

Der Gastgeber Josef Kemp hat acht Künstler mit unterschiedlichen Begabungen – Textil, Papier, Keramik, Druck, Holz, Glas, Edelmetalle, Bildhauerei, eingeladen, ihre Werke für zwei Tage und

einem Vorabend einer äußerst interessierten Öffentlichkeit vorzustellen.

Künstler-Info:

www.moeller-hamburg.com
www.gerard-paperworks.com
www.schillo-keramik.de
www.DrehArtKemp.de
www.ruth-schroer.de
www.sidika-kordes.de
www.artebeate.de
www.somatiana.de



Ihre hochwertigen KUNSTSAMMLUNGEN und ANTIQUITÄTEN versteigern wir in Bonn und international zum Höchstpreis.



WWW.ZENGEN.DE

Stiftsstraße 2 – 4, 53225 Bonn
Tel. 02 28 / 46 19 55, info@zengen.de



VON ZENGEN
KUNSTAUKTIONEN

Wir freuen uns über Ihren Anruf oder Ihre E-Mail.
Dr. Stefan Püngel und sein Expertenteam beraten Sie gerne kostenfrei und unverbindlich.

Für unsere Auktion am 19./20. Juni 2015 nehmen wir Ihre Einlieferungen bis zum 20. Mai 2015 entgegen.



MITGLIED IM BDK
BUNDESVERBAND DEUTSCHER
KUNSTVERSTEIGERER E.V.



Schnuppern Sie gesunde Nordseeeluft am UNESCO-Welterbe Wattenmeer; mit Ausflügen zur Meyer-Werft in Papenburg, nach Jever mit Schlossführung, nach Carolinensiel und zum malerischen Fischerhafen von Neuharlingersiel. Bei einer historischen Torfkahnfahrt gleiten Sie gemächlich entlang von Hochmoorsiedlungen und landschaftstypischen Windmühlen, Sie schippern übers Meer zur Insel Norderney und genießen die Ostfriesische Teezeremonie mit Kuchen

Wittmund - typisch Ostfriesland!

7 Tage 30.05.-05.06.15 € 749,- p.P. in DZ/HP

(EZ/HP € 824,-) Sie wohnen im 4-Sterne Ringhotel Residenz in Wittmund, direkt am Marktplatz

mit perfekt eingespieltem Taxi-Service!

Katalogbestellung und Buchung:

0221 - 3402880 Felix Reisen GmbH
Industriestraße 131b · 50996 Köln

www.felix-reisen-koeln.de

3. MAL: MESSE MITTEN IM LEBEN

Älter werden mit Genuss!

In der Lohmarer Jabachhalle stellen Mitte Mai Unternehmen, Vereine, Gruppen, Organisationen und gemeinnützige Einrichtungen aus der Region Lohmar ihre Angebote und Produkte vor. Zum Rahmenprogramm gehören Vorführungen, Mitmachaktionen, Beratungen, Informationen und diverse Vorträge zu allen Themen des aktiven Lebens sowie ein vielfältiges Bühnenprogramm.

Service und Produkte

- Gesundheit, Mobilität
- Freizeit und Hobby, Sport, Fitness
- Reisen, Tourismus
- Lifestyle, Mode, Accessoires, Wellness, Beauty
- Recht, Soziales, Vorsorge, Bestattungsvorsorge
- Sicherheit (Feuerwehr, Polizei, THW)
- Finanzen, Versicherungen
- Barrierefrei Wohnen
- Wohnen mit Service und Pflege
- Hilfen im Alltag
- Ehrenämter/soziales Engagement
- Kommunikation, neue Medien
- Kulinarisches, gesunde Kost aus der Region
- Kochvorführungen

Mitmachaktionen (Auszug)

- Tai Chi, Aikido
- Chi Gong, Yoga
- „Demenzparcours“
- Mitsingen
- Rückengymnastik
- Beckenbodengymnastik
- Sturzprophylaxe
- Selbstverteidigung für Ältere
- Sport und Reha-Sport

Vorträge (Auszug)

- Rechtzeitig vorsorgen - Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung; Bestattungsvorsorge
- Rund um die Rente
- Sucht im Alter
- Stress im Alltag
- Gesundheit im Alter
- Ernährung bei Übergewicht
- Osteopathie
- Sport für Ältere
- Herz-Kreislauf-Schlaganfall-Infarkt
- Sicherheit: Einbruch, Online-Banking, Internet
- Seniorengerechtes Gärtnern

Außenbereich

- Vorführungen Lohmarer Organisationen (Feuerwehr, Malteser)
- Mobilitätshilfen mit Probefahren (Elektromobil, Elektro-Scooter, Elektrorollstühle, E-Bike),
- Autohäuser (Fahrzeuge mit speziellem Komfort für Senioren)
- Autocrash-Test ADAC, Segway Parcours, Sicheres Autofahren
- Sicherheit ist Einstellungssache
- Fünf-Sterne-Komfort-Reisebus
- Planwagen

16./17. MAI 2015 - JABACHHALLE - DONRATHER DREIECK 1 - 53797 LOHMAR

Öffnungszeiten

Sa, 16.5.2015 von 13 - 18 Uhr;
So, 17.5.2015 von 11 - 18 Uhr;

Eröffnung

Sa, 13.5.2015, 13 Uhr
durch den Schirmherrn,
Bürgermeister Horst Krybus

Veranstalter

50+ aktiv in Lohmar
(Ehrenamtliche aus der Lohmarer
Seniorenarbeit,
Dieter Decker, Tel 0174 3910346)
in Kooperation
mit der Stadt Lohmar

web und weitere Infos:

www.lohmar.de/familienfreundlichkeit-bildung-und-kultur/senioren/3-messe-mitten-im-leben/



Setzen Sie diesen Messe-Flyer auf Ihre Homepage - erhältlich unter oben genannten Link - unterstützen Sie so die Messe - nehmen Sie an der Verlosung eines Gutscheins für 1000 Langdin-Flyer-Drucken teil!



Unser größter Gewinn: Die Lebensfreude ...

Wir haben uns rechtzeitig und ausführlich informiert und uns dann für das Wohnstift Beethoven entschieden. Hier wohnen wir in niveauller Nachbarschaft, verfügen über unsere unantastbare Privatsphäre, genießen Sicherheit und Service, anspruchsvolle Freizeitangebote, ein sehr gutes Restaurant, ein 31° C warmes Hallenbad, Tiefgarage und sehr vieles mehr.

Zum Beispiel Wohnungstyp E mit 62 m²: Wohnzimmer, Schlafzimmer, Diele, Küche, Bad, Balkon/Loggia, Kellerabteil.

Pensionspreis für 2 Personen
inkl. aller NK, Reinigungsservice,
tägl. 3-Gänge-Wahl-Menü, Notruf,
Veranstaltungen und sehr
vielmehr
schon ab **2.826,-€**

WOHNSTIFT
BEETHOVEN

Die 1. Klasse für Senioren



Auf Wunsch: Pflege/Betreuung, rund um die Uhr, in unserer Wohnung oder in unserem freundlich gestalteten Pflegewohnbereich."

Wfl. 31 bis 110 qm. Reservieren Sie sich Ihre Wunschwohnung! **Informationen:**

0 22 22 / 73 - 512, Sylvia Fischer

IDEAL BORN



Unser Video ...
auf unserer Website
oder als DVD auf dem Postweg.



Wohnstift Beethoven • Siefenfeldchen 39, 53332 Bornheim • www.wohnstift-beethoven.de

„IN DER PRAXIS, NICHTS IN DER THEORIE“

IN UNSERER NEUEN SERIE KULTURGESTEIN STELLEN WIR PERSÖNLICHKEITEN VOR, DIE SICH SEIT VIELEN JAHREN ENGAGIEREN UND SOMIT DAS STADTBILD GEPRÄGT HABEN.

KULT URGESTEINE



KultUrgesteine ist auch eine Cross-Media-Initiative für mediengerechtere Kommunikation. Ihre Initiatoren, Projektleiter Andreas Lüderitz *Paul Company*, Uwe Treskati *Bonner Szene TV* und Detlef Hipp *Herausgeber von aktiv Termine*, wollen Druck- und Onlinemedien – ihren jeweiligen Stärken entsprechend – miteinander verknüpfen und dadurch sowohl die Aufmerksamkeit für hochwertige Inhalte sowie ihren Erlebniswert fördern.

Einen Auszug aus dem KultUrgestein-Interview mit Walter Ullrich lesen Sie auf den folgenden Seiten. Das vollständige Interview hat am 2. April 2015, um 17 Uhr, im web-TV Premiere: www.bonner-szenetv.de Anschließend bleibt es noch bis zum 27. Mai 2015 online.

Andreas Lüderitz,
KultUrgesteine, Paul Company

AL: Ich begrüße Sie zu unserer ersten Ausgabe KultUrgesteine! Mich freut sehr, Walter Ullrich vom Kleinen Theater in Bad Godesberg für das Premiere-Interview gewonnen zu haben.

Herr Ullrich, wann haben Sie begonnen, dieses Haus zu übernehmen und einzurichten? Seit wann sind Sie in Godesberg tätig?

WU: Ich bin 1946 nach Bad Godesberg gekommen. Hier gab es ein Theater, das hieß zunächst „die Komödie“ und wurde geleitet von einem berühmten Kabarettisten, Max Wendler, einem Godesberger Urgestein, von ihm bin ich hier als junger Anfänger engagiert worden. Eines Tages habe ich in der Ubierstraße mit einem Freund ein altes Fahrrad gesucht. Der Freund führte mich in einen wunderschönen großen Keller, und ich fragte ihn: „Was machst du denn mit dem Keller?“ „Nix“, sagte er, „den kannst du haben, wenn Du willst.“ Da habe ich gedacht „Der ist so schön groß, darin könnte man ein Theater einrichten.“

Tatsächlich habe ich das Theater dort aufgemacht ... und wir sind mit großen Schwierigkeiten gestartet, denn Bad Godesberg war uns nicht so wohl gesonnen und hat es uns nach einer Woche gleich wieder zugemacht auf Grund von fehlenden baupolizeilichen Vorschriften. Ich habe aber am 7. Januar 1959 wieder eröffnet und anschließend, dort unten in diesem Keller, 12 Jahre Theater gespielt.

Es war sehr beliebt, war immer gut besucht, ich hatte wohl auch den richtigen Nerv dafür, das zu bringen, was die Godesberger sehen wollten, obwohl ich einen sehr anspruchsvollen Spielplan hatte.

Dann wurde Bonn Bundeshauptstadt. Was dazu führte, dass die Ubierstraße ständig verbreitert wurde. Die schöne Allee verschwand, die großen herrlichen Kastanienbäume wur-

den gefällt und der Verkehr rückte nach und nach bis auf eineinhalb Meter an unsere Fenster im Souterrain heran.

So war dort nicht mehr zu spielen, denn wenn draußen ein Lastwagen vorbei fuhr, mussten wir eigentlich unterbrechen. Damit unsere Zuschauer dem Text folgen konnten, haben wir oft gewartet, bis der Lastwagen wieder weg war.

Das Theater hätte geschlossen werden müssen. Aber viele Godesberger haben sich dann zusammen getan und einen Theaterbauverein gegründet, mit mehreren hundert Mitgliedern und unter der Führung eines Journalisten: Dieter Gerber vom General-Anzeiger. Sie haben erklärt: „Wir wollen dem kleinen Theater ein anderes Haus schaffen.“

Es gab unendlich viele Versuche, bis durch die Eingemeindung dieses Haus hier leer stand – beziehungsweise: es war Sitz der Godesberger Bürgermeister, aber wir brauchten ja keine Bürgermeister mehr! So haben der Theaterbau-Verein und mit ihm einige Stadtverordnete sich dafür eingesetzt, dass dieses Haus fürs kleine Theater zur Verfügung gestellt wurde.

Am 30. Juni 1969 – in der Nacht – hörte Bad Godesberg auf zu existieren. Kurz vorher gab es eine Stadtratssitzung, in der der Godesberger Stadtrat quer durch alle Fraktionen beschlossen hat, das Kleine Theater kriegt dieses Haus. Es wurde dann noch in der Nacht ein Mietvertrag gemacht ... der für mich auf der einen Seite sehr teuer war, auf der anderen Seite sehr günstig. Denn die Stadt Godesberg sagte: wir können nichts dazu tun, Herr Ullrich, sind Sie bereit, die ganzen Kosten restlos zu übernehmen. Wagemutig wie ich damals als junger Mensch war, sagte ich ok, ich nehme das Risiko auf mich, ich schaffe das.





KultUrgesteine – Premiere im web-tv am 2. April 2015, 17.00 Uhr

Ja, dann sollte mir das Haus Anfang Januar übergeben werden, aber das geschah nicht. Ich hatte alles vorbereitet, die Baupläne waren fertig, aber ich erfuhr dann, „Du pass auf, die geben Dir das Haus gar nicht, die sind dabei zu gucken, ob Du unter der Stadthalle einen Keller gebaut bekommst oder sonst was“. Auf meine Nachfrage warum: Ja, der Bonner Oberbürgermeister hat gesagt, er bräuchte schließlich auch eine Residenz in Bad Godesberg, das Haus sollte für seine repräsentativen Zwecke bleiben ... Mehrere Tage lang, im Januar, Anfang Januar, habe ich dann versucht, die Übergabe zu organisieren, aber es war niemand mehr für mich zu sprechen. Der Architekt ist irgendwann rüber gegangen und hat die Schlüssel geholt, um etwas nachzumessen, inzwischen hatte ich die Baufirmen verständigt und ihnen gesagt, stellt Euch bitte auf den Stadtratparkplatz, fahrt bitte nicht hier vor, ich muss erst mal sehen, wie wir reinkommen. Jedenfalls, die Schlüssel kamen, wir schlossen auf, ich habe die Baufirmen gerufen und dann wurde hier gearbeitet und gebaggert.

Das Haus ist mir nicht offiziell übergeben worden, ich hatte aber einen Mietvertrag. Ich war also ein Hausbesitzer mit gültigem Mietvertrag.

AL: Kulturelle Instandbesetzung?

UL: (lacht) Ja sozusagen, ja was soll ich Ihnen sagen, ich habe gewartet, denn jetzt wird ja wohl jemand von der Bauaufsicht der Stadt kommen und fragen, was machen Sie hier? Es kam aber niemand! Ich habe hinterher erfahren, dass man drüben in der Stadtverwaltung so gegen halb elf feststellte, was hier lief, ein fürchterlich schreckliches Geschrei erhob und Geschimpfe, aber ich war ja darauf vorbereitet, hatte auch die Presse informiert ... da gibt es heute sicherlich großen Kladderadatsch, haltet Euch mal mit Fotografen bereit ..., es kam niemand – es ist bis heute keiner gekommen.

Bitte umblättern ...

Walter Ullrich, Intendant
des Kleinen Theaters in
Bonn-Bad Godesberg



Leyendeckers

Herrenmoden

Die Entscheidung für das Bessere



Bonn-Bad Godesberg, Am Theaterplatz 1a

Tag und Nachtwäsche sowie Strümpfe in allen Größen mit fachkundiger Beratung. Große Damenwäsche- und Damenstrumpfabteilung. Marken: Eterna, Elbeo, Falke, Jockey, März, Peter Scott, Schiesser, van Laack und viele weitere.

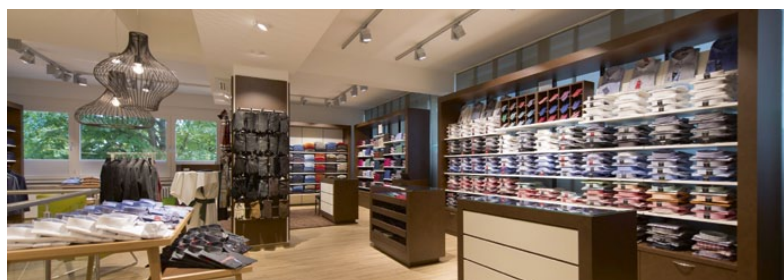


Bonn-Bad Godesberg, Am Fronhof

Die feine Herrenkonfektion: Mäntel, Jacken und Anzüge, Sakkos, Hosen (auch Waschmaschinen-waschbare).
Unsere Marken: Eurex by Brax, Bogner, Eduard Dressler, Hiltl, Schneiders-Salzburg und weitere.

Bei Ihnen zu Hause

Mit einer Auswahl an Mode besuchen und beraten wir Sie in Ihrer Wohnung. Rufen Sie uns zur Terminvereinbarung an: 02 28 / 36 45 93 oder per Email: leyendeckers@ukd.de



Als Größenspezialist bekannt ...

Leyendeckers ist über die Grenzen Bonns hinaus als Spezialist für feine Herrengarderobe mit großer Auswahl in allen Größen bekannt:
Normal: 44 - 62 • Untersetzt: 23 - 33 • Halbe Untersetzt: 25,5 - 32,5
Schlank: 94 - 114 • Kragenweite: 37 - 48 • Sollte Ihre Größe einmal nicht verfügbar sein, bestellen wir diese gerne für Sie.

www.leyendeckers.de

1100 qm Marken-Mode, freundliches Fachpersonal, ruhige Atmosphäre.



Ich habe gebaut, das Haus wurde fertig, am 17. September habe ich eröffnet und es wurde sehr lustig, denn es waren viele Stadtverordnete dagegen gewesen, doch ich hatte sie alle eingeladen. Das ist die Geschichte! Seit 1970 sitzen wir jetzt hier, der Vertrag musste auf 50 Jahre abgeschlossen werden, die Stadt Bonn wollte keinen Pfennig dazu tun, sie wollte auch schon keinen finanziellen Obulus entrichten für den Bau. Das Land hat sich aber bereit erklärt, einen Zuschuss zu leisten und ich habe somit über eine halbe Million verbaut, bis das Haus als Theater fertig stand. Meine Gagen von über 100 Filmen, Fernsehspielen und Synchronfilmen sind dabei draufgegangen. Das war es mir wert, denn der Vertrag musste für fünfzig Jahre geschlossen werden, sonst hätte das Land keinen Zuschuss geleistet. Und diese fünfzig Jahre sind am 30. Juni 2019 vorbei und das heißt, an diesem Tag muss ich das Haus der Stadt zurückgeben. Da ich dann ja auch in einem biblischen Alter bin, werde ich mich anschließend wohl langsam zur Ruhe setzen.

AL: Sie sind Schauspieler, Sie sind Regisseur und Sie sind doppelter Intendant, denn Sie haben ja nicht nur ein Haus, Sie leisten sich den Luxus, gleich zwei Häuser zu gestalten. Wo haben Sie Ihr Handwerk gelernt?

WU: Nur in der Praxis. Ich bin im März 1945 noch eingezogen worden zum Volkssturm und fand mich dann bei Kriegsende in den Trümmern der kurz vorher zerbombten Stadt Halberstadt wieder. Dort hatte ich eine Tante, zu der ich mich flüchtete, und bei dieser Tante wohnte ein Opersänger. Wir kamen ins Gespräch und er erzählte mir davon, dass „sie“ zum russischen Stadtkommandanten gehen würden mit der Frage, ob sie das Theater, das leider auch zerbombt war, in Halberstadt eröffnen dürften. Mit „ihnen“ bin ich also mitgezogen: da war noch ein Bühnentechniker, ein Musiker und so weiter. Wir waren also mit sieben Personen beim russischen Stadtkommandanten erschienen und erklärten, dass wir gerne das Stadttheater eröffnen würden. Der perfekt deutsch sprechende Russe schaute uns an und fragte, wo hier in unserer Zone bereits ein Theater spielt ... dann wollen wir sofort damit anfangen, gab alle Vollmachten, beschlagnahmte die Kantine von Heines Würstchenfabrik, die einen wunderschönen Theatersaal hatten und wir konnten dort anfangen zu spielen.

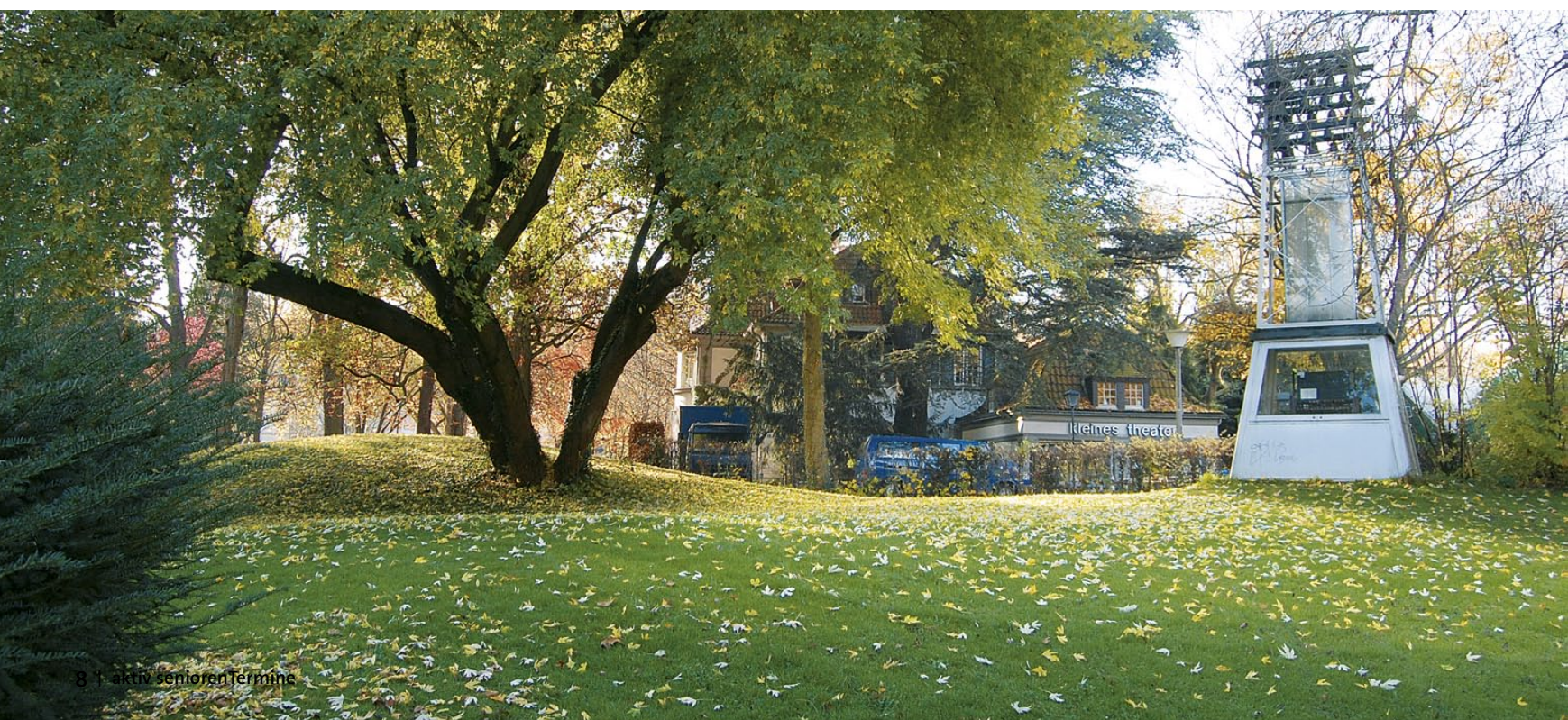
Das war eine sehr interessante Zeit, denn da wir in Heines Würstchenfabrik lebten, konnten wir auch an der Werksverpflegung teilnehmen, ich habe so viele Würstchen gegessen in dieser

Saison, dass ich noch bis heute keine Würstchen mag. Gut, man hatte im Krieg so viel gehungert ... gegen Ende der Spielzeit.

Ich blieb ein halbes Jahr in Halberstadt, dann legten die Russen Pflichtarbeiten auf. Es hieß eines Tages, auch das Theater müsse sechs Personen abstellen, nach Bernburg, dort wird eine Zuckerfabrik abgebaut. Aber wer hätte mir garantiert, dass ich die nicht in Sibirien wieder hätte aufbauen müssen?

Das war mir dann doch zu gefährlich, an diesem Tag bin ich abgehauen gen Westen. Das war damals noch kein Problem, die Grenze war ja noch nicht gesichert. Wie ich hinterher gehört habe, war gleich morgens um 8.00 Uhr – nachdem ich um 7.00 Uhr nicht am Bahnhof erschienen war – die erste Streife bei mir und suchte mich.

Somit kam ich nach Bad Godesberg, 1946. Und hier war der Max Wendler, der gerade auch ein Theater eröffnet hatte. Bei ihm habe ich mich vorgestellt und er hat mich dann als Anfänger engagiert. Ich habe alles in der Praxis gelernt, alles ... vom Plakat aushängen, vom Vorhang ziehen, hinter der Bühne mitwirken, auf der Bühne selber stehen.



Ich hatte natürlich den Vorteil, dass beide Eltern am Theater waren: mein Vater war Schauspieler und Spielleiter, meine Mutter Opersängerin. Ich habe also in allerfrüherster Jugend schon Theater gespielt, mit drei oder vier Jahren den Butterfly-Knaben, und ich blicke auf eine achtzigjährige Bühnentätigkeit zurück, das kann kaum einer von sich behaupten. Sollte ich dann einmal in die Theatergeschichte eingehen, dann mit dem Attribut, hier ist ein Mensch, der hat ein Theater gegründet und es auch sechzig Jahre geleitet – ich glaube, da gibt es in Deutschland keinen mehr, da bin ich jetzt der Einzige. Gelernt habe ich in der Praxis, nichts in der Theorie. Ich sage immer: *ich habe nichts gelernt, aber ich kann alles.*

AL: Welche Persönlichkeiten des Theaterlebens haben Sie geprägt?

WU: Wir hatten damals am Theater sehr viele große Künstler. Ich habe noch mit Schauspielern gearbeitet wie Eugen Klöpfer. Das war damals, in der Zeit, als Emil Jannings und Heinrich George berühmte Schauspieler waren – die vor dem Krieg und während des Krieges berühmt waren. Davon habe ich sehr viele

kennengelernt und mit denen auch gearbeitet. Ich habe

mir – als ich mein eigenes Theater hier hatte – auch immer sehr bekannte Regisseure geholt, Karl Heinz Strucks, Kurt Hübner, Ephraim

Kishon hat hier Regie geführt und Professor Ulrich aus Erfurt. Viele, die hier gearbeitet haben, waren bekannte Theaterleute, und schließlich habe ich mir, weil das sehr zugkräftig war, die ganze UFA als Gäste geholt. Es gibt keinen berühmten UFA-Schauspieler, der hier nicht gespielt hat. Von Marika Röck bis Lilian Harvey, von Carola Höhn bis Lil Dagover oder Albrecht Schönhals. Es waren auch immer große Erfolge, denn ihre Filme waren ebenfalls bei den Leuten sehr beliebt, und es war fürs Publikum unheimlich interessant, diese Leute jetzt einmal aus nächster Nähe auf der Bühne zu sehen. Also zum Beispiel war es bei Lilian Harvey so: wir hatten fünfzig Vorstellungen geplant und haben hundertdreiundfünfzig gegeben. So groß war die Nachfrage. Daraus bildeten wir uns auch ein finanzielles Rückgrat.

AL: Sie haben ja nun eine Reihe von Persönlichkeiten, mit denen Sie gearbeitet haben, erwähnt. Gibt es denn noch jemanden, den Sie gerne hier im Hause auf der Bühne hätten?

WU: Nein, wenn ich Wünsche habe, dann erfülle ich sie mir. Unsere nächste Produktion beispielsweise, es sind drei Leute drin, die ich in Aufführungen gesehen habe. Es ist ein Regisseur, wie ich selten einen guten kennengelernt habe, er heißt Frank Matthus und hat dieses Stück „Beethoven oder die 33 Variationen“ bereits für eine Tournee inszeniert. In der Hauptrolle die sehr bekannte Schauspielerin Cordula Trantow – die habe ich engagiert, und den Beethoven hat in einmaliger Art Peter Schmidt-Pavloff gespielt – auch den habe ich engagiert. Wenn ich Leute haben will, dann kriege ich sie auch. Meist führe ich sie dann erst hier in das Kleine Theater, damit sie dann sagen: *Oh Gott, wie viele Plätze haben Sie denn, ja 160, ja um Gottes Willen, wie können Sie denn dann meine Gage bezahlen? Ja, sage ich, dann müssen wir reden, nachdem Sie ja jetzt das Haus gesehen haben und nicht erwarten, dass jeden Abend 1000 Leute hier sitzen.* Aber die Schauspieler sind alle sehr vernünftig und sehen, dass man nicht mehr zahlen kann, als man einnimmt. Wir haben ja kaum Zuschüsse.

AL: Wie hat sich das Theaterleben verändert in der heutigen Zeit?

WU: Gutes Theater geht auch heute noch. Aber ich sehe manchmal Aufführungen, wo ich mich frage, was hat sich der Regisseur dabei gedacht? Das hat mit Theater bzw. mit dem Stück überhaupt nichts mehr zu tun. Ich nenne Ihnen ein Beispiel: als ich hier den Faust inszeniert habe, musste ich doch mal gucken, was die anderen so machen. Ich war in einer Aufführung in Essen, und in einer Traumsequenz saßen 12 splitternackte Mädchen auf Eimern und verrieten ihre Notdurft! Ich habe mir Fotos davon aufgehoben, denn wenn ich das heute erzähle, glaubt mir das kaum noch jemand, die ganze Aufführung war so.

Wir bemühen uns, jede Aufführung so genau wie möglich – und auch so historisch wie möglich – zu inszenieren. Ich hasse das, wenn ich in ein Stück gehe und es ist alles nicht mehr das, was es einmal war. Ich muss doch nicht Nathan in Palästina spielen, die Themen sind dieselben – für die heutige Zeit und für die damalige Zeit. Man muss nicht alles modernisieren. Ich sehe manche Inszenierungen, die sind so merkwürdig, ich glaube, als Schauspieler wäre ich da abgekommen vom Theater. So könnte ich nicht Theater spielen. Meine Art kommt halt an, wir haben keine großen Besucherprobleme.

AL: Wie soll es denn einmal weiter gehen? Würden Sie einem Nachfolger oder einer Nachfolgerin den Weg ebnen, dieses Haus zu übernehmen? Wie schwer ist es, als Intendant Ihrer Größe auch an den Abtritt von der Bühne zu denken?

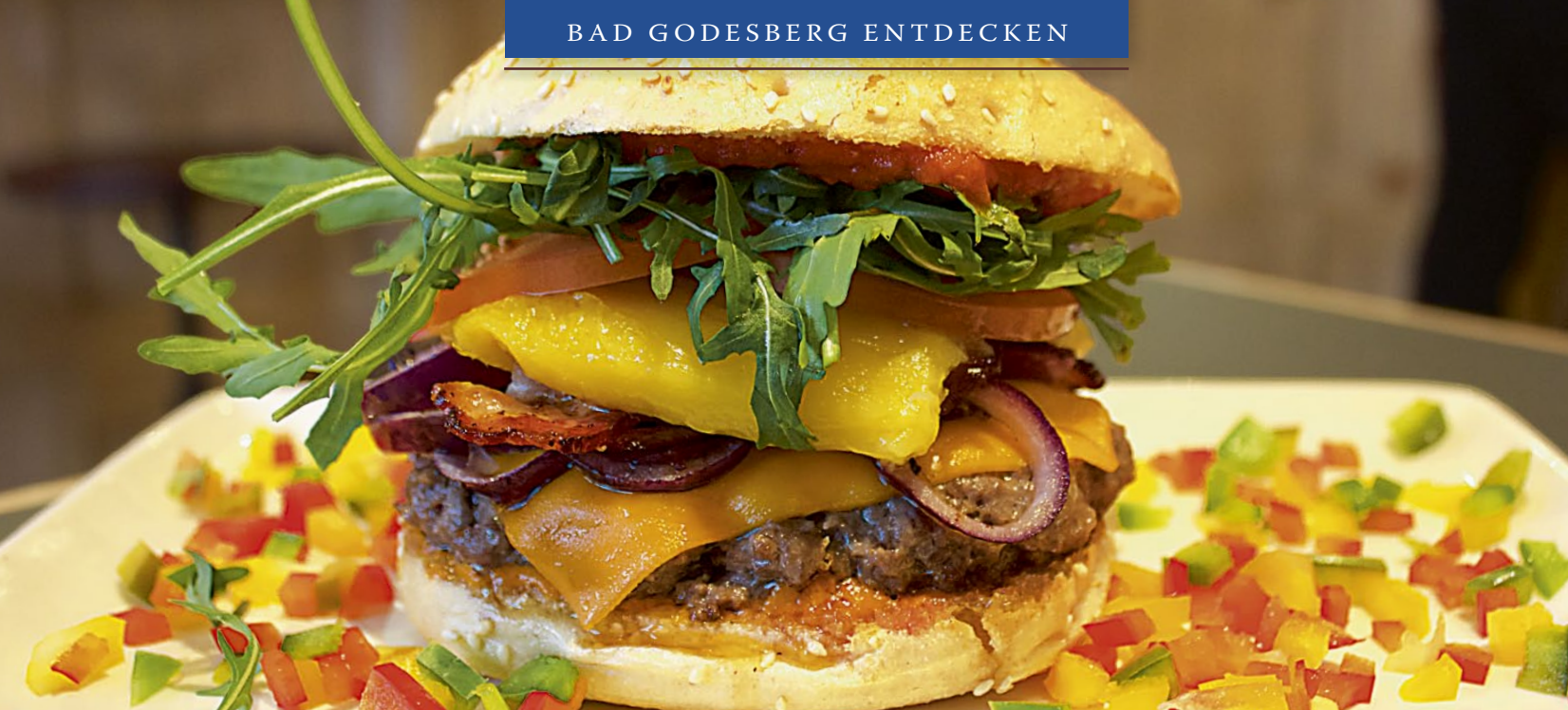


WU: Man muss ja nicht gänzlich abtreten. Ich habe viele Kollegen, bei denen ich natürlich noch gastieren könnte. Den Nathan würde ich noch etliche Jahre spielen und viele andere Rollen auch, zum Beispiel den King Lear. Ich muss nicht gänzlich dem Theater Adé sagen, das würde ich bis zur letzten Minute nicht tun. Die Aufgabe, zwei Theater zu leiten, ist natürlich schon eine Menge Arbeit, und dann ist irgendwann das körperliche Ende da.

Im Moment bin ich 83 und wenn mein Vertrag abläuft, bin ich 88, damit hat die Natur schon eine gewisse Grenze gesetzt. Ich kann ja froh sein, wenn mich der liebe Gott überhaupt solange hier lässt.

AL: Herr Ullrich, ich danke Ihnen ganz herzlich für dieses intensive und interessante Gespräch und wünsche Ihnen alles Gute.

Im nächsten Interview unterhält sich Andreas Lüderitz mit der populären Theater- und Fernsehschauspielerin Heide Keller, bekannt u. a. aus der ZDF-Serie „Das Traumschiff“.



Ein frischer Wind weht im traditionsreichen „Textilhaus Schneider“ am Bad Godesberger Moltkeplatz: Hier findet sich seit vergangenem Herbst mit dem „Godesburger“ Deutschlands erstes inklusives Better-Burger-Restaurant, das neben regionalen Produkten auch auf die Verwendung ökologischer und kompostierbarer Verpackungen für den Außer-Haus-Verkauf setzt.

„Bessere Burger“ im Herzen von Bad Godesberg

Burger-Restaurant als inklusives Leuchtturmprojekt

Inklusiv bedeutet im Fall des Godesburgers, dass jeder Zweite der dort beschäftigten Mitarbeiter behindert ist. „Mit unserem inklusiven Restaurant zeigen wir, dass ein selbstverständliches Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung am Arbeitsplatz nicht nur eine Wunschvorstellung ist, sondern sehr gut in der Praxis funktioniert“, erklärt Wolfgang Pütz, Geschäftsführer der PRIMA Gemeinnützige Einrichtungen Bonn GmbH, die den Godesburger betreibt. Ein Punkt, den auch Peter Kox (SPD), Vorsitzender des Ausschusses für Soziales, Migration, Gesundheit und Wohnen der Stadt Bonn, anlässlich der Eröffnung des Restaurants unterstreicht: *„Dieses Restaurant soll ein Leuchtturm werden auf dem Weg zu einer inklusiven Stadt. Daher haben wir das Projekt aktiv gefördert. Es schafft nicht nur Arbeits- und Ausbildungsmöglichkeiten für Menschen mit und ohne Behinderung, sondern auch öffentliches Bewusstsein – gegen Ausgrenzung und für inklusives Arbeiten.“*



Neben der Stadt Bonn fördert das inklusive Beschäftigungsmodell des Godesburgers die Aktion Mensch, der Landschaftsverband Rheinland (LVR) und das Land Nordrhein-Westfalen.

Ein Blick in die Speisekarte: besondere Burger, handgeschnittzte Pommes, abwechslungsreiche Salate

Dass der Godesburger nicht viel mit den großen amerikanischen Kettenanbietern gemein hat, merkt man spätestens beim Blick in die Speisekarte. Neben dem namensgebenden Godesburger finden sich dort Burger wie der Preisel Bert (mit Camembert und Preiselbeersosse), der Hausmeister (mit Knoblauch-Chili-Soße und Cheddarkäse) oder das Süße Leben (mit Garnelen, Ananas und Jalapeños). Natürlich kommen auch Vegetarier (Grüne Wiese) und Veganer (Sehr grüne Wiese) auf ihre Kosten.

Darüber hinaus hat der Godesburger eine Reihe frischer Salate auf seiner Karte, wie zum Beispiel den Knusperapfel mit krossen Bacon, frischen Apfelscheiben, Rauke und Gartenkresse.

Besonders beliebt bei den Gästen des Godesburgers sind die von den Mitarbeitern mehrmals täglich handgeschnittzten Pommes, die – zwei Mal frittiert – komplett ohne Zusatzstoffe auskommen.

Verwendung regionaler Produkte und nachhaltiger Verpackungen

Täglich frisch und von Bad Godesberger Lieferanten: Das gilt unter anderem für das Burger-Fleisch (genannt Patties) der Traditionsmetzgerei Voigt und für die Burger-Brötchen (genannt Buns) der Bäckerei Maus. Patties und Buns werden jeden Morgen frisch hergestellt und bringen den kurzen Weg zum Godesburger in Mehrwegtransportbehältern hinter sich, ohne dass unnötiger Verpackungsmüll anfällt.



Auch beim Außer-Haus-Verzehr setzt man im Godesburger auf Nachhaltigkeit. Die Verpackungen bestehen entweder aus Recyclingpapier oder sind, wie im Fall der Burger- und Salatverpackung, aus Maisstärke hergestellt und damit vollständig kompostierbar.

Nachmittags heißt es: „Muffins und Godesberger Kartoffelwaffeln“

Auch abseits des Mittags- oder Abendessens kommen die Gäste des Godesburgers auf ihre Kosten. Fair gehandelte Kaffee- und Teespezialitäten werden täglich zwischen 14 und 17 Uhr von hausgemachten Muffins und der Bonn-weit einzigartigen Godesberger Kartoffelwaffel begleitet. Diese werden ebenfalls täglich frisch aus den gleichen hochwertigen Kartoffeln hergestellt wie die Pommes.

Informationen:

Godesburger Burger-Restaurant
Moltkeplatz 2, 53173 Bonn-Bad Godesberg
Öffnungszeiten: täglich 11.00 bis 21.00 Uhr
Internet: www.godesburger.com

SPORT MIT STIL FÜR SOLISTEN, FREUNDE, FAMILIE UND IM VEREIN
MINIGOLF
 IN BAD GODESBERG



Minigolf ist keine anstrengende, schweißtreibende Sportart, sondern eine Sache mit Pfiff für Leute mit Fingerspitzengefühl! Minigolf lässt sich alleine spielen, mit der Familie oder mit anderen netten Zeitgenossen – ganz wie es beliebt. Beispielsweise auf der gepflegten Minigolfanlage Trimborn in Bonn-Bad Godesberg.



Von der Innenstadt Bad Godesberg aus läuft man in Richtung Westen die Brunnenallee/Am Draitschbusch geradeaus durch oder fährt die L 158 in Richtung Wachtberg und nach ca. 150 Meter die 1. Straßeneinmündung links hinein „Marienforster Promenade 1“, durch bis zum Parkplatz.

Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt: herzhaft und süße Speisen: Kuchen, Eis, kleine Gerichte sowie warme und kalte Getränke. Gleich nebenan verläuft ein bequemer, schattiger Spazierweg, der schon vor über 200 Jahren für das Kurbad angelegt wurde. Samstags/sonntags ab 10 Uhr, wochentags ab 14 Uhr (während der

NRW-Ferien schon ab 10 Uhr) lässt es sich dort täglich bis in die Dämmerung hinein im Schatten alter Bäume spielen. Außer am 26. April 2015, dann wird dort ein Meisterschaftsturnier ausgetragen.

Alle Informationen:
 Minigolf und Einkehrhaus Trimborn
 Marienforster Promenade 1,
 53177 Bonn-Bad Godesberg,
 Tel: 0228 / 35 12 54
 Spiel: Erw. 3,50 €/Ki. 3,- €
www.minigolf-bonn.de,
info@minigolf-bonn.de

Bad Godesberg



Streifzug mit Erlebnissen
entdecken

GODESBERG
liest!

2. Literaturfestival Bad Godesberg

01.05.2015
 10.05.2015

www.godesberg-liest.de

Vorverkauf ab 20.04.2015 bei

- VR Bank Bonn eG
 Brunnenallee 11
 53177 Bonn / Bad Godesberg
- Bergfeld's Biomarkt
 Filiale Bad Godesberg
 Alte Bahnhofstr. 20
 53173 Bonn / Bad Godesberg



Spedition Keller

Umzüge

53117 Bonn
 Kölnstraße 657
 Telefon 02 28/67 55 01

Internet: www.spedition-keller.de

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

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



Eingangsbereich der Wiener Staatsoper



Kaffeespezialität im Café Landtmann

WIEN

Dr. Bernd Kregel

Die Wiener Ringstraße im Jubiläumsfieber

Wiener Torte im Hansen Kempinski

STARPARADE
DER PRACHTFASSADEN



Treppenaufgang im Kunsthistorischen Museum

E N

Auch nach 150 Jahren gelingt in Wien das Zusammenspiel von imperialer Pose und bürgerlichem Glanz.

Ob sich der türkische Großwesir Kara Mustafa Pascha aus dem Jenseits heraus wohl ungläubig den Bart raufte? Denn immerhin hatte die Wiener Stadtmauer während des letzten Türkenkrieges mit ihren mächtigen Wehranlagen bis zuletzt seiner geballten militärischen Schlagkraft standgehalten.

Was damals jedoch seine wuchtig aufschlagenden Kanonenkugeln nicht geschafft hatten, das vollbrachten nun seine einstigen Gegner aus freien Stücken mit Hilfe einfacher Spitzhacken. Als Voraussetzung genügten allein die unaufhaltsame Bevölkerungsexplosion im Inneren des Mauerringes sowie ein einziger schwungvoller Federstrich von Kaiser Franz Joseph, um eine der widerstandsfähigsten Festungsanlagen des Abendlandes dem Erdboden gleich zu machen.

Aufbruchsstimmung der Gründerjahre

So beängstigend diese verteidigungstechnische Selbstentblößung für manche auch sein mochte, so befreiend wirkte sie demgegenüber auf viele Andere. Schienen doch, so Stadtbegleiterin Alexa Brauner, ganze Heerscharen von Städteplanern und Architekten, Baumeistern und Ingenieuren bereits auf diese Gelegenheit gewartet zu haben.

Denn bot nicht die frei gewordene Fläche mitsamt ihrem vorgelagerten Grüngürtel eine nie dagewesene Möglichkeit, um städtebaulich etwas ganz Besonderes zu schaffen? „Etwas Außergewöhnliches“, so Alexa weiter, „das nicht nur die imperiale Größe des Habsburger Kaiserreiches atmete, sondern darüber hinaus auch dem Repräsentationsbedürfnis des aufstrebenden Bürgertums in der Aufbruchsstimmung der Gründerjahre Rechnung trug.“

Das Ergebnis ließ nicht lange auf sich warten. So entstand innerhalb kürzester Zeit ein fünf Kilometer langer Alleering, der sich trotz aller unterschiedlichen Baustile und ornamentalen Verschiedenheiten in harmonischer Einheit verdichtete zur

städtebaulichen Essenz des neuzeitlichen Wiens. Über lange 150 Jahre hinweg, seit die Wiener Ringstraße am 1. Mai 1865 im Beisein von Kaiser Franz Joseph pompös eröffnet wurde. Erstanden nach beispiellosem Bauboom wie ein Phönix aus der Asche und seitdem einer der schönsten und prächtigsten Boulevards der Welt.

Universum Staatsoper

Jedes dieser Gebäude in seinen Dimensionen gleichsam ein Universum für sich. Dies gilt ganz besonders für die Wiener Staatsoper, als Haus mit dem größten Repertoire eines der wichtigsten Opernhäuser der Welt. Fast so unübersichtlich wie das Labyrinth von Knossos verfügt der Bühnenbereich hinter dem „Eisernen Vorhang“ neben der Hauptbühne über eine jederzeit aktivierbare Drehbühne sowie zusätzliche Nebenbühnen.

Oliver Sturm, Technischer Assistent in diesem Bühnen-Wirrwarr, zeigt sich beim Abstieg in die für den Besucher ungewohnte Unterwelt mit jeder von ihnen bestens vertraut. Vom ihrem Modernisierungsgrad her zwar nicht unbedingt auf dem allerneuesten Stand, ist der Bühnenfachmann doch fest davon überzeugt, dass von ihm und seinen Kollegen „technisch das Maximale herausgeholt wird“. Mit dem Erfolg, dass unvorhergesehene Patzer kaum vorkommen. Nicht einmal nach längerem Überlegen fällt ihm zu diesem Albtraumthema etwas ein, außer irgendwann einmal ein defekter Bühnenscheinwerfer.

Kaffee-Raffinessen

Auch die Kaffeehäuser an der Ringstraße sind wie die städtischen Bühnen aus dem Wiener Kulturleben nicht wegzudenken. Ihre unfreiwilligen Gründungsväter, so die Legende, seien die vom Kaffeegenuss berauschten Türken, die damals bei ihrer über-eilten Flucht die prall gefüllten Kaffeesäcke vor den Mauern Wiens zurückließen. Unvermeidlich fällt beim Ring-Rundgang der Blick auf das Café Prückel am Stubenring oder das Café Landtmann in unmittelbarer Nähe des Burgtheaters. Weltweit einzigartig und mitsamt den anderen Wiener Kaffeehäusern unlängst gar in den Rang eines „immateriellen Landeskultur-erbes der UNESCO“ erhoben.

Treppenaufgang im Burgtheater



Prachtbau an der Ringstraße



Fassade des Kunsthistorischen Museums



Zuschauerraum der Wiener Staatsoper



Außenansicht des Burgtheaters



Nike-Denkmal vor Beethovens Wohnhaus





*Weingenuß
im Schwarzen
Kameel*



*Sandwich-Theke
im Schwarzen
Kameel*



*Verspielte
Außenansicht*



*Kaffeessieder
Maximilian
Platzer im
Café Weimar*



*Leopold-
museum
mit Schiele-
Ausstellung*



*Palais Hansen
Kempinski*

Die Begründung dafür liefern vor allem die klassischen Kaffee-Spezialitäten in ihrer Vielfalt und geschmacklichen Raffinesse: vom Kleinen Schwarzen, dem Kleinen Braunen, dem Franziskaner und der Melange über die Kleine Schale Gold, den Kaffee Verkehrt, den Verlängerten Schwarzen oder Braunen bis hin zum Einspänner, Kapuziner, Fiaker oder der berühmten Maria Theresia als ein doppelter Mokka mit einem Schuss Orangenkör und Schlagobers im Glas serviert.“

Wiener Schmäh

Zeigt sich bei dieser immer noch unvollständigen Aufzählung seiner Getränkekarte nicht gar ein stolzes Lächeln im Gesicht von Kommerzialrat Maximilian Platzer? Als Besitzer von Café Weimar und zugleich Obmann der Wiener Kaffeesieder kennt er die Eigenheiten der Wiener Kaffeehauskultur wie kein Anderer. Mit ihm sich zu unterhalten ist belebend wie eine seiner vielfältigen Kaffeekreationen. Und schon schnell gewinnt der Zuhörer einen Einblick in all die Geheimnisse, die mit dem Kaffee-

sieder-Handwerk zusammenhängen. Garniert mit einer gehörigen Portion Wiener Schmäh rückt er dabei die Maßstäbe innerhalb und außerhalb seiner Zunft zurecht.

Doch unter dem Strich bricht er eine Lanze für das Wiener Kaffeehaus, dem er sein Leben verschrieben hat: „Wer bisher überlebt hat“, so zeigt er sich überzeugt, „wird auch weiter leben“. Damit bescheinigt er bei zunehmender Allerwelts-Kaffeekonzurrenz selbstbewusst und von höchster Stelle aus dem Wiener Kaffeehaus auch nach 300 Jahren seiner Existenz eine tragfähige Zukunft.

Hauch von Jubiläumsfieber

So zeigt sich Wien am Vorabend des Ring-Jubiläums auf allen Ebenen bestens gerüstet und versprüht bereits einen Hauch des zu erwartenden Jubiläumsfiebers. Nicht zuletzt im Stolz darauf, als festes Bollwerk im Südosten mit seiner Widerstandskraft der europäischen Kultur einen nicht zu unterschätzenden Dienst erwiesen zu haben.



Informationen und Kontakt

www.wien.info,
www.kempinski.com/wien
www.lufthansa.com
www.cafeweimar.at

Video „WIEN – Jetzt oder nie!“ sehen oder downloaden (140 MB) unter:
http://b2b.wien.info/de/presse/wien-presse-info/2015/03/video-150-jahre-ringstrasse-wiener-staatsoper?utm_source=vienna-media-news&utm_medium=newsletter&utm_term=de&utm_campaign=0315

oder mit QR-Code:



www.wiener-staatsoper.at

Hier können Sie die Wiener Staatsoper live erleben:
www.staatsoperlive.com

Das Abo ist kostenpflichtig, ein kostenfreier Testzugang möglich.

NACH HUNDERT UND EINEM JAHR EINEN FESTEN PLATZ IM PERTHES-HEIM

Drei Künstlerfreunde, Paul Klee, August Macke und Louis Moilliet unternahmen im April 1914 eine legendär gewordene Reise nach Tunis. Dort sollte ihnen Licht zur Offenbarung werden: sie erlebten Farbe in zuvor nicht gekannter Leuchtkraft. Obwohl zwei von Ihnen anschließend nicht mehr viel Zeit verblieb, schufen sie Neues, das eine eigene Kunstrichtung auslöste. Werke, in denen Farbe eine eigene Dimension ausmacht!



© Foto: Perthes-Heim

Das Perthes-Heim in der Bonner Südstadt, Mozartstraße 19, hatte nach 57 Nutzungsjahren hohen Sanierungsbedarf. Rund 40 Damen und Herren sind deshalb 2012 vorübergehend umquartiert worden und haben das neu gebaute Perthes-Heim erst im April 2014 wieder bezogen.

Nachdem im Haus inzwischen alles wieder seinen festen Platz gefunden hat, schien der richtige Zeitpunkt gekommen. Dr. Til Macke, Enkel des berühmten Expressionisten, und seine Ehefrau Heide Macke übergaben Anfang März dieses Jahres, 16 wertvolle Reproduktionen der berühmten Aquarelle „Tunisreise“ seines berühmten Großvaters als Kunstsammlung an den

Wohnbereich auf der zweiten Etage. Bischof Klaus Wollenweber, Vorstandsvorsitzender der Inneren Mission, und Eleonore Rönn-Hövedesbrunken, Einrichtungsleiterin, nahmen dieses Geschenk mit großer Freude und Stolz entgegen.

Der Enkel ließ es sich auf der Vernissage nicht nehmen, Geschichten von der Reise seines Großvaters zu erzählen. Unter großer Begeisterung der Anwesenden: den Bewohnerinnen und Bewohnern des Perthes-Heims, ihrer Angehörigen, den Mitarbeitern des Perthes-Heims, den Vereinsmitgliedern der Inneren Mission Bonn e.V. und der eingeladenen Gäste.

Fazit: Eine außergewöhnliche Schenkung, deren Ausgangspunkt einhundert und ein Jahr zurück liegt und die zukünftig mit ihrer nordafrikanischen Farbenpracht ein zusätzliches Domizil für einen genialen Bonner Kopf erschließt.

MACKEMATHIK

AUGUST MACKES CHINESISCHE VASE WIEDER IN BONN

Nachweislich aus dem Besitz von August Macke stammt die ausgesprochen schöne chinesische Vase, die das August Macke Haus jüngst von der Schauspielerin Iris Erdmann-Rischbieter, einer Enkelin Elisabeth Erdmann-Mackes und ihres zweiten Ehemannes Lothar Erdmann, geschenkt bekommen hat.

Sie ist für das biografische Museum bestimmt, das im Zuge der geplanten Erweiterung im ehema-

ligen Wohn- und Atelierhaus zum Künstler eingerichtet werden soll.

Wann Macke in den Besitz der sechseckigen, ca. 40 cm hohen Vase kam, die aus der Kangxi-Periode (1662-1722) stammt, ist nicht bekannt. Möglicherweise erwarb er sie während seines Studienaufenthaltes in Berlin 1908 auf einer der zahlreichen Auktionen, die er zusammen mit seinem Mäzen Bernhard Koehler aufsuchte.

1910 arrangierte er sie zusammen mit einer kleinen weißen Buddha-Figur aus Porzellan, die dem AMH bereits 1992 geschenkt wurde, zu dem „Stillleben Strauß mit Buddha“, das sich seit 2009 als Dauerleihgabe im August Macke Haus befindet. Im Atelier im Dachgeschoss können nun Stillleben, Vase und Buddha-Figur zusammen besichtigt werden.



August Macke, Stillleben mit Strauß und Buddha, 1910, Öl/Papier, 56 x 47,5 cm

2015

BONN·RHEIN-SIEG·NACHBARN

termine

COMPUTER • INTERNET

AWO Nachbarschafts-zentrum Bad Godesberg

dienstags 10 - 12 Uhr

Anleitung durch Freiwillige bei PC, Laptop, Internet. Pro 30 Minuten 2 €. Bewerbungshilfe für Arbeitssuchende kostenfrei.

AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.

montags, 9 - 13.30 Uhr

Computer und Internet für Senioren/ Anfänger & Fortgeschrittene – (Unterrichtssprache deutsch und/oder russisch) · Gruppe I jeweils montags von 09.30 – 11.30 Uhr. Gruppe II jeweils montags von 12 – 13.30 Uhr. Teilnahmegebühr für 5 x jeweils 90 min. insgesamt 50 €. Anmeldung erforderlich.

werktags, 15 - 18 Uhr
Internet-Café.

AWO Ortsverein Siegburg e.V.

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: (0 22 41) 91 62 78, außerhalb der Öffnungszeiten unter (0 22 41) 38 24 28.

Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin St. Augustin

jeden 4. Freitag, 9.30 - 11.30 Uhr

Computervormittag für Senioren · Wenn Sie bereits Erfahrung im Umgang mit Computer haben und für Ihre Probleme Lösungen suchen, dann könnte der Gesprächskreis „Sankt Augustin Computervormittag für Senioren“ eine Anlaufstelle sein. Referent: Martin Swidzinski, Anmeldung unter 0 22 41/24 33 40.

Begegnungsstätte Mehlem

Für alle Kurse Termin bitte vorher tel. vereinbaren (0 22 24 - 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, 14.4. bis 16.6., 9.30 - 11 Uhr

Internet und E-Mail – Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen · Sie können bereits mit dem Computer umgehen und möchten lernen, sicher und professionell mit

dem Internet und E-Mails zu arbeiten? Der Kurs umfasst Informationen im Internet nicht nur suchen, sondern auch finden – auf Ihrem Computer speichern und drucken u.v.m.. ab 6 Teilnehmern 80 €, bei 5 Teilnehmern 85 €, bei 4 Teilnehmern 95 €. Anmeldung bis zwei Tage vor Beginn.

Dienstag, 14.4. bis 12.5., 11.15 - 12.45 Uhr

Übungs- und Auffrischkurs · Sie können schon ein bisschen mit dem Computer umgehen, Briefe und E-Mails schreiben, im Internet surfen – aber es fehlt Ihnen an der nötigen Sicherheit? Dieser Kurs ist gedacht für Menschen, die nicht aus der Übung kommen wollen. Ab 6 Teilnehmern 40,00 €, bei 4-5 Teilnehmern 45,00 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 14.4., 14 - 17 Uhr

Computer wieder flott machen – Windows entrümpeln · In diesem Workshop erfahren Sie, wie Sie Ihren Computer so aufräumen können und entrümpeln können, dass er wieder schneller und übersichtlicher wird! Entgelt 20 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 21.4., 14 - 17 Uhr

Der sichere Computer · Im Internet lauert überall die Gefahr. Wir werden mit Werbung überschüttet, unsere Daten werden ausgespäht, unsere Computer geknackt und übernommen – kann man sich überhaupt noch ins Internet trauen? Lernen, wie Sie ihren PC so absichern und sich im Web so verhalten, dass Ihnen nichts passieren kann. 20 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 28.4., 14 - 17 Uhr

Online-Banking – aber sicher! · Seine Bankgeschäfte über den Computer abwickeln ist ungemünzt praktisch – aber viele trauen sich nicht, weil sie es für zu gefährlich halten. Ist das wirklich so? Dieser Workshop zeigt Ihnen Schritt für Schritt, wie Sie die Möglichkeiten des Online-Bankings ohne Risiko nutzen können. 20 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 12.5., 14 - 17 Uhr

Zeitmanagement und Selbstorganisation · Dieser Workshop gibt praktische Tipps, wie man die Dinge in den Griff bekommt und seine Zeit effektiver nutzt – mit Hilfe von Computer und Smartphone, aber auch mit ganz altmodischen Hilfsmitteln! 20 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 19.5., 14 - 17 Uhr

Digitalkamera & PC – Fotos organisieren Lernen Sie Ihre Digitalkamera besser kennen und nutzen Sie deren vielfältige Möglichkeiten. 20 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, 26.5. und 2.6., 14 - 17 Uhr

Einfache Bildbearbeitung · Machen Sie mehr aus Ihren Fotos. Ausschnitte

vergrößern, Belichtung korrigieren, Farbstiche beheben und unscharfe Fotos retten u.v.m.. 40 €. Anmeldung erforderlich.

Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“

mittwochs, 15 - 17 Uhr

PC-Kursus · Erlernen wie man sich im Internet zurecht findet. Anmeldung erforderlich.

Heinz-Dörks-Haus

Donnerstag, 7.5. bis 9.7., 18 - 19.30 Uhr

Computerkurs · Der Kurs richtet sich an Teilnehmer mit EDV-Grundkenntnissen. Die Teilnehmer lernen die kreative Textgestaltung mit dem Programm MS-Word und MS-Publisher. Dozent: Herr Kessler, Ort: PC-Raum (UG). Kursgebühr (10 Abende, jeweils 90 Minuten) 50 €.

Margarete-Grundmann-Haus

Weitere Informationen zu den Kursen und Anmeldung unter Tel. 02 28 / 94 93 33 - 0 · Nach Kursbeginn ist ein späterer Beitritt nicht mehr möglich.

Donnerstag, 9.4. bis 4.5., 15 - 16.30 Uhr

PC-Kursus für Anfänger und Wiedereinsteiger – einschließlich Internet und E-Mail. Leiter: Alfred Kloppe. Für 8 x 2 UStd. 86 €. Verbindliche Anmeldung erforderlich; *Abmeldungen sind nur schriftlich bis 7 Tage vor Kursbeginn möglich.*

Samstag, 30.5. und 6.6., 10 - 12 Uhr

Wie benutze ich ein Mobiltelefon? (Kursus B) · Mobiltelefon und Senioren – das ist kein Widerspruch, sondern ohne Probleme möglich! Leitung: Alfred Kloppe. Für 2 x 2 UStd. 36 €.

jeden 2. Mittwoch, ab 20 Uhr

Arbeitskreis Fotografie · Ein Erfahrung- und Gedankenaustausch zu Themen der bildnerischen Fotografie. Fragen zur analogen und digitalen Fototechnik wie zur Bildgestaltung werden nach Angebot und Bedarf der Teilnehmer diskutiert. Leitung: Dietger Wüst (0228/261626).

Johanniter Unfallhilfe

montags, ab 14 Uhr

Ort: Annaberger Str. 127

PC und Internetkurs für Senioren. Der Inhalt richtet sich nach Interessen der Teilnehmer. Anmeldung erforderlich.

Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

dienstags, 15.15 - 16.30 und nach Terminabsprache.

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

Samstag, 11.4. und 9.5., 14 - 18 Uhr

Computer-Sprechstunde des Computerclub Siebengebirge e.V. – Kostenlose Hilfe für jedermann · Die Experten des CCSG geben unabhängige Beratung, beantworten Fragen, richten Computer und Programme ein und reparieren streikende Rechner. Anmeldung erforderlich.

Montag, 13.4. bis 22.6., 14 - 15.30 Uhr

Computer für Einsteiger – Windows 7 und 8 – Ohne Vorkenntnisse · Leitung: Dr. Barko Bartkowski. Für 10 Termine 90 €, bei 4-5 Teilnehmern 100 €. Anmeldung erforderlich.

Montag, 13.4. bis 22.6., 15.45 - 17.15 Uhr

Computer-Übungskurs – für Teilnehmer mit Vorkenntnissen · Leitung: Dr. Barko Bartkowski Für 10 Termine 90 €, bei 4-5 Teilnehmern 100 €. Anmeldung erforderlich.

Montag, 13.4. bis 22.6., 17.30 - 19 Uhr

Internet und E-Mail für Einsteiger · Leitung: Dr. Barko Bartkowski. Für 10 Termine 90 €, bei 4-5 Teilnehmern 100 €. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 15.4. bis 24.6., 14 - 15.30 Uhr
Fotos organisieren und bearbeiten · Leitung: Dr. Barko Bartkowski. Für 10 Termine 90 €, bei 4-5 Teilnehmern 100 €. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 15.4. bis 24.6., 15.45 - 17.15 Uhr

Internet für Fortgeschrittene – Für Teilnehmer mit Vorkenntnissen · Leitung: Dr. Barko Bartkowski. Für 10 Termine 90 €, bei 4-5 Teilnehmern 100 €. Anmeldung erforderlich.

VHS - Bonn

Kursberatung EDV, Kosten und Anmeldung unter 0228 77-4904 und -4905

Montag, 13.4. bis 18.5., 9 - 12.15 Uhr

Internetbasiskurs für Ältere (55+) Ort: VHS Bad Godesberg, Michaelplatz 5, Raum 11 (EDV), Kursusnr. P5641 99,16 €, ermäßigt 78,35 €. Anmeldung erforderlich.

Montag, 27.4. bis 8.5., 13 - 16 Uhr

Das neue Windows 8 für wirkliche PC-Anfänger Teil 1 · Ort: VHS Bonn, Wilhelmstr. 34, Raum 2.06 (EDV), Kursusnr. P5310 87,50 €, ermäßigt 64,58 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, 28.4. bis 16.6., 9 - 12.15 Uhr

Windows 7 Aufbaukurs für Ältere (55+) · Ort: VHS Bonn, Wilhelmstr. 34, Raum 2.06 (EDV), Kursusnr. P5336 137,50 €, ermäßigt 101,14 €. Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, 30.4. bis 18.6., 9 - 12.15 Uhr

Erste Schritte am Computer im Betriebssystem Windows 7 für Ältere (55+) · Ort: VHS Bad Godesberg, Michaelplatz 5, Raum 11 (EDV), Kursusnr. P5307 121,48 €, ermäßigt 93,98 €. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 6.5. bis 17.6., 9 - 12.15 Uhr

Ordnung im Dateien-Chaos für Ältere (55+) · Ort: VHS Bad Godesberg, Michaelplatz 5, Raum 11 (EDV), Kursusnr. P5350 114,98 €, ermäßigt 87,48 €. Anmeldung erforderlich.

Montag, 18.5. bis 1.6., 13 - 16 Uhr

Das neue Windows 8 für wirkliche PC-Anfänger Teil 2 · Ort: VHS Bonn, Wilhelmstr. 34, Raum 2.06 (EDV), Kursusnr. P5340 103,78 €, ermäßigt 76,28 €. Anmeldung erforderlich.

Samstag, 30.5. und 31.5., 9 - 16 Uhr

Rund um die E-Mail – die elektronische Post · Ort: VHS Bonn, Wilhelmstr. 34, Raum 2.06 (EDV), Kursusnr. P5645 73,22 €, ermäßigt 54,88 €. VHS Bonn, Wilhelmstr. 34, Raum 2.06 (EDV).

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 Seite 26

Adressen der Anbieter: Seite 26

BÜRGERSPRECHSTUNDEN IHRER BÜRGERMEISTER UND BUNDESTAGSABGEORDNETEN

Wenden Sie sich mit Ihren Fragen, Anregungen und Problemen an die Politiker und Verwaltungsspitzen Ihres Ortes oder Landkreises! Dort ist man daran interessiert, mit den Menschen im Gespräch zu sein, sich bürgernah informieren und sich für sie einsetzen zu können. Oft kann schon im Vorfeld eines persönlichen Gesprächs eine Empfehlung ausgesprochen oder anderweitig konkret weitergeholfen werden.

Allgemein empfehlenswert, oft sogar unbedingt erforderlich, ist die vorherige Anmeldung. Diese sollte möglichst frühzeitig erfolgen, damit gegebenenfalls Informationen oder Unterlagen zum Anliegen eingeholt werden können.

Bonn

Oberbürgermeister Stadt Bonn, Jürgen Nimptsch
Altes Rathaus, Markt 2, 53111 Bonn
Anmeldung und Informationen im Bürgerbüro,
Tel.: 77 20 21 / 77 20 49, buergerbuero@bonn.de

Bürgermeister Reinhard Limbach (CDU)
Altes Rathaus, Markt 2, 53111 Bonn
Termine auf Anfrage, Anmeldung über die Fraktionsgeschäftsstelle,
Tel.: 77 38 10, cdu.ratsfraktion@bonn.de

Bürgermeisterin Gabriele Klingmüller (SPD)
Termin auf Anfrage
Clemens-August-Str. 64, 53115 Bonn
Tel.: 249 800, Fax 249 80-33, ub.bonn.nrw@spd.de

Bürgermeisterin Angelica Kappel (Grüne)
Termine mittwochs oder freitags auf Anfrage
Fraktionsgeschäftsstelle, Rathausgasse 5-7, 53111 Bonn
Anmeldung: 77 20 73, gruene.ratsfraktion@bonn.de

Dr. Claudia Lücking-Michel, MdB, CDU
Bürgersprechstunden: 16.4., 27.4., 11.5. (16-18 Uhr),
28.5. (15-17 Uhr), 1.6. (16-18 Uhr)
Wahlkreisbüro, Markt 7, 53111 Bonn, Tel: 38 76 31 00
claudia.luecking-michel.wk@bundestag.de

Ulrich Kelber, MdB, SPD
Clemens-August-Straße 64, 53115 Bonn
Bürgersprechzeiten 1 x im Monat,
Anmeldung unter Tel.: 28 03 135, Ulrich.kelber.ma04@bundestag.de

Katja Dörner, MdB, Grüne
Wahlkreisbüro, Dorotheenstr. 79, 53111 Bonn
Mo. - Fr. 10 - 12 und 15 - 17 Uhr
sowie nach Vereinbarung
Anmeldung: Tel.: 629 199 58, Fax: 0228 - 629 199 59
katja.doerner.ma04@bundestag.de, www.katja-doerner.de

Rhein-Sieg-Kreis

Landrat Sebastian Schuster
Termine nach Vereinbarung, Tel: 0 22 41 / 13 21 14 (Vorzimmer)
Kreisverwaltung des Rhein-Sieg-Kreises
Kaiser-Wilhelm-Platz 1, 53721 Siegburg

Elisabeth Winkelmeier-Becker, CDU
11.02.2015, ab 15:30 Uhr
Wahlkreisbüro, Wahnbachtalstraße 8, 53721 Siegburg
Tel: 02241 / 971 5704, Fax: 02241 / 971 5705
elisabeth.winkelmeier-becker@wk.bundestag.de

Dr. Norbert Röttgen, CDU
Bürgersprechstunde auf Anfrage
Wahlkreisbüro, Johannes-Albers-Allee 3, 53639 Königswinter
Tel. 0 22 23/73-168, norbert.roettgen@wk.bundestag.de

Sebastian Hartmann, SPD
Termine nach Vereinbarung
Wahlkreisbüro, Frankfurter Str. 47, 53840 Troisdorf
Tel: 0 22 41 - 999 33 10
Fax: 0 22 41 - 999 33 14
Sebastian.Hartmann.ma04@bundestag.de

Dr. Alexander Soranto Neu, Die Linke
Wahlkreisbüro, Mühlenstraße 46, 53721 Siegburg
Termine nach Vereinbarung
Telefon: 0 22 41 / 97 14 104, Fax: 0 22 41 / 16 94 863
alexander.neu.ma04@bundestag.de

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 Feltens, 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, Anmeldung erforderlich; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

donnerstags, 9 - 13 Uhr, InternetCafé für Senioren - Unser InternetCafé bietet Ihnen - neben unseren PC-Kursen - zu festen Öffnungszeiten die Gelegenheit, Gelerntes mit sachkundiger Begleitung nochmals zu üben und anzuwenden. Frau Boelicke-Eisinger unterstützt Sie als Begleiterin mit Rat und Tat. Pro 30 Minuten 0,50 €.; *Margarete-Grundmann-Haus*

GYMNASTIK/TURNEN

montags, 8 - 8.45 Uhr, 9 - 9.45 Uhr, 10 - 10.45 Uhr und 17.30 - 18.15 Uhr, Rückenfit, mit Johanne Vogt. Kursusgebühr. 45€; *Kath. Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis*

montags, 9.20 - 10.50 Uhr, Tai Chi mit etwas QiGong - Trainer: Dr. Tippach pro Veranstaltung 8 €. *Offene Tür Duerenstrasse e.V.*

montags, 9.30 - 10.30 Uhr, Vorbeugung gegen Osteoporose, Schnuppern ist möglich, Anmeldung bei Christine Loef, Tel. 01 78 / 3 59 83 71; *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

montags, 10 - 11 Uhr, Denken und Bewegen, Gemeinsam lernen wir Übungen zur Kraft-, Mobilitäts- und Gleichgewichtsverbesserung. Wir fassen körperliche und geistige Beweglichkeit zu einem Ganzen zusammen, 6 Termine, 24 €; *Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin*

montags, 10 - 10.45 Uhr, Gymnastik im Sitzen - Alle Übungen, die für die Beweglichkeit, die Gleichgewichts- und Reaktionsfähigkeit, zur Koordination und zur Muskelkräftigung im Gehen oder im Stehen gemacht werden, finden hier im Sitzen statt. Leitung: Sigrid Arck. Pro Termin 3 €, mit Bonn-Ausweis 2 €; *Margarete-Grundmann-Haus*

montags, 10.30 - 11.30 Uhr, Bewegt älter werden - Gymnastik auf dem Stuhl, Anmeldung bei Christine Loef, Telefon 0178/3 59 83 71, Schnuppern möglich; *CBT - Wohnhaus St. Markusstift*

montags und donnerstags, 10.30 Uhr, Gymnastik und Sturzprophylaxe; *Haus auf dem Heiderhof*

montags, 11 - 12.30 Uhr, Tai Chi - Form: yangzhen (2. Kursus) - Trainer: Dr. Tippach pro Veranstaltung 8 €. *Offene Tür Duerenstrasse e.V.*

montags, 11 Uhr, Hockergruppe Rehasport; *Rehasport Bonn Zentrum e.V.*

montags, ab 11 Uhr, Gleichgewichtstraining für Senioren, mit Susanne Schönborn, 95€, An-

meldung unter. 0228 40 36 70; *Tenten - Haus der Begegnung*

montags, 12.45 - 13.30 Uhr, Interkulturelle Seniorengymnastik - Mit Frau Spindler. *Offene Tür Duerenstrasse e.V.*

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

montags, ab 14.30, Aktiv gegen Stürze; Kraft- und Balance-Training mit Monika Leenen, Diplom Sportlehrerin und Altentherapeutin, Informationen unter Tel. 02 28/93 59 97 - 44 1; *CMS Pflege-stift Domhof*

montags, 15 u. 15.45 Uhr, Wassergymnastik, Ort: Derletalschule, René-Schickelestr. 15, 53123 Bonn-Duisdorf, Anmeldung erforderlich bei: Alma Barletta, 02 28 62 30 33; *AWO Duisdorf*

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

montags, 15.45 - 17 Uhr, Sitz-Yoga auf dem Stuhl, 10 Stunden 24 €, Anmeldung: Luz Gottstein, 0228 180 387 90 oder ute.wenzke@gmx.de; *AWO Duisdorf*

NachDenkSeiten

Die kritische Website www.nachdenkseiten.de/ Die Informationsquelle gegen den Mainstream der öffentlichen Meinungsmacher soll helfen hinter die Kulissen der Meinungsbildung zu schauen.

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“*

montags, (23.2.15-15.6.15), 17-18 Uhr, Gymnastik für Frauen ab 50. Ort: Heiderhof Turnhalle, Weißdornweg 139. (Entgelt. 54,90 EUR) Anmeldung erforderlich; *VHS Bonn*

montags, 18.15 - 19.45 Uhr, vfb Rückenfitness für gesunde Haltung; *Offene Tür Dürrenstrasse e.V.*

montags, 18.30 - 19.15 Uhr, Pilates, mit Johanne Vogt. Kursusgebühr. 47,50€; *Kath. Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis*

dienstags, 9 - 11.30 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 - Mit Frau Schendzielorz. *Offene Tür Duerenstrasse e.V.*

dienstags, 9.15 - 10 Uhr, QiGong für Anfänger und für Menschen mit Handicap - Die vielfältigen Übungen im Rahmen der traditionellen chinesischen Heilkunde regulieren und stärken körperliche, seelische und geistige Funktionen. Leitung: Marielle Platiel. Teilnehmerbeitrag je 5 €. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 9.30 - 10.30, 10.30 - 11.30 Uhr, Seniorengymnastik - Fit und Gesund bleiben - Dieser Kursus 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. Leitung: Angelita Mahl Hunsche (Dipl. Sportwissenschaftlerin), Kostenübernahme durch die Krankenkassen ist möglich! Für 10 Termine 70 €. *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

dienstags, 10.15 - 11.30 Uhr, QiGong für Fortgeschrittene - Leitung: Marielle Platiel. Teilnehmerbeitrag je 6 €. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 9.30 - 10.15, 10.30 - 11.15, 14.15 - 15 Uhr, Gymnastik für Frauen ab 60 - Wer möchte im Alter nicht körperlich und geistig fit bleiben? Regelmäßige Gymnastik verbessert die Beweglichkeit, die Gleichgewichts- und Reaktionsfähigkeit sowie die Koordination. Leitung: Sigrid Arck. Pro Termin 3 €, mit Bonn-Ausweis 2 €; *Margarete-Grundmann-Haus*

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

dienstags, 10 - 11.30 Uhr, Präventive Beckenbodenschule, in dem Kursus werden Sie über den Beckenboden und seine Funktion informiert; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

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

dienstags, 10.30 - 11.30 Uhr, Sitzgymnastik und Gedächtnistraining im wöchentlichen Wechsel; *SWZ Seniorenwohnenzentrum Haus Dottendorf*

dienstags, 15 - 15.45 Uhr, Rundum Gesundheitsgymnastik, Entgelt. 20€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, 16-16.45 Uhr, Gymnastik, für Sie und Ihn, auch im Sitzen, Entgelt 20€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

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

dienstags, 17.30-18.30 Uhr, Fitmix Beweglichkeit, Anmeldung bei Manfred Geils. 0228-52880139 oder info@sg-wago.de; *Offene Tür Dürrenstrasse e.V.*

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. Agidius“*

mittwochs, 9 Uhr erster Kursus, und 10 Uhr zweiter Kursus, Pilates. Anmeldung: Beatrice Abraham 0228 528 80139 oder info@sg-wago.de; *Offene Tür Dürrenstrasse e.V.*

montags, 18.30 - 19.15 Uhr, Beckenbodengymnastik, mit Heike Emons. Kursgebühr. 133 €; Kath. Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis

mittwochs, ab 9 Uhr, Pilates (1. Kursus) - Mit Beatrice Abraham, 0228-52880139, info@sg-wago.de. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

mittwochs, ab 10 Uhr, Pilates (2. Kursus) - Mit Beatrice Abraham, 0228-52880139, info@sg-wago.de. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

mittwochs, 9.30 - 10.30 Uhr, Wirbelsäulengymnastik. Anmeldung beim Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. Telefon 0228 40 36 726; CBF 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 Reha-Antrag nur 10 €; Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“

jeden 1.3. und 4. Mittwoch, 15 - 16.30 Uhr, DRK Gymnastik mit Frau Gahl; Offene Tür Dürenstrasse e.V.

mittwochs, 15 - 16 Uhr, Gymnastik für Senioren, mit Renate Felsch, Adresse. Derlestraße 15, Anmeldung erforderlich: 0228 74 82 444; AWO Duisdorf

mittwochs, 15.30-16.15 Uhr, DRK Wirbelsäulengymnastik, Entgelt. 33€; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

mittwochs, 16.30 - 17.15 Uhr, Funktionstraining, Veranstaltung der Rheuma-Liga, Leitung: Katharina Zerwas, Anmeldung und Bezahlung bei der Rheuma-Liga Bonn, Loestraße 9; Anmeldung erforderlich: 0228 5 08 13 80; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

donnerstags, ab 8 Uhr, orthopädischer Rehasport; Rehasport Bonn Zentrum e.V.

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; CBF Wohnhaus St. Markusstift

donnerstags, 9.15 - 10.15 Uhr, Fit ab 70, Offene Tür Dürenstrasse e.V.

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

donnerstags, 10 Uhr und 11 Uhr, Gymnastik für Senioren. Leitung Frau Linder. 12 Stunden 59,70 € ermäßigt 43,62 €. Kursbeginn. 26.2.2015; Tenten - Haus der Begegnung

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

donnerstags, 9.15 - 10.15 Uhr, Vfb Fit ab 70 - Mit Martina Weiß-Bischof. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

donnerstags, ab 10 und ab 11 Uhr, Gymnastik für Senioren, Frau Linder, VHS, 59,70€ für 12 Termine (43,62 € 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, 9.15 - 10.15 Uhr, Vfb Fit ab 70 - Mit Martina Weiß-Bischof. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

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

donnerstags, 15.30 - 16.30 Uhr, Gymnastik - Abwechslungsreiches Bewegungstraining mit Musik. Die Gymnastik rich-

tet sich an Seniorinnen und Senioren ab 50 Jahren, die ihrem Körper mit altersgerechten Übungen etwas „Gutes“ tun wollen. Schnupperstunde kostenlos. Entgelte je Kursus. bis 9 Teilnehmer 25 €, ab 10 Teilnehmern 20 €; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

donnerstags, 17.30 - 19 Uhr, Feldenkraus-Gruppe - Mit Rita Räderscheid. Für 10 Abende 110 €. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

freitags, 11 - 12 Uhr, Fit bis ins hohe Alter, Gymnastik für Senioren unter autorisierter Leitung, Anmeldung: 0221 168 90 239; SeniorenNetzwerk Stammheim

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 Kursus der Gesundheitssportler, in Zusammenarbeit mit den Maltesern Bonn. Infos unter: Gesundheitssportler, (02 28) 24 00 73 26 oder Malteser Bonn, Frau Horn-Busch, (02 28) 96 99 232; Seniorenheim Josefshöhe

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

freitags, 14.30 - 16 Uhr, QiGong und Tai Chi Kreis - Trainer: Dr. Tippach. Für 1,5 Stunden 10 €. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

freitags, 15.45 Uhr, orthopädischer Rehasport; Rehasport Bonn Zentrum e.V.

SPORT/FITNESS

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

montags, 18.15 - 19.45 Uhr, vfb-Rückenfitness für eine gesunde Haltung - Mit Gabriele Schulz. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

dienstags, 15.30 - 17 Uhr, Fitmix Beweglichkeit - Mit Manfred Geils, 0228-52880139, info@sg-wago.de. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

donnerstags, 9.15 - 10.15 Uhr. Fit ab 70 - Gleichgewichtstraining für Senioren, vfb-Prävention, Frau Weiß-Bischof; Offene Tür Dürenstrasse e.V.

REHA/NACHSORGE

donnerstags, 10.30 - 12 Uhr, vfb-Reha, Krebsnachsorge - Mit Frau Habenicht. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

dienstags, ab 8 Uhr, Rehasport. Praxis Lazarev

TANZEN

montags, 15 - 17 Uhr, Folkloretanz - Leitung: Hedwig Sundermann. Teilnehmerbeitrag je 2,50 €. Anmeldung erforderlich. Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“

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

dienstags, 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. und letzten Mittwoch, 15 - 18 Uhr, Tanz-Café mit DJ's Wally & Heinz Mirgel, Evergreens und aktuelle Schlager 1€ Eintritt; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.

mittwochs, 20 - 21.30 Uhr, Volkstanzgruppe Poppelsdorf, Tel. 02 28/21 08 14; Johannes-Schule, Reheusstraße, 53115 Bonn, An der Turnhalle

donnerstags, 10 - 11.30 Uhr, Seniorentanz fördert körperliche und geistige

Fitness, 1,50 € für 1 x 2 Unterrichtsstunden; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

jeden 2. Donnerstag, 14.30 - 16 Uhr, Bretonische Volkstänze - Willkommen sind alle Freunde der Volkstänze, Bal-Folk-Tänze und der bretonischen Musik: Anfänger, Fortgeschrittene und Profis. Bitte weiche Schuhe (Sandalen, Hallenturnschuhe) oder dicke Socken mitbringen, bequeme und nicht zu warme Kleidung. Kontakt: Dr. Jürgen Weihofen (0177/3839040). Margarete-Grundmann-Haus

jeden 4. Donnerstag, 15 - 17 Uhr, Tanztee, jede Frau, jeder Mann ist eingeladen hier mit zu tanzen. DJane Elu legt die schönsten alten Schlager auf. Die Veranstaltung ist kostenlos, Spenden willkommen; Nachbarschaftstreff Pennefeld

donnerstags, 17 - 18.30 Uhr, Sitztanz für Rollstuhlfahrer; Hermann-Ehlers-Haus

freitags, 13.15 - 14 Uhr, Höfische und historische Tänze - Tanzen wie an königlichen Höfen. Schreittänze, einfache Kreistänze, Reihentänze, langsame, beschwingte, lustige Tänze. Leitung: Birgit Wunz-Merkner, Ort: Sportzentrum Sankt Augustin, Grantham-Allee 27. Monatlich 16,20 €. Anmeldung erforderlich. Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin

freitags, 15.30 - 17 Uhr, Tanzen; Gustav-Oel-Haus

freitags, 19.30 - 21.30 Uhr, „De Höppeflüh“ - Internationaler Volkstanz - Wir sind eine seit mittlerweile mehr als 30 Jahren bestehende Volkstanzgruppe, die überwiegend Tänze aus Ost- und Südosteuropa und Israel tanzt. Kontakt: info@hoeppeflueh.de. Margarete-Grundmann-Haus

WANDERN/NORDIC WALKING

montags, 10 - 11 Uhr, „Nordic Walking - schonende Ausdauer für Herz und Kreislauf“ - Gemeinsam erleben wir diese neue Art des Gehens. Gelenkschonende und gleichzeitig sanft anfordernde Bewegungsabläufe brin-

Adressen der Anbieter: Seite 26

Schöne Betten mit Komfort

Stufenlos höhenverstellbar



Vereinbaren Sie gerne einen kostenlosen Beratungstermin

AUNOLD Orthoschlaf wurde für das Jahr 2015 von der AGR erneut für rückengerechte Fachberatung zertifiziert.

AUNOLD
Orthoschlaf

Berliner Freiheit 7
53111 Bonn
0228 - 96 15 83 40

Hohenzollernring 103
50672 Köln
0221 - 788 79 799

www.aunold.de

gen unser Herz/Kreislaufsystem in Schwung. Bitte bringen Sie Wander-/ Sportschuhe, Handschuhe, Stöcke und gute Laune mit. Wir gehen ca. eine Stunde. Die Teilnahme erfolgt grundsätzlich auf eigene Gefahr. *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 - Ab 9 Uhr, Wanderung I., 12-15 km mit Herrn Manfred Wolniak. Ab 9.30 Uhr, Wanderung II., 6-8 km mit Frau Monika Metzger. Anmeldung erforderlich. *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“*

freitags, 14-tägig · Wandern Sie gerne? Wir auch! Ziele und Abfahrtszeiten entnehmen Sie bitte dem aktuellen Monatsprogramm. Änderungen sind tagesaktuell möglich! Die Teilnahme an den Wanderungen erfolgt auf eigene Verantwortung; *Margarete-Grundmann-Haus*

SPAZIEREN

jeden 3. Dienstag, ab 13.30 Uhr, Spazieren + Wandern in der Gruppe, mit Anneliese Tholl, VEBOWAG; *Tenten - Haus der Begegnung*

jeden 1. Mittwoch, 14 - 15.30 Uhr, Spazieren und Wandern in der Gruppe, mit anschließender Einker. Leitung: Marlene Böse; *AWO Ortsverein Siegburg e.V.*

jeden 2. Donnerstag, ab 14 Uhr, Stadtpaziergänge, kleine Runde (ca. 1 Stunde) in netter Gesellschaft spazieren gehen; *AWO Ortsverein Siegburg e.V.*

ENTSPANNUNGSÜBUNGEN

montags, 9.15-10.15 Uhr, „Der erfahrbare Atem“ – nach Prof. Ilse Midendorf, Leitung: Frau Dr. phil. Margret Causemann, Entgelt. 45 €; *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, 10.30-12 Uhr, QiGong, mit Dr. phil. Margeret Causemann, Entgelt. 63€, Kostenübernahme durch Krankenkasse möglich; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

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*

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

montags, 11 - 12.30 Uhr, Tai Chi – Form. yangzhen, Einstieg nur nach Abspra-

che, 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, QiGong und Tai Chi für Senioren; Trainer: Dr. B. Fleckenstein; 8 Stunden für 80 €; Schnuppern möglich, Anmeldung erbeten; *Tai Chi Studio Bonn*

dienstags, 9.15 - 10 Uhr, Qigong für Anfänger und für Menschen mit Handicap, Kosten 5€; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 10.15 - 11.30 Uhr QiGong, chinesische Meditation-, Konzentration- und Bewegung von Körper und Geist. Fit bleiben – Ruhe finden – Energie tanken, Kosten 6€; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 18.30 - 20 Uhr, QiGong, Anmeldung bei Marion Dietz, Tel. 0228/37 61 10; *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 Kursusbeitrag je Übungsstunde 5€. Leitung: Ruth Weinreiß; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

donnerstags, 17.30 - 19 Uhr, Feldenkrais-Gruppe mit Frau Räderscheidt, 10 Abende 110 €; *Offene Tür Dürenstrasse e.V.*

donnerstags, 19.30 - 21 Uhr, Pilates, mit Johanne Vogt. Kursusgebühr. 47,50€; *Kath. Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis*

freitags, 9.15 - 10.45 Uhr, Eutonie am Abend, mit Songrid Hürtgen-Busch. Kursusgebühr. 65€; *Kath. Familienbildungswerk im Rhein-Sieg-Kreis*

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 - 20.30 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 Uhrzeiten mitgeteilt; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

GEDÄCHTNISTRAINING

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

montags, 10 Uhr, Gedächtnistraining; *Haus auf dem Heiderhof*

montags, 16.30 - 17.30 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, 10.15 - 11.15 Uhr, Ganzheitliches Gedächtnis- und Konzentrationstraining für Personen ab 60 Jahren. Entgelt. 25€; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

mittwochs, 10.30 - 11.30 Uhr, Gedächtnistraining; *Bonifatius Seniorenzentrum*

mittwochs, ab 10.30 Uhr, Gedächtnistraining; *CBT Wohnhaus Emmaus*

donnerstags, ab 10.30 Uhr, Gedächtnistraining; *Seniorenhaus Haus Steinbach*

freitags, ab 14.30 Uhr, Gedächtnistraining; *CMS Pflegestift Domhof*

GESELLSCHAFTSSPIELE

montags, 13.30 - 17 Uhr, Schachkreis, Ansprechpartner: Rolf Hahn Tel. 02203/21 456; *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, Spielenachmittag 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 - 17 Uhr, Rummy-Cup und andere Gesellschaftsspiele, neue Mitspieler erwünscht! *Offene Tür Dürenstrasse e.V.*

montags, 15 - 18 Uhr, Rommécup und andere Spiele; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

jeden 1. Montag, ab 15 - 17 Uhr, Boule nach allen Regeln der Kunst unter Anleitung. Bei schlechtem Wetter: Kegeln. Um Anmeldung wird gebeten; *SeniorenNetzwerk Stammheim*

jeden 1. und 3. Montag, 19 – 21.30 Uhr, Skat; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 2. und 4. Montag, 17 – 18.30 Uhr, gemeinsam Schach lernen und spielen; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

dienstags, 13.30 - 17 Uhr, Skatrunde; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

dienstags, 14 - 18 Uhr, Geselliger Nachmittag mit Skat und anderen Gesellschaftsspielen; *AWO Ortsverein Siegburg e.V.*

dienstags, ab 14 Uhr, Offener Spielertreff · Wenn Sie auch gerne Canasta, Rommé, Brettspiele, Doppelkopf oder andere Gesellschaftsspiele spielen, dann sind Sie herzlich willkommen. Eine große Sammlung verschiedenster Spiele ist vorhanden. Trauen Sie sich. Wir freuen uns auf Ihr Kommen; *Margarete-Grundmann-Haus*

dienstags, 14 - 17 Uhr, Spielenachmittag, Rummikub, Canasta, Mensch-ärgere-dich-nicht und andere Spiele. Auch hierzu laden wir ganz herzlich neue Spieler ein. Sie ken-

nen die Spiele nicht? Macht nichts! Sie können sie bei uns lernen; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

dienstags, 14 - 17 Uhr, Schach für Könner und solche, die es werden möchten. Bitte pünktlich um 14 Uhr vor Ort sein. *Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin*

dienstags, 14.30 - 17 Uhr, Schach-Gruppe – Die Schach-Gruppe erwartet freudig neue Mitspieler (auch Anfänger); *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

jeden 1. und 3. Dienstag, 15 - 18 Uhr, Spielenachmittag; *SeniorenNetzwerk Stammheim*

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

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

jeden 3. Dienstag, 15.30 - 17 Uhr, Bingonachmittag, Spaß, Spiel und Spannung garantiert; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

dienstags, 19 - 22 Uhr, Skatclub „Skatfreunde Lotte-Lemke-Haus“ · Mitspieler sind immer willkommen; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

dienstags, ab 19.30 Uhr, Schach · Ganzjährig, kostenfrei, später Vereinsbeitritt. Leitung: 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, 1,50 € pro Karte; *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 Herrn 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 Herrn 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 2. Donnerstag 14.30 - 16 Uhr, Canasta; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

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, 14-tägig, ab 15 Uhr, Kniffelrunde. *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

donnerstags, ab 16 Uhr, Schnupper-Turnier, für alle Brigdespieler, die gerne ein Turnierbrigde kennenlernen und ihre Kenntnisse erweitern möchten, Anmeldung und Kosten bei Herrn Peter. Telefon: 02224/94 17 32; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 19.15 - 20.45 Uhr, Bridge für Anfänger ohne Vorkenntnisse. Anmeldung erforderlich bei Herrn Peter, (02224) 94 17 32; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 19.30 - 22 Uhr, Doppelkopfrunde mit Herrn Müller-Kulmann; *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

freitags, ab 14 Uhr, Skat und Spiele spielen. *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

freitags, 14.30-16.30 Uhr, Kartenspiel · In fröhlicher Atmosphäre wird Rommé gespielt. Leitung: Habiba Osmani; *Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

freitags, 14 - 17 Uhr, Spielenachmittag; *AWO Duisdorf*

freitags, 15 - 16 Uhr, Bingo; *Seniorenzentrum Theresienau e.V.*

freitags, 15 - 17 Uhr, Canasta; *Offene Tür Dürenstrasse e. V.*

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

jeden 2. Freitag, 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 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, „Die Montagsmaler“ ist eine Hobby-Malgruppe, die Pastell- und Ölmalerei auf Karton und Leinwand betreibt. Da langjährige Teilnehmer ausgeschieden sind, freut sich die Gruppe über Neueinsteiger. Die Leiter der Gruppe sind Frau Anna Schneider und Herr Dieter Draht. *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags, alle 14 tage, 15-17 Uhr, Malkursus mit Acrylfraben, Zeichenkurs. 5 €, um Anmeldung wird gebeten; *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

montags, 16.30 - 18 Uhr, Tusche-Malen, offene Gruppe · Mit Filiz Schattevov. Pro Nachmittag 5 €; *Offene Tür Dürenstrasse e.V.*

montags, 16.30 - 18 Uhr, Kreativ-Werkstatt – Erlernen und Erweitern von Techniken · Mit Margarete Schulz. Für 5 Nachmittage 35 €. *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, 6

WOHNEN, PFLEGE, SERVICE

Unsere Empfehlungen für Bonn und den Rhein-Sieg-Kreis

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

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



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



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

Mit Ihrer Anzeige in

aktiv TERMINE

erreichen Sie über

25 000

interessierte Leser

(0228) 55 90 20

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 PFLLEGESERVICE GMBH

Termine 30 €; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

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; *Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus*

freitags, 17-19.15 Uhr, Freude am Malen in Öl, Aquarell und Acryl. „Jeder kann malen“, sagt die Leiterin des Kreativkurses der Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin und macht mit dieser Aussage auch Menschen Mut, die noch nie gemalt haben. Leitung: Margareta Schulz. Für 8 Wochen 40 €. Anmeldung erforderlich; *Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin*

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: Abwechselnd Frau Gisela Knebel und Herr Friedrich Schreyer; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

montags, ab 15.30 Uhr, Sing mit Volksliedern und Schlager mit Akkordeonbegleitung; *Seniorenzentrum Theresienau e.V.*

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

montags, ab 19.30 Uhr, Gemeinschaftschor; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

dienstags, 14-16 Uhr, Singkreis. 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. Anmeldung erforderlich; *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, Singkreis „Kurfürstenlerchen“ – Leitung Else Stiehl. *Ev. Altenzentrum Haus am Redoutenpark*

jeden 1. Dienstags, 16-18 Uhr, Singen für Menschen mit Demenz; *LeA-Treff*

dienstags, ab 19.30 Uhr, Kleiner Chor Bad Godesberg: Mit Max Dünkelmann. Pro Monat 12,50 €; *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 Pflegeheim Domhof*

donnerstags, 11-12 Uhr, Stimmbildung – für alle und ab 50 Jahre - Anhand von Stimm- und Atemübungen soll das eigene Stimmpotential erweitert, die Stimme belastbarer und kräftiger werden. Das Erlernte wird beim gemeinsamen Singen einfacher Lieder angewendet. Leitung: Elsa Funk-Schlör. Kosten: 45 €. *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 11.30-12.45 Uhr, Seniorenchor. 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 erforder-

lich; *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 Schulferien), 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/in-

nen sind gern willkommen!
Margarete-Grundmann-Haus

MUSIZIEREN

jeden 2. und 4. Montag, ab 15.30 Uhr, Musikschule, mit Therese Polus; Haus am Redoutenpark

THEATER

montags, 10.30 - 12 Uhr, Theatergruppe „Herbst-Zeitlose“ · Proben für ein neues Theaterstück finden statt. Leitung: Frau Dr. Hermanni, Ort: Großer Saal; Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

mittwochs, 19.30 - 21.30 Uhr, „les-bon(n)mots“ – Improvisationstheater · „les-bon(n)mots“ ist eine Bonner Improvisationstheatergruppe, die seit mehreren Jahren in Kneipen und Theatern sowie bei Firmenevents, Seminaren und Feiern auftritt. Kontakt: Eva-Maria Esch (0228/221670), eMail: eva@les-bonnemots.de. Margarete-Grundmann-Haus

KUNSTAUSSTELLUNG

9 - 20 Uhr, „TraumRaum“ – Werke der Künstlerinnen Dagmar Laustroer und Petra Christine Schiefer · 2. April bis 30. Juni; täglich geöffnet. Die Bilder sind im Eingangsbereich, Restaurant, Foyer 1. und 2. Obergeschoss zu sehen. Kaiser-Karl-Klinik

BASTELN/ HANDARBEITEN

dienstags, 9.15 - 12.15 Uhr, Arbeitskreis Töpfern; Margarete-Grundmann-Haus

dienstags, 13.30 - 16.30 Uhr, Arbeitskreis Porzellanmalen; Margarete-Grundmann-Haus

jeden 1. und 3. Dienstag, 14 - 16 Uhr, keine Kursgebühr, dafür muss Material selber mitgebracht werden; Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“

mittwochs, 15 Uhr, Basteln zu Gunsten der Aktion „Siegburg für Kinder“, 18 Uhr Strickkreis. Info zu Basteln und Strickkreis bei Heike Knott, Tel. 02241-6 81 53; AWO Ortsverein Siegburg e.V.

jeden 3. Donnerstag, 14 - 16 Uhr, Ideenwerkstatt im CLUB – Kreativität entdecken und entfalten · Jeder ist willkommen, der der Lust hat kreativ zu werden! Vielleicht um die alten Traditionen, wie spinnen, weben, filzen, drucken, stricken und häkeln oder die herrlichen Stiche beim Sticken wieder aufleben zu lassen. In geselliger Runde trifft man sich in angenehmer und entspannter Atmosphäre in den Räumen des CLUB. ggf. Materialkosten. Anmeldung erforderlich; Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin

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

freitags, 15 - 17 Uhr, Handarbeitskreis · Leitung: Margarete Efting; Offene Tür Dörenstrasse e.V.

jeden 3. Freitag, 15 - 17 Uhr, Repair Café. Bei Kaffee und Kuchen können Sie hier defekte Elektrogeräte, kaputte Möbelstücke, Fahrräder etc. fachkundig und

kostenlos reparieren lassen; Nachbarschaftstreff Pennenfeld

KOCHEN/BACKEN

jeden 2. und 4. Mittwoch, 11 - 14 Uhr, Koch- und Gartentreff für Menschen mit Demenz im Nachbarschaftstreff Pennenfeld; LeA-Treff

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

jeden 2. Freitag, ab 16 Uhr, gemeinsam frische Waffeln backen; Haus auf dem Heiderhof

freitags, einmal im Monat ab 9 Uhr, Termine bitte erfragen. In einem kleinen Team von Hobbyköchen zaubern Sie ein 3-Gänge Menü für max. 20 Personen; Begegnungsstätte St. Jakob und St. Ägidius

SPRACHEN

montags, 9.30 - 11 Uhr, Französisch - Konversationskurs · Leitung: Michèle Mickisch-Marconnot. Offene Tür Dörenstrasse e.V.

montags, 10 - 11.30 Uhr, Spanisch für Fortgeschrittene · bitte anmelden. AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

montags, 9.30 - 11 Uhr, Französisch Konversationskurs; Offene Tür Dörenstrasse e.V.

montags, 9.30 Uhr, Italienisch für Fortgeschrittene, mit Frau Paola Castellari. Ab 10 Teilnehmern, 60 €; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

montags und dienstags, 10 - 11.30 Uhr, Spanisch für Fortgeschrittene; AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

montags, ab 15 Uhr, Englisch-Gesprächskreis · Wir unterhalten uns über aktuelle Themen in Englisch. Leitung: A. Ditte, Übersetzerin / stellv. Referatsleiterin i. R. (Deutscher Bundestag). Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

dienstags, 10 - 11.30 Uhr, Spanisch für Fortgeschrittene · bitte anmelden. AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

dienstags, 11 - 12.30 Uhr, Conversation for Every Day B1, Anmeldung erforderlich über VHS. Entgelt. 62,10€; Haus auf dem Heiderhof

dienstags, (24.2.-2.6.15), 10-11.30 Uhr, Conversation for Every Day B1, Ort. Franziskanerstr. 3. (Entgelt. 68,49 EUR). Anmeldung erforderlich; Tenten-Haus der Begegnungen

dienstags, (24.2.-16.6.15), 10-11.30 Uhr, Französisch Konversation B2, Ort. Franziskanerstr. 3. (Entgelt. 106,90 EUR). Anmeldung erforderlich; VHS Bonn

dienstags alle 14 Tage, ab 15 Uhr, English Conversation; AWO Bad Godesberg

mittwochs, 10 - 11.30, Französische Konversation mit Grammatik, mit Frau Blandine Süßmuth. Entgelt nach Teilnehmerzahl; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

mittwochs, 10.15 - 12.15 Uhr, Cercle Français. In diesem Kurs können Sie Ihre Sprachkenntnisse auffrischen und erweitern, hierzu wird das Savoir-vivre gepflegt. Kursleiter: Herr Hilgert. Ort: Besprechungszimmer EG; Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

mittwochs, 14 - 17 Uhr, Play reading, mit Frau Sue Petri. Kopiergeld 25 €; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

mittwochs, 14.30 - 16 Uhr, English Conversation II · Bei uns vertiefen Sie im Austausch Ihre Sprachfähigkeiten in englischer Sprache. Die Gestaltung der Inhalte wird gemeinsam mit den Teilnehmern erarbeitet. Kursleiter: Herr Hüllen, Ort: Besprechungszimmer (EG); Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

mittwochs, 15.30 - 17 Uhr, English Conversation I · In diesem Kurs werden aktuelle Themen besprochen sowie die Grammatik vertieft, um Ihre Englischkenntnisse zu erweitern. Kursleiterin: Frau Koenemann, Ort: PC-Raum (UG); Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

mittwochs, 17 - 19 Uhr, Deutschkurs, OSTR Conradus. Anmeldung erforderlich. 0228 616767 oder bernhard@switaiski.de; AWO Duisdorf

donnerstags, ab 10 Uhr, Spanisch für Anfänger · Bitte anmelden. AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

donnerstags, 10.30 - 12 Uhr, Englisch (Einsteiger-Gruppe) · Sie haben keine oder nur geringe Englischkenntnisse? Kursleiter Herr Hüllen unterstützt Sie dabei, Sprechhemmungen abzubauen und Schritt für Schritt zu einem alltagsrelevanten Wortschatz in englischer Sprache zu gelangen; Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

donnerstags, 11 - 12.30 Uhr, Cours de Conversation Française I. Alltagsthemen sowie politische und literarische Themen werden besprochen. Kursleiter: Dr. Arzt; Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

donnerstags, 14.30 - 16 Uhr, English for You - If you have an advanced level of English and enjoy a lively conversation in a nice and relaxing atmosphere this will be your course. Kursleiterin: Frau Hansen; Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

donnerstags, 16 - 17.30 Uhr, Latein mal anders. In diesem Kurs lesen wir Texte, die noch bis heute interessant sind. Wir lernen kleine Dialoge zu führen und Inschriften zu entziffern. Grundkenntnisse vorausgesetzt. Anmeldung erforderlich. 30 €; Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

donnerstags, 18 - 19.30 Uhr, Spanisch Anfänger. Anmeldung erforderlich; AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

freitags, 10 - 12 Uhr, Cours de Conversation Française · In entspannter Atmosphäre unterhalten wir uns in französischer Sprache über gemeinsam ausgewählte Themen. Der Kurs richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen. Kursleiterin: Frau Hansen, Ort:

Besprechungszimmer (EG); Offene Tür für Rentner u. Pensionäre Heinz-Dörks-Haus

SCHREIBEN

dienstags, 14-tägig, ab 15.30 Uhr, „Kreative Schreibgruppe“. Anmeldung erforderlich; Haus auf dem Heiderhof

donnerstags, 10.30 - 12 Uhr, Abenteurer Schreiben · In die Welt der Phantasie eintauchen und die Freude am Spiel mit den Worten finden. Das ist Abenteuer Schreiben. Leitung: Marita Bagdahn. Teilnehmerbeitrag je 6 €; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

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. Für 10 Abende 40 €; Offene Tür Dörenstrasse e.V.

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

werktags, 11 - 16.30, 11 - 15 Uhr, Bücherbasar während der Öffnungszeiten. AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

jeden 1. Montag, 10.30 - 12 Uhr, Literaturkreis · Es werden kurze und längere Texte gelesen und besprochen. Leitung: Dr. Helmut Löns. Teilnehmerbeitrag je 2,50 €. Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“

jeden 3. Mittwoch, 14.30 - 16.30 Uhr, Erzählcafé. Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

mittwochs, 10.30 - 12.30 Uhr, Literaturrunde; 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 1. Donnerstag, 13.30 - 17 Uhr, Treffen der Philatelisten. 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 im Wechsel, mit Pfr. Dr. Witschke; Haus am Redoutenpark

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! Die Vorträge finden nicht mehr in der Bibliothek im Erdgeschoss statt, sondern im neuen Vortragssaum EG-Anbau.

montags, alle 3 Wochen, ab 13 Uhr, Herz-Gefäße - Stoffwechsel; Kaiser-Karl-Klinik

montags, alle 14 Tage, ab 13 Uhr, Sturzprophylaxe; Kaiser-Karl-Klinik

dienstags, alle 3 Wochen, ab 13 Uhr Das Hüftgelenk; Kaiser-Karl-Klinik

dienstags, alle 3 Wochen, ab 13 Uhr, Das Kniegelenk; Kaiser-Karl-Klinik

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

mittwochs, alle 3 Wochen, ab 13 Uhr, Ernährung bei Osteoporose; Kaiser-Karl-Klinik

mittwochs, alle 14 Tage, ab 17 Uhr, Informationen zu Pflegeversicherungen; Kaiser-Karl-Klinik

donnerstags, alle 14 Tage, ab 13 Uhr, Gesunde Ernährung; Kaiser-Karl-Klinik

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

VORLESEN

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

jeden 2. Montag, ab 16 Uhr, Märchenstunde; Haus auf dem Heiderhof

FRÜHSTÜCK/BRUNCH

jeden 1. Donnerstag, ab 9 Uhr, Frühstück der kfd; CBT - Wohnhaus St. Markusstift

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 - 12 Uhr, Frühschoppen; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.

MITTAGSTISCH

täglich, Mittagstisch, Mo-Fr 5,50 €, Sa. 4,50 €, So. 8,50 €; Seniorenzentrum Theresienau e.V.

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. Preise variieren; 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 kein Salatangebot mehr. Anmeldung

SPORT FÜR WIEDEREINSTEIGER

So kann man/frau gehen, laufen, springen!

Wer kennt das nicht: die Knie knirschen, der Rücken zwick, das Treppensteigen geht auch nicht mehr so fix wie früher und viele Bewegungen sind nicht mehr schmerzfrei möglich. Und dann ist auch noch aus allen Ecken zu hören, dass man sich doch bitte sportlich betätigen soll, weil Bewegung ja die Gesundheit fördert ..

Aber schon viele Jahre wurde dieses Thema unter den Tisch gekehrt. Jetzt, wo das Frühlingswetter lockt und der Gedanke, nun endlich etwas zu tun, „in Versuchung bringen könnte“, ist die Verunsicherung groß: was ist gut für mich, was schadet mir?

Dann besser doch nichts tun?

Tatsächlich will kaum jemand wirklich ein Sportmuffel sein. Meistens haben - oft schon Jüngere, vermehrt aber, wer schon einige Jahre „auf dem Buckel hat“ – verschiedene Zipperlein und Einschränkungen, und Sport wird wegen Befürchtungen bleiben gelassen, dadurch etwas noch zu verschlimmern. So „schmoren viele Sportmuffel im eigenen Saft“. Was sie nicht weiterbringt, ihnen jedoch schaden kann. Vorzuziehen ist, unter Anleitung von Fachkräften zu gesunder Bewegung zu finden.

Aber: kann Bewegung wirklich schaden?

Hier muss tatsächlich ein klares *JEIN* die Antwort sein. Denn wie in vielen Lebensbereichen kommt es auch bei der sportlichen Betätigung auf das WAS und WIE an. Das richtige Maß zu finden zwischen „No Sport“ und dem Trainingspensum eines Leistungssportlers ist nicht so einfach, schon

gar nicht für jemanden, der lange „draußen“ war. Nur wenn es gelingt, die richtige Balance zu finden, kann Sport und Bewegung nicht nur die Gesundheit fördern, sondern obendrein viel Spaß machen.

Wie lassen sich hochwertige Gesundheitssportangebote finden?

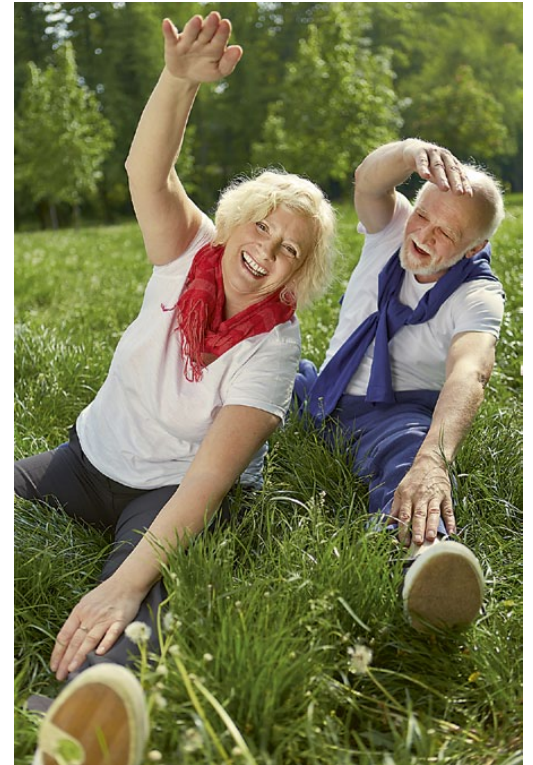
Sie können auf Erfahrungen aus dem Familien- und Freundeskreis zurückgreifen. Einen Hinweis auf gute Qualität gibt die Zertifizierung der Angebote durch die Krankenkassen, denn dafür müssen hohe Qualitätsstandards erfüllt worden sein. Diese beziehen sich auf die Ausgestaltung des Bewegungsangebots sowie die fachliche Qualifikation der Kursleiter.

Der Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. (vfb) bietet ein großes Gesundheits-sportangebot mit den Bereichen Entspannung, Herz-Kreislauf-Training und Stärkung des Muskelskelett-Systems, zum Beispiel: Hatha Yoga, Rückenfitness, Aquajogging und vieles mehr.

Nach den Osterferien beginnen beim vfb an 15 verschiedenen Standorten über 30 neue Gesundheitssportkurse.

Weitere Infos:

Verein für Behindertensport
Bonn/Rhein-Sieg e.V.
Hans-Böckler-Str. 16
53225 Bonn
0228/40367-27
www.gesundheitssport-bonn.de



*Fazit: Sport und Bewegung: ja.
Aber wenn, dann am besten richtig!*



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*

werktags, 11.30-12.30 Uhr, Mittagstisch · Geöffnet zum gemütlichen Kaffeetrinken, Unterhaltung und Kontakte, Möglichkeiten zu Gesellschaftsspielen und Billard. In der Bibliothek gibt es die Möglichkeit Bücher auszuleihen. Vorbestellung eine Stunde vorher. Tiefkühlmenüs können kalt und warm mitgenommen werden. *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

werktags, 12-13.30 Uhr, Mittagstisch · Jeden Mittwoch wird frisch gekocht! Anmeldung erforderlich. *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

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

werktags, 12-13 Uhr, Mittagstisch nach Karte · Bestellung möglich täglich zwischen 10-11 Uhr. *Tenten - Haus der Begegnung*

werktags, 12.15-12.45 Uhr, Poppelsdorfer Mittagstisch für Senioren, 0,50 € Suppe, 4,62 € Hauptgericht, 0,50 € Dessert, 0,80 € Getränk. 6,42 € Komplettmenü mit Getränk, im Monatsabo 10 % Nachlass, städtischer Zuschuss; *Caritas Sebastian-Dani Alten- und Pflegeheim*

werktags, ab 12.45 Uhr, Anmeldung bis 10.30 Uhr; *Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“*

werktags, 13-14 Uhr, täglich frisch zubereitetes Dreigänge-Menü, zwei Me-

nüs zur Auswahl, 5,90 €; *CBT Wohnhaus Emmaus*

dienstags, 12-13.30 Uhr, Mittagstisch Oase im Pfarrgemeindesaal Thomas Morus · mit Bonn-Ausweis 1,50 €, ohne 3 €. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

mittwochs, ab 12 Uhr, Mittagessen · bitte anmelden. *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 Pennenfeld*

jeden 2., 3. und 4. Freitag im Monat, 12-13.30 Uhr, Mittagstisch, selbst gekochte Hausmannskost, Speiseplan im Haus erhältlich oder unter www.OT-Godesberg.de; Anmeldung erforderlich, ab 4 €; *Offene Tür Dürenstrasse e.V.*

CAFETERIA / ERZÄHLCAFÉ

täglich, 15-17 Uhr, Kaffee und Kuchen im Brücken-Café mit kulinarischen Angeboten – Kostenbeitrag wird erbeten, dienstags alle 14 Tage bis 19 Uhr, Abendcafé; *Haus am Redoutenpark*

täglich, 15-16.30 Uhr, Cafeteria, Informationen bei Frau Panitzki 0228-35010; *Seniorenresidenz Rheinallee*

werktags, 9.15-17.30 Uhr geöffnet zum gemütlichen Kaffeetrinken, Essen kann mitgenommen werden; *Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem*

werktags, 9-17 Uhr, Seniorentreff, geöffnet, täglich wechselnd selbst gebackener Kuchen; *Offene Tür Dürenstrasse e.V.*

montags, einmal im Monat, 14.30-16.30 Uhr, Kaffee oder Tee? Offene Tee- und Kaffeerunde für Senioren mit interessanten Themen. 2€ pro Person; *SeniorenNetzwerk Stammheim*

montags, 15 Uhr, Gemütliches Kaffeetrinken mit Kuchen, anschließend

Kartenspiel; *Begegnungsstätte St. Jakob und St. Ägidius*

dienstags, 14.30-16.30 Uhr, Dienstag-Café · Gemütliches Beisammensein mit Kaffee und Kuchen. Nach dem Kaffee trinken folgt ein abwechslungsreiches Programm. Leitung: Renate Münchow. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, alle 14 Tage, 15-16.30 Uhr, Senioren Kaffee der kfd; *CBT - Wohnhaus St. Markusstift*

jeden 1. Dienstag, 10-11.30 Uhr, AngehörigenCafé – regelmäßiges offenes Angebot für pflegende Angehörige · Wir treffen uns in gemütlicher Runde, tauschen uns unter fachlicher Anleitung aus, diskutieren, ermutigen uns gegenseitig, finden hier Raum um den eigenen Gefühlen Platz zu machen, können uns gegenseitig stärken und stützen. Anmeldung erforderlich. *Karin Schneider GepflegtPflegen*

jeden 1. und 3. Dienstag, 16.30-18.30 Uhr; *Rheuma-Café - St. Petrus Kran-*

kenhaus, 5. Stock - vor der Cafeteria; Deutsche Rheuma-Liga Nordrhein-Westfalen e.V.

jeden 3. Dienstag, 15.30 - 17 Uhr, Erzähl-Café – „Interessante Menschen erzählen interessante Geschichten“. AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

dienstags, 11 - 18 Uhr und donnerstags, 15 - 18 Uhr, Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz, bei Kaffee und Kuchen Kontakte knüpfen und neue Menschen kennenlernen; LeA-Treff

mittwochs, 14 - 18 Uhr, geselliger Nachmittag „Kaffeeklatsch“; AWO Ortsverein Siegburg e.V.

jeden 2. Mittwoch, 15 - 17 Uhr, Erzählcafé, Gesprächstreff zu allen Themen. Ort: Annaberger Straße 127; Johanniter Unfallhilfe e.V.

jeden 3. Mittwoch, 14.30 - 16.30 Uhr, Erzählcafé mit Frau Rädler; Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

donnerstags, 15 - 16 Uhr, Treff mit Kaffee und Kuchen; anschließend kann man noch zum Diavortrag, zu Bingo, Gedächtnistraining oder zur Theatervorführung 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 € Februar Termin 05.02.15; Nachbarschaftstreff Pennenfeld

jeden 3. Donnerstag, ab 15 Uhr, Kaffee-Nachmittag des VdH. Ansprechpartner: Herr Leo 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 Pennenfeld

donnerstags, 15.15 - 17 Uhr, geselliger Nachmittag „Kaffeeklatsch“; AWO Ortsverein Siegburg e.V.

freitags, alle 14 Tage, 15 - 16.30 Uhr, Markuskaffee für jung und alt, offener Kaffeetreff in gemütlicher Runde, 3€; CBT - Wohnhaus St. Markusstift

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 3. Sonntag, 10 - 12 Uhr, „Gemeinsam den Nachmittag genießen“ – Sonntagscfé mit Hannelore Herfurth. AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.

SENIOREN TREFFEN SENIOREN

jeden 1. + 3. Dienstag, 14 - 17 Uhr, Treffen der Spätaussiedler. Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

jeden 1. und 3. Montag, 14 - 16 Uhr, Montagsgespräche · 2 x schnuppern, dann Mitglied. Tenten - Haus der Begegnung

jeden 4. Dienstag, 14 - 17 Uhr, Treffen ostpreußischer Frauen. Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

jeden 4. Dienstag, 19 - 20.30 Uhr, Publik Forum · Interessierte Leser diskutieren über unterschiedliche Artikel der Zeitschrift Publik Forum. Referent: Dr. Drähne, Ort: Besprechungszimmer (EG). Heinz-Dörks-Haus

ALT TRIFFT JUNG

montags, 14 - 16 Uhr, Hausaufgabenhilfe · bitte anmelden. AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

SONSTIGES

werktags, 9 - 16.30 Uhr, Bücherbasar, Bücher kaufen/spenden; AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

werktags, 14 - 17 Uhr, Offene Bücherei; Senioren-Begegnungsstätte Limperich

montags, 10.15 Uhr, Treffen der Gartenfreunde, Leitung: Ursula Hahn; Haus am Redoutenpark

montags, mitwochs und freitags, 11 - 17 Uhr, Offene Kleiderstube; AWO Duisdorf

montags bis mittwochs, 14 - 17 Uhr, Informationen über Urlaubsangebote und Ausflugsfahrten; AWO Ortsverein Siegburg e.V.

montags und donnerstags, ab 14 Uhr, Hausaufgabenbetreuung durch Senioren; AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

jeden 2. Dienstag, 13.30 Uhr, Mit dem Fahrrad unsere Gegend erkunden, frei, Gerd Rösner + Manfred Koch, Teilnahme auf eigene Gefahr, bitte einen Helm mitbringen; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.

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.

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 Seniorenwohnenzentrum Haus Dottendorf

INFORMATIONSANGEBOTE

jeden 1. Dienstag, 15 - 18 Uhr, Informationstreffen · Mit informativen, aktuellen, wechselnden Themen in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Bundeswehrverband. AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.

jeden 3. Dienstag, 14 - 15 Uhr, Sprechstunde des Vorsitzenden. AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.

BERATUNG

werktags, nach Terminvereinbarung, Psychotherapeutische Frühintervention und Stabilisierungsbehandlung, Für Opfer oder Zeugen von Gewalttaten, (Raub)Überfällen, Einbrüchen, Unglücksfällen, Unfällen oder Katastrophen oder nach Verlust eines Angehörigen; LVR-Klinik

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

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, 14 - 16 Uhr, Seniorenberatung · 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 bis mittwochs, 14 - 17 Uhr, Bürosprechzeiten/Beratung. Marlene Böse; AWO Ortsverein Siegburg e.V.

montags, 16 - 18 Uhr, kostenfreie Senioren- und Angehörigenberatung. Finanzielle Hilfen, rechtliche Betreuung, Vollmachten, Patientenverfügung, seniorenrechtliches Wohnen, Pflege, Hilfsmittel, ambulante, teil- bzw. stationärer 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 - 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 teilstationärer und stationärer Einrichtungen, Grundsicherung im Alter – Bonn-Ausweis und so weiter – Freizeitgestaltung; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

dienstags, 14 - 15.30 Uhr, Seniorenberatung SPOTS; Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

dienstags, 15.30 - 17 Uhr und donnerstags, 14 - 15.30 Uhr, Beratung für Senioren und ihre Angehörigen; Margarete-Grundmann-Haus

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

mittwochs, 10 - 12, 15 - 17 Uhr, Beratung für Senioren, chronisch Kranke und behinderte Menschen. An allen anderen Tagen nur nach Terminvereinbarung. Frau Blum. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

jeden 1. Mittwoch, 15 - 16 Uhr, Beratung für Senioren im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74; SeniorenNetzwerk Stammheim

jeden 3. Mittwoch, 15 - 16 Uhr, Beratung für Senioren 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

Do., 2.4.2015, 20 Uhr
PHYSICAL GRAFFITI
„A Tribute to Led Zeppelin“

Fr., 10.4.2015, 20 Uhr
ACHTUNG BABY!
„A Tribute to U2“

Sa., 11.4.2015, 20 Uhr
STILL COLLINS „A Tribute to Genesis & Phil Collins“

Di., 14./Mi., 15.4.15, 20 Uhr
QUADRO NUEVO
Tango, Arabesken & Balkan-Swing

Do., 16.4.2015, 20 Uhr
THORBJØRN RISAGER & THE BLACK TORNADO
Blues, Soul & Rhythm & Blues aus Dänemark

Fr., 17./Sa 18.4.15, 20 Uhr
DIRE STRATS
„A Tribute to Dire Straits“



So., 19.4.2015, 19 Uhr
TRIOSENCE Jazz

Di., 21.4. 2015, 20 Uhr
SIMON PHILLIPS & BAND
Ex-TOTO-Schlagzeuger mit Fusion, Rock & Pop

Mi., 22.4.2015, 20 Uhr
DANNY BRYANT & BAND
British Blues

Do., 23.4.2015, 20 Uhr
KLAUS „MAJOR“ HEUSER BAND
Ex-BAP-Gitarrist mit neuer CD

Fr., 24.4.2015, 20 Uhr
ECHOES
„A Tribute to Pink Floyd“

Sa., 25.4.2015, 20 Uhr
KRAAN Die deutsche Krautrock-Legende gibt eines ihrer letzten Club-Konzerte!

So., 26.4.2015, 19 Uhr
KING KING Mehrfach ausgezeichnete Blues-Band aus Schottland – Im Vorprogramm: TILL BENNEWITZ

Mo., 27.4.2015, 19.30 Uhr
THE LEVELLERS Filmvorführung („A Curious Life“) & Akustik-Konzert der englischen Folk-Rocker

Di., 28.4.2015, 19.30 Uhr
AKKORDEONALE
Festival mit Musikern aus Finnland, Niederlande, Irland, Armenien und Deutschland

Do., 30.4.2015, 19.30 Uhr
ROCK IN DEN MAI
Tanz-Party mit Klassikern der Rockgeschichte

donnerstags, 10 - 11, 15.30 - 16.30 Uhr, Bürgersprechstunde der Polizeiinspektion West. Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

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

freitags, 9 - 10 Uhr, Beratung für Senioren, durch Frau Esposito; Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

SELBSTHILFGRUPPEN

jeden 1. Montag, ab 14.30 Uhr, Treffen pflegender Angehöriger zum Erfahrungsaustausch. Leitung: Frau Marisa Esposito; 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.

jeden 1. Dienstag, 10 - 11.30 Uhr, Angehörigen Café, Austausch mit Betroffenen zur gegenseitigen Stärkung in gemütlicher Atmosphäre; Karin Schneider GepflegtPfleger

dienstags, 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. St. Johannes Hospital, Kölnstr. 54, 2. Etage,

Raum 227; Gerontologisches Forum in der LVR-Klinik

jeden 1. Mittwoch, 15 - 17 Uhr, Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., Regionalgruppe Bonn; Offene Tür Dürenstrasse e. V.

mittwochs, ab 19 Uhr, Selbsthilfe Alkohol, Medikamente (für Angehörige) - Kreuzbund e.V. Tenten - Haus der Begegnung

mittwochs, 14-tägig, 17 - 18 Uhr, ZWAR - Zwischen Arbeit und Ruhestand - Soziales Netzwerk im Stadtteil Tannenbusch-Buschdorf mit dem Ziel, gemeinsam alt zu werden. Leitung: Gregor Bins; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

jeden 2. Mittwoch, 17 - 18.30 Uhr, Typ II-Diabetiker Selbsthilfegruppe - Nach einem informativen Teil (kurze Vorträge über diabetiker-spezifische Probleme) tauschen wir uns bei Kaffee und Tee über Erfahrungen und Probleme aus. Leitung: M. H. Grabs (0228/85044848). Monatl. Mitgliedsbeitrag in Form einer Spende. Margarete-Grundmann-Haus

jeden 4. Donnerstag, 16 - 18.30 Uhr, Prostatakrebs Selbsthilfegruppe Bonn-Rhein-Sieg; Selbsthilfe-Kontaktstelle (früher SEKIS), Lotharstr. 95

jeden 4. Donnerstag, ab 19.30 Uhr, Typ I-Diabetiker Selbsthilfegruppe - Austausch über Probleme und Erfahrungen mit der Erkrankung sowie - bei Interesse - Vorträge von Fachleuten. Leitung: M. H. Grabs (0228/850 44 848). Monatl. Mitgliedsbeitrag in Form einer Spende Margarete-Grundmann-Haus

GESPRÄCHSKREISE

jeden 2. Montag, ab 18 Uhr, Angehörigengruppe der Alzheimergesellschaft; Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“

jeden 1. und 3. Montag, , 14 - 16 Uhr, Montagsgespräche, 2 x Schnuppern, dann Mitgliedschaft; Tenten - Haus der Begegnung

jeden 2. Montag, ab 15.30 Uhr, Gesprächskreis für Trauernde; Haus am Redoutenpark

jeden 3. Montag, 10.30 - 12 Uhr, Philosophischer Gesprächskreis - „Was kann ich wissen / was soll ich tun / was darf ich hoffen / was ist der Mensch?“ Uralte Fragen, die je nach Zeitalter unterschiedlich ausfallen. Leitung: Dr. Helmut Löns. Teilnehmerbeitrag je 2,50 €; Caritas-Begegnungsstätte „Thomas Morus“

jeden 3. Montag im Monat, 18 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 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, 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 4. Dienstag, 14 - 17 Uhr, Treffen der ostpreußischen Frauen; Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

mittwochs, 9.30 - 12.30 Uhr, Treffpunkt für Demenzzranke im „Zeit-Café“. Je nach Wunsch gemeinsames Kaffeetrinken, Erzählen, Bewegungs-/ Gesellschaftsspiele, Singen, Spazierengehen, etc. Anmeldung erforder-

lich. 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

mittwochs, 14 - 17 Uhr, offener Gesprächskreis, oder einfach nur „klönen“ und neue Leute kennenlernen; AWO Duisdorf

jeden 1. Mittwoch, 15 - 17 Uhr, Deutsche Parkinson Vereinigung e. V., Regionalgruppe Bonn. Gesprächskreis oder Vortrag zu div. Themen; 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, Klaafunde, 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 1. Freitag, 10 Uhr Gesprächskreis - „Literarisches Quartett im Wintergarten“, Anmeldung erforderlich; Haus auf dem Heiderhof

jeden 1. Freitag, ab 15.30 Uhr, Offener Gesprächskreis mit Anja Micorek; AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.

jeden 4. Freitag, 10 - 12 Uhr, Älter werden mit Demenz, Angebot für Menschen mit beginnender Demenz; LeA-Treff

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, Fußpflege - Nur nach Vereinbarung, Senioren mit Bonn-Ausweis erhalten die Fußpflege kostenlos. Anmeldung erforderlich; 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, 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 - 15.30 Uhr, Fußpflege. Anmeldung erforderlich. Offene Tür Dürenstrasse e.V.

dienstags 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“

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

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

Anbieter in Bonn

- **Akademie für ArbeitnehmerWeiterbildung**
Godesberger Allee 149, 53175 Bonn,
Tel. 02 28 / 88 37 115
- **Altenheim Herz-Jesu-Kloster**
Mehlemstr. 3-11, 53227 Bonn,
Tel. 02 28 / 97 197 - 296
- **Alten- und Pflegeheim „Haus Elisabeth“**
Rathausstr. 11, 53859 Bonn,
Tel. 02 28 / 91 05 18
- **AWO Duisdorf**
Kirchplatz 8, 53123 Bonn,
Tel. 02 28 / 18 03 87 90
- **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 / 93 19 10
- **AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.**
Lotte-Lemke-Haus
Liegnitzer Straße 14, 53119 Bonn,
Tel. 02 28 / 76 84 28 oder 76 73 29 0
- **AWO Stützpunkt offene Tür in Bonn-Beuel**
Neustraße 86, 53225 Bonn,
Tel. 02 28 / 47 16 87
- **Begegnungsstätte „St. Jakob und St. Ägidius“**
Breitestraße 107 a, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 96 54 44 7
- **Bildungszentrum Wissenschaftsladen Bonn**
Reuterstraße 157, 53113 Bonn,
Tel. 02 28 / 20 16 1 - 66,
www.wilabonn.de
- **Bundeskunsthalle**
Friedrich-Ebert-Allee 4, 53113 Bonn
- **Caritas Bad Godesberg**
Pfarrer-Meinartz-Str. 11, 53117 Bonn,
Tel. 02 28 / 95 72 5 - 0
- **Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“**
Oppelner Straße 124, 53119 Bonn,
Tel. 02 28 / 66 67 77
- **Caritas Pflegestation Bad Godesberg**
Bernkasteler Str. 53, 53175 Bonn,
Tel. 02 28 / 68 83 84 - 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 / 81 95 0
- **CBT-Wohnhaus St. Markusstift**
Pfarrer-Minartz-Straße 11,
53177 Bonn, Tel. 02 28 / 36 71 0
- **CMS Pflegestift Domhof**
Auf dem Domhof 13, 53179 Bonn,
Tel. 02 28 / 93 59 97 0
- **Demenz-Zentrum Bonn**
Hans Böckler Str. 19, 53225 Bonn,
Tel. 01 77 / 85 97 97 7
- **Deutsche Rheuma-Liga NRW e.V. / AG Bonn**
Loestr. 9, 53113 Bonn,
Tel. 02 28 / 50 81 38 0
- **DRK-Seniorenhaus Haus Steinbach**
Rüdigerstraße 92, 53179 Bonn,
Tel. 02 28 / 36 98 0
- **Ev. Seniorenzentrum Theresienau**
Theresienau 20, 53227 Bonn,
Tel. 02 28 / 44 99 0
- **Fachseminar für Altenpflege**
Fraunhoferstr. 1, 53121 Bonn,
Tel. 02 28 / 37 77 70 6
- **Familienbildungsstätte Bonn**
Lennéstraße 5, 53113 Bonn,
Tel. 02 28 / 94 49 04 0,
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
- **Harmonie Bonn**
Frongasse 28-30, 53121 Bonn,
Tel. 02 28 / 22 31 64
- **Haus am Redoutenpark**
Kurfürstenallee 10, 53177 Bonn,
Tel. 02 28 / 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. 02 28 / 55 12 56 7
- **Johannerhaus Bonn**
Beethovenallee 27 -31, 53177 Bonn,
Tel. 02 28 / 82 04 45 0
- **Kaiser-Karl-Klinik**
Graurheindorferstr. 137, 53117 Bonn,
Tel. 02 28 / 68 33 15 1,
www.kaiser-karl-klinik.de
- **Kath. St. Rochuskirche**
Fahrenheitsstraße 51, Bonn,
Tel. 02 28 / 65 52 21
- **Kunstmuseum Bonn**
Friedrich-Ebert-Allee 2,
53113 Bonn, Museumsmeile
- **Kursana Villa Camphausen**
Mainzer Straße 233, 53179 Bonn,
Tel. 02 28 / 32 96 0
- **Kieser Training GmbH**
Römerstraße 214-216, 53117 Bonn
- **LeA-Treff**
An der Wolfsburg 1a,
Bonn-Schwarzrheinorf,
Tel. 02 28 / 97 37 95 28
Mobil. 01 77 / 31 36 20 7
- **LoComMedienAkademie,**
LoCom-Haus
Bachstraße 4, 53115 Bonn
- **LVR-LandesMuseum Bonn**
Colmantstr. 14-16, 53115 Bonn,
Tel. 02 28 / 20 70 30 - 9
- **Malteser Krankenhaus Bonn**
Von-Hompesch-Str. 1, 53123 Bonn,
Tel. 02 28 / 64 81 - 51 2
- **Margarete-Grundmann-Haus**
Lotharstr. 84, 53115 Bonn,
Tel. 02 28 / 94 93 33 - 0,
grundmann-haus@parisozial-bonn.de
- **Migrapolis Haus der Vielfalt**
Brüdergasse 16-18, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 22 76 34 4
- **Mittelpunkt -Bewegung-**
Mirecourtstr. 14, 53225 Beuel,
Tel. 02 28 / 47 92 71
- **Nachbarschaftstreff Pennenfeld**
Maidenheadstr. 20,
53177 Bonn-Pennenfeld,
Tel. 02 28 / 91 58 44 4
- **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 / 38 27 82 3,
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-Str. 35, 53225 Bonn
- **Praxis Lazarev**
Kasernenstraße 22, 53111 Bonn
Tel. 02 28 / 96 91 05 40
- **Rathaus Beuel**
Friedrich-Breuer-Straße, 53225 Bonn
- **Recht-Verständlich e. V.**
Friedrich Breuerstr, 53177 Bonn,
Tel. 02 28 / 37 11 07,
info@verein-rechtverstaendlich.de
- **Rehasport Bonn Zentrum e. V.**
Endericher Str. 127, 53115 Bonn,
Tel. 02 28 / 96 91 05 50
- **Schumannhaus**
Sebastianstr. 182, 53115 Bonn,
Tel. 02 28 / 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. 02 28 / 93 19 10
- **Seniorenheim Josefshöhe**
Am Josephinum 1, 53117 Bonn,
Tel. 02 28 / 62 06 - 0
- **Seniorenhilfsdienst „Arche“**
Alberichstr. 18, 53179 Bonn,
Tel. 02 28 / 93 48 23 0,
info@pflegebonn.de
- **Seniorenzentrum**
Wilhelmine-Lübke-Haus
Am Wesselspütz 2, 53123 Bonn,
Tel. 02 28 / 97 85 73 0
- **Seniorenzentrum Haus Rosental**
Rosental 80-88, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 97 64 64 3
- **Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem**
Utestraße 1, 53179 Bonn,
Tel. 02 28 / 36 97 90 4
- **StadtMuseum Bonn**
Franziskanerstraße 9, 53113 Bonn,
www.bonn.de/stadtmuseum
- **Stadtwerke Bonn**
Sandkaule 2, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 71 12 77 0
- **Statt Reisen – Bonn erleben e. V.**
Am Hauptbahnhof 1, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 65 45 53
- **Stiftung europäische Begegnung**
Poppelsdorfer 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 Pfnennisdorf**
Poppelsdorfer Allee 108, 53113 Bonn,
Tel. 02 28 / 63 20 62,
www.stiftung-pfnennisdorf.de
- **St. Vinzenzhaus**
Kronprinzenstraße 1, 53173 Bonn,
Tel. 02 28 / 95 69 1 - 40 6
- **SWZ Haus Dottendorf**
Hinter Hoben 179, 53129 Bonn,
Tel. 02 28 / 39 15 49 - 0
- **Tagespflegehaus Bonn**
Breitestr. 109 - 113, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 96 31 50
- **Tai Chi Studio Bonn**
Berliner Freiheit 7, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 85 09 50 58,
info@taichi-studio-bonn.de

- **Tenten - Haus der Begegnung**
An der Wolfsburg 35, 53225 Bonn,
Tel. 02 28 / 91 58 - 70 7
- **VHS Bonn**
Wilhelmstr. 34, 53103 Bonn,
Tel. 02 28 / 77 36 31
- **VHS Bonn Bad Godesberg**
Michaelplatz 5, 53177 Bonn,
Tel. 02 28 / 77 45 41
- **vfb 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. 02 28 / 22 72 24 10
- **Weltladen Bonn e. V.**
Maxstraße 36, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 69 70 52
- **Zentrum für pflegende Angehörige**
Poststraße 30, 53111 Bonn
Anbieter im Rhein-Sieg-Kreis

Anbieter im Rhein-Sieg-Kreis

- **Alfred-Delp-Altenzentrum**
Alfred-Delp-Str. 21, 53840 Troisdorf,
Tel. 02 24 1 / 80 20
- **Altenheim „Maria-Hilf“**
Brunnenallee 20, 53332 Bornheim,
Tel. 02 22 5 / 99 97 61 6
- **Alten- und Seniorenheim Schloss Merten**
Schloßstr. 14, 53783 Eitorf-Merten,
Tel. 02 24 3 / 82 60
- **Altenzentrum Helenstift**
Bonner Str. 93, 53773 Hennef,
Tel. 02 24 2 / 88 20
- **AWO Ortsverein Siegburg e. V.**
Begegnungsstätte „Paul-Müller-Haus“
Luisenstraße 55, 53721 Siegburg,
Tel. 02 24 1 / 61 31 7
www.awo-siegburg.de
info@awo-siegburg.de
- **Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin**
Markt 1, 53754 St. Augustin,
Tel. 02 24 1 / 24 33 40,
gudrun.ginkel@sankt-augustin.de
- **Beratungsstelle ADele**
Adolf-Kolping-Str. 2,
53340 Meckenheim,
Tel. 02 22 5 / 99 97 62 4
- **Bildungszentrum Schloss Eichholz**
Urfelder Str. 221, 50389 Wesseling,
Tel. 02 64 2 / 30 82 36 3
- **Bonifatius Seniorenzentrum**
Schweitzerstr. 2, 53359 Rheinbach,
Tel. 02 22 6 / 16 97 40,
info@bonifatius-gmbh.de
- **Cura Altenheim Marienheim**
Brierberichsweg 2, 53604 Bad Honnef,
Tel. 02 22 4 / 93 96 0
- **Cura Krankenhaus Bad Honnef**
Schülengasse 15, 53604 Bad Honnef,
Tel. 02 22 4 / 79 33 2
- **Curanum Residenz**
Kurhausstr. 45, 53773 Hennef,
Tel. 02 24 2 / 93 00
- **Ev. Altenzentrum Am Michaelsberg**
Kleiberg 1b, 53721 Siegburg,
Tel. 02 24 1 / 30 30
- **Ev. Gemeindehaus Bad Honnef**
Luisenstr. 15, 53604 Bad Honnef,
Tel. 02 22 4 / 51 87
- **Ev. Gemeindehaus Ittenbach**
Ringstr. 19, Königswinter-Ittenbach,
Tel. 02 22 4 / 51 87
- **Gedenkstätte „Landjuden an der Sieg“**
Bergstraße 9, 51570 Windeck-Rosbach
Tel. 02 24 1 / 13 29 28
- **Haus der Caritas**
Am Kirchplatz 1, 53340 Meckenheim,
Tel. 02 22 5 / 99 24 24
- **Haus Katharina**
Kurfürstenstr. 25, 53639 Königswinter,
Tel. 02 22 3 / 90 90 23
- **Johannerstift Meckenheim**
Le-Méeplatz 3, 53340 Meckenheim,
Tel. 02 22 5 / 70 81 15 1

- **Karin Schneider GepflegtPflegen**
Alte Winkelgasse 8,
53639 Königswinter,
Tel. 02 22 3 / 27 96 10,
schneider-7Gebirge@t-online.de
- **Katholische Familienbildungswerk Rhein-Sieg-Kreis linksrheinisch**
Kirchplatz 1, 53340 Meckenheim,
Tel. 0 22 25 / 92 20 20,
e-mail: info@fbw-meckenheim.de
- **Kath. Pfarrzentrum**
Aegidiusplatz 18,
Bad Honnef-Aegidienberg,
Tel. 02 22 4 / 51 87
- **KoKoBe**
Gerhart-Hauptmann-Str. 2,
53819 Lohmar,
Tel. 02 24 6 / 15 40 0
- **Krankenhaus zur Hl. Familie**
Klosterstr. 2, 53332 Bornheim-Merten,
Tel. 01 70 / 73 39 60 4
- **Kreishaus Siegburg**
Kaiser-Wilhelm-Platz 1,
53721 Siegburg,
Tel. 02 24 1 / 13 30 43
- **Kurhaus Wohnresidenz**
Kurhausstr. 27, 53773 Hennef,
Tel. 02 24 2 / 88 06 62 5
- **Parkresidenz Bad Honnef**
Am Spitzenbach 2, 53604 Bad Honnef,
Tel. 02 22 4 / 18 30
- **Rathaus Bad Honnef**
Rathausplatz 1, 53604 Bad Honnef,
Tel. 02 22 4 / 18 41 40
- **Rathaus Troisdorf**
Kölnstr. 176, 53840 Troisdorf,
Tel. 02 24 1 / 25 03 13 3
- **Seniorenbüro Aktiv Dr.-Molly-Haus**
Kirchweg 1, 51570 Windeck,
Tel. 02 68 2 / 95 21 17
- **Seniorenzentrum Siegburg**
Friedrich-Ebert-Str. 16, 53721 Siegburg,
Tel. 02 24 1 / 25 04 0
- **Stadt Sankt Augustin**
Markt 1, 53754 Sankt Augustin,
Tel. 02 24 1 / 24 34 44,
walter.schilling@sankt-augustin.de
- **St. Elisabeth Seniorenwohnhaus**
Hospitalstr. 5, 53783 Eitorf,
Tel. 02 24 3 / 88 21
- **St. Johannes Krankenhaus**
Wilhelm-Busch-Str. 9, 53884 Troisdorf,
Tel. 02 24 1 / 48 80
- **St. Josef Hospital**
Hospitalstr. 45, 53840 Troisdorf,
Tel. 02 24 1 / 80 13 95 06
- **Villa Friedlinde**
Bachstr. 12, 53791 Lohmar,
Tel. 02 24 1 / 80 60 13
- **VVS Naturpark Siebengebirge**
Löwenburger Str. 2,
53639 Königswinter,
Tel. 02 22 3 / 27 99 33
- **Wohnstift Beethoven**
Siefenfeldchen 39,
53332 Bornheim,
Tel. 02 22 2 / 73 0,
www.wohnstift-beethoven.de
info@wohnstift-beethoven.de

Anbieter in Köln und Umgebung

- **ADAC Fahrsicherheitszentrum Rhein Erft**
Osttangente 1, 53919 Weilerswist,
Tel. 02 25 4 / 60 15 0,
info@sicherheitstraining.de
- **Freie Werkstatt Theater**
Zugweg 10, 50677 Köln
Tel. 02 21 / 32 78 17, www.fwt-koeln.de
- **Querwaldein e.V.**
Schärfginstr. 48, 50937 Köln,
Tel. 02 28 / 53 44 45 6
- **SeniorenNetzwerk Stammheim**
Oskar-Jäger-Str. 101-103, 50825 Köln,
Tel. 01 51-528 607 70

AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

- Mittwoch, den 1.4. ab 9.30 Uhr
Die Weckhasenpänz kochen.
- Dienstag, den 7.4. ab 16 Uhr
KinderBINGO.
- Montag, den 13.4. ab 10 Uhr
Fußpflege - Bitte anmelden.
- Dienstag, 14.4. bis 26.5., ab 15 Uhr
Englische Konversation.
- Sonntag, 19.4. und 17.5., ab 10 Uhr
Sonntagsfrühstück - Bitte anmelden.
- Dienstag, 21.4. und 19.5., ab 15 Uhr
Erzähl-Cafe.
- Donnerstag, den 23.4. ab 14 Uhr
Ausflug (Ziel erfragen) - Bitte anmelden.
- Sonntag, den 10.5. ab 12.30 Uhr
Kirmes in Friesdorf: Sauerbratenessen.
- Donnerstag, den 21.5. ab 14 Uhr
Ausflug nach Mondorf - Bitte anmelden.

AWO Ortsverein Bonn-Stadt e.V.

- Montag, den 6.4. ab 10 Uhr
Osterfrühstück - Lassen Sie sich auch in diesem Jahr wieder verwöhnen beim großen Frühstücksbuffet. Liebevoll vorbereitet und angerichtet von Susanne Kisselstein. Eintritt 5,00 €.
- Mittwoch, 8.4. bis 27.5., ab 15 Uhr
Seniorentanz mit Wally & Heinz Mirgel - Die DJ's Wally & Heinz Mirgel (Mixed Revival Sound) spielen Evergreens und aktuelle Schlager. Eintritt 1 €.
- Mittwoch, den 15.4. ab 15.30 Uhr
„Rheinsommer“ - Eine Lesung mit H. U. Petersen - Ein alter, verbitterter Mann lernt auf einer Parkbank am Rhein eine junge Frau kennen. Zwischen ihnen entwickelt sich eine ganz eigene, besondere Beziehung. Doch ihr Glück dauert nur kurze Zeit.
- Mittwoch, den 6.5. ab 15 Uhr
Nachmittag mit frischen Waffeln & Filmvorführung - Hanna Hinsens backt an diesem Tag Waffeln während Heinz Schmitz seine Filmaufnahmen des letzten AWO-Sommerfestes im Lotte-Lemke-Haus vorführt. Waffel mit Puderzucker pro Stück 1 €, heiße Kirschchen pro Portion 0,30 €, Sahne pro Portion 0,20 €.

- Montag, den 18.5., 13.30 - 19 Uhr
Rheinschiffahrt „Seniorenachmittag mit Herz“ - Gemütliche Schiffstour mit zünftigem Kaffeeklatsch und rheinischem Unterhaltungsprogramm, bis Ahrmündung ohne Landaufenthalt. Einlass: 13.30 Uhr, Abfahrt: 14 Uhr (Anlegestelle Alter Zoll in Bonn), Rückkunft ca. 19 Uhr. Es begleitet Sie Helmut Krüll. Fahrpreis inkl. Stück gedeckter Apfelkuchen mit Sahne und zwei Tassen Kaffee: 19,52 €. Anmeldung und Vorkasse bis 8.5.2015. Tel. 0228 76 73 290.

Begegnungsstätte CLUB, St. Augustin

- Mittwoch, den 8.4., 15.15 - 16.15 Uhr
Gesund und fit im Alter - Sinn und Unsinn der Einnahme von Vitaminen

· Im Vortrag von Heilpraktikerin Sigrun Birkelbach erfahren Sie, wie Sie es schaffen, mit Hilfe von Vitaminen gesund und fit im Alter zu sein. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, den 29.4., 15 - 16.30 Uhr
Nepal - für den SES am Himalaya - Helga Rostock war mehrfach als Expertin der Hilfe zur Selbsthilfe für den SES in Asien im Einsatz. Sie greift die Fertigkeiten der Leute vor Ort auf und vermittelt ihnen zusätzliche Kenntnisse auf ihrem Spezialgebiet, der Keramik. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, den 20.5., 15.15 - 16.45 Uhr
Praktische Tipps und Tricks für die Rollator-Nutzung - Der Deutsche Verkehrssicherheitsrat (DVR) führt im Auftrag der Bundesregierung das Programm „Sicher mobil“ durch. Leitung: Uwe Philipp. Anmeldung erforderlich.

CBT-Wohnhaus St. Markusstift

- Donnerstag, 9.4. und 7.5., ab 9 Uhr
Frauenfriedensmesse mit anschließendem Frühstück.
- Freitag, 10.4. bis 29.5., 15 - 16.30 Uhr
Markuskaffee für Jung und Alt - Offener Kaffeetreff in gemütlicher Runde - Kaffeegedeck 2,50 €.

Dienstag, den 14.4. ab 15 Uhr
„Malteser-Hausnotruf“ - und weitere Unterstützungsangebote des Malteser Hilfsdienstes e.V.

Donnerstag, den 16.4., 10 - 11 Uhr
Begegnung von Jung und Alt beim Frühstücksfrühstück in der Kath. Kindertagesstätte St. Marien. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 21.4., 15 - 16.30 Uhr
Informationen zum Wohnen mit Service mit Hausführung. Anmeldung erforderlich.

Freitag, den 24.4., 10.15 - 11 Uhr
Alt trifft Jung - generationenübergreifende Aktionen mit Kindern der KGS Burschule.

Donnerstag, den 30.4., 13.30 - 17.30 Uhr
Ausflug zur Bundeskunsthalle. Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 28.5., 12.30 - 18 Uhr
Ausflug zum Schloss Augustsburg in Brühl. Anmeldung erforderlich.

Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“

Donnerstag, den 21.5. ab 17 Uhr
Hilfe und Pflege zu Hause - Wir helfen Ihnen weiter, wenn Sie es nicht mehr alleine schaffen. Anmeldung erforderlich.

Ev. Altenzentrum Haus am Redoutenpark

Montag, den 6.4. ab 10.30 Uhr
Oster-Brunch - Kostenbeitrag für Gäste. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, 7.4. bis 19.4., - 19 Uhr
Abendangebot Cafeteria - Mit kulinarischen Angeboten - Kostenbeitrag wird erbeten.

Freitag, 10.4. und 8.5., ab 16 Uhr
Literaturkreis mit Pfarrer Dr. Witschke.

Montag, 13.4. bis 18.5., ab 10.15 Uhr
Treffen der Gartenfreunde - Leitung der Gruppe Ursula Hahn - Gartenfreunde zur Unterstützung der Gruppe sind herzlich willkommen.

Montag, 13.4. bis 26.5., ab 15.30 Uhr
Musikschule mit Therese Polus - Ob Mundharmonika oder ein anderes Instrument. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt.

Montag, 13.4. und 11.5., ab 15.30 Uhr
Gesprächskreis Trauer - Ein offener Kreis, zu dem jeder Neue willkommen ist. Eine regelmäßige Teilnahme ist nicht verpflichtend.

Dienstag, 14.4. bis 26.5., ab 16 Uhr
Herrenrunde - Leitung: Klaus Stoll - Politik, Kirche, Zeitgeist, Wirtschaft, Weltgeschehen. Gemütliches Beisammensein und Gespräche nur für Herren!

Samstag, den 18.4. ab 10 Uhr
AIB Charity Tag - Gemeinsam mit amerikanischen Studenten werden wir unseren Garten fit für den Sommer machen - weitere Helfer und Gartenfreunde sind herzlich willkommen. Zum Abschluss gemeinsames Grillen.

Freitag, 24.4. und 15.5., ab 16 Uhr
Bibelstunde mit Pfarrer Dr. Witschke.

Donnerstag, den 30.4. ab 16 Uhr
„Der Chiemgau und rund um den Chiemsee“ - Ehepaar Grebert.

Sonntag, den 3.5. ab 15 Uhr
Mit Musik in den Mai - Musikalische Begleitung Helmut Hergarten.

Donnerstag, den 21.5. ab 16 Uhr
„Im Zeichen der Hoffnung“ - Holzschnitte des Künstlers Walter Hab-

dank mit Texten des Autors Klaus Haarlammer.

Montag, den 25.5. ab 16 Uhr
Konzert zum Pfingstfest - Am Klavier: Thomas Guthoff.

Freitag, den 29.5. ab 16 Uhr
Info Börse: Pflege und Betreuung mit integriertem Demenz-Café - Hier erhalten Betreuende und am Thema interessierte Menschen die Gelegenheit sich auszutauschen. Betroffene Angehörige werden im parallel stattfindenden Demenz-Café themenorientiert begleitet.

Gedenkstätte „Landjuden an der Sieg“

Sonntag, den 19.4. ab 14.45 Uhr
Der NS-Kunstraub und die Konsequenzen aus dem „Fall Gurlitt“ - Der Skandal um die geheime Bildersammlung von Cornelius Gurlitt, dessen Vater Hildebrand zu den Mitgliedern der NS-Verwertungskommission für sogenannte „entartete Kunst“ zählte, hat für das Thema der NS-Raubkunst endlich ein breites Problembewusstsein in der Gesellschaft geschaffen. Vortrag von Jun.-Prof. Dr. Ulli Seegers.

Dienstag, den 21.4., 16.30 - 17.30 Uhr
Der jüdische Friedhof in Siegburg - Führung mit Dr. Claudia Maria Arndt. Die männlichen Teilnehmer werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen. Veranstaltungsort: Jüdischer Friedhof, Heinrichstraße, 53721 Siegburg, Treffpunkt vor dem Friedhofstor.

Freitag, den 22.5., 15.30 - 16.30 Uhr
Auf den Spuren jüdischer Frauen in Siegburg - Stadtrundgang mit Dr. Claudia Maria Arndt. Veranstaltungsort: Siegburg, Treffpunkt: Vor dem Stadtmuseum, Markt 46, 53721 Siegburg.

Haus der Geschichte

Donnerstag, den 9.4. ab 9 Uhr
Dauerausstellung „Zurück in die Zukunft“ - Ferienprogramm im Haus der Geschichte für Kinder im Alter von 9 bis 12 Jahren. Treffpunkt: Haus der Geschichte, Infoschalter im Foyer; mind. 6 bis max. 20 Teilnehmer. Pro Person, inkl. Imbiss und Mittagessen im Museumscafé 12 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 14.4. ab 17.30 Uhr
5. Bonner Dialog für Cybersicherheit - „Das IT-Sicherheitsgesetz - Chancen und Herausforderungen für die Wirtschaft“ - Fachvortrag und Podiumsgespräch. Ort: Saal, Eintritt frei. Anmeldung erforderlich.

Montag, den 27.4. ab 19.30 Uhr
Kanzlerbungalow - „Chronist der Macht“ - Buchvorstellung und Gespräch mit dem Journalisten Mainhardt Graf von Nayhauß in der Reihe „Zeitungsgespräche an historisch-politischen Orten“. Moderation: Prof. Dr. Hans Walter Hütter (Präsident der Stiftung Haus der Geschichte der BRD).

Heinz-Dörks-Haus

Donnerstag, 2.4. bis 28.5., 11 - 12.30 Uhr
Cours de Conversation Française I - Alltagsthemen sowie politische und literarische Themen werden besprochen. Ort: Kaminzimmer (EG).

Donnerstag, 2.4. bis 28.5., 11.30 - 12.45 Uhr
Seniorechor - In unserem Chor werden mehrstimmige Sätze verschiedener Musikrichtungen gesungen. Chorleitung: Frau Lang, Ort: Großer Saal.

Dienstag, 7.4. bis 26.5., 14 - 16 Uhr
Singkreis - Jeder, der Lust hat, in Gemeinschaft mit musikalischer Begleitung bekannte und neue Lieder zu singen, ist herzlich eingeladen. Besondere

Minigolf und Einkehrhaus Trimborn

In den NRW-Ferien ab 10 Uhr geöffnet

53177 Bonn-Bad Godesberg, Marienforster Promenade 1
Inhaber: Alfred Trimborn
Tel.: 02 28 / 35 12 54
Fax: 02 28 / 35 12 05
info@minigolf-bonn.de
www.minigolf-bonn.de

Fähigkeiten sind nicht erforderlich. Die Teilnahme ist kostenfrei. Leitung: Frau Preuss.

Samstag, den 2.5.

Philosophisch-Psychologisches Café-ausgespräch – Kann das Zusammenleben der Juden und Christen mit den Muslimen auch friedlich sein? · Referent: Dr. Hossein Pur Khassalian, Bonn, Arzt, Wahlbeobachter im Iran.

Mittwoch, den 20.5., 14.30 - 16 Uhr

Tanzen im Sitzen · Ist nicht nur förderlich für die Konzentration und Ausdauer, sondern macht auch noch Spaß. Leitung: Frau Rudolf, Ort: Großer Saal.

■ Kaiser-Karl-Klinik

Mittwoch, 1.4. bis 13.5., ab 13 Uhr
Ernährung bei Osteoporose.

Donnerstag, 2.4. bis 28.5., ab 13 Uhr
Gesunde Ernährung.

Donnerstag, 2.4. und 6.5., ab 19 Uhr
Akkordeonkonzert · Eine beschwingte Stunde mit Musik und Gesang mit Rudolf Rochell.

Montag, 6.4. bis 18.5., ab 13 Uhr
Sturzprophylaxe.

Mittwoch, 8.4. bis 20.5., ab 17 Uhr
Info Pflegeversicherung.

Dienstag, 14.4. bis 26.5., ab 13 Uhr
Das Hüftgelenk.

Mittwoch, 15.4. bis 27.5., ab 13 Uhr
Herz - Gefäße - Stoffwechsel.

Donnerstag, den 16.4. ab 19 Uhr
Saitenkonzert · Musikalischer Abend Vladimir Vinogradov: „er weckt mit seinem altrussischen Saiteninstrument die Faszination der russischen Seele“.

Freitag, 17.4. bis 29.5., ab 10 Uhr
Entspannung.

Dienstag, 21.4. und 12.5., ab 13 Uhr
Das Kniegelenk.

Donnerstag, 23.4. und 21.5., 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. Es darf gerne mitgesungen werden!.

Dienstag, den 28.4. ab 19 Uhr
„Die Verliebten – Märchen rund um die Liebe“ · Jens Gottschalk erzählt Volksmärchen der Weltliteratur für Erwachsene – der Jahrhunderte alten Tradition folgend in freier Form – ausdrucksstark und packend!

Montag, den 4.5. ab 19 Uhr
„Rheinsommer“ · Hans U. Petersen liest aus seiner anrührenden Erzählung.

Dienstag, den 26.5. ab 19 Uhr
Klassisches Gitarrenkonzert · Solokonzert mit Karl-Heinz Nicolli, der Sie mitnimmt auf eine musikalische Zeitreise durch drei Jahrhunderte der Gitarrenmusik.

■ Karin Schneider Gepflegt/Pflegen

Montag, den 20.4., 10 - 12.30 Uhr

Kurs für Angehörige von Menschen mit Demenz und Interessierte · Informationen über die Erkrankung und Möglichkeiten der Begleitung im Alltag, Austausch mit Gleichbetroffenen und Möglichkeiten der Entspannung. Anmeldung erforderlich.

■ Kath. Familienbildungsstätte Bonn

Dienstag, den 14.4., 18 - 20.15 Uhr

Moscheeführung · Wie sieht die neu erbaute Al-Muhajirin Moschee Bonn auf der Brühler Straße von innen aus? Welche Gebete werden dort gesprochen? Was bedeuten die arabischen Schriftzeichen an den Wänden? Haluk Yildiz, Begründer des Rates der Muslime und Islamwissenschaftler beantwortet Fragen zum Islam und zu islamischen Gruppierungen in Bonn. Bitte warme Socken mitbringen! Treffpunkt: Al-Muhajirin Moschee Bonn, Brühler Str. 28. Für 3 UStd. 6 €.

Mittwoch, 15.4. bis 6.5., 18.30 - 20.45 Uhr

Vertiefung der Gewaltfreien Kommunikation – Von der Theorie in den Alltag · Üben, üben, üben – verfestigen, was als Theorie klar ist: Empathie sich selbst gegenüber, sich ehrlich ausdrücken, Empathie bei brodelnden Gefühlen und Nein sagen ohne zu verletzen. Mit abwechslungsreichen Methoden. Leitung: Andrea Mergel. Für 12 UStd. 30 €.

Mittwoch, 15.4. bis 17.6., 19.30 - 21 Uhr

Einführung in den Meditativen Tanz mit Elementen des freien Tanzes · Das Wort „Meditation“ sinngemäß übersetzt mit „die Mitte einüben“ beschreibt, um was es beim Meditativen Tanz geht: ruhige oder auch beschwingte Kreistänze lassen durch ihre strukturierte Form, die Bewegung und die Wirkung der Musik die TeilnehmerInnen in die eigene Mitte und zur Ruhe kommen. Leitung: Gisela Fröbisch. Für 20 UStd. 40 €.

Mittwoch, 15.4. bis 13.5., 19.45 - 21.15 Uhr

In Balance dank Achtsamkeit · In diesem Kursus lernen Sie verschiedene Achtsamkeitsübungen wie Kurzmeditationen, Körperwahrnehmungsübungen etc. kennen, mit denen Sie sich im Alltag immer wieder kleine Inseln des bewussten Wahrnehmens dessen, was gerade los ist, erschaffen können. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Socken und ggf. eine Decke mit. Leitung: Kerstin Antje Sprungk. Für 10 UStd. 25 €.

Donnerstag, den 16.4., 19.30 - 21.45 Uhr

Persönlichkeit und Persönlichkeitsstörungen · Wie entsteht Persönlichkeit? Was fördert ihre Entwicklung. Schwerpunkt ist weniger die theoretische Darlegung, als die praktische Bedeutung in Alltag, Beziehungen und Beruf. Ein Thema, dass an einem Abend nicht erschöpfend betrachtet, aber anregend beleuchtet werden kann. Leitung: Mike Godyla. Für 3 UStd. 7,50 €.

Freitag, 17.4. bis 19.6., 18 - 19.30 Uhr

Leichte Atemübungen und ein fröhliches Singen · Wo man singt, da lass Dich nieder. Für alle, die Spaß am Singen haben oder diesen entdecken

möchten. Leitung: Amalia Fabrizius. Für 18 UStd. 45 €.

Freitag, den 17.4., 18.30 - 22.15 Uhr

Wunderbare Frühlings-Küche nach indischer Art · Sie sind eingeladen, Ihre Geschmackssinne anzuregen und Geheimnisse der indischen Küche kennen zu lernen. Wir kochen feine Spitzenrezepte mit Okra, Mango, Lamm, indische Bohnen, Süßkartoffeln, unreife Papaya, Kokosmilch usw. Leitung: Santa Bit. Für 5 UStd. inkl. 16 Euro Umlagen 33,50 €.

Samstag, den 18.4., 12 - 15 Uhr

Fischspezialitäten · Sie lernen schnelle und raffinierte Gerichte kennen, immer mit passenden Beilagen wie z.B. Risotto, Salat und Gemüse. Leitung: Ralf Posiombka. Für 4 UStd. inkl. 21 Euro Umlagen 37 €.

Mittwoch, den 22.4., 19 - 22 Uhr

Schnell und Lecker · Trotz Eile im Alltag sollen Geschmack und gesunde Ernährung nicht zu kurz kommen. Mit der richtigen Vorbereitung und den passenden Zutaten schafft Sie es, schnelle Rezepte besonders zu machen. Leitung: Barbara Heinze. Für 4 UStd. inkl. 13 Euro Umlagen 27 €.

Donnerstag, den 23.4., 19.30 - 21.45 Uhr

Von veganer Lebensweise bis zu Menschenrechten für Menschenaffen „Macht Euch die Schöpfung untertan!“ heißt es in der Bibel. Wie wird das Verhältnis Mensch – Tier in Religion und Philosophie gesehen? Welchen Stellenwert hat Tierschutzethik in unserer Gesellschaft, wo es einerseits die Massentierhaltung gibt und andererseits Haustiere immer mehr zu „Familienmitgliedern“ werden. Leitung: Dr. Ulrike Peters. Für 3 UStd. 7,50 €.

Freitag, den 24.4., 18.30 - 21.30 Uhr

Small Talk · In diesem Seminar lernen Sie, wie Sie ins Gespräch kommen, es beleben, bereichern und mit nachhaltigem Eindruck abschließen. Leitung: Hannelore Gabor-Molitor Für 4 UStd. 10 €.

Freitag, den 24.4., 18.30 - 22.15 Uhr

Vegetarisch pikante Snackideen aus Indien · Begeistern Sie Ihre Familie und Ihre Gäste mit außergewöhnlichen indischen Snacks, Wraps mit Gemüse, Pakoras mit Joghurt-Minze-Soße usw. Leitung: Santa Bit. Für 5 UStd. inkl. 13 Euro Umlagen 30,50 €.

Freitag, den 24.4., 20 - 21.30 Uhr

Judith Taschler liest: „Die Deutschleherin“ · Eine Frau, ein Mann und ein Verwirrspiel um Liebe, Verrat und Tod: Es sind die ganz großen Themen, die die österreichische Autorin in ihrem kammerpielartigen Roman bearbeitet. Eintritt 10 €.

Samstag, 25.4. und 26.4., 10 - 16 Uhr

Heilsames Singen · Die Stimme spiegelt die körperliche, geistige und seelische Befindlichkeit. Sie ist Ausdruck der Person und zugleich ist die Stimme ein wirksames Heilmittel. Leitung: Susanne Koops-Krüger, 16 UStd. 68 €.

Samstag, den 25.4., 11 - 14.45 Uhr

Sonntags-Brunchbuffet – Improvisation ist alles · Nicht nur Frühstückfans schwören auf die Kombination von Frühstück und Mittagessen, den Brunch. Sie erhalten viele Tipps für ein gutes Zeitmanagement, damit Sie

als Gastgeber viel Zeit zum Mitfeiern haben. Leitung: Theresia Minossi. Für 5 UStd. inkl. 13,50 Euro Umlagen 31 €.

Samstag, den 2.5., 12 - 15 Uhr

Ausgewogen und gesund genießen – So unterstützen Sie Ihren Säure/Basen-Haushalt – mit einer gesunden, basischen Ernährung. Bei uns erfahren Sie, wie das geht! Leitung: Ralf Posiombka. Für 4 UStd. inkl. 18 Euro, Umlagen 34 €.

Dienstag, den 5.5., 18 - 21.45 Uhr

Ein italienischer Sommer – Kochkultur zum Verlieben · Wir probieren Rezepte aus, die Sie bestimmt noch nicht kennen: Vorspeisen wie in einer kleinen Trattoria, eine Zucchiniorte nach Art der Nonna, eine Tomatentarte usw. Zum Essen servieren wir Weißwein, Rotwein, Wasser und Fruchtsäfte. Leitung: Theresia Minossi Für 5 UStd. inkl. 17,50 Euro Umlagen 35 €.

Mittwoch, den 6.5., 19.30 - 21.45 Uhr

Resilienz – die Kraft in der Krise · Resilienz (dt.: „Widerstandsfähigkeit“) meint die Fähigkeit, Krisen durch Rückgriff auf persönliche und sozial vermittelte Ressourcen zu meistern und als Anlass für Entwicklungen zu nutzen. Für Milton Erickson, den Begründer der modernen Hypnotherapie, war psychische und physische Widerstandsfähigkeit eine wesentliche Voraussetzung für die Bewältigung seines eigenen Lebens und daher ein natürlicher Ansatz für seine Psychotherapie. Leitung: Anke Uhlmann. Für 3 UStd. 7,50 €.

Donnerstag, den 7.5., 18.30 - 22.15 Uhr

Indisches Essen muss nicht immer scharf sein · Mit der richtigen Mischung aus Nelken, Kardamom, Safran, Kreuzkümmel, Ingwer, Bockshornklee, Asant gelingt Ihnen ein eigenes indisches Curry. Hier sind alle Liebhaber der pikanten Küche herzlich willkommen. Leitung: Santa Bit. Für 5 UStd. inkl. 16 Euro Umlagen 33,50 €.

Samstag, den 9.5., 10 - 13.45 Uhr

Stressbewältigung – Training zur psychischen Stress-Balance · Mit diesem Training lernen Sie, sich ins Gleichgewicht zu bringen für eine Balance von Leistungskraft und Wohlbefinden. Sie lernen berufliche und private Herausforderungen besser zu regulieren und gesünder zu bewältigen. Leitung: Dipl. Psych. Monika Kebbekus. Für 5 UStd. 12,50 €.

Samstag, den 9.5., 10 - 17 Uhr

Mit Achtsamkeit zu mehr Lebensfreude – Der Stimme des Herzens lauschen An diesem Tag lade ich Sie ein, in die Stille einzutauchen. Dabei werden wir entdecken, wie geschäftig es in uns zugeht – meist ist unser Geist mit Grübeleien beschäftigt, die Geschehnisse in der Vergangenheit betreffen oder wir machen uns Sorgen um etwas, das uns in der Zukunft schmerzvoll berühren könnte. Leitung: Monika Winkelmann. Für 8 UStd. 24 €.

Dienstag, den 12.5., 20 - 21.30 Uhr

Angelika Klüssendorf liest: „April“ · Als Nachfolgerroman von „Das Mädchen“ beschreibt Klüssendorf, wie „sich die Protagonistin in verschiedenen Jobs und schließlich mit ihrer Familie nach der Ausreise in den Westen zu einer reifen jungen Frau entwickelt, die sich durch ihre Flucht in Bücher immer

wieder der harten Realität entzieht“ (Süddeutsche Zeitung). Eintritt 10 €.

Montag, den 18.5., 18 - 21.45 Uhr

Sushi für eine Leiche · Perfekte Verbrenen und perfekte Menüs gehören zusammen wie Hühnerkeule und Gänsehaut. Leitung: Mario Müller, Judith Merchant. Für 5 UStd. inkl. 13 Euro Umlagen. 33 €.

Mittwoch, den 20.5., 19 - 22 Uhr

Kochen á la Landlust – Frühlingsrezepte: Stielmus Suppe – Bärlauchtarte – Hähnchen mit Estragon Sahnesoße, mit Frühlingsgemüse und Nudeln. Dazu Rhabarber Krümelkuchen. Leitung: Barbara Heinze Für 4 UStd. inkl. 13 Euro Umlagen 27 €.

Donnerstag, den 21.5., 16 - 18.30 Uhr

Mystagogische Kirchenraumschließung – In Melodien, Liedern, Licht und Texten den Kirchenraum ganzheitlich erfahren als liturgischen Raum und als Ort der Gottesbegegnung. Die Kirche St. Franziskus in Bonn bietet mit ihrer schlichten ellipsenförmigen Gestaltung aus sich heraus einen offenen Raum für die Begegnung mit dem Heiligen, Gott, den Mitmenschen, sich selber. Leitung: Elke Chladek, Stefanie Bartsch, Treffpunkt: St. Franziskus, Adolfsfr. 77. Anmeldung bis 15.05.

Freitag, den 22.5., 18.30 - 22.15 Uhr

Indisch Kochen – Mit Ingwer & Co. · Ingwer ist eine besondere Wurzel mit vielen Heilkräften. Zusammen entdecken wir, wie man diese spezielle Zutat in der Indischen Küche zu gesunden und leckeren Mahlzeiten verarbeitet. Leitung: Santa Bit. Für 5 UStd. inkl. 14 Euro Umlagen 31,50 €.

Samstag, den 23.5., 10 - 17 Uhr

Gönne dir dich selbst! – Spirituell-kreativer Tag für Leib und Seele für Frauen und Männer · An diesem Tag möchten wir den Blick nach Innen richten, Ruhe finden, Beziehung zu uns selbst aufnehmen und Spuren Gottes in unserer Seele entdecken. Spirituelle Anregungen in der Gruppe, Ausdruck in Farbe oder Ton, persönliche Stille, Entspannungsübungen und Körpergebet helfen uns dabei. Leitung: Markus Roentgen. Für 8 UStd. 12 €.

Mittwoch, den 27.5., 19 - 21.15 Uhr

Worte: wertvoller als Edelsteine · Der berühmte Sufi-Meister und Dichter Hazrat Inayat Khan schrieb: „Die Worte, die die Seele erleuchten, sind wertvoller als Edelsteine.“ Wie wahr dieser Ausspruch ist, möchten die Teilnehmerinnen der Schreibwerkstatt „Heilsames Schreiben“ mit einer öffentlichen Präsentation ihrer Texte zeigen. Leitung: Monika Winkelmann, Egbert Verbeek. Für 3 UStd. 6 €.

■ Kath. Familienbildungswerk Rhein-Sieg-Kreis linksrheinisch

Mittwoch, den 8.4., 10 - 12.15 Uhr

Philosophischer Gesprächskreis mit Markus Melchers · Kursgebühr 6 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

Montag, 13.4. bis 22.6., 19.30 - 21 Uhr

Meditation in Tanz und Gebärde mit Gudrun Peters · Kursgebühr 37,50 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, 14.4. bis 23.6., 19.30 - 21 Uhr
Meditation in Tanz und Gebärde mit Kathlen Simmer · Kursgebühr 46,20 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 15.4. bis 17.6., 15.30 - 17 Uhr
Seniorentanz mit Helga Welsch · Kursgebühr 30 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, 16.4. bis 7.5., 19 - 21.15 Uhr
Das Leben schreibt manchmal die besten Geschichten · Kursgebühr 30 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 7.5., 17.30 - 19.45 Uhr
Vorsorgende Vollmachten mit Silke Eschweiler · Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 9.5., 10 - 15 Uhr
Wecke Deine Kraft in Dir! · Leitung: Leo Leismann-Gerhards. 10 €. Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 23.5., 10 - 15.15 Uhr
Wenn der Klang auf Reisen geht. · Leitung: Sabine Papirny-Baumgarten. Kursgebühr 25 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

Freitag, den 29.5., 16 - 21.15 Uhr
Humor im Ehrenamt mit Hannelore Gabor-Molitor · Kursgebühr 30 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 30.5., 10 - 16 Uhr
Atempause – zur Ruhe kommen durch. Leitung: Songrid Hürtgen-Busch Kursgebühr 17,50 €. schriftliche. Anmeldung erforderlich.

■ Margarete-Grundmann-Haus

Donnerstag, den 2.4., 14.30 - 16.30 Uhr
Gemeinsamer Kaffeemittag vor Ostern · Mit Gedichten, Geschichten, kleinen Filmausschnitten und Sketchen. Zur Veranstaltung bewirten wir Sie mit Kaffee und Kuchen.

Mittwoch, den 8.4. ab 10.30 Uhr
Gottesdienst im April mit der Lutherkirche.

Mittwoch, den 8.4. ab 12 Uhr
Einladung zum gemeinsamen Mittagessen · Freuen Sie sich auf einen leckeren Makkaroni-Auflauf mit Salat und anschließend können Sie einen gesunden Obstsalat genießen. Gebühr 5 €. Anmeldung erforderlich bis zum 2. April.

Donnerstag, 9.4. bis 4.5., 15 - 16.30 Uhr
PC-Kurs für Anfänger und Wiedereinsteiger – einschließlich Internet und E-Mail · Leiter: Alfred Kloppe. Für 8 x 2 UStd. 86 €. Verbindliche Anmeldung erforderlich; Abmeldungen sind nur schriftlich bis 7 Tage vor Kursbeginn möglich.

Donnerstag, 9.4. und 27.4., 15.45 - 17 Uhr
Treff mit Kaffee und Kuchen · Anschließend kann man noch zum Diavortrag, Bingo, Gedächtnistraining oder zur Theatervorführung bleiben.

Samstag, den 11.4. ab 10 Uhr
Fahrradgruppe · 10.08 Uhr ab Bonnhauptbahnhof mit dem Zug S23 (Richtung Euskirchen), Gleis 5 bis zur Haltestelle Bahnhof Kottenforst. Über Flerzheimer Allee, Rulandweg, Venner

Allee und Kreuzberger Allee nach Ipendorf und dann hinab nach Bonn.

Samstag, den 11.4. ab 15 Uhr
Filmnachmittag · Filmtitel bitte erfragen. Vor dem Film bewirten wir Sie mit Kaffee und Kuchen!

Dienstag, 14.4. bis 16.6., 18 - 19 Uhr
Pilates · Pilates stärkt Muskulatur und Körperempfinden. Dieser Präventionskurs ist bei den gesetzlichen Krankenkassen zertifiziert und wird bei regelmäßiger Teilnahme bezuschusst. Leitung: Praevita Bonn. Für 10 x 1 Std. 125,00 €. Bitte bei Praevita Bonn (0228/28970783) oder online anmelden.

Mittwoch, den 15.4., 10 - 11 Uhr
Kostenlose Hörgeräte-Überprüfung und Beratung · Durchgeführt von der Firma Hörgeräte Köttgen.

Donnerstag, den 16.4. ab 15.30 Uhr
„Stärkende Lebensgeschichten von Witwen“ · Märchenhafter Nachmittag mit der Märchenerzählerin Ilse Feist. Vor der Veranstaltung bewirten wir Sie mit Kaffee und Kuchen! Um Spende wird gebeten.

Samstag, 18.4. und 19.4., 14 - 18 Uhr
Ganzheitliche Massage – für Paare und Singles in Begleitung · An diesem Verwöhnwochenende können Sie sich eine Auszeit vom Alltag und von stressigen beruflichen Situationen gönnen. Leitung: Christina Heinrichs. Pro Person 57,39 €, ermäßigt 43,65 €. Anmeldung bei der VHS Bonn (beide Partner müssen sich anmelden).

Mittwoch, den 22.4. ab 17.30 Uhr
Ausbildung von Assistenzhunden · Das Deutsche Assistenzhund-Zentrum hat vor kurzem einen Standort in Bonn eröffnet. Da die Möglichkeit der Unterstützung eines Assistenzhundes noch nicht allen Betroffenen bekannt ist, bietet das T.A.R.S.Q. einen kostenlosen Informationsvortrag mit anschließender Fragerunde an.

Donnerstag, den 23.4. ab 15.30 Uhr
„Istanbul, Ephesus und die Königsgräber in Dalyan“ – Amateurfilm von Rosemarie Boelicke-Eisinger · Istanbul, die atemberaubende und bevölkerungsreichste Stadt der Türkei, die sich auf zwei Kontinenten befindet. Sie kann auf eine 2600-jährige Geschichte zurückblicken. Gebühr 2 €.

Freitag, den 24.4. ab 8.30 Uhr
Jung und Alt frühstücken gemeinsam · Lassen Sie sich gemeinsam mit den Kindern vom Kindertreff Rückbezahl unser leckeres Frühstück schmecken. Genießen Sie die Geselligkeit und starten Sie anschließend beschwingt und froh gelaunt in den neuen Tag. Gebühr 4,50 €. Um Anmeldung wird gebeten.

Samstag, den 25.4. ab 10 Uhr
Fahrradgruppe · 10.00 Uhr ab Margarete-Grundmann-Haus. Richtung Endenich über den Hermann-von-Wandersleb-Ring hinaus auf das Meßdorfer Feld nach Gut Ostler. Dann über die Meßdorfer Straße hinweg nach Alfter und Roisdorf. Zurück wieder mit dem Rad oder per Linie 18.

Montag, 27.4. bis 8.6., 18 - 19 Uhr
„Tinnitus-Atem-Training (TAT) nach Holl“ – Grundkursus · Die Übungen, die im Rahmen des Kurses vermittelt

werden, setzen sich zusammen aus den Bereichen Gymnastik, Atmung und Selbstmassage, Meditation und Visualisierung. Leitung: Barbara Kader, Dipl.Päd. und zertifizierte TAT-Trainerin / Therapeutin Für 6 x 2 UStd. 120 €. Anmeldung erforderlich bei Praxistat-bonn@gmx.de.

Mittwoch, 29.4. und 27.5., 10 - 12 Uhr
Wohnen mit Service für Seniorinnen und Senioren – Informationsveranstaltung und Hausführung mit Wohnungsbesichtigung · Referentin: Karin Baldus und Anke van Elk. Um Anmeldung wird gebeten.

Mittwoch, den 29.4. ab 15.30 Uhr
Heimische Maibräuche – Erzählcafé mit Maibaumaufstellen und Maiaesingen

Donnerstag, den 30.4. ab 15.30 Uhr
La Bella Italia? · Wir folgen der Route Neapel, Sorrent, Amalfi und Pompeji. Vor der Veranstaltung bewirten wir Sie mit Kaffee und Kuchen! Gebühr 2 €.

Montag, 4.5. bis 15.6., 18 - 19.30 Uhr
Autogenes Training · Die Kurse bieten die Möglichkeit, die konzentrierte Selbstentspannung zu erlernen, in der sich Ruhe und Gelassenheit wohltuend auf die seelische und vegetative Stabilität auswirken. Leitung: Karl-Heinz Hapelt, in Kooperation mit der VHS Bonn (Kursnr.: P7100). Für 6 Abende 46,30 €, ermäßigt 34,24 €. Anmeldung erforderlich bei der VHS.

Mittwoch, den 6.5., 15 - 16.30 Uhr
Auf den Spuren von Ludwig van Beethoven · Eine etwas andere Entdeckungsreise vom Geburtshaus bis zum Denkmal am Münsterplatz. Ehrenamtliche Führung von Jean Michel. Treffpunkt: Geburtshaus von Beethoven, Bonngasse 20.

Freitag, den 15.5., 12.30 - 18.30 Uhr
Kulinarischer Ausflug – In der Osteifel liegt nahe der Ortschaft Langscheid in 550 Höhe die rustikale Wabelberger Wacholderhütte, die als Hotel und Gaststätte mit ihrer Gemütlichkeit und dem attraktiven Speisenangebot zum Verweilen einlädt. Fahrt ohne Verzeher 13 €. Verbindliche Anmeldung ab dem 24. März, Anmeldungen per AB werden nicht berücksichtigt.

Donnerstag, den 21.5. ab 15.30 Uhr
Lesung des Schreibkurses – „Auf meinen Spuren – Kreatives Schreiben für Senioren“ · Mit musikalischer Begleitung. Um Spende wird gebeten. Vor der Veranstaltung bewirten wir Sie mit Kaffee und Kuchen.

Donnerstag, den 28.5. ab 15.30 Uhr
Naturdokumentation „Farbenrausch“ · Die Natur des Mittelgebirgsraumes im Wandel der Jahreszeiten: Juni. Der Film, live kommentiert von Herbert Waldhans, zeigt Ihnen die Natur unserer Region mit ihrer Tier- und Pflanzenwelt im Monat Juni. Vor der Veranstaltung bewirten wir Sie mit Kaffee und Kuchen! Gebühr 2 €.

Samstag, 30.5. und 6.6., 10 - 12 Uhr
Wie benutze ich ein Mobiltelefon? (Kursus B) · Mobiltelefon und Senioren – das ist kein Widerspruch, sondern ohne Probleme möglich! Heutzutage verfügt fast jede/r über ein Mobiltelefon. Leitung: Alfred Kloppe. Für 2 x 2 UStd. 36 €.

■ Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

Donnerstag, 2.4. bis 16.4., ab 18 Uhr
Gemeinsam persisch kochen – ein Kennenlern-Kochkursus · Gemeinsam mit anderen Frauen persische Mahlzeiten kochen, zubereiten, miteinander ins Gespräch kommen und sich dabei kennenlernen und austauschen. Leitung: Masoumeh Maleki. Lebensmittelumlage 3 €. Anmeldung erforderlich.

Freitag, den 10.4., 10 - 13 Uhr
Fotospaziergang · Manchmal sehen wir etwas Schönes gar nicht, oder wir sind enttäuscht vom Foto. Abseits aller Technik ist das Thema des Fotospazierganges: Sehen lernen, Motive finden und in die rechte Perspektive bringen. Bitte bringen Sie eine geladene, eigene Digitalkamera mit! Leitung: Anne Hensgen. 3 €. Anmeldung erforderlich.

Freitag, den 10.4., 18 - 20.30 Uhr
„Kochen für Leib und Seele“ · Wie kann man zwischen Termindruck und Freizeitstress mal so richtig abschalten und genießen? In Theorie und Praxis geben wir Ihnen ein Genusstaining, damit Sie wieder Kraft schöpfen können. Leitung und Anmeldung: Dr. Maria Ebert-Joisten / Ursula Hecht-Wagner (0228/71013195). Inkl. Lebensmittel und Infomaterial 25 €. Anmeldung erforderlich.

Samstag, 11.4. und 9.5., 14 - 18 Uhr
Drechseln – Schnupperangebot im Juze. Ein Angebot für alle Kinder und Jugendliche mit ihren Eltern und Großeltern, Tanten und Onkeln. Im Jugendzentrum Brüser Berg. Bitte bringen Sie Holz mit! Leitung: Karl Alexander Petersen. Pro Termin 5 €. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, den 12.4. ab 16 Uhr
Highland Man – Irish und Scottish Folk (live) · Seit seinem 6. Lebensjahr lebt Georg Kaiser für die Musik. Er spielt Akkordeon, Gitarre und die irischen Instrumente Blues-Harp und Irish-Whistle, denn sein Herz schlägt für Irish und Scottish Folk. Spende erbeten. Das Café Atrium bietet Ihnen ab 15 Uhr irische Leckereien an. Anmeldung erforderlich.

Montag, 13.4. bis 6.7., 17 - 19.30 Uhr
Kurs: Acrylmalerei · Wir werden Sie mit der Acrylmalerei und ihren vielfältigen Möglichkeiten vertraut machen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich! Leitung und Anmeldung: Dorothee Fenske, Künstlerin (0176/349 655 85). Für 12 Termine, zzgl. Material 120 €. Anmeldung erforderlich.

Freitag, 17.4. und 15.6., ab 15 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! Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 25.4., 11 - 13 Uhr
Trommeln macht Spaß – Percussions-Workshop für alle Altersstufen · Elemente des Kurses: Bodypercussion (der eigene Körper als Instrument), Zusammenspiel mit verschiedensten Percussion Instrumenten (Bongos und Congas bis zu

Rasseln und Glocken). Voraussetzung: keine, nur williger Körpereinsatz. Die Instrumente werden gestellt. Leitung: Sebastian Schlör, Ansgar Buchholz. Kursus A (22-99 Jahre), Veranstaltungsort: Emmaus-Kirche Bonn. 20 €. Anmeldung bis zum 23.04.

Donnerstag, den 30.4., 20.30 - 1 Uhr
Tanz in den Mai · im großen Saal des Stadtteilzentrums. Es wird wieder „Lothar & The Eclectics“ aufspielen, allerdings in neuer Besetzung, mit einem breiten Repertoire aus den Musikrichtungen Pop, Swing, Country, italienischen und lateinamerikanischen klassischen Hits, Schlager-Oldies. In den Pausen wird ein Discjockey Tanzmusik auflegen. Spende erbeten, Einlass ab 20 Uhr. Anmeldung erforderlich.

Donnerstag, den 7.5. ab 15 Uhr
Patientenverfügung · In dem Vortrag werden Inhalte und Möglichkeiten der Patientenverfügung vorgestellt und Ihre Fragen beantwortet. Referent: Martin Schmidt; Leitung: Betreuungsverein des Diakonischen Werks. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 12.5. ab 16 Uhr
Wir stellen Ihnen die Technik von heute vor · Wir zeigen Ihnen ganz praktisch, wie Sie moderne Technik kinderleicht nutzen können. Leitung: Ramin Fleckner. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 19.5. ab 15 Uhr
Brüser Berg – Der Ortsteil, wo ich lebe! Viele Bürger und Bürgerinnen wohnen zum Teil schon jahrelang auf dem Brüser Berg, wissen aber über den Hardtberger Stadtteil recht wenig. Der Vortrag soll dazu beitragen, ein wenig mehr über die Entwicklung, Struktur und Besonderheiten des jüngsten Stadtteils Bonns zu erfahren. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 26.5., 17 - 18.30 Uhr
Unfall oder Panne – was TUN? · Wie verhalten Sie sich, wenn sie in einen Unfall verwickelt wurden oder als Beobachter bzw. Ersthelfer vor Ort sind? Wir beleuchten, wie man in Ausnahmesituationen die Nerven behält. Referentin: Cornelia Brodesser; Verkehrswacht Bonn e.V. Anmeldung erforderlich.

Samstag, 30.5. und 31.5., 10 - 17 Uhr
Digital fotografieren – ganz einfach (mit Praxisteil) · Dieser Kursus zeigt die wesentlichen Regeln der digitalen Fotografie und gibt Anregungen und Ratschläge für den fotografischen Blick. Im Mittelpunkt steht dabei die Handhabung der Kamera. Bitte bringen Sie diese aufgeladen mit! Leitung: Karla Hoppe und Horst Riefers Beitrag 75 €. Anmeldung bei Click-FotoAkademie (0228/256318 oder info@click-fotoakademie.de).

■ Offene Tür Duerenstr. e.V.

Mittwoch, den 1.4., 15 - 17 Uhr
Wenn die Rente nicht reicht! – Hilfe und Unterstützungsmöglichkeiten bei geringem Einkommen · Eine Veranstaltung der Deutsche Parkinson Vereinigung (Regionalgruppe Bonn). Referentin: Rita Blum.

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
Junkerstraße 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.: bei Volksbank BonnRheinSieg IBAN DE09 3806 0186 1602 9100 12 BIC: GENODE1BRS

Zahlungsempfänger ist: **IDEAL Werbeagentur GmbH** Geben Sie als **Verwendungszweck** Ihren **NAMEN** und Ihre **ADRESSE** gut lesbar an (Druckbuchstaben)!

Gruppenabos mit 3 Exemplaren, 24 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.), 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)

Mittwoch, 1.4. bis 20.5., 18 - 20 Uhr
„Über Geld muss man reden!“ · Gerade in Zeiten des Anlagenotstandes. Sind heute Aktien und Immobilien die einzige Anlageform die den Wert des Ersparnen erhalten kann? 10 €. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 8.4. bis 27.5., 15 - 16.30 Uhr
DRK-Sitzgymnastik · Durcharbeiten des ganzen Körpers im Sitzen. Kräftigung und Mobilisation der gesamten Muskulatur und des Gleichgewichtes. Leitung: Ingrid Gahl.

Freitag, den 10.4., 10 - 11.30 Uhr
Frühlingsfrühstück · Reichhaltiges Frühstück vom Buffet, u.a. mit Salaten, Wurst, Schinken, Käse, Marmelade, Brot und Brötchen, Kaffee, Tee und Orangensaft. 6 €. Anmeldung erforderl.

Freitag, den 10.4., 10 - 11.30 Uhr
Maikäferfrühstück · Reichhaltiges Frühstück vom Buffet, u.a. mit Salaten, Wurst, Schinken, Käse, Marmelade, Brot und Brötchen, Kaffee, Tee und Orangensaft. 6 €. Anmeldung erfordl.

Donnerstag, den 16.4., 15 - 17 Uhr
Krütz un quer durch Rüngsdorf – kreuz und quer durch Rüngsdorf · Verein für Heimatpflege und Heimatgeschichte Bad Godesberg e.V.

Freitag, 17.4. bis 29.5., 12 - 13.30 Uhr
Mittagstisch · Selbst gekochte Hausmannskost. Speiseplan im Haus erhältlich. Ab 4 €. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 28.4.
Königliche Gewächshäuser Laeken mit Brüssel · Nach dem Besuch erleben Sie noch eine schöne Stadtbesichtigung und haben dort noch etwas Freizeit. Abfahrt gegen 7.30 Uhr, Rückfahrt ca. 17.30 Uhr. inkl. Busfahrt und geführter Stadtbesichtigung Brüssel 33 €, Eintritt Königl. Gewächsh., zahlbar vor Ort 3 €.

Mittwoch, den 6.5., 15 - 17 Uhr
Pflegedienst und -stufen · Eine Veranstaltung der Deutsche Parkinson Vereinigung (Regionalgruppe Bonn). Referentin: Christa Pitzke, Ambulante Kranken- und Altenpflege GmbH Berg.

Mittwoch, den 13.5.
Keukenhof – Holland in Blütenpracht · Nach dem Besuch erleben Sie noch eine schöne Stadtbesichtigung von Brüssel und haben hier noch etwas Freizeit. Abfahrt gegen 7.30 Uhr, Rückfahrt ca. 17.30 Uhr. für Busfahrt 29,50 €, eintritt, zahlbar vor Ort 13 €.

Recht-Verständlich e.V.

Donnerstag, den 16.4.
Aktuelles Vereinsrecht · Aktuelle Fragen rund um das Vereinsrecht: Satzung, Gemeinnützigkeit, Haftung, u.a.

Donnerstag, den 23.4.
Testamentsgestaltung für Eheleute · Erläutert werden die Besonderheiten des gemeinschaftlichen „Berliner Testaments“. Eingegangen wird auf die sog. Voll- und Schlusserbschaft, die Vor- und Nacherbschaft usw. – also die klassischen Fallen des Berliner Testaments.

Donnerstag, den 7.5.
Ausländerrecht, Familiennachzug · Unter welchen Voraussetzungen kann ein ausländischer Ehegatte zu seinem Ehegatten nach Deutschland ziehen? Welche Sprachanforderungen bestehen?

Was ist mit der Unterhaltssicherung? Ist der Nachzug von Eltern möglich?

Donnerstag, den 21.5.
„Wenn der Chef Sie los werden will“ Ihre Rechte als Arbeitnehmer bei Beendigung des Arbeitsverhältnisses. Wenn Ihr Arbeitgeber Sie gekündigt hat, was tun?

Senioren-Begegnungsstätte Limperich e.V.

Donnerstag, 2.4. bis 2.4., 10 - 11 Uhr
Gymnastik mit Frau Nussbaum.

Donnerstag, den 2.4. ab 15 Uhr
Vorösterliches Beisammensein in festlicher Runde.

Dienstag, den 7.4. ab 15 Uhr
„Perlen der Ostsee“, Teil III: von St. Petersburg nach Stockholm · Filmvortrag mit Herrn Dederichs.

Dienstag, den 28.4. ab 15 Uhr
Frauenkreis-Treff bei uns mit Filmvortrag v. Herrn Deiters: „Luther und der Papst“.

Dienstag, den 5.5. ab 15 Uhr
„Perlen der Ostsee“, Teil IV: von Stockholm nach Bremerhaven · Filmvortrag mit Herrn Dederichs.

Donnerstag, den 7.5. ab 15 Uhr
Ökum. Sen.-Kaffee mit kath. Geistlichen
Dienstag, den 26.5. ab 15 Uhr
Frauenkreis-Treff – Vortrag mit Frau Schultze-Rhonhof.

Seniorenresidenz Rheinallee

Mittwoch, den 6.5. ab 15 Uhr
Maiansingen mit den Kindern der Villa Kunterbunt.

Seniorenzentren der Bundesstadt Bonn - Seniorenberatung Breite Straße

Mittwoch, 8.4. und 6.5., ab 14 Uhr
Karins Bingorunde · Unterbrochen nur von einer kleinen Kaffeepause frönen Sie dem „Glückspiel“. Einen kleinen Preis gibt es für jeden Teilnehmer. Teilnehmerbeitrag pro Person 1,50 €.

Freitag, 10.4. und 29.5., ab 12.30 Uhr
Gaumenfreuden · Ein 3- Gänge- Menü aus der Hand unserer „Meisterköchin“ – Frau Schäfer und ihrem Team. Kostenbeitrag pro Person (abhängig von der Anzahl der Teilnehmer und vom Gericht) 6 €. Anmeldung bis 3 Tage vorher.

Freitag, 17.4. und 8.5., 10 - 11.30 Uhr
„Alt aber wehrhaft“ (Teil 1) · Einzeltricks oder spontane Übergriffe gegen Senioren auf der Straße gehören zum Glück noch nicht zum Alltag. Die einzelnen Kurseinheiten werden betont abwechslungsreich und lebensnah gestaltet. Die Teilnehmer werden ermutigt, sich gegenseitig Rückmeldungen zu geben. Teilnahmegeb. je Kursinheit 8 €. Anmeldung bis 10. April (0228/96 31 50).

Mittwoch, den 22.4. ab 15 Uhr
„Eiertanz und Osterkranz“ · Voller Frühlingsgefühlen lassen wir übermütig die Tanzbeine schwingen, baumeln, steppen. Herr Oettgen spielt dazu bekannte Schlager auf. Um Spende wird gebeten.

Montag, den 27.4. ab 15.30 Uhr
Wahl Ihrer Majestät, der Maikönigin. Gut beraten mit einem kräftigen Schluck Maibowle wählen wir unsere diesjährige Maikönigin.

Montag, den 4.5. ab 15.30 Uhr
„Tuffi, der Elefant“ · Mit diesem kleinen Vortrag können Sie sich einstimmen auf den Ausflug am 21. Mai, welcher uns nach Wuppertal führen wird.

Montag, den 11.5. ab 16 Uhr
Gerd Schinkel und die Kanuten · Er nennt seine Lieder „Besengesänge“ und braucht das Musizieren, um innerlich unabhängig zu sein. Poetisch besingt er die Erlebniswelt Großer und Kleiner Menschen, Alltäglichen und wie man es ändern könnte. Bei uns präsentiert er seine Lieder in Begleitung der „Kanuten“ zu denen auch unser hoch geschätzter Gitarrist Gerd Spiller gehört. Eintritt 3-5 Euro (nach eigenem Ermessen).

Montag, den 18.5. ab 15.30 Uhr
Es muss nicht so weit kommen! – Sturzprophylaxe · Ein Sturz und alles ist anders: Verletzungen verheilen schlechter im Alter, von Operationen wird oft ganz abgeraten, lange Krankenhausaufenthalte sind zu vermeiden. Und dann ist da die Angst – Was, wenn ich wieder stürze? Lieber nicht mehr vor die Tür gehen? Aber: Es muss nicht so weit kommen!

Donnerstag, den 21.5., 9 - 19 Uhr
„Tuffi, der Elefant“ · Unsere Fahrt führt uns in die grüne Stadt Wuppertal. Vor Ort wagen wir uns zunächst in die hängende Stadtbahn, durchfahren historische Jugendstil – oder moderne Hightechbahnhöfe und erreichen einen der schönsten Zoos Deutschlands. Anschließend: Abstecher auf die Elisenhöhe. Anteilige Fahrtkosten, Eintritt Zoo und Schwebebahnticket: ca. 20 €. Anmeldung und Zahlung bis 6. Mai (max. 23 Teilnehmer).

Mittwoch, den 27.5. ab 13 Uhr
„Vive la France!“ · Bienvenu zu einer ganz und gar französischen Zusammenkunft: Nach einem vereinfachten „Viel Gänge Menü“ mit gut verträglicher Weinschorle laden wir zu einer Partie Petanque im nettem Ambiente des Begegnungstättengärtchens ein. Entgelt bitte in der Einrichtung erfragen. Anmeldung bis 25. Mai.

Stadt Lohmar

Samstag, 16.5., So.17.5., 13 - 18 Uhr
3. Messe „Mitten im Leben“ · Unternehmen, Vereine, Gruppen, Organisationen und gemeinnützige Einrichtungen aus der Region Lohmar stellen ihre Angebote und Produkte vor. Das komplette Programm lesen sie auf Seite 5.

Statt Reisen - Bonn erleben e.V.

Samstag, 4.4. bis 30.5., 14 - 16 Uhr
Zwischen Bahnsteig 11 und Amt 99 – Die total verrückte Innenstadt-Führung · Es ist schon verrückt, was man in der Bonner Innenstadt so alles vorfindet: Einen Bahnsteig 11 ohne Gleise und einen U-Bahn-Schacht, in dem man eine Straßenbahn vergessen hat. Treffpunkt: Poststr. / Ecke Maxilimilanst., gegenüber dem Hauptbahnhof Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, 5.4. bis 16.5., ab 14 Uhr
Südstadt – Aufbruch in die Gründerzeit · Bonns schönstes Wohnquartier wurde zwischen 1850 und 1910 erbaut. Das Gründerzeitviertel hatte den 2. Weltkrieg nahezu unversehrt überstanden. Weniger glimpflich verlief die Nachkriegszeit bis zur Einführung des Denkmalschutzgesetzes. Treffpunkt: Poppelsdorfer Allee / Ecke Prinz-Albert-Straße Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Montag, 6.4. und 31.5., 11 - 13 Uhr
Von wegen der Demokratie. – Die wahren Geschichten der Bonner Republik · Bei unserem Gang auf den etwas anderen Wegen der Demokratie stoßen wir auf Hinterzimmer und Bars, in denen so manche politische Entscheidung bei Bier und Kartenspiel gefällt wurde. Treffpunkt: vor dem Haus der Geschichte, Willy-Brandt-Allee/ Ecke Rheinweg. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Samstag, 11.4. und 11.4., 14 - 16 Uhr
Himmel und Ääd – Kulinarischer Rundgang · Auf den Spuren der Armen und Reichen bewegen wir uns in der Geschichte der Bonner Eß- und Trinkkultur. Beeindruckend sind die Festessen der Wohlhabenden, karg die Ernährung der Bedürftigen. Treffpunkt: Altes Rathaus, Markt Beitrag 9,50 €, ermäßigt 8 €.

Sonntag, 12.4. und 10.5., 11 - 15 Uhr
Radtour: Die Vier-Viertel-Tour · Die Stadtrundfahrten per Rad sind eine Kombination aus verschiedenen Stadtteuführungen und Exkursionen. Diese Rundfahrt ist eine Erweiterung der „Kleinen Tour“ (von Rathaus und Universität durch die Südstadt, vorbei an der Museumsmeile). Treffpunkt: Altes Rathaus, Marktplatz, Strecke: ca. 20 km. Exkl. Ticket für die Fähre, Beitrag 9 €, ermäßigt 7 €.

Sonntag, 12.4. bis 8.5., ab 14 Uhr
Die Bonner Republik – Das ehemalige Regierungsviertel in der Bannmeile · Unser Bannmeilengang führt in die Zeit der Bonner Republik. Er zeichnet die Zeit nach vom Beginn als Provisorium bis zum Umzug des Bundestages nach Berlin. Treffpunkt: Eingang Museum Koenig. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 12.4., 14 - 16.30 Uhr
Bonnerinnen, berühmt und berüchtigt · Der Rundgang durch die Bonner Innenstadt zeigt Erstaunliches zur Bonner Frauengeschichte. Wie konnte es geschehen, daß aus einer Mätresse eine Heilige wurde? Warum brauchte Bonn eine Anstalt für erstmals "gefallene" Mädchen? Treffpunkt: Hauptportal Bonner Münster. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Freitag, 17.4. bis 29.5., 19 - 21.30 Uhr
Brauereien und Bierkultur in Bonn · Unzählige Brauereien in städtischem, privatem und kirchlichem Besitz prägten einst das Bonner Stadtbild und unzählige sind auch die Geschichten, Traditionen und Streitereien um das beste Bier. Treffpunkt: Vor dem Bonner Münster, Hauptportal. Getränke auf Selbstzahlerbasis, sonst Beitrag 11 €, ermäßigt 8 €.

Samstag, 18.4. und 23.5., ab 14 Uhr
Britten in Bonn · Natürlich sind Briten hier! Und zwar recht oft und immer wieder. Und jedes Mal gaben Sie Anlaß zu vielen, vielen Geschichten in Bonn. Ob als Künstler, Soldaten oder Studenten,

ob auf Adelsreisen oder als Spione. Treffpunkt: Vor dem Sternhotel am Marktplatz Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 19.4., 13.30 - 15.30 Uhr
Kirchen und Musik in Bonn – Eine musikalische Zeitreise · In der Bonner Innenstadt liegen dicht beieinander Kirchen aus verschiedenen Jahrhunderten. Anhand ausgewählter Kirchen und Musikstücke entdecken wir bei diesem Stadtrundgang den Musik- und Kunstgeschmack der jeweiligen Bauzeit dieser Kirchen. Treffpunkt: Eingang Münsterbasilika, Münsterplatz Beitrag 9,50 €, ermäßigt 8 €.

Sonntag, den 19.4., 14 - 16 Uhr
Das Villenviertel in Godesberg · Das "Villenviertel" in Bad Godesberg wird mit all seinen Facetten und mit seiner Entstehungsgeschichte vorgestellt. Dabei bleiben wir nicht nur vor prachtvollen Villen und den floral gestalteten, gußeisernen „Gartenzäunen“ stehen, sondern erzählen auch von ihren Bewohnern und Lebensumständen. Treffpunkt: Bahnhofshalle Bad Godesberg Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Donnerstag, 23.4. und 24.4., 19 - 21.30 Uhr
Bier-Quiz zum Tag des Deutschen Bieres – Am 23.4. laden wir alle bierbegeisterten Bonner Bürger (und wer ist das nicht?) zu einer besonderen Führung ihrer Art ein. Testen Sie bei einer Bierquiz-Rallye ihr Wissen und lernen Sie nebenbei. Treffpunkt: Vor dem Bonner Münster, Hauptportal Beitrag 18 €, ermäßigt 15 €.

Samstag, 25.4. und 17.5., ab 14 Uhr
Spionage in Bonn · Wir setzen Sie auf eine heiße Fährte und dabei begegnen Sie merkwürdigen Gestalten. Es gilt, mit Hilfe der befreundeten Dienste Treffpunkte, Wirkungsorte und tote Briefkästen der Schnüffler aufzuspüren, um auf die Spur der verlorenen Dokumente zu kommen. Konspirativer Treffpunkt: Café Müller-Langhardt am Markt. Der Tipp kostet Sie eine Kleinigkeit, und zwar in kleinen, nicht-nummerierten Scheinen: 19 €, ermäßigt 16 €. Anmeldung erforderlich.

Samstag, 25.4. und 16.5., 14 - 16 Uhr
Frankreich in Bonn – Eine historische Spurensuche · Vier Mal in ihrer 2000-jährigen Geschichte wurde Bonn von französischen Armeen besetzt. Nicht nur die Soldaten haben in Rheinland Spuren hinterlassen, auch Wissenschaftler, Architekten, Juristen und Ingenieure aus dem Nachbarland haben unser tägliches Leben und unsere Stadtkultur maßgeblich beeinflusst. Treffpunkt: Springbrunnen an der Poppelsdorfer Unterführung Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Samstag, 25.4. bis 30.5., 20 - 22 Uhr
Mit dem Nachtwächter unterwegs · Es waren gefährliche Zeiten und keine leichte Aufgabe, die der Nachtwächter in Bonn zu bewältigen hatte, denn neben dem üblichen Gesindel bedrohten im 17. Jahrhundert Krieg, Feuer und Pest die kurfürstliche Residenzstadt. Treffpunkt: Rheingasse, Ecke Brassertufer. Beitrag 9,50 €, ermäßigt 8 €.

Sonntag, den 26.4., 11 - 13 Uhr
Rund um den Kurpark · Am Kurpark sammelte sich alles, was Rang und Namen hatte. Wir wechseln durch die Jahrhunderte: von der Prominenten-

Wirtin Ria Maternus zum Kurfürsten, vom Nazi-Bürgermeister Alef zu den Bankiersvillen des 19. Jahrhunderts uvm. Treffpunkt: Bahnhofshalle Bad Godesberg. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 26.4., 11 - 16 Uhr
Radtour: Bürgerliche Traumschlösser. Villen am Rhein · Erkundet werden die linksrheinischen Sommersitze des wohlhabenden Großbürgertums, die in traumhafter Lage im letzten Jahrhundert erbaut wurden. Treffpunkt: vor dem Haus der Geschichte, Willy-Brandt-Allee 14, Strecke: ca. 20 km. Beitrag 9,50 €, ermäßigt 8 €.

Sonntag, den 26.4., 14 - 16.30 Uhr
Mit der U-Bahn in die Römerzeit · Diese Zeitreise bringt Sie auf besondere Weise zu den Zeugnissen der Römer, die für fast 400 Jahre das Leben in Bonn geprägt haben. Ausgehend vom „Archäologischen Park“ im Bonner Norden entdecken wir das Lagerleben in der Garnisonsstadt. Treffpunkt: Kölnstr./ Ecke Rosental Beitrag inkl. ÖPNV-Ticket 9,50 €, ermäßigt 8 €.

Freitag, den 1.5., 14 - 16 Uhr
Tour d'amour – Liebesgeschichten aus Bonn · Von Liebe, Leiden, Lust und Lastern in Bonn erzählt diese Tour d'amour. Schwelgen Sie mit in den Gefühlen von Luigi Pirandello und Jenny Schulze-Lander uvm. Treffpunkt: Altes Rathaus, Marktplatz. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Samstag, 2.5. und 25.5., 14 - 16 Uhr
Bonn-Innenstadt – Auf und unter'm Pflaster · Wir durchstreifen den historischen Kern der Stadt und bewegen uns dabei auf dem für die City so charakteristischen Bonner Pflaster. Wir stellen die Universität vor und den Hauptbahnhof uvm. Treffpunkt: Poststraße/Ecke Maximilianstraße, gegenüber dem Hauptbahnhof. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 3.5. ab 14 Uhr
Beuel – Die Bonner Sonnenseite · Im letzten Jahrhundert wurde aus dem Fischerdorf Beuel die Wäschestadt am Rhein. Seit der Jahrhundertwende wurden die ungeliebten Industriebetriebe aus Bonn ins "arme" rechtsrheinische Beuel umgesiedelt. Treffpunkt: Lokal Rheinlust/Kennedybrücke, Rheinuferseite. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 3.5., 14 - 16 Uhr
Die Historische Stadtrevue – 2000 Jahre Bonn in einem einzigen Schauspiel · Schauspieler und Musiker lassen die Gestalten der Bonner Geschichte lebendig werden. Niemandem wird es schlechter gehen, vielen wird es besser gehen nach dieser Tour! Treffpunkt: Akademisches Kunstmuseum, Hofgartenseite. 55 €. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 6.5. und 15.5., 14 - 16 Uhr
Festungsstadt Bonn – Die Kunst der Verteidigung · Mit dem Abriß und Neubau der Sparkasse auf dem Friedensplatz wurden erneut große Teile der barocken Befestigungsanlage freigelegt, die die Geschichte der Stadt Bonn seit dem 17. Jahrhundert geprägt haben. Das große Interesse an den Funden hatte zu zahlreichen Untersuchungen geführt. Treffpunkt: An dem neuen Stadtmodell auf dem

Münsterplatz (vor Sinn-Leffers). Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Samstag, den 9.5. ab 14 Uhr
Nordstadt: Geschichten von unten · Seit jeher war die Nordstadt das Gegenstück zum bürgerlichen Süden. Kleine Gewerbe und Handwerksbetriebe prägten das Bild. Bis heute ist die bunte Vielfalt geblieben. Treffpunkt: Maxstraße/ Ecke Breite Straße Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Samstag, den 9.5., 14 - 16 Uhr
Bonn – Residenz der Kurfürsten · Sie waren mächtig, gebildet, fromm und manchmal auch kurios. Die Kurfürsten, die ihre Residenz nach Bonn zur Hauptstadt des wohl bedeutendsten Kurfürstentums machten. Bis heute ist das Stadtbild geprägt von der Kurfürstentzeit. Treffpunkt: Hauptportal Bonner Münster. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Samstag, den 9.5., 14 - 18 Uhr
Der Drachenfels – Von Steinen, Romantikern und der Domkaule · Für den Bau des Kölner Domes wurden fast ausschließlich die Steine des Drachenfels benutzt. Wir folgen den Spuren der Steinhauer, Romantiker und Dombaumeister und suchen die Orte der Steinbrüche und die Domkaule auf. Treffpunkt: Siebengebirgsmuseum, Kellerstraße 16, Königswinter. Beitrag inkl. Zahrradbahn 12 €.

Sonntag, den 10.5., 11 - 13 Uhr
Die ehemalige Flak-Kaserne auf dem Venusberg · Die Führung stellt die bis heute kaum erforschte Flak-Kaserne auf dem Venusberg vor. Was kaum noch jemand weiß: Die Gebäude der heutigen Uniklinik dienten bis 1945 als Flakkaserne der Wehrmacht. Treffpunkt: Sertürner Str. / Ecke Sigmund-Freund-Straße. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 10.5., 14 - 16 Uhr
Schöne neue Warenwelt · Zusammen mit unserer „Perle“ Berta begeben wir uns auf einen Einkaufsbummel durch das Bonn um 1909. Wir zeigen die Orte damaliger Geschäfte. Treffpunkt: Altes Rathaus, Marktplatz. Beitrag 9,50 €, ermäßigt 8 €.

Sonntag, den 10.5., 14 - 18 Uhr
Bonn in der NS-Zeit. Verfolgung und Widerstand (als Radtour) · Die Tour beschreibt den Weg zur Machtergreifung, die Haltung der Universität, die Arbeit des politischen Widerstandes und die brutale Verfolgung während des Nationalsozialismus. Treffpunkt: Mahnmahl auf dem Kaiserplatz. Beitrag 9,50 €, ermäßigt 8 €.

Sonntag, den 10.5., 14 - 19 Uhr
Die Rheinische Butterfahrt (rechtsrh.) – Die Erdbeer-Tour · Wir stellen bei unserem Ausflug sowohl die historische Situation der Landwirtschaft vor. Treffpunkt: Bushalteplatz am Hofgarten, inkl. Mittagessen oder Kaffee und Kuchen 33 €. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, den 13.5., 19.30 - 22.30 Uhr
Bonner Theaternacht: Revolution auf Rädern – Szenen aus der Historischen Stadtrevue (im historischen Schweizer Postbus) Abfahrt und Ankunft jeweils vor dem Opernhaus, Am Boeselagerhof 1. Bitte informieren Sie sich über die aktuellen Preise zum Theaternacht-Starterticket auf der Homepage der

Bonner Theaternacht. Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 16.5., 12 - 14 Uhr
Hauptbahnhof Bonn · Wir erkunden den Bahnhof von allen Seiten, erläutern die Baugeschichte und erklären, wie dieser Verkehrsknoten funktioniert. Treffpunkt am Info-Point in der Bahnhofshalle. 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 17.5., 14 - 19 Uhr
Radtour: Burgen, Schlösser und Ruinen · Noch heute präsentieren sich die Bonner Burgen als Wehrbauten und repräsentative Wohnsitze. Besonders bekannt ist die Godesburg, die lange Zeit eine der wichtigsten Festungen und Residenzen der Kölner Erzbischöfe war. Treffpunkt: Eingang Kammerspiele Bad Godesberg, Am Michaelshof, Strecke: ca. 25 km. Beitrag 9,50 €, ermäßigt 7,50 €.

Samstag, den 23.5., 14 - 16.30 Uhr
Mit der GPS-Tour "City-caching" begeben wir uns mal wieder auf neues Gelände, besser gesagt auf neues Stadt-Gebiet. Denn was im Gelände als Geocaching schon Millionen von Fans gefunden hat, können Sie jetzt auch in der Stadt Bonn erleben. Treffpunkt: Beethovenedenkmal, Münsterplatz. Beitrag 9,50 €, ermäßigt 8 €. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, den 24.5. ab 14 Uhr
Beethoven ganz privat · Lebte Beethoven wirklich nur für die Musik? Welche Spuren seines Privatlebens kann man noch heute in Bonn finden? Was hat der kleine Ludwig als Kind wirklich getrieben? Und wie war seine Jugend? Alles über seine Familie und seine Schulzeit, über seinen Alltag und Freundeskreis erfahren Sie auf unserer neuen Tour. Treffpunkt: Beethovenedenkmal, Münsterplatz. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Freitag, den 29.5., 18 - 22 Uhr
Kochen auf Rheinisch · Die Rheinische Küche hat viele Traditionen und noch mehr Variationen, die seit Jahrhunderten von Familie zu Familie weitergegeben werden. Treffpunkt: Lehrküche FBS, Lennéstr. 5. Leistungen: Zutaten für 4-Gänge-Menü, Wein, Kochanleitung und kulinarische Betreuung, Küchen- und Geschirrrnutzung, pro Person 43 €. Anmeldung erforderlich.

Samstag, den 30.5., 14 - 15.30 Uhr
Zum Friedensnobelpreisträger ins Rotweinstädtchen · Willy Brandt verbrachte die letzten 13 Jahre seines Lebens in Unkel. Hier schrieb er seine Erinnerungen, von hier aus unternahm er als „elder statesman“ mehr als 200 Reisen weltweit im Dienst für Frieden und Verständigung. Treffpunkt: Willy-Brandt-Platz 5 in Unkel (im Zentrum der historischen Altstadt). Beitrag 8 €, ermäßigt 4 €.

Sonntag, den 31.5., 11 - 13 Uhr
Altstadt Bad Godesberg · Die Godesberger Altstadt hat noch immer nicht zur Ruhe gefunden. Nach Kriegszerstörung, „Altstadtsanierung“ und Godesberger Straßentunnel ist es schwer, den Kern von Godesberg unterhalb der Burg noch zu identifizieren. Treffpunkt: Vor den Kammerspielen, Theaterplatz. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 31.5., 14 - 16 Uhr

Der Bonner Bogen – Vom Industriestandort zur Hightech-Schmiede - das Gelände der ehemaligen Zementfabrik ist die derzeit neueste und spannendste Stadterweiterung in Bonn. Dort, wo einst die Mitglieder der Familie Bleibtreu Zement herstellen ließen, entsteht jetzt hochkarätige Architektur. Treffpunkt: Königswinterer Str./ Ecke Heinr.-Konen-Str. Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

Sonntag, den 31.5., 14 - 16.30 Uhr

Jüdisches Bonn – Vom Leben im Ghetto bis heute - Die jüdische Gemeinde in Bonn gehört zu den ältesten in Deutschland. Die Führung, beginnend auf dem Friedhof an der Römerstraße, soll die Vielfalt jüdischen Lebens in dieser Stadt aufzeigen. Treffpunkt: Jüdischer Friedhof Römerstraße (Ecke Augustusring) Beitrag 8 €, ermäßigt 6 €.

■ Städt. Seniorenbegegnungsstätte Mehlem

Donnerstag, den 30.4. ab 15 Uhr

Frühlingsfest · Genießen Sie ein paar schöne Stunden bei Kaffee, Kuchen und Musik, schwingen das Tanzbein, singen bekannte Lieder mit. Musikalische Unterhaltung: Helmut Hergarten. Entgelt 4,50 €. Anmeldung bis zum 23. April erforderlich.

Freitag, den 22.5. ab 8 Uhr

Busfahrt nach Limburg · Genaue Informationen über Programm und Kosten werden noch in der Begegnungsstätte bekannt gegeben.

■ Tenten - Haus der Begegnung

Dienstag, 7.4. und 5.5., ab 19 Uhr

Selbsthilfe Migräne · Leitung: Ulrike Meis.

Mittwoch, den 8.4., 11 - 15.30 Uhr

Verkauf und Modenschau - Im G-Raum.

Samstag, 11.4. und 9.5.,

Selbsthilfe für Angehörige von Schädel-Hirn-Verletzten · Leitung: Renate Kindel (022 51-123 41), Ort: GR OG.

Montag, den 13.4. ab 16 Uhr

Reisebilder - Im G-Raum.

Dienstag, 14.4. und 12.5., ab 13.30 Uhr

Mit dem Fahrrad unterwegs · Mit Gerd Rösner und Manfred Koch. Teilnahme auf eigene Gefahr und nur mit Helm!

Freitag, den 17.4. ab 14 Uhr

Wildkräuter-Entdeckungsreise - 15 €.

Dienstag, 21.4. und 19.5., ab 13.30 Uhr

Spazieren in der Gruppe · Mit Anneliese Tholl.

■ VHS Bonn

Mittwoch, den 15.4., 18 - 20 Uhr

Vergesslich oder dement? – Wie fängt das eigentlich an?? · Ort: Heinz-Dörks-Haus. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, den 22.4., 18 - 20 Uhr

Eine Demenzerkrankung in meiner Familie – wie kann ich damit umgehen? Ort: Heinz-Dörks-Haus. Anmeldung empfohlen.

Mittwoch, den 29.4., 18 - 19.30 Uhr

Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung · Ort: VHS Bad Godesberg, Michaelplatz 5. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, den 29.4., 18 - 20 Uhr

Von der Haushaltshilfe bis zum Pflegeheim – Hilfsangebote für an Demenz Erkrankte im Großraum Bonn/Rhein-Sieg · Ort: Heinz-Dörks-Haus. Anmeldung empfohlen.

Montag, den 4.5., 18 - 19.30 Uhr

Praktische Fälle des deutschen Erbrechts · Ort: VHS Bonn, Wilhelmstr. 34. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, den 6.5., 18 - 20 Uhr

Demenz – Diagnose und Behandlung · Ort: Heinz-Dörks-Haus. Anmeldung empfohlen.

Freitag, den 8.5., 18 - 20 Uhr

Kriegskinder und Kriegsenkel! · Ort: VHS Bad Godesberg, Michaelplatz 5, Raum 02. Anmeldung empfohlen. 5€.

Montag, den 11.5., 18 - 19.30 Uhr

Vortrag mit Diskussion: Briten in Bonn im 19. Jahrhundert · Ort: Oxford-Club Bonn e.V., Adenauerallee 7, 53111 Bonn. Anmeldung erforderlich.

Freitag, den 15.5., 14.30 - 17 Uhr

Kurzseminar: Sicherheit für Frauen · Ort: VHS Bad Godesberg, Michaelplatz 5. Anmeldung empfohlen.

Dienstag, den 19.5., 18 - 20 Uhr

Historische Quellen zum Ersten Weltkrieg · Ort: Stadtarchiv, Berliner Platz 2, 53111 Bonn. Anmeldung erforderlich.

Dienstag, den 26.5., 18 - 19.30 Uhr

Vortrag mit Diskussion: Presse als Kriegstreiber? · Ort: Universitätsclub Bonn e.V., Konviktstr. 9, 53113 Bonn. Anmeldung erforderlich.

Mittwoch, 27.5. und 3.6., 14 - 15.30 Uhr

Kurs: Mit dem Rollator und anderen Ge(h)hilfen unterwegs · Ort: CBT-Wohnhaus Emmaus, Gotenstr. 84a, 53175 Bonn. Anmeldung erforderlich.

■ Friedrich-Spee-Akademie

Donnerstag, den 2.4. ab 19 Uhr

Liebeslyrik · Rainer Maria Gassen, Schriftsteller und Lyriker, präsentiert nicht nur berühmte Liebesgedichte der Weltliteratur, sondern auch einige eher ungewöhnliche Texte zu diesem Thema – ein beachtliches Vorhaben im gegenwärtigen literarischen Mainstream. Spenden sind willkommen. Ort: Villa Pfennigsdorf.

Mittwoch, den 8.4., 19 - 20.30 Uhr

Wildlebende Tiere im Garten · Anhand konkreter regionaler Beispiele und anschaulicher Bilder wird gezeigt, was man in Bonner Gärten an Tieren erwarten und wie man den eigenen Garten für sie interessant machen kann. Ort: Hörsaal des Museums Koenig.

Freitag, den 10.4. ab 14 Uhr

Bundesstadt Bonn · Das dreitägige Seminar befasst sich mit der Rolle Bonns in der jüngeren deutschen Zeitgeschichte mit ihren wichtigsten innen- und außenpolitischen Entscheidungen und Weichenstellungen zwischen Teilung und Einheit. Kontakt: Jutta Graf, Konrad-Adenauer-Stiftung e.V. (02241/2464410) Inkl. Unterkunft und Verpflegung 150,00 €.

Samstag, den 11.4. ab 16 Uhr

LiteraturSalon - Camus: „Die Pest“ · Referent: Adelheid von Spee, Ort: Kulturstiftung Pfennigsdorf.

Sonntag, den 12.4., 14 - 16 Uhr

Gärten für Wildbienen – Wie man im eigenen Garten Naturschutz betreiben kann · Führung mit praktischen Tipps für den Schutz von Wildbienen anhand des Kräutergartens und der Bienen-Nistwand in den Botanischen Gärten Bonn. Ort: Haupteingang Botanische Gärten. Einzeln 4,00 €, Familien 8,00 €, zzgl. Garten-Eintritt pro Person 3,00 €.

Sonntag, den 12.4. ab 16 Uhr

Lesung der LoComAutor/-innen · Die musikalisch eingerahmten Kurzgeschichten entstanden auf Grundlage des Theaterstücks „Der gute Mensch von Sezuan“ von Bertolt Brecht. Ort: Kulturstiftung Pfennigsdorf.

Dienstag, 14.4., 14.30 - 16.30 Uhr

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren und in politischen, literarischen, kulturellen oder pädagogischen Bereichen Ihre Lebenserfahrung einbringen? Wir erklären das LoCom-MedienFORUM. Hier sind Sie richtig. Kontakt: U.M. Golinske (0174/2911110).

Dienstag, den 14.4., 16 - 17.30 Uhr

„Änderungen in der Pflegeversicherung“ · Herr Weyand stellt in seinem Vortrag die Änderungen in der Pflegeversicherung vor, die seit 2015 gelten. Er erklärt anschaulich die Änderungen und Auswirkungen für den betroffenen Personenkreis. Ort: Kursana Villa Bonn - Villa Camphausen.

Mittwoch, den 15.4. ab 16.45 Uhr

Sehtraining – Gesunde Augen am PC · Sie erlernen wirksame Augenübungen, um visuelle Stresssymptome, Müdigkeits- und Erschöpfungszustände rechtzeitig zu erkennen und diesen vorzubeugen. Weitere Themen: Ergonomie und Beleuchtung der Einrichtung des PC-Arbeitsplatzes. Ort: Bildungszentrum im Wila Bonn. 25 €.

Mittwoch, den 15.4. ab 19 Uhr

Kaffee der verbindet – die Kaffee-kooperative Combrifol aus Honduras Grenzregion (z.T. ehemals El Salvador) liefert etwa ein Viertel seiner Ernte nach Deutschland. · Erfahrungsbericht eines Besuches vor Ort. Ort: Weltladen Bonn, Maxstr. 36 (0228/697052).

Donnerstag, den 16.4. ab 17 Uhr

Der Weg der Demokratie · Über 60 Jahre nach der Gründung der Bundesrepublik Deutschland und über 20 Jahre nach der Wiedervereinigung der beiden deutschen Staaten begeben wir uns auf eine Zeitreise zu den Anfängen in Bonn durch das ehemalige Regierungsviertel. Um Spende wird gebeten. Ort: Museum Alexander König, Kontakt: Dr. Will Cremer (0228/344131).

Donnerstag, den 16.4. ab 19 Uhr

Michelangelos Deckenmalereien für die Sixtinische Kapelle in Rom · Der Diavortrag erläutert das Bildprogramm der 1512 vollendeten Deckengemälde. Führung am 29.4. 15.15 Uhr in der KAH. Referentin: Dr. A. Schmid. Ort: Stiftung Pfennigsdorf.

Samstag, den 18.4. ab 15.30 Uhr

Konzert im Rahmen der Ausstellungseröffnung von Alejandro deCinti „Das Narrenschiff“. Kontakt: Gabriele Paqué (0228/41076755), Ort: Musikstudio und Galerie Gabriele Paqué, Blücherstr. 14

Sonntag, den 19.4. ab 16 Uhr

Reise durch Nordkorea – ein Bericht · Referent: Dr. Theodor Payk, Ort: Villa Pfennigsdorf.

Sonntag, den 19.4. ab 17 Uhr

Konzert mit Diego Ares am Cembalo im Rahmen der Klavierreihe: „Klavier, Klavier und nochmals Klavier“, Werke von A. Soler und anderen spanischen Komponisten. Kontakt: Gabriele Paqué (0228/41076755), Ort: Musikstudio und Galerie Gabriele Paqué, Blücherstraße 14. Eintritt 15,00 €, ermäßigt 10,00 €.

Montag, den 20.4. ab 19 Uhr

Unheiliger Berg · Dr. Ebba Hagenberg-Millu stellt in ihrem Buch aus dem Jahr 2014 die jahrelangen sexuellen Mißbräuche am Bad Godesberger Aloisius-Kolleg dar. Kontakt: Hannelore Fuchs (0228/356927), Ort: VHS Bad Godesberg, Michaelplatz 5. 5,00 €.

Donnerstag, den 23.4. ab 19.30 Uhr

Die Seele; nur eine Illusion? – Die Antwort der Religion, Philosophie und Neurowissenschaft · Vortrag von Dr. Ulrike Peters: Sind Seele und freier Wille nur eine Illusion, wie die Neurowissenschaftler behaupten? Ändert sich damit unser bisheriges Weltbild? Ziel ist ein verständlicher Überblick über die verschiedenen Antworten. Kontakt: Dr. Ulrike Peters (0228/773355), Ort: VHS Bonn, Wilhelmstraße 34. 5,00 €. Schriftliche Anmeldung erforderlich.

Freitag, den 24.4., 19 - 20.30 Uhr

Natur als Therapie · Wohl jeder von uns kennt die wohltuende Wirkung der Natur auf die menschliche Seele. Die Naturtherapeutin Sandra Knümann gibt in Wort und Bild Einblick in die Anwendungsfelder sowie Arbeits- und Wirkungsweise moderner Naturtherapie. Kontakt: Dr. Adrian Reinert (0228/773631), Ort: VHS Bonn, Wilhelmstr. 34. 5,00 €.

Samstag, den 25.4., 10 - 12 Uhr

Das Melbtal im Frühling · Der 2-km-Waldspaziergang den Engelsbach hinauf und am Hang des Venusberges zurück thematisiert die vielfältige Nutzung des Waldes durch den Menschen, mit Schwerpunkt auf Frühblüher. Treffpunkt: Brücke über den Engelsbach, Kontakt: Biologische Station Bonn (0228/2495-799). Pro Person 4,00 €, Familien 8,00 €.

Samstag, den 25.4., 16 - 17 Uhr

Vierjahreszeitenkonzert „Frühling“ mit Andreas Sobczyk · Bereits zum 2. Mal. Er wird uns schwungvoll am Piano mit Blues, Swing und Boogie Woogie aus verschiedenen Jahrzehnten erfreuen. inkl. Glas Sekt 6,00 €. Anmeldung erforderlich bis zum 20.04. (0228/3296-0).

Samstag, den 25.4. ab 17 Uhr

Konzert mit Werken von Domenico Scarlatti · Die Studentinnen und Studenten von Prof. Sheila Arnold (Musikhochschule Köln) werden ein Pro-

jekt präsentieren, bei dem es um die Werke von Domenico Scarlatti geht. Kontakt: Gabriele Paqué (0228/41076755), Ort: Musikstudio und Galerie, Blücherstraße 14. Eintritt 15,00 €, ermäßigt 10,00 €.

Sonntag, den 26.4., 10 - 17 Uhr

„Mein Leben als Single - zufrieden und selbstbewusst“ · Jünger oder älter, männlich oder weiblich, beabsichtigt oder weil es sich einfach so ergeben hat. In diesem VHS-Seminar mit Ameli Starzinger geht es um unterschiedliche Aspekte des Alleinseins und was man daraus machen kann. Kontakt: Dr. Adrian Reinert (0228/773631), Ort: VHS Bonn, Wilhelmstr. 34. 33,30 €. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, den 26.4. ab 11 Uhr

Der Kölner Historiker Wilhelm Levison war ein außergewöhnlicher Gelehrter und scharfer Beobachter seiner Zeit. Eine Ausnahme-persönlichkeit wird vorgestellt. Referentin: Dr. Letha Böhringer, Ort: Kleines jüdisches Lehrhaus, Königswinterer Str. 647, 53227 Bonn, Kontakt: Gabriele Wasser (0228/90827990).

Sonntag, den 26.4. ab 16 Uhr

Pfennigsdorf Konzerte – „Junge Stimmen“ · Ausgewählte Schüler der Klavierklasse Monika Tschurl spielen Solo- und Kammermusikwerke auf dem Klavier aus verschiedenen Jahrhunderten. Ort: Stiftung Pfennigsdorf, um Spende wird gebeten. Anmeldung erwünscht bei Manfred Lohmann (0228/61976264).

Mittwoch, den 29.4. ab 15.15 Uhr

Führung durch die Ausstellung „Hommage à Michelangelo“ · Thema der Ausstellung ist die Wirkung Michelangelos auf Künstler der nachfolgenden Generationen. Leitung: Frau Dr. A. Schmid, Ort: Bundeskunsthalle (max. Teilnahme: 25 Personen). Anmeldung erwünscht bei Manfred Lohmann (0228/61976264).

Donnerstag, den 30.4., 16.30

- 19.30 Uhr
Walpurgis-Exkursion · Heil-, Wild-, Heckenkräuter und der damit verbundene Aberglaube werden vorgestellt und zeigen die ehemalige tiefe Verbindung zwischen Menschen und Pflanzen. Kontakt: Biologische Station Bonn (0228/2495-799). Pro Person 4,00 €, familien 8,00 €.

Donnerstag, den 30.4. ab 19 Uhr

Fahrradfahren – aber sicher · In dieser Veranstaltung werden Ihnen Informationen zu Technik und Trends, zu E-Bikes bzw. Pedelecs sowie zu den „neuen“ Regeln im Straßenverkehr anschaulich vermittelt. Referent: Joachim Haas, PHK, Ort: Kulturstiftung Pfennigsdorf.

Samstag, den 2.5. ab 16 Uhr

„Rhein in Flammen“ · 8-stündige Schifffahrt, Vorträge, musikalische Unterhaltung mit Kaffee, Kuchen und Buffet. Die ABK hat in diesem Jahr ein ganzes Schiff, die „Rheinperle“, angemietet, um dieses Erlebnis mit Ihnen teilen zu können. Abfahrt: Alter Zoll, Bonn. Michael Radke (0228/214644), info@abk-bonn.de 86,00 €.

Sonntag, den 3.5., 11 - 13 Uhr

Flugsand in Bonn – Lebensraum Sand am Beispiel der Düne Tannen-

busch · Wie kommt eine Düne nach Bonn? Was gibt es hier Besonderes? Lernen Sie eines unserer kleinsten Naturschutzgebiete in Bonn kennen!
Treffpunkt: Haltestelle Paulusplatz, Berta-Lungstr.-Straße in Tannenbusch, Kontakt: Biologische Station Bonn (0228/2495-799). Pro Person 4,00 €, Familien 8,00 €.

Sonntag, den 3.5. ab 16 Uhr

Wie spitze Nadelstiche · Unter dem Motto „Wie spitze Nadelstiche“ präsentiert die Schriftstellerin und Poesiepädagogin Monika Mannel ein Medodram aus Text und Musik, begleitet von Konstantin Gockel auf der Violine und Liudmilla Givoina am Klavier.
Ort: Villa Pfennigsdorf, Spende erbeten.

Donnerstag, den 7.5. ab 19 Uhr

Geistergeschichten aus dem Regenwald · Der Sprachwissenschaftler Heinrich Halm liest und kommentiert Geschichten und Märchen aus dem Regenwald von Papua Neuguinea. Ort: Villa Pfennigsdorf, um Spende wird gebeten.

Freitag, 8.5. bis 10.5., ab 19 Uhr

XXV. Andernacher Musiktage · Kammermusikfestival in Zusammenarbeit mit der Stadt Andernach. Ort: Schloss Burg Namedy, 566256 Andernach (02632/48625). jeweils 10 €.

Samstag, den 9.5. ab 17 Uhr

Konzert mit Karolina Tomaszewska · „24 Préludes“ von Frédéric Chopin. Kontakt: Gabriele Paqué (0228/41076755), Ort: Musikstudio und Galerie, Blücherstraße 14. Eintritt 15,00 €, ermäßigt 10,00 €.

Sonntag, den 10.5. ab 10 Uhr

Stille und Bewegung - Qigong intensiv · Qigong besteht aus sanften und zugleich sehr wirksamen körperlichen und geistigen Übungen. Bitte bequeme Kleidung und Hallenschuhe mitbringen. 30 Minuten Pause. Wochenendveranstaltung. Leitung: Siegbert Engel. Kontakt: VHS Bonn, Tanja Duss (0228/775165). 26,00 €. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, den 10.5. ab 11 Uhr

Sonntags-Matinee: LoComDenkBar – Der Frühstückstreff zum Mitdenken, Mitdiskutieren und Mitmachen. Eine vielleicht unterhaltsame Veranstaltung mit kulinarischen, kulturellen und kommunikativen Überraschungen. Thema diesmal: „Was ist Liebe?“ Ort: Kulturstiftung Pfennigsdorf. 5,00 €.

Sonntag, den 10.5. ab 15 Uhr

„Wie antisemitisch sind deutsche Israel-Kritiker?“ · Dr. Rolf Verleger, Professor für Psychologie und ehemaliges Direktionsmitglied des Zentralrats der Juden in Deutschland befasst sich mit der Frage, ob und inwiefern deutsche „Israel-Kritiker“ als Antisemiten zu betrachten sind. Ort: MIGRApolis-Haus der Vielfalt Bonn, Brüdergasse 16-18, Kontakt: Frau Vetter (0228/18038637).

Sonntag, den 10.5. ab 16 Uhr

Lieder aus aller Welt · Katy Sedna ist mit vielen musikalischen Sprachen der Welt vertraut. Mit eindrucksvoller Stimme trägt sie zu Gitarre, Tampara und Tamburin Lieder verschiedener Kulturen aus der Alten und Neuen Welt vor. Ort: Villa Pfennigsdorf, Spende willk.

Montag, den 11.5. ab 18 Uhr

Ausbildung statt Abschiebung · Karin Ahrens gibt einen Bericht über den Verein „Ausbildung statt Abschiebung“ (AsA),

der jugendlichen Flüchtlingen bei der Suche nach einer Lebensperspektive behilflich sein will. Spende willkommen. Ort: AsA-Haus, Godesberger Allee 51, Kontakt: Hannelore Fuchs (0228/356927).

Donnerstag, den 14.5. ab 19 Uhr

Auf den Spuren der alten Seefahrer · Aus dem berufenen Munde von Georg Bach, eines professionellen Seglers, werden Besonderheiten der astronomischen Navigation, insbesondere das nautische Repertoire der alten Seefahrer auf ihren mutigen Reisen vorgestellt. Ort: Villa Pfennigsd., Spende willkommen.

Samstag, den 16.5. ab 16 Uhr

LiteraturSalon - Camus: „Der Fremde“ · Referent: Adelheid von Spee, Ort: Kulturstiftung Pfennigsdorf. Spenden willk.

Sonntag, den 17.5. ab 16 Uhr

Konzert mit Trio „Sturm + Klang“ · Das Trio „Sturm + Klang“ gibt ein Hauskonzert mit Gesang (Maria-Dorothea Wählt), Klavier (Cordula Fels) und Trompete (Florian Beste) in Form einer lo-riotschen Auswahl verschiedener Arien und Stücke aus bekannten Opern. Ort: Villa Pfennigsdorf, um Spende wird gebeten.

Donnerstag, den 28.5. ab 19 Uhr

Genozid an den Armeniern · Vor 100 Jahren wurde das armenische Volk von den osmanischen Besatzern ausgerottet und aus seinem Land vertrieben. Der Journalist Jochen Mangelsen setzt sich mit der Verleugnung des Ethnozids bzw. dessen politischer Rechtfertigung auseinander. Ort: Villa Pfennigsdorf, um Spende wird gebeten.

Samstag, den 30.5. ab 10 Uhr

Entdeckungen im Siegtal · Romantische Kultur- und Naturwanderung rund um Herchen. Wo sich Westerwald und Bergisches Land treffen, da beginnt die Wanderung am Bahnhof Herchen und führt über Stromberg und die Herchener Höhe zurück. Treffpunkt: Bahnhof Herchen, 10:00 Uhr, 12,00 €. Schriftliche Anmeldung über die VHS Bonn erforderlich: vhs@bonn.de (0228/773555).

Samstag, den 30.5. ab 17 Uhr

Konzert mit Sigrun Stephan am Clavichord · Werke der Bach Familie und anderer Komponisten. Kontakt: Gabriele Paqué (0228/41076755), Ort: Musikstudio und Galerie, Blücherstraße 14. Eintritt 15,00 €, ermäßigt 10,00 €.

Sonntag, den 31.5. ab 11 Uhr

Führung auf dem jüdischen Friedhof Königswinter · Die Anlage des Königswinterer Friedhofs geht auf das 16. Jahrhundert zurück. Das Friedhofsgelände beträgt heute 723 qm und hat 80 erhaltene Gräber. Herren tragen bitte eine Kopfbedeckung! Treffpunkt: Eingang Clemens-August-Straße, 53639 Königswinter. Leitung: Gabriele Wasser (0228/90827990), kleinslehrhaus@gmail.com.

Sonntag, den 31.5. ab 16 Uhr

Pfennigsdorf Konzerte – Künstler der Musikschule Bonn stellen sich vor · „Two Colours“ - die Percussionlehrer Ansgar Buchholz und Wolfgang Haas spielen eigene Bearbeitungen und Kompositionen Dritter aus den Bereichen Jazz, Latin, und Weltmusik. Ort: Stiftung Pfennigsdorf, um Spende wird gebeten.

Traum Raum

Ausstellung vom 2. April bis 30. Juni 2015, täglich von 9 Uhr bis 19 Uhr geöffnet.



Dagmar Laustroer

bis 2007 im Schuldienst tätig (ausgebildete Realschullehrerin für Englisch und Textilgestaltung, Waldorflehrerin)

seit 2007 freischaffende Künstlerin

seit 2009
- Einzel- u. Gruppenausstellungen im Rhein Berg. Kreis und Köln
- Illustratorin für Märchen
- Kursleiterin für ganzheitlich ausgerichtete Kurse „Intuitiv Malen“

seit 2013 Leitung des Malkurses im Wohnheim Margaretenhöhe

„Mich reizt es, in meiner Fantasie verschiedene Welten zu betreten. Dabei ist mir jedes bildnerische Mittel recht: ich zeichne, male, col-lagiere, forme oder plastiziere mit den unterschiedlichsten Materialien, schreibe aber auch Gedichte.“

Kontakt
dagmar.Laustroer@gmx.net
02202 39082
www.mein-erzaehl gut.de

Petra Christine Schiefer

Studium von Literatur und Sprachen, Kunstgeschichte und Geschichte, langjährige Berufstätigkeit an Schule (Gymnasium) und Hochschule

seit 2000 künstlerisch aktiv in der bildenden Kunst, der Wort-Kunst (als Autorin) und auf der Bühne

seit 2004
- Theaterausbildung und Auftritte in freien Theatergruppen in Köln und Umgebung
- Ausstellungen Malerei
- Öffentliche Lesungen und Bühnenprogramme

„In der Malerei wie beim Schreiben geht es mir weniger um die Darstellung einer äußeren Welt, vielmehr um das innere Geschehen. Malerei ist für mich Schichtarbeit: ein Prozess aus Auftragen, Übermalen, wieder Freilegen. Ich lasse mich dabei anregen durch das Eigenleben des Materials.“

Kontakt
nc-schiefr@netcologne.de
0177 1686432
www.petra-christine-schiefer.kultur-server-nrw.de



KUNST IN DER KAISER-KARL-KLINIK

Graurheindorfer Str. 137
53117 Bonn

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: (02 28) 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

Für viele ist die Nutzung des Internets selbstverständlich: Telefonieren, Bankgeschäfte, Einkaufen. Das können Sie auch! In unseren Kursen lernen Sie, das Internet für sich zu nutzen, ohne unnötige Risiken einzugehen. Gerne gehen wir auf Ihre persönlichen Fragen und Themenvorschläge ein. Ein Notebook mit WLAN-Funktion sollte mitgebracht werden. An der Wolfsburg 1, freitags nach Vereinbarung, 17.30 – 19 Uhr. Leitung: Julika Benz (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 vergessene Kenntnisse aufgefrischt und erneutes Interesse für klassische und zeitgenössische Autoren geweckt. Termine: jeden 2. und 4. Mittwoch, 10.30-12:15 Uhr; Leitung: Alexander de Montleart, Tel.: 022 26-62 08.

■ 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.: 02 28 63 55 32.

■ Computergruppe
„Textbearbeitung mit
OpenOffice.org-Writer“

Dieser Kurs richtet sich an Teilnehmer mit geringen Vorkenntnissen über das Betriebssystem Windows. Es wird die Nutzung von OpenOffice-Writer, ein kostenfreies Pendant zum Microsoft Office-Paket, erarbeitet. Ein Notebook kann mitgebracht werden.

Im April fallen die Kurse aus !

Gruppe 1 (Workshop)

Jeden 1. und 3. Montag von 10 – 12 Uhr.
4. und 18.5.2015.

Gruppe 2 (neuer Anfängerkursus)

Jeden 1. und 3. Montag von 14 – 16 Uhr.
4. und 18.5.2015

Gruppe 3 (seit Jan. 2014; Anfänger)

Jeden 1. und 3. Mittwoch von 14 – 16 Uhr.
6. und 20.5.2015
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
Termine: Jeden 3. Mittwoch, 10 – 12 Uhr.
An der Wolfsburg 1. Leitung: Klaus Adolf, Tel.: 0228-61 99 430.

■ Grund- und Erweiterungskursus Windows 8

Die Kurse sind Ende März ausgelaufen. Neue Kurse beginnen am 9.10.2015. Leitung: Enno Seebens und Manfred Hartmann. Tel.: 0228-63 55 32

■ Smartphones (Handys) und Tablets

Sinn und Ziel dieses Kurses ist es, die Teilnehmer/Innen beim Kauf zu beraten und bei der Einrichtung und Bedienung von Programmen und Apps behilflich zu sein.
Termine: jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 14 -16 Uhr, An der Wolfsburg 1, 53225 Bonn. Leitung: Hermann Müller-Walbrodt, Tel.: 0 22 23-29 93 575.

■ 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.

■ Kursus „Linux“

Ein stabiler Computer, viele kostenlose Programme und ein kostenloses Betriebssystem, das mit Viren elegant umgehen kann – das ist Linux. Sie lernen, Ihren Computer nach Ihren Wünschen einzurichten und zu beherrschen. Freuen Sie sich an Ihrem Computer, der einfach tut, was Sie wollen.

Leitung: Hermann Müller-Walbrodt, Tel.: 022 23-29 93 575; Termine: jeden 2. und 4. Dienstag im Monat von 16 – 18 Uhr; Mehrzweckraum, An der Wolfsburg 1.

■ 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.: 02 28 - 97 66 28 33

■ Praktikum Bildbearbeitung
Gruppe „Einstieg, Wiederholung“

Nicht die Automatikfunktionen stehen im Vordergrund, sondern das Erkennen und Beheben von Fehlern oder Schwä-

chen im Bild. Wir arbeiten gemeinsam und gehen in kleinen Schritten vor. 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. Im Oktober beginnt ein neuer Anfängerkursus. Anmeldungen über das Büro. Der Anfängerkursus trifft sich am 4. Dienstag im Monat von 10 – 12 Uhr. An der Wolfsburg 1. Der Kursus für Fortgeschrittene ist belegt. Leitung beider Kurse: Günter Reiner, Tel.: 02 28-976 628 33.

■ 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: 9.2.2015, 16 Uhr, Hans-Christian Schulze: „Andalusien“, Teil 2.

■ Autobiografische
Schreibwerkstatt

Wir wollen auf Spurensuche gehen, unser eigenes Leben betrachten. Daraus kann ein Beitrag für eine Familienchronik entstehen oder eine Geschichten-sammlung 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

■ Kursus „Arbeitsgemeinschaft
Philosophie“

Was kann ich wissen? Was soll ich tun? Was darf ich hoffen? – Nach Immanuel Kant vereinigt sich in diesen 3 Fragen alles 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.: 02 28-9 76 30 85

■ Kursus: „Englisch“

In 3 Gruppen haben Sie Gelegenheit, mit einer Muttersprachlerin Englisch zu sprechen – Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat. In lockerer Atmosphäre fördern Übung, Spiel und Gespräch die Englischkenntnisse der ersten 2 Gruppen:

- 9.30 – 11.30 Uhr: (ausgebucht)
 - 12.15 – 14.15 Uhr: Einsteiger
- Die Nachmittagsgruppe diskutiert gerne allerlei selbst ausgewählte Themen.
- 14.45 – 16.45 Uhr: Fortgeschrittene
- Leitung: Elaine Ryan,
Tel.: 02 28 - 4 33 53 82

■ Kursus: „Französisch“

In diesem Französischkursus haben sich Teilnehmer zusammengefunden, die vor langer oder sehr langer Zeit Grundkenntnisse in der französischen Sprache erworben haben und diese reaktivieren wollen. Jeden 2. und 4. Montag im Monat von 10 – 12 Uhr statt. Leitung: Hella Grober, Tel.: 022 41 33 72 58.

■ Kursus „Digitale Kunst“

Im Kursus beschäftigen wir uns mit dem Umarbeiten und Zusammenstellen von digitalen Bildern, traditionellen Zeichnungen, Farbe und Komposition. Wir erschaffen Collagen und Werke fotorealistischer Kunst und nutzen dafür professionelle Hilfsmittel der digitalen Bildbearbeitung. Bitte eigenen Laptop mitbringen. Termine: jeden 1. Donnerstag im Monat; Anfänger und Fortgeschrittene: von 10 - 12 Uhr und 14 - 16 Uhr. jeden 2. Donnerstag Anfänger von 10 – 12 Uhr und Anfänger und Fortgeschrittene von 14 – 16 Uhr. An der Wolfsburg 1; Leitung: Eike Land-Reinhard; E-Mail: selen@dlcom.de.

■ Fahrradgruppe

Das Tourenprogramm 2015 der Fahrradgruppe von „Tat und Rat“ ist abrufbar unter www.senioren-tat-rat.de (Button „Senioren in Bewegung“). Angeboten werden Halbtags-, Ganztags- und Mehrtagestouren. Leitung: Horst Pleitgen, Tel.: 02 28-25 58 26.

■ Gesprächskreis „Altern ist nichts für Feiglinge“

Auf dem Weg des Altwerdens verlieren wir nicht nur selbstverständlich Gewordenes, sondern entdecken und erwerben Neues: Freizeit, neue und andere Aufgaben, neue Interessen usw. Darüber wollen wir uns austauschen und dabei nicht nur von früher erzählen, sondern uns aussprechen, von Mensch zu Mensch. So finden wir gemeinsam unsere Gesprächsthemen, reden über unsere Bedürfnisse, Erwartungen und Gefühle und suchen lösungsorientierte Strategien im Umgang mit Problemen. Leitung: Dr. Erwin Ruchatz. Termine: siehe www.senioren-tat-rat.de.

Wichtige Hinweise für alle Veranstaltungen

Terminänderungen vorbehalten; aktuelle Infos auf unserer Website www.senioren-tat-rat.de

An allen Veranstaltungen können interessierte Damen und Herren zweimal kostenlos teilnehmen („schnuppern“). Nach zweimaliger Teilnahme wird eine Mitgliedschaft im Verein erwartet. Der Jahresbeitrag beträgt 36,- € und berechtigt zur Teilnahme an allen Veranstaltungen des Vereins. Bonn-Ausweisinhaber zahlen 18,- €.

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 62

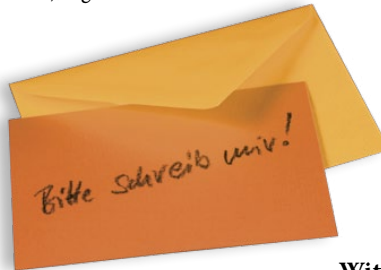
Cent-Briefmarke bei und stecken beides in einen Briefumschlag, adressiert an:

**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, 63, vielseitig interessiert an

Musik, Theater, Kunst und Natur, sucht nette Damen und Herren für gemeinsame Unternehmungen und Gespräche im Raum Siegburg-Bonn (CH 03/15)

Sie, 68+, aktiv und fit, mit vielseitigen Interessen (Wanderungen, Musik, Bummeln, gute Gespräche etc.), motorisiert, sucht unternehmungslustige Sie für gemeinsame Freizeitgestaltung. (CH 02/15)

Seniorin, 73, schlank, mag Natur, Lesen und Musik am liebsten gemeinsam mit einem Senior genießen. (CH 01/15)

Sie, 70 +, aktiv, sucht nette Mitreisende mit Interesse an Kurreisen, evtl. Überwintern in Südtunesien / Djerba, Thermalbädern, Kartenspielen etc. Gründung einer Gruppe wäre erwünscht. (CH 17/14)

Er, 60, aufgeschlossen, liebt Literatur, Lyrik und Natur, sucht Sie oder Ihn für Wanderungen und gute Gespräche in der Woche. (CH 16/14)

Sie, 70 +, allein, sucht die Bekanntschaft einer netten Dame für gelegentliche Treffs. Raum Bonn-Beuel wäre schön. (CH 15/14)

Witwe, achtbeinig, außergewöhnlich behaart sucht für Dinner am 1.4. Männchen mit Paarungsabsicht (CH 01*04)

Witwe, 65, sucht

humorvollen Herrn für gemeinsame Unternehmungen wie wandern, radfahren, Kultur genießen. (CH 14/14)

Sie, 66, neu in Bonn, wünscht sich aktive Unterstützung bei der Erkundung von Bonn und Umgebung. Radfahren, Wandern, Bummeln und Ausgehen – welches passende Pendant hat das gleiche Interesse an gemeinsamen Unternehmungen? (CH 13/14)

Sie, 60+, vielseitig interessiert, sucht nette Menschen für gute Gespräche, Unternehmungen, Spaß, Lachen und vieles mehr. Wer hat Interesse? (CH 12/14)

Sie, 61, vielseitig interessiert, sucht nette Bekanntschaften für gute Gespräche und gemeinsame Unternehmungen. (CH 11/14)

Sie möchte im Alter nicht einsam und allein oder in einem Seniorenheim leben. Sie möchte mit Gleichgesinnten gemeinsam Wohnräume schaffen in einem dazu geeigneten, größeren Haus (1 Zimmer ca. 400,- bis 500,- €). Ein großer Gemeinschaftsraum sollte vorhanden und Pflegedienste sollten erreichbar sein. Bei Interesse schreiben Sie bitte an Chiffre (CH 10/14)

- Feuerwehr/Notarzt
112
- Arztrufzentrale Bonn
0 18 05 - 04 41 00
- Arztrufzentrale Rhein-Sieg-Kreis (rechtsrheinisch)
0 22 41 - 93 83 33
- Arztrufzentrale Köln
02 21 - 1 92 92
- Giftnotruf Bonn
02 28 - 1 92 40
- HsM Handeln statt misshandeln
Notruftelefon: **02 28-69 68 68**
- Krankentransport Bonn
02 28 - 65 22 11
- Krankentransport Rhein-Sieg-Kreis
0 22 41 - 1 92 22
- Krankentransport Feuerwehr Köln
02 21 - 74 54 54
- Notdienstpraxis im Malteserkrankenhaus Bonn
02 28 - 64 81 91 91
- Notdienstpraxis im Ev. Waldkrankenhaus
02 28 - 38 33 88
- Notdienstpraxis der niedergelassenen Ärzte in Beuel
02 28 - 40 73 33
- Privatärztlicher Notdienst – 24 Stunden
02 28 - 1 92 57
- Privatärztlicher Dienst – 24 Stunden
02 28 - 6 20 20 10
- Seniorenrecht Rechtsanwälte Rother
02 28 - 92 39 16 41
- Seniorenruf Stadt Bonn
02 28 / 77-66 99
- Senioren-Service Gutmann Unabhängige Wohnberatung 24 Std.-Heimplatzvermittlung
0800 / 278 14 89
- senioentermine.de
02 28 - 55 90 20
- Spedition Keller – Umzüge
02 28 - 67 55 01
- Zahnärztlicher Notdienst
0 18 05 - 98 67 00
- ZBV - Zentrale für Behindertenfahrten im Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V.
02 28-40 36 7-25

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