

... kostenfrei mitnehmen!

aktiv AUG./SEPT. termine

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



MUSIK
LEBT VON
VERÄNDE-
RUNGEN
BEETHOVENFEST
2015
Seiten 28/29



KULTURGLSTEIN
FRITZ DREESEN
Seiten 6 - 8



DIE LEICHTIGKEIT
DES SEINS.
MEER CUBA!
Seiten 10 - 13



BEETHOVEN@360°COLOR
FRIENDSHIPP
Seite 28



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!

Bonn muss (?) – will (?) – sollte (?) – sparen. Auf jeden Fall wurde im Mai im Bonner Stadtrat über die Zuschüsse für freiwillige kommunale Leistungen ab 2017 beschlossen. Manche Beschlüsse folgen Vorschlägen und Abstimmungsergebnissen aus der Initiative „Bonn packt's an“, bei der rund 3700 Bürger*innen per Internet eigene Vorschläge zum Haushalt abgegeben oder über Konsolidierungsvorschläge der Verwaltung abgestimmt haben.

Es ist grundsätzlich begrüßenswert, wenn Bürgerinnen und Bürger sich an einer Meinungsfindung beteiligen können. Aufgrund der begrenzten Teilnahme kann diese Art von Bürgerbeteiligung aber nicht repräsentativ sein. Wer hat abgestimmt, bewertet, Vorschläge gemacht, Interessen platziert? Vermutlich aktive, gut gebildete, kritische Bürger*innen. Oder auch andere, die einfach viel Zeit haben und ihr Forum für Rundumschläge wittern. Da solche Abstimmungen aber – wie man sieht – konkrete Folgen haben, wäre mehr Transparenz bezüglich der Teilnehmenden wünschenswert. Dass die Mehrheit von über 98 % sich über diese Bürgerentscheidensinitiativen nicht ausdrückt – aus welchen Gründen auch immer –, wäre ebenfalls zu hinterfragen.

Gekürzt wurden in jener Ratssitzung Zuschüsse bei der Förderung der Rock- und Popkultur, beim Beethoven-Orchester, beim Theater Bonn, beim EuroTheater sowie u.a. beim Kleinen Theater Bad Godesberg. Insgesamt etwa 1.1 Millionen Euro. Es wurden aber nicht nur Sparbeschlüsse gefasst, sondern auch Zuschuss-Erhöhungen anderswo beschlossen. Selbst Neues kam hinzu. Für den Verein Beethoven-Haus Bonn, das Beethovenjubiläum, das Kindertheater Marabu, die Brotfabrik, die Gedenkstätte für die Bonner Opfer des Nationalsozialismus, die Stadtgartenkonzerte und Weiteres wurden insgesamt über 200.000 Euro zusätzliche Mittel eingeplant.

Schon das Sparen zu bewerkstelligen an sich ist für eine Kommune mit beachtlichen Aufwand verbunden, personell und finanziell: Recherchen, Meetings, Vorlagen ausarbeiten, Gutachten einholen, Rechtsberatungen, Einsprüche bearbeiten, usw. ...) Und es dauert, bis es wirkt, während die Schulden weiter wachsen. Wer kann sich damit zufrieden geben? Geht das alles nicht auch anders?

Eine überschlägige Rechnung: wenn doch in Bonn bereits eine Summe von 1.300.000 Euro jährlich ausreichen würde, um alle im Mai ver-

abschiedeten Sparbeschlüsse (ohne Deutsches Museum und Frauenmuseum) zurücknehmen zu können sowie darüber hinaus jene sinnvollen Engagements zu fördern, macht das bei angenommenen 130.000 zahlungsfähigen Privathaushalten* in Bonn pro Haushalt sage und schreibe ... 10 Euro aus.

Jährlich!

In diesem Betrag sind bereits soziale Komponenten berücksichtigt, da für seine Berechnung vorsichtigerweise davon ausgegangen worden ist, dass von den ca. 175.000 Bonner Haushalten vielleicht ein gutes Viertel von der Zahlung befreit sein sollte, außerdem generell Kinder, weil der Betrag auf den Haushalt gerechnet ist – unabhängig von der Anzahl seiner Mitglieder.

Für das Deutsche Museum, für das jährlich 850.000 Euro benötigt werden, und das Frauenmuseum, hier geht es um ca. 120.000 Euro, gehen Initiatoren bereits mit gutem Beispiel voran, es sind Stiftungsgründungen im Gange.

Aber für das gesamte Angebot lassen sich natürlich nicht unzählige Stiftungen hervorzaubern. Es müsste etwas mit dem Solidaritätszuschlag vergleichbares – eine „Bonn Flairrate“ oder dergleichen – beschlussfähig entwickelt werden.

Sie würde der Politik sehr viele aufwändige Sparbeschlüsse ersparen und den Bonnern viele einzelne Zahlungen, die ansonsten sowieso irgendwann irgendwo fällig würden. Sehr viel Positives für einen, für die meisten Bonner zweifelsohne lächerlichen Betrag.

Ich würde statt erwähnter 10 Euro jährlich sogar noch sehr viel lieber 5 oder 10 Euro *monatlich* zusätzlich hinblättern, wenn ich dafür das gute alte Wohlfühlklima wieder zurück erhielte, für das Bonn früher bekannt und beliebt war.

Wenn dies viele täten, sollten viele Millionen zusammenkommen. Gerne zu verwenden für Sport, Geselligkeit, noch mehr Kultur, für ein vielfältiges, hochwertiges Angebot!

Schließlich würde es das gegenwärtige „Entweder – Oder“ nicht mehr geben, bei dem die Beteiligten am Ende doch immer nur mit dem Gefühl zurück bleiben, gegeneinander ausgespielt worden zu sein.

Selbst der IWF, der Internationale Währungsfond, hat seine Meinung relativiert: Sparen ist nicht das Allheilmittel!

Bis zum nächsten Mal.
Detlef Hipp

■ NAMEN UND NACHRICHTEN

Ein Bus namens Ludwig
fürs Wohnstift Beethoven 4

Ein Erbe für die Buntglasfenster
im Schloss Drachenburg 4

1995: Ein rotes Auto und ein rotes Telefon
Pflegeteam Wentland feiert Jubiläum 5

■ AKTIV

Kult(Ur)Gesteine in Bad Godesberg
Andreas Lüderitz im Gespräch mit
Hotelier Fritz Dreesen 6 – 8

■ VERBRAUCHERINFORMATION

Dividendenfonds
Gewinn für Aktionäre 9

■ REISEN

Cuba
Die Leichtigkeit des Seins 10 – 13

Die Dalheimer Klostersgärten
Das Felix-Reisen Angebot 20

■ PROJEKTE

„Großeltern auf Zeit gesucht!“
Kooperationsprojekt vom Familienkreis e. V.
und der Freiwilligenagentur Bonn 23

■ KULTUR

Beethovenfest 2015
Musik lebt von Veränderungen 28

■ GESUNDHEIT

Bewegungstherapie für Lungenpatienten
Gesundheitstipps vom vfb 28

aktiv termine

■ TERMINE

■ **Demenzwoche** 14

■ **Medientechnik, Internet,
Computer, Digitalfotografie** 15

■ **Regelmäßige Angebote** 15 – 21

■ **Einmalig stattfindend: Lesungen,
Gespräche, Seminare, Eröffnungen,
viele weitere Angebote** 22 – 33

■ **Adressen der Anbieter** Seiten 25/26

■ TAT UND RAT

Gruppen und Aktivitäten 34/35
SeniorenTreff 35

■ SERVICE

Bürgersprechstunden bei Politikern 20

Impressum 30

aktiv im Abo 30

Wichtige Telefonnummern 35

EIN BUS NAMENS LUDWIG

DER FREUNDKREIS DES WOHNSTIFTS BEETHOVEN SPENDET NEUES „NUTZFAHRZEUG“

Wohl jedem guten Hause, dass einen „Freundeskreis“ hat. Der des Bornheimer Wohnstifts Beethoven besteht aus engagierten Menschen, die das eine oder andere sozusagen außerhalb der Reihe möglich machen. Wie

Durch eine außergewöhnliche Erbschaft war der Freundeskreis in der Lage, diesen Bus zu beschaffen, um die Fahrten für die Bewohner zu erleichtern. Besserer Einstieg durch einen elektrisch absenkbaren Einstieg,



z.B. den neuen Hausbus: Ein Mercedes Sprinter 313 CDI. Bei diesem Fahrzeug sind sich die zukünftigen Fahrgäste sicher: Ein tolles Geschenk mit riesigem „Nutzwert“!

Im Juni wurde neue Hausbus wurde ganz offiziell seiner Bestimmung übergeben. Der Vorsitzende des Freundeskreises Senioren-Wohnstift Beethoven e.V., Theo Grimm, überreichte bei einem Sektempfang Max H. Nübel, Geschäftsführer des Wohnstiftes, die Schlüssel. Bewohnerin Gudrun Gräfin von Haslingen taufte den Bus auf den Namen „Ludwig“.



breitere und komfortablere Sitze und eine höhere Innenbusdecke, so dass die Bewohner sich ohne Kopfeinziehen im Bus bewegen können.

Herr Nübel bedankte sich im Namen aller Bewohner für die großzügige Spende und wünschte mit Herrn Grimm zusammen: Allzeit gute Fahrt!

EIN ERBE FÜR DIE BUNTGLASFENSTER

SCHLOSS DRACHENBURG ERHÄLT FENSTERREKONSTRUKTIONEN FÜR KUNSTHALLE UND NIBELUNGENZIMMER



Königswinter: Der Vorstand der NRW-Stiftung hat jetzt beschlossen, 175.000 € für die Rekonstruktion von Buntglasfenstern auf Schloss Drachenburg zur Verfügung zu stellen. Die Mittel stammen aus einer Erbschaft, welche die NRW-Stiftung von einem Engländer erhalten hat.

Eine britische Kanzlei hatte die NRW-Stiftung Anfang des Jahres darüber informiert, dass ein ältere

Herr aus Brighton einen Teil seines Vermögens der Nordrhein-Westfalen-Stiftung vermachte. Offenbar kannte er Schloss Drachenburg und hatte Gefallen an der Rheinromantik.

„Immer wieder setzen Menschen, die sich den Aufgaben der NRW-Stiftung verbunden fühlen, die Nordrhein-Westfalen-Stiftung oder ihren Förderverein als Erben ein“, sagt Stefan Ast, Stiftungsreferent

Unser größter Gewinn: Die Lebensfreude ...

Wir haben uns rechtzeitig und ausführlich informiert und uns dann für das Wohnstift Beethoven entschieden. Hier wohnen wir in niveauvoller 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.

IDEAL Bonn



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

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



WOHNSTIFT BEETHOVEN
Die 1. Klasse für Senioren

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 vielem mehr
schon ab **2.826,-€**

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

der NRW-Stiftung. „Wir sorgen dafür, dass ihr Vermögen nach ihren Wünschen verwendet wird, wie jetzt im aktuellen Beispiel für die Rekonstruktion der Buntglasfenster“.

In den letzten Jahren konnten durch Spenden bereits Oberlichter in Räumen von Schloss Drachenburg rekonstruiert werden. Durch die Erbschaft ergibt sich nun die Möglichkeit, zwei großflächige Fenster in Auftrag zu geben. „So wird das Nibelungenzimmer durch die Rekonstruktion und Ergänzung endlich seinen ursprünglichen Raumeindruck wieder bekommen“, freut sich Walburga Schulte Wien, Betriebsleitung Museum Schloss Drachenburg. Zudem erhält die Kunsthalle fünf weitere Lanzettfenster, die mit einem schon beauftragten Rosettenfenster einen Teil der Farbigkeit und des vergangenen Raumeindrucks zurückbringen werden.

Links, im Hintergrund: Aktuelle Ansicht des Nibelungenfensters mit den erhaltenen, auf Folie gedruckten Entwurfszeichnungen,

© Foto Marburg/Schloss Drachenburg gGmbH

Links, im Vordergrund: Aktuelle Entwurfszeichnung der Mayerschen Hofkunstanstalt für die Rekonstruktion des Nibelungenfensters

Die Buntglasfenster, die jetzt in Auftrag gegeben werden, sind ein wichtiger Schritt auch für künftige Aufgaben. Es warten noch weitere 70 Fenster auf die Rekonstruktion und die Vervollständigung des rheinischen Kleinklosters, das häufig als „Neuschwanstein des Rheinlandes“ bezeichnet wird, so Martina Grote, Geschäftsführerin der NRW-Stiftung.

Großspenden und Treuhandstiftungen
Nordrhein-Westfalen-Stiftung Naturschutz,
Heimat- und Kulturpflege
Stefan Ast, Stiftungsreferent
stefan.ast@nrw-stiftung.de
Telefon: 0211/ 4 54 85 – 37, Fax: 0211 / 4 54 85 - 22

1995: EIN ROTES AUTO UND EIN ROTES TELEFON PFLEGETEAM WENTLAND FEIERT ENTWICKLUNG UND BESTÄNDIGKEIT

20 Jahre Pflegeteam Wentland! Mit einem roten Auto, einem roten Telefon, einem Hobbyraum und Albert und Helene Wentland startete 1995 die Unternehmensgeschichte. 20 Jahre später und 100 Autos, 700 Kunden und 300 Mitarbeiter mehr feierte das Gründerehe-

gemeinschaften. Neu im Leistungsangebot seit letztem Jahr ist die Tagespflege im Lebenshof Alfter; eine weitere Tagespflege in Rheinbach ist in Planung. Im Rhein-Sieg-Kreis werden etwa 13 % der Pflegebedürftigen durch das Pflegeteam Wentland versorgt.



paar zusammen mit Familie, Mitarbeitern sowie Kooperations- und Geschäftspartnern das Jubiläum. Rheinbachs Bürgermeister Stefan Raetz, der das Pflegeteam Wentland schon die gesamten 20 Jahre begleitet, gratulierte zu dem Anlass und honorierte, dass sie den mutigen Schritt damals gewagt haben.

Seit 1995 betreute das Pflegeteam Wentland circa 10.000 Kunden über die Standorte Rheinbach, Alfter und Hennef. Die Intensivpflege bietet seit 2003 überregional für Erwachsene und Kinder eine außerklinische Versorgung Zuhause und seit 2009 auch in Wohn-

Pflegeteam Wentland GmbH & Co. KG ist ein kompetenter Anbieter von Ambulanter Pflege, Alternativen Wohnformen, häuslicher Intensiv-Versorgung und seit 2014 auch von Tagespflege-Einrichtungen. Zudem bietet das Pflegeteam Wentland vielfältige Zusatzleistungen an, wie z. B. den Service rund um den Haushalt.

Weitere Infos und Kontakt:
02226/ 15 80-0,
info@wentland.de
www.freundliche-pflege.de



Unsere Leistungen
im Überblick

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

Umzüge nah und fern • Lagerung

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

Zack Umzüge & Dienstleistungen GmbH
An der Esche 28 • 53111 Bonn
Tel.: 02 28 - 68 447-0 • Fax: 02 28 - 68 44 7-22
mail@zack-umzuege.de

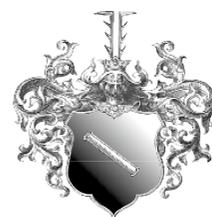
www.zack-umzuege.de

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 **B.D.K.**
BUNDESVERBAND DEUTSCHER
KUNSTVERSTEIGERER E.V.

„EIN RHEINISCHER START. WIE ER ANDERS NICHT GEHEN KANN.“

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

KULT URGESTEINE

Zur August-Ausgabe der neuen Reihe KultUrgestein hat Andreas Lüderitz das Hotel Dreesen im Süden von Bonn, in Bad Godesberg am Mehlemer Rheinufer gelegen, besucht und sich dort mit dem Inhaber und Direktor Fritz Dreesen unterhalten.

AL: Herr Dreesen, herzlichen Dank, dass wir heute bei Ihnen sein dürfen, einem weiteren Urgestein aus Bad Godesberg. Ihr Hotel ist ein Haus, in dem die Welt zu Gast war und ist, es hat eine historisch spannende Geschichte. Was können Sie uns darüber erzählen?

FD: Zunächst herzlich willkommen, Herr Lüderitz, schön, dass Sie bei uns sind.

Die spannende Geschichte erstreckt sich inzwischen über einen Zeitraum von mehr als 120 Jahre. Natürlich ist in diesen Jahren viel passiert. Wir sind auch „stolz“ – das ist das falsche Wort – wir freuen uns, dass wir eine Geschichte haben, die wir auch erzählen können, dass wir eine Story haben. Aber von der Vergangenheit alleine leben, das können wir nicht – dass Sie *heute* bei uns sind, ist mir schon wichtiger. Aber gerne erzähle ich Ihnen noch etwas aus der Geschichte an sich. Sie ist ein bisschen das Spiegelbild des 20. Jahrhunderts in Deutschland, dargestellt durch die handelnden Personen, vom Kaiser bis zu Angela Merkel und alles, was dazwischen liegt. Aber auch im wahrsten Sinne alles – das hinterlässt im Hause aber auch ansonsten Spuren.

AL: Nun hat Ihr Haus eine Zeit erlebt, als der Krieg vorbei war, in der man der Familie das Haus weggenommen hat. Waren Sie weiterhin in dem Hotel tätig oder was hat die Familie gemacht in dieser Zeit?

FD: Während des Kriegs war das Haus von 1942 bis 1945 beschlagnahmt von der Reichsregierung, und es waren ausländische Diplomaten, mal französische Generäle hier untergebracht. In der Zeit hatten wir einen Raum, nämlich den Empiresaal, noch zur Verfügung, den wir bewirt-

schaften durften, den übrigen Teil nicht. 1945 kamen dann die Amerikaner. Eisenhower hat das Hotel beschlagnahmt, blieb 10 Tage und danach gab es eine wechselhafte Geschichte bis 1949. Erst war es eine Erholungsstätte für englische Soldaten der Airforce, dann waren deutsche Flüchtlinge hier jahrelang untergebracht und anschließend kam die hohe französische Kommission, die blieb nun wieder drei Jahre, bis 1952. Somit haben wir also insgesamt 10 Jahre, die das Haus als normales Hotel nicht auf dem (Übernachtungs-) Markt war. Wir haben in der Zwischenzeit drüben einen klei-

nen Pavillon am Rhein gehabt, also genau hier auf der anderen Straßenseite. Dort haben wir Gastronomie betrieben, eine Art Biergarten mit Café und Küche. Die ganze Familie hat dort gearbeitet, bis 1952 das Hotel durch die Franzosen wieder freigegeben wurde.



nen Pavillon am Rhein gehabt, also genau hier auf der anderen Straßenseite. Dort haben wir Gastronomie betrieben, eine Art Biergarten mit Café und Küche. Die ganze Familie hat dort gearbeitet, bis 1952 das Hotel durch die Franzosen wieder freigegeben wurde.

AL: Ihr Vater hat das Hotel wieder zu dem großen Namen gebracht, den es auch schon vorher hatte. Sie sind 1949 geboren und haben sicherlich als Kind von den Anfängen nicht allzu viel mitbekommen. Wie ist das so, als Kind in einem Hotel aufzuwachsen? Wie prägt der Alltag das Familienleben?

FD: Als André François-Poncet am 17. No-

vember 1949 das Hotel beschlagnahmt, sprich: hier einzog, wurde ich geboren. Mein Großonkel und mein Vater haben geguckt und gesagt: „Ach, da ist er ja“. Danach wurde über meine berufliche Laufbahn nicht mehr gesprochen, das Thema war erledigt und es war klar, ich mache *das*. An die ersten drei Jahre mit François-Poncet habe ich keinerlei Erinnerungen. Wir haben nicht im Hotel gewohnt, aber ich war sehr häufig hier. Konrad Adenauer und Theodor Heuss habe ich gesehen, konnte mir aber noch nicht vorstellen,

was diese Persönlichkeiten bedeuteten. Ich gewöhnte mich aber daran – man wird sozusagen im Hotelleben groß.

Aber im Hotel haben wir nicht gewohnt, das wollten meine Eltern nicht, und ich habe das mit meinen Kindern auch so gehalten. Damit nicht sechzig Menschen die Kinder erziehen, sondern dass das den Eltern überlassen bleibt. Das prägt natürlich, das ist ein Eindruck den man behält.

AL: Haben Sie auch Ihre Ausbildung hier im Hotel der Familie gemacht, oder waren Sie dazu noch an einem anderen Ort?

FD: Nein, Ausbildung im Hotel kam nicht in Frage. Es war alles ein bisschen schwierig, eigent-



lich wollte mich mein Vater schon mit der mittleren Reife vom Gymnasium nehmen: „Du weißt, ich bin krank, du musst jetzt möglichst schnell eine Ausbildung machen. Ich weiß nicht, wie lange ich das noch durchhalte“. Dagegen habe ich mich gewehrt und erwidert: „... dann hättet ihr mich auf eine Realschule schicken sollen, aber nicht aufs Gymnasium. Jetzt mache ich Abitur.“ Also habe ich das Abitur gemacht, bin „rausgegangen“ und für vier Lehrjahre bei Steigenberger und Kempinski gewesen. Das mag ein bisschen kurz gewesen sein, aber aus der Hotelbranche kommend, brachte „man“ ein Gefühl fürs Metier mit und alles ging etwas schneller als bei Branchenfremden.

AL: Nun hatte aber auch der viel zu frühe und tragische Tod Ihres Vaters 1972 so unvermittelt Ihre Lebensplanung geändert – hinaus aus der Ausbildung –, denn es hieß: „Du musst übernehmen!“

FD: Ja das ist richtig. Ich war im Atlantik Hotel in Hamburg bei Kempinski, der damalige Chef war Karl Theodor Walter-spiel. „KTW“ war damals in der Branche schon eine Legende, und er wusste, wenn der Vater stirbt, muss „der Kleine“ sich auf den Weg machen. So bin ich zu ihm hin. Es gefiel ihm nicht, aber er hatte es zugesagt. Also saß ich am nächsten Tag, es war Karneval, im Februar, am Schreibtisch meines Vaters und habe als erste Handlung das Prinzenpaar begrüßt. So fing hier das Ganze für mich an.

AL: Na, das ist ja ein rheinischer Start.

FD: Ein rheinischer Start. Wie er anders nicht gehen kann.

AL: Sie haben sich in Ihre neue Verantwortung eingefunden in der Zeit, als Bonn noch Bundeshauptstadt war. Aus Kindheitstagen war Ihnen das Hotel, seine internationale Atmosphäre, der Flair der Welt großer Schauspieler vertraut ... genau so haben Sie es dann wieder vorgefunden, mit dem Unterschied, es aus der Hauptverantwortung heraus zu erleben, so wie Ihre Eltern zuvor.

FD: Ja genau. Ich hatte also viel zu tun im Haus. Weil der Vater krank war, wurde das Haus - exzellent! - verwaltet von den leitenden Mitarbeitern, die auch schon in den Fünfziger Jahren bei uns waren. Aber die Initiative für Investitionen et cetera fehlte natürlich, da hatte ich etliches nachzuholen. Ansonsten ging das Leben hier genauso weiter, wie es 1952 wieder begonnen hatte ... oder fortgeführt worden ist aus den Jahrzehnten davor. Sprich: Politik, Diplomatie, Journalisten, Lobbyisten – sie waren wieder unsere Gäste, ebenso Persönlichkeiten aus Sport und Kultur im Allgemeinen. Das blieb unser täglich Brot. Was wiederum eine prägende Angelegenheit für mich gewesen ist. Denn wenn man mit 22 Jahren anfängt, mit Spitzenpolitikern



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 Damenstrumpfteilung. 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.



KultUrgesteine ist ebenso eine Initiative für Cross-Media-konforme 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.

Lesen Sie in aktiv Termine einen Auszug aus dem KultUrgestein-Interview mit Fritz Dreesen. Das vollständige Interview hat am Donnerstag, 6. August 2015, um 17 Uhr im web-TV Premiere: www.bonner-szenetv.de Anschließend bleibt es bis zum 3. September 2015 online.

umzugehen, dann bedarf das etwas Gewöhnung – auf beiden Seiten. Das ist aber gelungen und hat sehr, sehr viel Freude gemacht.

AL: Gibt es in Ihrem Hause einen Ort, von dem Sie sagen würden, das ist mein Lieblingsplatz ... da gehe ich einmal die Woche hin, weil er ganz besonders ist?

FD: Es gibt einen, aber da gehe ich täglich hin. Das ist unser Erker in unserem Restaurant. Dort hat man den Rhein gewissermaßen von drei Seiten. Es passt nur ein kleiner Tisch für zwei Personen hinein. Aber dieser Erker ist die Gründungszelle des Hauses überhaupt und bei mir besonders beliebt – wie bei meinen Gästen ebenfalls.

AL: Stichwort Rhein, das Hotel Dreesen steht direkt am Rhein, einem imponierenden Fluss, hier beginnt die Rheinromantik. Das hat sicherlich Bedeutung. Schiffe fahren jeden Tag vorbei, die Zeit sieht man sozusagen mit dem Strom dahinschwinden.

Wie ist Ihr Verhältnis zum Rhein? Er bedeutet ja auch eine gewisse Gefahr.

FD: Er ist unsere Lebensader, das Hotel hat ob des Rheines überhaupt seine Daseinsberechtigung. Denn mein Urgroßvater, der das Hotel gebaut hat, 1893, ist deshalb an den Rhein gekommen, weil ihm der Weg von Rüngsdorf, wo er bereits ein Gasthaus besaß, hier runter an den Rhein, um die Touristen zu bedienen, einfach zu lang war. Weshalb er beschloss, genau hier an dieser Stelle ein Hotel zu bauen. Es heißt nicht zufällig Rheinhotel.

Der Fluss ist manchmal lästig, manchmal gefährlich, manchmal Existenz bedrohend, aber umgekehrt gibt er uns in der überwiegenden Zeit, in der er nicht über die Ufer tritt, auch unsere Existenz überhaupt, er ist die Lebensader.

AL: Das Hotel Dreesen steht in Bad Godesberg. Gibt es außerhalb des Hotels einen Fleck, einen Platz, einen Raum, den Sie hier in Bad Godesberg sehr schätzen?

FD: Ich bleibe gerne am Rhein. So gehört dazu der gesamte Rheinauenpark, der ja im Übrigen zur Hälfte auf Godesberger Stadtgebiet liegt, um das mal präzise zu sagen, und auch gerne die Bastei, unser Nachbar hier stromabwärts. Das sind die Punkte, an denen ich häufig bin.

AL: Sehen Sie sich als Godesberger? Sie sind ja in Bad Godesberg geboren.

FD: Ja, 100 Meter von hier entfernt.

AL: Sie sind also ein richtiger Bad Godesberger. Wie ist Ihr Verhältnis zum heutigen Bad Godesberg?

FD: Was das Hotel angeht, ein ganz anderes als das, was es früher war. Es steht bei uns an der Mauer nach wie vor *Bad Godesberg* geschrieben – das ist auch richtig –, aber unser Geschäft machen wir nicht mehr mit Bad Godesbergern alleine, sondern vornehmlich mit Bonn, beziehungsweise der gesamten Stadt. Diese hat sich auch total gewandelt, und weil das so ist, firmieren wir bei unserer Kooperation mit den Ringhotels als Ringhotel in Bonn. Was einfach notwendig ist. Denn Menschen, die neu in die Stadt kommen und in Bonn zu tun haben, fragen: „Wieso Bad Godesberg, ich will doch nach Bonn“. Ergo firmieren wir als Rheinhotel Dreesen in Bonn. Was korrekt ist, was richtig ist, nichts desto trotz bleiben unsere Wurzeln Rüngsdorf und Bad Godesberg.

AL: Wie würden Sie den klassischen Godesberger oder die Godesbergerin beschreiben?

FD: Die sind von Haus aus fröhlich, sie sind weltoffen aber auch sehr eigen. Was sie wollen, das machen sie auch, und was sie nun überhaupt nicht wollen, da kann man auch trommeln wie man will, das wird dann nichts. Da muss man ein dickes Brett bohren, um durchzukommen. Aber ansonsten kann man mit den Godesbergern sehr gut umgehen, und wir leben seit Jahrzehnten intensiv miteinander.

AL: Eine letzte Frage, was wünschen Sie sich für Bad Godesberg?

FD: Bad Godesberg muss sich irgendwann besinnen, die Zeiten der Diplomaten und der Bundeshauptstadt sind in der Tat völlig vorbei. Es muss sich anpassen an die neuen Strukturen, die in der Stadt sind. Auch an die neuen Menschen, die in diese Stadt kommen, die andere Ansprüche haben. Es gibt eine veränderte Altersstruktur, aber auch ein komplett anderes Arbeiten, als das früher der Fall war. Man muss sich sicherlich noch von manchem verabschieden und Neues kreieren. Wie das genau aussehen wird, weiß ich aus dem Handgelenk auch nicht, aber es wird ein längerer Prozess sein.

AL: Herr Dreesen, herzlichen Dank für das Gespräch.

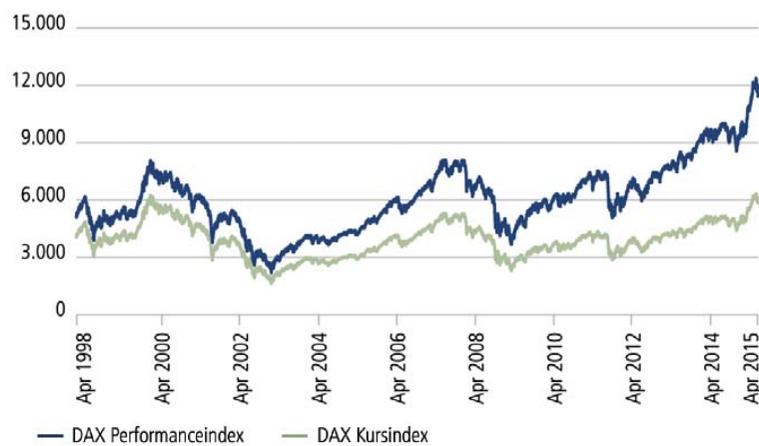
FD: Sehr gerne, Herr Lüderitz.

Dividendenfonds GEWINN FÜR AKTIONÄRE

Aktionäre von DAX-Unternehmen freuen sich über Rekord-Dividenden. Doch auch Fondsanleger können profitieren, denn Spezialisten wählen die dividendenstärksten Unternehmen für sie aus. Das kann sich langfristig bezahlt machen.

Es ist ein Rekord: Rund 29,5 Milliarden Euro schütten alleine die 30 im DAX vertretenen Unternehmen in diesem Jahr an ihre Aktionäre aus, erwarten Experten der genossenschaftlichen Fondsgesellschaft Union Investment. Dagegen vermeldeten die Renditen an den Rentenmärkten immer wieder neue Tiefststände. Trotz höherer Risiken rücken daher dividendenstarke Aktientitel immer mehr ins Blickfeld von Anlegern, die im Niedrigzinsumfeld eine Alternative zu verzinslichen Anlagen suchen.

Dafür gibt es mehrere Gründe. „Ausschüttungsstarke Aktien können das Depot stabilisieren, wenn der Markt einmal nach unten geht“, erklärt Wilhelm Wester, Pressesprecher der Volksbank Bonn Rhein-Sieg. Denn der Kurs von dividendenstarken Unternehmen schwanke dank stabiler Geschäftsmodelle häufig geringer als der Gesamtmarkt. „Daher sind sie für Anleger durchaus eine Alternative. Denn wer sich zum ersten Mal an Aktien heranwagt, hat mit dividendenstarken Aktien tendenziell ein etwas geringeres Risiko“, ergänzt Wester.



Quelle: Datastream. Betrachtungszeitraum 30. April 1998 bis 30. April 2015 vom Deutschen Aktienindex (DAX), der als Leitindex für den deutschen Aktienmarkt etabliert ist und sich durch die Wertentwicklung der 30 größten sowie umsatzstärksten Unternehmen Deutschlands errechnet. Der DAX wird sowohl als Performance- als auch als Kursindex veröffentlicht. Unter der umgangssprachlichen Bezeichnung DAX wird der Performanceindex verstanden, bei dem die Dividenden der enthaltenen Titeln in den Index reinvestiert werden, während sie beim Kursindex unberücksichtigt bleiben. Die dargestellten Werte basieren auf Tagesschlussständen und veranschaulichen die Wertentwicklung in der Vergangenheit. Zukünftige Werte können sowohl niedriger als auch höher ausfallen.

Er weist jedoch auch darauf hin, dass die Auswahl einzelner Aktien, die von diesen Gegebenheiten profitieren könnten, für Anleger schwierig sei. „Bei einem Fonds dagegen untersuchen Spezialisten die Qualität der Unternehmen ganz genau, unter anderem natürlich auch daraufhin, ob sie langfristig hohe Dividenden zahlen können. Dann wählen sie die aussichtsreichsten Aktien aus“, erklärt er die Funktionsweise von Fonds mit dividendenstarken Titeln. „Durch die Vielzahl an Papieren im Fonds ist auch das Risiko insgesamt geringer als bei der Einzelanlage.“

Dividenden zeigen Stärke und Zuversicht

Schütten die Unternehmen über die Jahre hinweg kontinuierlich Dividenden aus, zeigt das auch Stärke und Zuversicht des Unternehmens in die eigene Zukunft. „Viele europäische Unternehmen profitieren gegenwärtig von niedrigen Energiepreisen, der verbesserten Wirtschaftslage und Erleichterungen bei der Kreditvergabe“, beschreibt Wester das Umfeld. „Hinzu kommt der schwache Euro, der besonders für exportorientierte Unternehmen von Vorteil ist.“ Das fördere die Aussichten auf steigende Gewinne.

„Ein Dividendenfonds eignet sich auch, um bequem in kleinen Beträgen Vermögen aufzubauen“, stellt Wester regelmäßiges Sparen mit einem Sparplan vor. Dennoch sollten Anleger bereit sein, für die tendenziell höheren Ertragschancen einer Aktienanlage auch höhere Risiken in Kauf zu nehmen. Wichtig sei es ebenso, bei einer solchen Geldanlage langfristig zu denken, also mindestens über sieben Jahre. Wester rät zu einer Beratung in der Volksbank Bonn Rhein-Sieg, deren Beraterinnen und Berater Interessierten gerne ein persönliches Gespräch anbieten. So könne man gemeinsam ermitteln, ob sich ein Aktienfonds mit Dividentiteln für die persönliche Geldanlage eigne.

www.vobaworld.de

KULTUR in Wachtberg
Wachtberg im
Drachenfelder Ländchen

9er Kultur leben
14. – 30.8.2015

WACHTBERGER KULTURWOCHE
Informationen unter 02 28 / 95 44 - 176
oder www.wachtberg.de

Minigolf und Einkehrhaus Trimborn

In den NRW-Ferien
ab 10 Uhr geöffnet

Am 23. August 2015
veranstaltet der
MSC Bad Godesberg e.V.
ein Freundschaftsturnier
anlässlich seines 50-jährigen
Vereinsbestehens

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

Dr. Bernd Kregel

CUBA

Die
Leichtigkeit
des Seins



Am meisten freut mich
über Lebensfreude. In der „Echtheit“ von Kavan

Unter weißen Segeln vor Kubas Küste



Palacio de Valero Carvajal

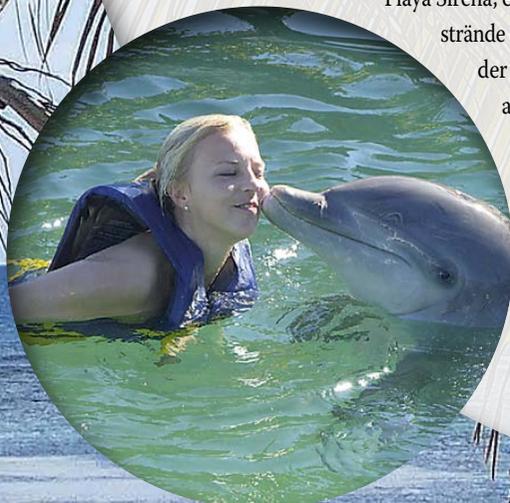
Mit dem Großsegler „Star Flyer“ Kubas neuen Horizont vom Meer aus erkunden.

Die Karibik ist nicht ohne. Urplötzlich treibt eine Wetterfront vom Nordatlantik mit ihren Sturmböen den eleganten Viermaster vor sich her. Mit einer solchen Wucht, dass die Spitze des Hauptmastes aufgeregt imaginäre Figuren an den pergamentfarbenen Abendhimmel zeichnet. Und zugleich die über dem westlichen Horizont funkelnde Venus in leichtfüßiger Nervosität zwischen den prall gefüllten Segelbäuchen hin und her tänzelt. Gibt so das hochgelobte karibische Urlaubsparadies seine Visitenkarte ab?

Doch schon am nächsten Morgen ist der Spuk vorbei. Und eine leichte Brise reicht bereits aus, um der Viermast-Barkentine „Star Flyer“ eine respektable Reisegeschwindigkeit von acht Knoten zu bescheren. Genau der richtige Zeitpunkt, um sich in das am Klüverbaum aufgespannte Netz zurückzuziehen. Und von dieser exponierten Stelle aus dem munteren Spiel der Delfine zuzuschauen, die aus der Gischt des Schiffsbugs heraus mit ihren weiten Sprüngen in tänzerischer Leichtigkeit die Gesetze der Schwerkraft aufzuheben scheinen.

Der Kuss des Delphins

Stets auf der Suche nach den schönsten Stränden, ist die „Star Flyer“ inzwischen vor der Insel Cayo Largo vor Anker gegangen. Direkt gegenüber von Playa Sirena, einem, wie es heißt, der Spitzenstrände in der gesamten Karibik. Und in der Tat lädt ein kühler Sandstrand aus feinem Korallenstaub zum Sonnenbad ein. Und regt zugleich dazu an, sich in die flach am Ufer auslaufende Brandung zu stürzen. Schnorchler können etwas weiter entfernt am Riff sogar die bunte Unterwasserwelt bewundern.

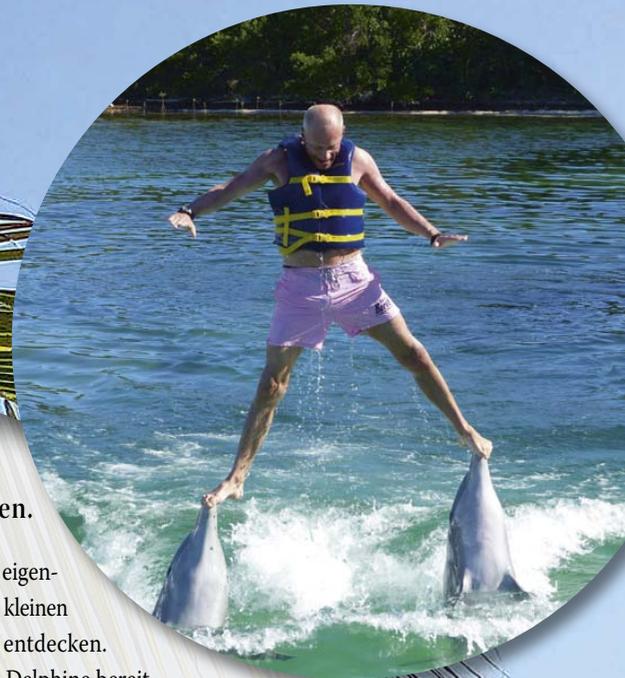


Doch die lässt sich auf eigenwillige Weise auch in einer kleinen Bucht im Strandbereich entdecken. Hier zeigen sich muntere Delphine bereit, mit neugierigen und wagemutigen Gästen ausgelassen herumzutollen. Ihre Balancierkunst bringt es sogar fertig, eine im Wasser liegende Person mit koordiniertem Nasendruck auf beide Füße senkrecht über die Wasseroberfläche zu erheben. Eine artistische Höchstleistung, gefolgt von einem kühlen Kuss, zu dem sich Mensch und Tier in unvergesslicher Pose einen Augenblick lang vereinen.

Paradies für Oldtimer

Zur Lebenskultur der Kubaner, das wird bei den Anlandungen deutlich, gehört natürlich auch die Architektur. Jene prachtvollen Kolonialbauten aus spanischer Zeit oder die im letzten Jahrhundert errichteten Fassaden, die den Stadtkernen zumeist einen musealen Charakter verleihen. Teilweise zu Ruinenlandschaften verfallen, beginnen diese erst allmählich, sich von der sozialistischen Vernachlässigung der letzten fünfzig Jahre zu erholen. Als Musterbeispiel für gelungene Altstadt-Sanierung gilt das einstmals superreiche Trinidad an der kubanischen Südküste, dem mit seinem gepflegten Erscheinungsbild inzwischen der Status eines UNESCO-Weltkulturerbes zuerkannt wurde.

Hier, wie fast überall im Land, sind die Oldtimer ein Gradmesser dafür, wie die Zeit seit den sechziger Jahren des letzten Jahrhunderts in manchen Lebensbereichen stehen geblieben ist. Es gibt sie in einer unerwarteten Fülle und zudem oftmals in einem bewundernswerten Zustand, sodass man aus dem Staunen nicht herauskommt. Beflügelnd wirkt bereits die Taxifahrt vom Hafen hinüber zur Altstadt von Trinidad in einem ansehnlichen Chevrolet des Baujahres 1956. Oder die Rückfahrt in einem Opel Kapitän, ebenfalls aus den fünfziger Jahren, dem jedoch das hohe Alter bereits anzumerken ist.





Oldtimer
im Fischerdorf
Cojimar bei Havanna



Mit berechtigtem Optimismus
auf Sonntagsausflug:
Kubanische Familie
in Havanna

Seele des kubanischen Gesangs

Wie der Tanz ist natürlich auch die kubanische Musik Teil des kubanischen Lebensgefühls. Von überall her bahnt sie sich ihren Weg und ist – nicht nur am Wochenende – nahezu allgegenwärtig. Selbstbewusst und einfühlsam erschallt sie in den Bars und Restaurants, vor allem jedoch auf den Straßen und Plätzen der Städte. Als überaus mitreißend erweist sich der „Buena Vista Social Club“, in dem musikalische Veteranen mit Instrumenten und Gesang die Musik der fünfziger Jahre temperamentvoll zu neuem Leben erwecken und bei vollem körperlichen Einsatz dem begeisterten Publikum gehörig einheizen.

Bedächtiger geht es dagegen zu, wenn Musikergruppen wie das Trio „Son Tres“ bei einem Ständchen am Mittagstisch des Rum Rum Restaurants in Havanna die Ohrwürmer der kubanischen

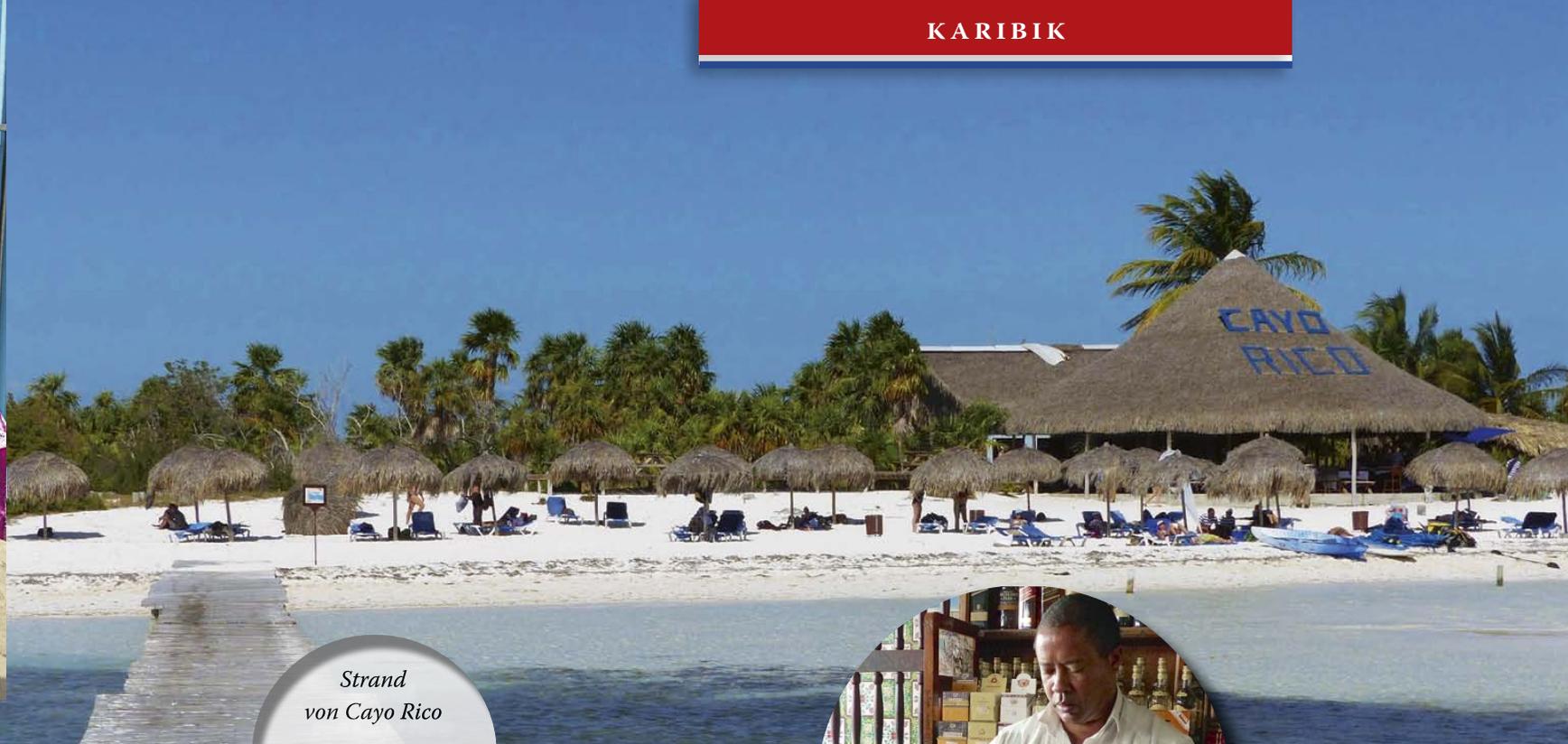


Liedkultur zelebrieren. Immer mit dem Herzen bei der Sache und nie müde werdend, den Gästen des Landes die Seele des kubanischen Gesangs zu offenbaren. Da erweist es sich beim Mitsingen zuweilen als bedauerlich, wenn bei „Guantanamera“ oder „Besame Mucho“ die eigene Stimme schon bei der ersten Strophe ins Stocken gerät.

Erotische Ausstrahlung

Erinnern sie in ihrer choreografisch exakten Geschmeidigkeit nicht gar an den Tanzstil des legendären Tropicana-Ballets? Jener Tanzkompanie aus Havanna, die wie keine zweite die afrokubanische Tanztradition seit nunmehr sieben Jahrzehnten weiter entwickelt und zur ästhetischen Vollendung führt. In schnell aufeinander folgenden Tanzfiguren, die in ihrer Virtuosität selbst dem Zuschauer höchste Konzentration abverlangen.





Strand
von Cayo Rico

Doch an der scheitert es ohnehin nicht. Verfügen doch die Körper der Tänzerinnen und Tänzer neben ihrer federnden Elastizität zugleich über eine hohe erotische Ausstrahlung, wie sie sich aus farbenprächtigen Roben heraus entfaltet. Oder aber beim Einsatz von eher spärlicher Bekleidung, die in betörender Offenheit ihren karibischen Zauber ausstrahlt. Vergleichbar den Delphinen, die sich nun schon minutenlang von der Bugspitze antreiben lassen und auf ihre Weise lustvoll die ungebremste Leichtigkeit des Seins demonstrieren.

Kubanisches Lebensgefühl

Die kubanische Leichtigkeit des Seins überträgt sich auch auf das Bordleben der „Star Flyer“. Sie ermutigt, am Vordermast über eine Leiter hinaufzusteigen zum Ausguck, um von dort den Blick über das belebte Sonnendeck oder die Inseln am Horizont schweifen zu lassen – und dabei wie eine Möwe hoch über der Wasseroberfläche

zu schweben. Oder es sich an der Tropical Bar bei kunstfertig zubereiteten Cocktails gut gehen zu lassen.

Denn schon geht das Abenteuer in den karibischen Gewässern an Kubas Küste seinem Ende entgegen. Und niemand an Bord möchte vorschnell Abschied nehmen von dem kubanischen Lebensgefühl, das hier wohltuend um sich greift. Ausgehend besonders von der jungen Generation, in der die Hoffnung auf eine freiere Gesellschaft und einen höheren Lebensstandard ab und zu auch für Außenstehende spürbar aufflackert.

Nähe zum Meer

Schon liegt die Hafenstadt Cienfuegos an der Südküste Kubas als Endpunkt der Kreuzfahrt in greifbarer Nähe.



Mojito-Herstellung
in La Bodeguita del
Medio in Havanna

Eine Stadt, die in ihrem Zentrum mit einem unerwartet gepflegten Äußeren aufwartet. Hier am Ziel der Reise wird abschließend deutlich, dass man nirgendwo dem Meer so nahe ist wie unter weißen Segeln. Unter ihnen lassen sich zudem versteckte Regionen der karibischen Inselwelt erschließen, die für die Giganten der Kreuzfahrtindustrie unerreichbar bleiben.

Dr. Bernd Kregel

Informationen:

- <http://www.cubainfo.de>
- www.auswaertiges-amt.de
- info@star-clippers.de
- www.star-clippers.de



Handeln statt Mißhandeln

**Bonner Initiative
gegen Gewalt
im Alter e.V.**

Schirmherrschaft
Oberbürgermeister
Jürgen Nimptsch

Krisenberatungsstelle für:

- ältere Menschen ● Angehörige
- in der Altenarbeit Tätige

Oppelner Straße 130 • 53119 Bonn

Bus: 601, 602, 630, 631, N1, Straßenbahn: 16, 63
Haltestelle: Tannenbusch Mitte

Tel.: 02 28 / 63 63 22 • Fax: 02 28 / 63 63 31
E-Mail: info@hsm-bonn.de • www.hsm-bonn.de

Notruf-Telefon: 02 28 / 69 68 68

Montag – Freitag, 10 – 12 Uhr



Idyllische Hafenstädtchen mit venezianischer Architektur, klares Meer, romantische Bergdörfer, edle Weine und eines der weltbesten Olivenöle - Istrien wird Sie verzaubern! Mit Ausflügen nach Izola, Koper, Ljubljana, Piran, Porec, Triest, Pula und Opatija, Besuch der Tropfsteinhöhlen von Postojna und des Lipizzanergestüts in Lipica

Portoroz - zauberhaftes Istrien

14 Tage 12.09.-25.09.15 € 1.758,- p.P. in DZ/HP

(EZ/HP € 2.031,-) Sie wohnen im 5-Sterne Grand Hotel Portoroz, nur durch Uferstraße und Promenade vom Meer getrennt, direkte Thermen-Anbindung

mit perfekt eingespieltem Taxi-Service!

Katalogbestellung und Buchung:

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

www.felix-reisen-koeln.de

Koordiniert wird die Demenzwoche von
 · der Stadt Bonn und der
 Stiftung Bonner Altenhilfe
 · dem Demenz-Servicezentrum Nordrhein-
 Westfalen Region Köln und das südliche
 Rheinland und
 · dem Rhein-Sieg-Kreis -Gesundheitsamt
 und dem Demenznetz Bonn Rhein-Sieg

www.demenzwoche-bonn-rhein-sieg.de

Für Fragen rund um das Thema Demenz
 stehen die nachstehenden Ansprechpartner
 gerne zur Verfügung.

Daniel Lenartowski
 Bonner Altenhilfe
 Tel. 0228-77 6467
[daniel.lenartowski\(at\)bonn.de](mailto:daniel.lenartowski(at)bonn.de)

Änne Türke
 Demenz-Servicezentrum Nordrhein-Westfalen
 Region Köln und das
 südliche Rheinland
 Tel. 02203-3691-11171
[a.tuerke\(at\)alexianer-koeln.de](mailto:a.tuerke(at)alexianer-koeln.de)

Paul Mandt
 Rhein-Sieg-Kreis
 Gesundheitsamt
 Tel: 02241-13 3043
paul.mandt@rhein-sieg-kreis.de

Montag, 21.09.2015

Stadtmuseum Siegburg

Ab 10 Uhr • Auftaktveranstaltung zur
 Demenzwoche Bonn Rhein-Sieg „Nicht allein
 mit Demenz“ - Info: 0228 77 64 67, 02203
 36 91 11 171, 02241, 13 30 43

Psychotherapeutische Praxis

Dr. med. U. Becker, 53347 Alfter
Mo./Di., 21./22.9., 10 - 16 Uhr • Marte-
 Meo Einführungskurs - Zweiteiliger Kurs.
 Info: 02222 90 59 578, 04952 89 67 33.
 Anmeldung erforderlich. Kosten: Seminar-
 beitrag 90 Euro, für pflegende Angehörige
 kostenlos.

**Malteser Seniorenheim Marienheim,
 Rheinbach**

Mo./Di., 21./24./28.9 und 1.10, 14 - 16 Uhr
 Silviahemmet-Demenzschulung nach dem
 palliativen Pflegekonzept, Info: 02226 85 366

Kursana Villa Bonn

Gesundheitsforum am Welt-Alzheimer-Tag
 Info: 0228 32 96-0. Anmeldung erforderlich.

**Seniorenzentrum St. Franziskus,
 Troisdorf**

15 - 17 Uhr • Klangwanderung · Musik zum
 Mitmachen für alte und junge Menschen.
 Info: 02241 25 03 133. Kostenbeitrag 4
 Euro für Kaffee, Kuchen und Getränke.

**Haus Elisabeth Altenheim,
 Niederkassel**

15 - 17 Uhr • Tanzcafé für/mit demenzkranken
 Menschen und anderen Gästen
 Info: 02208 94 91-300.

Gaststätte Baulich, Much

ab 18 Uhr • „Was ist Demenz“ · Informa-
 tionen zu Erkrankungsformen, Hilfen und
 Unterstützungsmöglichkeiten von der VHS
 Rhein-Sieg. Info: 02241 30 97.

**Caritas-Tagespflege für Senioren,
 Eitorf**

17.30 - 18.30 Uhr • Betreuung und Be-
 schäftigung von Menschen mit Demenz
 Info: 02243 84 65 620. Anmeldung erfor-
 derlich.

Psychotherapeutische Praxis

Dr. med. U. Becker, 53347 Alfter.
 18 - 19 Uhr • Marte-Meo - Wie Mundhygie-
 ne und Zahnbehandlung bei Menschen mit
 Demenz gelingen können.
 Info: 02222 90 59 578.

**Altenheim Herz-Jesu-Kloster,
 Bonn-Ramersdorf**

ab 18.30 Uhr • „Kraft und Balance“
 (Schnupperstunde) · Info: 0228 97 197-296

Dienstag, 22.09.2015

**Seniorenzentrum Haus Rosental,
 Bonn**

9 - 15 Uhr • Weckworte/Alzpoetry · Für in
 der Altenpflege Tätige. Info: 0228 72 56
 120. Anmeldung erforderlich.

AWO-Pflegeheim

Hubert-Peter-Haus, Bonn

ab 10 Uhr • Aktivierung von Menschen mit
 Demenz – auch für daheim · Info: 0228 93
 19 113. Anmeldung erforderlich.

Haus Katharina, Königswinter

ab 10 Uhr • Gymnastik u. Bewegungsübungen
 für Menschen mit Demenz · Info: 02223 90
 90 250. Anmeldung erf.

**Haus Elisabeth Altenheim,
 Niederkassel**

ab 10.30 Uhr • Wortgottesdienst · Für/mit
 Menschen mit Demenz und anderen Gäs-
 ten. Info: 02208 94 91-300.

Haus Migrapolis, Bonn

14 - 16 Uhr • Demenz – Was ist das? · In-
 formationen für Angehörige. Zweisprachige
 Veranstaltung (türkisch-deutsch). Info:
fischell@bimev.de.

**Gerontopsych. Ambulanz
 Behandlungszentrum St. Johannes
 Hospital, Bonn**

14.30 - 15.30 Uhr • Praxiseinblicke 1: Die
 Gedächtnisambulanz – von der Diagnose
 zur Therapie · Info: 0228 701-7202.

**Seniorenzentrum Haus Rosental,
 Bonn**

14.30 - 16.30 Uhr • Café Rose · Für Men-
 schen mit Demenz und Angehörige. Info:
 0228 72 56 136. Anmeldung erforderlich.

**SKF e.V. Bonn und Rhein-Sieg-Kreis,
 Bonn**

15 - 16.30 Uhr • Vorsorgende Verfügungen
 Info: 0228 98 241-13. Anmeldung erf.

Cura-Krankenhaus, Bad Honnef

ab 15 Uhr • Kaffeehausgespräch · Musik
 und Bewegung in der Demenztherapie.
 Info: 02224 77 21 176. Anmeldung erf.

**St. Johannes Krankenhaus,
 Troisdorf-Sieglar**

15 - 16 Uhr • Altwerden in den eigenen
 vier Wänden – ein Projekt der GFO-Kliniken
 Troisdorf · Info: 02241 488-204. Anmel-
 dung erforderlich.

Curanum Seniorenresidenz Hennef

15 - 16.30 Uhr • Darf ich bitten...?! – Tan-
 zen verbindet · Info: 02242 93 09 22.

**Curanum Seniorenpflegezentrum,
 Troisdorf-Sieglar**

ab 15 Uhr • Erzählcafé mit Erinnerungs-
 arbeit · Info: 02241 494-0.

Haus Elisabeth, Troisdorf

ab 15 Uhr • Griseldis erzählt Grimm'sche
 Märchen · Info: 02241 97 38 18 100. An-
 meldung erforderl. Kostenbeitrag 5 Euro.

**Kunstmuseum Bonn,
 Museumsmeile, Bonn**

15 - 17 Uhr • Farben im Kopf – Reise in die
 Welt der Farben · Info: 0228 77-6224. An-
 meldung erforderl. Kostenbeitrag 5 Euro.

**Malteser Seniorenheim Marienheim,
 Rheinbach**

15 - 16.30 Uhr • Offenes Singen für Men-
 schen mit und ohne Demenz · Info: 02226
 85-366.

**Kath. Familienbildungswerk,
 Meckenheim**

15 - 17 Uhr • Musik, Tanz und Begegnung
 im Café ADele · Info: 02225 99 97 6-24.
 Anmeldung erf. Kostenbeitrag 5 Euro.

Cura-Krankenhaus, Bad Honnef

ab 15.30 Uhr • Wir singen gemeinsam un-
 sere Lieder · Info: 02224 77 21 176. Anmel-
 dung erforderlich.

**Gerontopsych. Ambulanz
 Behandlungszentrum St. Johannes
 Hospital, Bonn**

16 - 17 Uhr • Praxiseinblicke 2: Die geron-
 topsychiatrische Ambulanz – Möglichkei-
 ten der Behandlung · Info: 0228 701-7202.

Rathaus Niederkassel

16 - 18 Uhr • Zu Hause wohnen – auch bei
 dementieller Erkrankung · Bedarfsgerechte
 Ausstattung und Anpassung von Haus und
 Wohnung. Eine Betreuung von Menschen
 mit Demenz ist möglich. Anmeldung/Info:
 02241 86 68 57-13, 02208 94 66-120.

AOK-Rheinland/Hamburg, Siegburg

ab 17 Uhr • Leben mit Demenz - Aktivie-
 rung · Info: 02241 88 05-36. Anmeldung
 erforderlich.

Der Karren e.V., Sankt Augustin

18 - 20 Uhr • Eine dementielle Erkrankung
 in meiner Familie · Wie können wir in gu-
 tem Kontakt bleiben und weiterhin acht-
 sam miteinander umgehen? Info: 02241
 94 54 012.

**Pfarrsaal der Antonius Kirche,
 Bonn-Niederholtorf**

ab 18 Uhr • Sterbehilfe – Pro und Contra ·
 Info: 0228 38 62 853.

**Tagesklinik d. Geriatrie des
 Malteser Krankenhauses, Bonn**

ab 18 Uhr • Umgang mit Demenzkranken –
 Wie kann die integrative Validation helfen?
 · Info: 0228 25 45 98.

Rathaus Alfter, Alfter-Oedekoven

18.30 - 20 Uhr • Nur vergesslich oder doch
 schon dement? · Info: 02222 9 45 464.
 Kosten: freiwillige Spende erwünscht.

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

18 - 19.30 Uhr • Infoveranstaltung für
 Türkisch sprechende Angehörige von
 Menschen mit Demenzerkrankung · Ti-
 mucin Gülensoy informiert auf Türkisch
 über: Betreuung und Pflege in der Familie,
 Ursachen, Diagnosen und Verlauf von De-
 menzkrankungen, Kommunikation und
 Beschäftigungsmöglichkeiten mit einem
 demenzkranken Menschen und rechtliche
 und finanzielle Unterstützungsmöglichkei-
 ten. Info: 0228 96 54 47.

Mittwoch, 23.09.2015

LeA-Treff, Bonn

10 - 12 Uhr • Der LeA-Treff – Prinzipien un-
 sere Betreuung · Info: 0228 97 37 95 28.

Meys Fabrik, Hennef

10 - 18 Uhr • Hennefer Demenz-Fachtag
 2015 mit Vorträgen und Infoständen · Info:
 02242 888-566, 02248 44 54 26.

**Schluckambulanz im
 MVZ Troisdorf-Sieglar**

11 - 12 Uhr • Störung der Nahrungsaufnah-
 me bei Menschen mit Demenz · Info: 02241
 - 48 85 89. Anmeldung erforderlich.

Sankt Antonius Haus, Siegburg

M4 - 17 Uhr • Gartenbezogene Tätigkeiten
 mit dementiell erkrankten Menschen · Info:
 02241 389-604.

Kurhaus am Park, Hennef

ab 15 Uhr • Clowns für Demente – Lachen
 ist die beste Medizin · Info: 02242 88 06-
 625.

**Kunst- und Ausstellungshalle
 der BRD, Bonn**

ab 15 Uhr • Spurensuche · Petrit Halilaj.
 She, fully turning around, became terres-
 trial. Info: 0228 91 71-278. Anmeldung
 erforderlich. Kostenbeitrag 7 Euro.

Johanniterhaus Bad Godesberg

15 - 17 Uhr • Musikalischer Nachmittag für
 Menschen mit Demenz und ihren Angehö-
 rigen · Info: 0228 82 04-446.

Altenheim Herz-Jesu-Kloster, Bonn

ab 15.30 Uhr • „Farben im Kopf“ – Kre-
 ativnachmittag · Die Farbe Orange. Info:
 0228 97 19 7-296.

Kreishaus Siegburg

16 - 19 Uhr • Ärztefortbildung „Heraus-
 forderung Demenz“ · Info: 0228 77 64 67,
 02203 36 91 11 171, 02241 13 30 43.
 Anmeldung erforderlich.

Kursana Villa Bonn

17 - 18 Uhr • Workshop „Humor bei
 Demenz“ · Info: 0228 32 96-0.

Haus der Bildung, Bonn

18 - 20 Uhr • Von der Haushaltshilfe bis
 zum Pflegeheim · Hilfsangebote für Men-
 schen mit Demenz in der Region Bonn/
 Rhein-Sieg. Info: 0228 77-3631.

**Lebenshof Alfter, Tagespflege,
 Alfter-Nettekoven**

ab 18.30 Uhr • Tagespflege und Wohnge-
 meinschaften · Info: 02226 1580-0.
 Anmeldung bis zum 18.9. erforderlich.

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

ab 18 Uhr • „Bedürfnisse erkennen – Wün-
 sche formulieren – Vereinbarungen tref-
 fen“ · Vortrag über die Möglichkeiten von
 Betroffenen, ihre Vorstellungen bis in die
 letzten Stunden das Geschehen zu steuern.
 Info: 0228 96 54 47.

Donnerstag, 24.09.2015

**Alten- und Pflegeheim
 Schloss Merten, Eitorf-Merten**

10.15 - 11.15 Uhr • Begegnung zwischen
 Alt und Jung · Fotoausstellung und Besuch
 der Kindergartenkinder „Mertener Schloss-
 gespenster“. Info: 02243 86-252.

Tanzhaus Bonn, Bonn-Beuel

14.30 - 16 Uhr • „Wir tanzen wieder“ –
 Tanznachmittag · Info: 0228 68 83 840.
 Kosten: Unkostenbeitrag 5 Euro.

**Gerontopsych. Ambulanz
 St. Johannes Hospital, Bonn**

ab 14.30 Uhr • Arbeit in der Migrationsam-
 bulanz der LVR-Klinik Bonn ·
 Info: 0228 701-7202.

**14.30 - 15.15 Uhr • „Demenz ohne Be-
 wegung“ – Sozialer Rückzug und dessen
 Ursachen · Info: 0228 701-7202.**

Wilhelmine-Lübke-Haus, Bonn

ab 15 Uhr • Tanzcaféchen
 Info: 0228 97 857-0.

Haus Elisabeth, Troisdorf

ab 15 Uhr • Eine Reise durch die 50er und
 60er Jahre – Musik und Bilder · Info: 02241
 97 38 18 100. Anmeldung erforderlich.
 Kostenbeitrag 5 Euro.

**Gerontopsych. Ambulanz
 St. Johannes Hospital, Bonn**

15.15 - 15.45 Uhr • Alles vergessen? – Die
 Spätfolgen von Traumata bei Demenz ·
 Info: 0228 701-7202.

LVR-Landesmuseum, Bonn

ab 15.30 Uhr • „Die keltische Fürstin“ ·
 Führung für Menschen mit Demenz (und
 Begleitung) durch das LVR-Landesmuseum
 Bonn. Info: 02234 99 21-555. Anmeldung
 erforderlich. Kostenbeitrag 5 Euro.

**Gerontopsych. Ambulanz
 St. Johannes Hospital, Bonn**

16 - 17 Uhr • Hilfsangebote und Leistungs-
 ansprüche bei Demenzerkrankungen · Info:
 0228 701-7202.

**Ev. Altenzentrum „Haus am
 Redoutenpark“, Bad Godesberg**

ab 16 Uhr • „Humor“ – Ein kreatives
 „Lebens“-mittel und Demenzcafé
 Info: 0228 36 752-0.

**Haus Elisabeth Altenheim,
 Niederkassel**

16 - 18 Uhr • Umgangsmöglichkeiten
 mit demenzkranken Menschen
 Info: 0228 94 91-300.

**DRK-Seniorenhaus Steinbach,
 Bonn-Mehlem**

ab 16 Uhr • Glauben erleben für Menschen
 mit Demenz · Evangelischer Gottesdienst,

anschl. gemeinsames Kaffeetrinken.

Info: 0228 36 98-112.

AOK Rheinland/Hamburg, Siegburg

ab 17 Uhr • Leben mit Demenz –
 Entspannung · Info: 02241 88 05-36.

**Tagespflege Maria Hilf,
 Bornheim-Roisdorf**

ab 18.30 Uhr • „Was wollen Sie eigentlich
 von mir?“ · Wie können wir die Kommu-
 nikation mit Menschen mit Demenz ent-
 spannter gestalten? Info: 02222 70 91 77.

**Ev. Kirchengemeinde,
 Neunkirchen-Seelscheid**

ab 19 Uhr • „Wenn das Leben sich erfüllt
 – Möglichkeiten einer guten Sterbebeglei-
 tung“ · Info: 02245 61 80 90.

Freitag, 25.09.2015

LeA-Treff, Bonn-Beuel

10 - 12 Uhr • Ganzheitliches Gedächtnis-
 training – Körper-Geist-Seele · Info: 0228
 97 37 95 28.

Kursana Villa Bonn

10.30 - 12 Uhr • Eröffnung der Vernissage
 „Bilder aus der Kunsttherapie“ · Info: 0228
 32 96-0. Anmeldung erforderlich.

**Azurit Seniorenzentrum
 Altes Kloster, Much**

ab 15 Uhr • „Zu Hause wohnen bleiben –
 auch mit Demenz“ · Möglichkeiten der Um-
 gestaltung von Haus und Wohnung. Info:
 02241 86 68 57-12, 02245 68 21.

**VHS Troisdorf und Niederkassel,
 Troisdorf**

15 - 16.30 Uhr • „Ein Abschied auf Raten“
 – zunehmende Verluste bei Demenz in der
 Beziehung · Info: 02241 87 44 90. Anmel-
 dung erforderlich. Kostenbeitrag 5 Euro.

Kath. Bildungswerk Bonn

15.30 - 20.15 Uhr • Dazugehören · Chan-
 cen und Herausforderungen für demenz-
 sensible Kirchengemeinden. Vorträge und
 Workshops. Info: 0228 42 97 90. Anmel-
 dung erforderlich.

DRK Tagespflege, Niederkassel

9 - 16 Uhr • Tag der offenen Tür · Fortbil-
 dung, Austausch mit pflegenden Angehöri-
 gen. Info: 02208 92 82 20.

Seniorentagespflege, Siegburg

10 - 16 Uhr • Offene Tür in der Senioren-
 tagespflege · Info: 02241 25 04-0.

Berufskolleg Siegburg

10 - 17 Uhr • Bewegung trotz(t) Demenz
 · Fortbildung für Übungsleiter. Info: 02241
 69 060. Anmeldung erforderlich. Kosten-
 beitrag 20 Euro.

**Seniorenzentrum St. Konstantia,
 Königswinter-Oberpleis**

10.30 - 14 Uhr • Validation – Begegnung
 auf Augenhöhe · Vortrag und Workshop.
 Info: 02244 93 31 125. Anmeldung erf.

**ADTV-Tanzschule Lars Stallnig,
 Hennef**

14.30 - 16.30 Uhr • „Wir tanzen wieder“ –
 Der Ball · Info: 02203 36 91 11 170. Anmel-
 dung erforderlich. Kostenbeitrag 8 Euro.

Tagespflege Listner, Hennef

15 - 16 Uhr • „Es war einmal ...“ · Ge-
 schichten und Altbekanntes. Info: 02242
 93 54 20. Anmeldung erforderlich.

Sonntag, 27.09.2015

Kunstmuseum Bonn

2015

BONN·RHEIN-SIEG·NACHBARN

termine

08/09

AWO Bonn-Stadt

montags, 10 - 11.30 Uhr

Computer und Internet für Senioren / Anfänger · Vierwöchiger Computer-Anfängerkurs. Einstieg ist immer jeden ersten Montag im Monat möglich. Unterrichtssprache deutsch oder russisch. Svetlana Tsvetova; 40 Euro (für 8 UStd.).

montags, 12 - 13.30 Uhr

Computer und Internet für Senioren / Anfänger · Vierwöchiger Computer-Anfängerkurs. Einstieg ist immer jeden ersten Montag im Monat möglich. Unterrichtssprache deutsch oder russisch. Svetlana Tsvetova; 40 Euro (für 8 UStd.).

werktags, 15 - 18 Uhr

Internet-Café.

AWO Ortsverein Siegburg

montags, 14 - 18.15 Uhr

Surfen im Internet und Hilfe bei der PC-Nutzung · Hans Waldeck (Leitung); Zwei „Schnupperstunden“ sind für Neueinsteiger kostenlos, danach 1,60 €/Std. Anmeldung unter (02241/916278, außerhalb der Öffnungszeiten unter 02241 382428).

dienstags, 14 - 18.15 Uhr

Surfen im Internet und Hilfe bei der PC-Nutzung · Hans Waldeck (Leitung); Zwei „Schnupperstunden“ sind für Neueinsteiger kostenlos, danach 1,60 €/Std. Anmeldung unter (02241/916278, außerhalb der Öffnungszeiten unter 02241 382428).

donnerstags, 14 - 18.15 Uhr

Surfen im Internet und Hilfe bei der PC-Nutzung · Hans Waldeck (Leitung); Zwei „Schnupperstunden“ sind für Neueinsteiger kostenlos, danach 1,60 €/Std. Anmeldung unter (02241/916278, außerhalb der Öffnungszeiten unter 02241 382428).

Begegnungsstätte CLUB

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 Augustiner Computervormittag für Senioren“ eine Anlaufstelle sein. Frei nach der CLUB-Devise „gemeinsam statt einsam“ lässt sich vielleicht eine Problemlösung finden oder ein hilfreicher Kontakt herstellen. Martin Swidzinski (Referent); Anmeldung erforderlich.

Heinz-Dörks-Haus

dienstags, 14 - 16 Uhr

Offenes Internetcafé – für Senioren und Smartphone-Beratung · Sie erhalten individuelle Unterstützung und Beratung rund um das Thema Internet, PC und Smartphone. Kaffee und Kuchen sind vor Ort erhältlich. Herr Schween

(Dozent); Teilnehmerbeitrag pro Std. 2 Euro. PC-Raum (UG).

Do., 20.8. bis 22.10., 18 - 19.30 Uhr

Computerkurs · Der Kurs richtet sich sowohl an Teilnehmer mit Vorkenntnissen als auch ohne. Im Kurs lernen die Teilnehmer den Umgang mit dem Programm Microsoft Word, Excel und PowerPoint. Kontakt: Herr Kessler (Dozent). Anmeldung erforderlich. Kosten: 50 Euro Kursgebühr (10 Abende). Ort: PC-Raum (UG).

Margarete-Grundmann-Haus

Mo., 3.8. bis Do., 27.8., 15 - 16.30 Uhr

„PC-Kurs für Anfänger, einschließlich Internet und E-Mail“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 86 Euro (für 8 Termine).

Fr., 15.8. und 22.8., 10 - 12 Uhr

„Wie benutze ich ein Mobiltelefon?“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 36 Euro (für 2 Termine).

Do., 3.9. bis Mo., 28.9., 15 - 16 Uhr

„PC-Kurs für Fortgeschrittene, einschließlich Internet und E-Mail“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 86 Euro (für 8 Termine).

donnerstags, 9 - 13 Uhr

InternetCafé · Internet, E-Mail, Textverarbeitung unter fachkundiger Begleitung; 0,50 Euro pro 30 min.

Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

dienstags, 15.15 - 16.30 Uhr

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

Fr., 7.8., 14 - 18 Uhr

Workshop – Fotomontagen mit Photoshop · Nach einer Einführung in Photoshop und einer Beispielmontage sollen Sie Ihre eigenen Montageideen verwirklichen. Voraussetzung: eigenes Notebook mit Photoshop ab Version CS2 und minimale Grundkenntnisse in der digit. Fotobearbeitung. Bitte bringen Sie auch eigenes Fotomaterial für Ihre Montagen mit! Anmeldung erforderlich. Kosten: 7 Euro.

VHS Bonn und Stadtbibliothek

Do., 27.8. bis 1.10., 9 - 12.15 Uhr

Erste Schritte am Computer im Betriebssystem Windows 7 für Ältere (55+) · Ihr Computer ist Ihnen ein Buch mit sieben Siegeln? Sie möchten nicht immer jemanden fragen müssen, wenn der PC mal rum zickt? Dieser Kurs zeigt Ihnen, wie Computer funktionieren. Im Kursentgelt sind Kosten für Lehrmittel

enthalten. Kursnr.: Q5307 Kontakt: Dirk Schwancke (Leitung). Anmeldung erforderlich (0228 77 49 04). Kosten: 120,48 Euro, ermäßigt 92,98 Euro (für 6 Termine). Ort: Haus der Bildung, Raum 2.59.

Mo./Mi., 31.8. bis 9.9., 13 - 16 Uhr

Das neue Windows 8 für wirkliche PC-Anfänger (Teil 1) · Im Teil 1 lernen Sie, wie Windows 8 gestartet und beendet wird, wie mit der Tastatur oder der Maus bzw. dem Touchpad umgegangen wird, was Fenstertechnik ist und wie man sich diese nutzbar machen kann. Voraussetzung: eigenes Notebook mit Windows 8 (kein Tablet-Computer) ist mitzubringen. Bitte achten Sie darauf, dass der Akku Ihres Notebooks ausreichend geladen ist. Kursnr.: Q5310. Kontakt: Helge Neustädter. Anmeldung erforderlich (0228 77 49 04). Kosten: 87,50 Euro, ermäßigt 64,58 Euro. Ort: Haus der Bildung, Raum 2.59.

Mo./Mi./Fr., 21.9. bis 2.10., 13 - 16 Uhr

Das neue Windows 8 für wirkliche PC-Anfänger (Teil 2) · Auf Teil 1 aufbauend werden Sie in diesem Teil lernen, wie Dateien in Ordnern organisiert und verwaltet werden, wie „verlorene“ Dateien ggf. wieder gefunden werden können und welche Möglichkeiten das Internet bietet. Eigenes Notebook mit Windows 8 (kein Tablet-Computer) ist mitzubringen. Bitte achten Sie darauf, dass der Akku Ihres Notebooks ausreichend geladen ist. Kursnr.: Q5340. Kontakt: Helge Neustädter. Anmeldung erforderlich (0228 77 49 04). Kosten: 103,78 Euro, ermäßigt 76,28 Euro (für 6 Termine). Ort: Haus der Bildung, Raum 2.59.

GYMNASTIK/TURNEN

montags, ab 9 Uhr

Yogilates · Elemente von Yoga werden mit Pilates verbunden, besonderes Workout für Körper und Seele, Kursus über 17 Wochen, im ev. Gemeindehaus Niederbachem. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

montags, 9.30 - 10.30 Uhr

Vorbeugung gegen Osteoporose · Anmeldung erforderlich (C. Loef, 0178 35 98 371). *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

montags, 10 - 10.45 Uhr

Sitzgymnastik
Margarete-Grundmann-Haus

montags, 10.30 - 11.30 Uhr

Bewegt älter werden – Gymnastik auf dem Stuhl · Anmeldung erforderlich (C. Loef, 0178 35 98 371). *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

montags und donnerstags, ab 10.30 Uhr

Gymnastik und Sturzprophylaxe *Haus auf dem Heiderhof*

montags, ab 11 Uhr, dienstags, ab 9.30

Uhr, donnerstags, ab 11.45 Uhr

Gymnastik für die Wirbelsäule im Sitzen · In sogenannten Hockergruppen exerzieren wir Gymnastik zur Regulierung des Blutdrucks, für das allgemeine Wohlbefinden, sowie zur gezielten Sturzprophylaxe. *Praxis Lazarev*

montags, 12.45 - 13.30 Uhr

Interkulturelle Seniorengymnastik · Beginn ab 24.8.2015. Kontakt: Natascha Spindler (Leitung). Kosten: 1 € Gebühr pro Veranstaltung. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

montags, ab 17 Uhr

QiGong · Sanfte Bewegungsabläufe, Lebensenergie in Fluss bringen, wirkt positiv auf Herz und Kreislauf, im ev. Gemeindehaus Niederbachem. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

montags, 17 - 18 Uhr

Wirbelsäulengymnastik · Eine rückenstärkende Gymnastik mit Bewegungs- und Körpererfahrung, Koordination und Kondition, Dehn- und Kräftigungsübungen im Stehen und auf der Matte. Kontakt: Gisela Büchmann (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 6,00 € Kursbeitrag. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

montags, ab 18, 19 oder 20 Uhr

Pilates · Ganzheitliches Körpertraining, Verbesserung der Stütz Muskulatur, im ev. Gemeindehaus Niederbachem. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

montags und mittwochs, ab 18 Uhr

Pilates · Ganzheitliches Körpertraining, Verbesserung der Stütz Muskulatur, im Hotel Dahl Niederbachem. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

dienstags, 9 - 11.30 Uhr

Speziell auf ältere Menschen abgestimmte Gymnastikübungen · Kontakt: Diplom-Sportpädagogin Helga Linder (Leitung). Kosten: Teilnahmegebühr 1,50 €. *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

dienstags, 9.30 - 10.30 Uhr

GTV Sturzprophylaxe/Gleichgewichtstraining · Unsicherheit beim Gehen erzeugt Angst vor dem Fallen und ruft eine Festhaltenspannung im gesamten Körper hervor. Geschult und mobilisiert werden Koordination und Reaktion im Stand und im Sitzen. Beginn ab 11.8.2015. Kontakt: Frau Schendzielorz. Kosten: 3 € für Mitglieder, sonst 6 €. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

dienstags, 9.30 - 10.15 Uhr, 10.30 - 11.15 Uhr und 14.15 - 15 Uhr

Gymnastik für Frauen
Margarete-Grundmann-Haus

dienstags, ab 18 Uhr

Konditionsgymnastik · Noch mehr „Power“: Kraft, Ausdauer, Gelenkigkeit und Bewegungskoordination. Gute Grundkondition notwendig. Kursus über 17 Wochen, Turnhalle Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

dienstags, ab 19 Uhr

Powermix Fitness · Verbesserung von Kraft und Ausdauer, gezielte Gymnastik mit Musik, gute Grundkondition vorausgesetzt, Kursus über 17 Wochen, in der Turnhalle Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

mittwochs, 9 - 9.45 Uhr und 10 - 10.45 Uhr

Pilates · Die Pilates-Methode ist ein ganzheitliches Körpertraining, in dem vor allem die tief liegenden, kleinen, aber meist schwächeren Muskelgruppen angesprochen werden, die für eine korrekte und gesunde Körperhaltung sorgen sollen. Beginn ab 12.8.2015. Kontakt: Beatrice Abraham (Leitung, 0228 52 88 01 39). Kosten: 3 € für Mitglieder, sonst 6 €. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

mittwochs, ab 9 Uhr

Pilates · Ganzheitliches Körpertraining, Verbesserung der Stütz Muskulatur, im Familienzentrum Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

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 den Seiten 25/26

Adressen der Anbieter: Seiten 25/26

mittwochs, 9.30 - 10.30 Uhr

Wirbelsäulengymnastik · Anmeldung erforderlich (VfB, 0228 40 36 70). *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

mittwochs, 10 - 11 Uhr

Gymnastik/Turnen · In einer überschaubaren Gruppe werden Übungen der Koordination, der Ausdauer, Kraft und des Gleichgewichtstrainings kombiniert. Die Kosten für dieses Angebot werden unter Umständen teilweise von der Krankenkasse erstattet. Kontakt: Gabriele Roth (Leitung). Kosten: 50 € (10 Termine), bei Rückerstattung durch Krankenkasse entspr. weniger. *Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“*

mittwochs, 16.30 - 17.15 Uhr

Funktionstraining – Veranstaltung der Rheuma-Liga · Kontakt: Katharina Zerwas. Anmeldung bis zwei Tage vor Beginn bei der Rheuma-Liga Bonn (0228 50 81 380). *Begegnungsstätte Mehlem*

mittwochs, ab 19 Uhr

QiGong · Sanfte Bewegungsabläufe, Lebensenergie in Fluss bringen, wirkt positiv auf Herz und Kreislauf, im Familienzentrum Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

donnerstags, 8.30 - 9.15 Uhr, 9.30 - 10.15 Uhr und 10.30 - 11.15 Uhr

Gymnastik für Osteoporose-Betroffene · Anmeldung erforderlich (DRK, 0228 98 31 52). *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

donnerstags, 11 - 12 Uhr

Leichte gymnastische Übungen · Kontakt: Klara Surkova. Anmeldung bis zwei Tage vor Beginn. *Begegnungsstätte Mehlem*

donnerstags, 11 - 12 Uhr

Fit bis ins hohe Alter – Gymnastik auf Matten für Senioren unter autorisierter Leitung · Schwerpunkte: Erhaltung der Beweglichkeit, Steigerung der Konditionen, Muskelaufbau, gezieltes Rückentraining. Ort: Im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74, Köln. *Senioren-Netzwerk Stammheim*

donnerstags, 15.30 - 16.30 Uhr

Abwechslungsreiches Bewegungstraining mit Musik · Die Gymnastik richtet sich auch an Seniorinnen und Senioren ab 50 Jahren, die ihrem Körper mit altersgerechten Übungen etwas „Gutes“ tun wollen. Kommen Sie und nehmen an einer Schnupperstunde kostenlos teil. Kontakt: Gisela Hoffmann (Leitung). Anmeldung bis zwei Tage vor Beginn. Kosten: Bis 9 Teilnehmer 25 Euro, ab 10 Teiln. 20 €. *Begegnungsstätte Mehlem*

freitags, 10 - 11 Uhr

Fit bis ins hohe Alter – Gymnastik für Senioren unter autorisierter Leitung · Schwerpunkte: Erhaltung der Beweglichkeit, Steigerung der Konditionen, Muskelaufbau, gezieltes Rückentraining. Ort: Im Gemeinschaftsraum der GAG, Moses-Hess-Str. 74, Köln. *Senioren-Netzwerk Stammheim*

freitags, 11 - 12 Uhr

Fit bis ins hohe Alter – Sitzgymnastik für Senioren unter autorisierter Leitung · Schwerpunkte: Erhaltung der Beweglichkeit, Steigerung der Konditionen, Muskelaufbau, gezieltes Rückentraining. Ort: Im Gemeinschaftsraum der

GAG, Moses-Hess-Str. 74, Köln. *Senioren-Netzwerk Stammheim*

freitags, 13.30 - 14.30 Uhr

Sitzgymnastik · Durch leichte Übungen im Sitzen wird die Beweglichkeit erhalten. Kontakt: Susanne Arck (Leitung). *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

jeden 1., 3. und 4. Mi., 15 - 16.30 Uhr

DRK-Sitzgymnastik · Durcharbeiten des ganzen Körpers im Sitzen. Kräftigung und Mobilisation der gesamten Muskulatur und des Gleichgewichtes. Kontakt: Ingrid Gahl (Leitung). *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

SPORT/FITNESS

montags, ab 9, 10, 11, 17.15 oder 18 Uhr, dienstags, ab 9 oder 10 Uhr, donnerstags, ab 19 oder 20 Uhr und freitags, ab 16 Uhr

AquaGym im Flachwasser · Sanftes, abwechslungsreiches, effektives Aquatraining. Schwimmkenntnisse nicht erforderlich, im Hotel Dahl Niederbachem. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

montags, 14 - 17 Uhr

Tischtennis · Die Tischtennis-Gruppe freut sich über neue Mitspielerinnen und -spieler. Anmeldung erforderlich. *Begegnungsstätte Mehlem*

montags, ab 18 Uhr

Leichtes Pilates · Speziell für die Altersgruppe 60 plus. Kursus über 17 Wochen, ev. Gemeindehaus Niederbachem. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

dienstags, 16 - 17 Uhr

Parkinson-Gymnastik · Dieser Kursus geht besonders auf die Bedürfnisse und Fähigkeiten der an Parkinson Erkrankten ein. Ziel dieses Angebotes ist es, Verspannungen entgegen zu wirken, die Beweglichkeit zu erhalten und den Betroffenen mehr Lebensqualität zu geben. Sicheres Gehen soll so lange wie möglich erhalten werden. Kontakt: Birgitt Rößler (Leitung). *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

dienstags, 17 - 18.30 Uhr, mittwochs, 10.30 - 12 Uhr und freitags, 15 - 16 Uhr

Rehasport für Schmerzpatienten · Anmeldung erforderlich (VfB, 0228 40 36 70). *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

dienstags, ab 18 oder 19 Uhr

Lachyoga · Die fröhliche Gesundheitsvorsorge und Heilungsunterstützung durch Freude. Kursus über 17 Wochen, Hotel Dahl Niederbachem. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

dienstags, 18.30 - 20 Uhr

QiGong · Anmeldung erforderlich (M. Dietz, 0228 37 61 10). *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

mittwochs, ab 18.45 oder 19.30 Uhr

Aquatic Fitness · Durch Auftriebsgürtel im Wasser schweben, Muskulatur wird gezielt gestärkt, gelockert und gleichzeitig massiert, mit flotter Musik, im Wachtbergbad Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

mittwochs, ab 20 Uhr

Aquatic Fitness · Durch Auftriebsgürtel im Wasser schweben, Muskulatur wird gezielt gestärkt, gelockert und gleichzeitig massiert, mit flotter Musik, im Kurfürstenbad. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

donnerstags, 10.30 - 12 Uhr

vfb Sport in der Krebsnachsorge für Frauen · Für den Heilungsprozess spielt sowohl die körperliche Verfassung der Krebs-Patientinnen als auch der seelische Zustand eine sehr wichtige Rolle. Schon im Krankenhaus gibt es Tipps für anschließende Rehabilitationsmaßnahmen, die vor allem eine schnelle Reintegration der Betroffenen in das Arbeits- und Sozialleben zum Ziel haben. Kontakt: Gerlinde Habenicht (Leitung, Exam. Sportlehrerin). Anmeldung und Informationen beim VfB (0228 40 367-0). *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

freitags, ab 18 oder 18.45 Uhr

Aquatic Fitness · Durch Auftriebsgürtel im Wasser schweben, Muskulatur wird gezielt gestärkt, gelockert und gleichzeitig massiert, mit flotter Musik, im Kurfürstenbad. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

samstags, ab 16 Uhr

Schwimmkurs für Erwachsene · Erlernen von Rücken- und Kraulschwimmen, Kursus über 16 Wochen, im Wachtbergbad Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

TANZEN

montags, 15 - 17 Uhr

Folkloretanz · Kontakt: Hedwig Sundermann (Leitung). Anmeldung erforderlich (Frau Kluckert). Kosten: 2,50 je Teilnehmer. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 14 - 16 Uhr

GTV-Senioren-Folklore-Tanz · Egal in welchem Alter, Tanzen macht Spaß, bringt neue Kontakte und Lebensfreude. Seniorentanz fördert die Beweglichkeit und Konzentration und seine gesundheitsfördernde Wirkung ist anerkannt. Jeder kann mitmachen, ohne Vorkenntnisse, ohne eine/n Partner/in mitbringen zu müssen. Kontakt: Marianne Neubauer (Leitung). Kosten: 2,50 € pro Veranstaltung. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 2. und letzten Mi., ab 15 Uhr

Seniorentanz mit Wally & Heinz Mirgel · Die DJ's Wally & Heinz Mirgel (Mixed Revival Sound), die schon die Gäste der AWO Sankt Augustin-Niederpleis begeistern mit Evergreens & aktuelle Schlager. Kosten: Eintritt 1 Euro, kein Mindestverzehr. *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

jeden 4. Do., 17 - 19 Uhr

Tanztee im Nachbarschaftstreff – „Zum Tanzen ist man nie zu alt!“ · 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 Bonn-Pennenfeld*

MEDITATION

montags, 15.30 - 17 Uhr und 17.30 - 19 Uhr

Hatha-Yoga · Anmeldung erforderlich (DRK, 0228 98 31 52). *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

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. Kontakt: Marielle Platiel (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 5,00 € Teilnehmerbeitrag. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 10.15 - 11.30 Uhr

QiGong für Fortgeschrittene · QiGong, chinesische Meditation, Konzentration- und Bewegung von Körper und Geist. Fit bleiben, Ruhe finden, Energie tanken. Kontakt: Marielle Platiel (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 6,00 € Teilnehmerbeitrag. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

donnerstags, 15 - 16.30 Uhr

Eutonie – Aktiv zur Ruhe kommen · Kontakt: Ruth Weinreiß (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 5,00 € Teilnehmerbeitrag. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

freitags, 19 - 21 Uhr

Yoga für Frauen in persischer Sprache · Körper und Seele werden in Einklang gebracht, jedoch nicht am letzten Freitag im Monat. Kontakt: Azam Piroozram (Leitung). *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

WANDERN

montags, 10 - 11 Uhr

„Nordic Walking – schonende Ausdauer für Herz und Kreislauf“ · Gemeinsam erleben wir diese neue Art des Gehens. Bitte bringen Sie Wander-/Sportschuhe, Handschuhe, Stöcke und gute Laune mit. Wir gehen ca. eine Stunde. Die Teilnahme erfolgt grundsätzlich auf eigene Gefahr. Anmeldung erforderlich. *Begegnungsstätte „CLUB“, St. Augustin*

donnerstags, ab 9 Uhr

Nordic Walking für Anfänger · Sanftes Ganzkörpertraining mit maximalem Übungseffekt, Kursus über 17 Wochen. Anmeldung erforderlich. Ort: Treffpunkt am Parkplatz zwischen Gimmersdorf und Villip. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

14-tägig freitags, ab 11.30 Uhr

Wanderung (ca. 5 km) *Margarete-Grundmann-Haus*

jeden 2. Mi., ab 9 Uhr

Wanderung · Ab 9 Uhr mit Manfred Wolniak, 12 - 15 km. Ab 9.30 Uhr mit Monika Metzger, 6 - 8 km. Anmeldung erforderlich. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

GARTENPFLEGE

montags, ab 10.15 Uhr

Treffen der Gartenfreunde · Gartenfreunde zur Unterstützung der Gruppe sind herzlich willkommen. Kontakt: Ursula Hahn (Leitung). *Haus am Redoutenpark*

SPRACHEN

montags, 9.30 - 11 Uhr

Französisch · Konversationskursus für Interessierte mit guten Französischkenntnissen. Wir behandeln vor allem aktuelle gesellschaftliche, politische und kulturelle Themen. Kontakt: Michèle Mickisch-Marconnot (Leitung). Kosten: Kursgebühr auf Anfrage. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

montags, 10 - 11.30 Uhr

Spanisch für Fortgeschrittene · Bitte anmelden. *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

dienstags, ab 10 Uhr

Englisch-Kurs · Anmeldung erforderlich (über VHS Bonn). *Haus auf dem Heiderhof*

dienstags, 10 - 11.30 Uhr

Spanisch für Fortgeschrittene · Bitte anmelden. *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

mittwochs, 10.15 - 12.15 Uhr

Cercle Français · In diesem Kursus können Sie Ihre Sprachkenntnisse auffrischen und erweitern; hierzu wird das Savoir-vivre gepflegt. Kontakt: Herr Hilgert (Kursusleiterin). Anmeldung erforderlich. Ort: Besprechungszimmer (EG). *„Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner*

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. Kontakt: Herr Hüllen (Kursusleiter). Anmeldung erforderlich. Ort: Besprechungszimmer (EG). *„Heinz-*

Rheinischer Kultursommer

BO.SOM.KINO

6. bis 16. August 2015

31. Internat. Stummfilmtage

Einlass ab 19 Uhr
Filmbeginn bei
Einbruch der Dunkelheit

Arkadenhof der
Universität Bonn
Regina-Pacis-Weg 3
53113 Bonn

montags, ab 18.15 oder 19 Uhr

Aquatic Fitness · Durch Auftriebsgürtel im Wasser schweben, Muskulatur wird gezielt gestärkt, gelockert und gleichzeitig massiert, mit flotter Musik, im Wachtbergbad Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

montags und mittwochs, ab 19.30 Uhr

AquaGym im Flachwasser · Sanftes, abwechslungsreiches, effektives Aquatraining. Schwimmkenntnisse nicht erforderlich, im Wachtbergbad Berkum. Anmeldung erforderlich. *Schwimmgemeinschaft Wachtberg-Godesberg*

Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner

mittwochs, 15.30 - 17 Uhr

English Conversation I · In diesem Kursus werden aktuelle Themen besprochen sowie die Grammatik vertieft, um Ihre Englischkenntnisse zu erweitern. Kontakt: Frau Koenemann (Kursusleiter). Anmeldung erforderlich. Ort: PC-Raum (UG). „Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner

donnerstags, 10 - 11.30 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? Herr Hüllen unterstützt Sie dabei, Sprechhemmungen abzubauen und Schritt für Schritt zu einem alltagsrelevanten Wortschatz in englischer Sprache zu gelangen. Kontakt: Herr Hüllen (Kursusleiter). Anmeldung erforderlich. Ort: Besprechungszimmer (EG). „Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner

donnerstags, 11 - 12.30 Uhr

Cours de Conversation Française II · Alltagsthemen sowie politische und literarische Themen werden besprochen. Kontakt: Frau Ley (Kursusleiterin). Anmeldung erforderlich. Ort: Kaminzimmer (EG). „Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner

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. Kontakt: Frau Hansen (Kursusleiterin). Anmeldung erforderlich. Ort: Besprechungszimmer (EG). „Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner

freitags, 10 - 12 Uhr

Cours de Conversation Francaise I
In entspannter Atmosphäre unterhal-

ten wir uns in französischer Sprache über gemeinsam ausgewählte Themen. Der Kursus richtet sich an Interessierte mit Vorkenntnissen. Kontakt: Frau Hansen (Kursusleiterin). Anmeldung erforderlich. Ort: Besprechungszimmer (EG). „Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner

jeden 2. und 4. Di., ab 15 Uhr

Englische Konversation AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

SCHREIBEN

14-tägig dienstags, ab 15.30 Uhr

„Kreative Schreibgruppe“ · Anmeldung erforderlich. Haus auf dem Heiderhof

dienstags, 19.30 - 21 Uhr

Kreative Schreibwerkstatt Bonn · Schreiben interessanter Texte, Briefe, Geschichten, Gedichte, der Phantasie Raum geben, sprachliche Fähigkeiten erweitern. Kontakt: Monika J. Mannel (Leitung). Kosten: 40 € (10 Abende). Offene Tür Dürrenstraße e.V.

donnerstags, 10.30 - 12 Uhr

Abenteuer Schreiben · In die Welt der Phantasie eintauchen und die Freude am Spiel mit den Worten finden. Kontakt: Marita Bagdahn (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 6,00 € Teilnehmerbeitrag. Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“

freitags, 18.45 - 21.30 Uhr

MAN(N) schreibt · Hans-Reiner Hühner lädt männliche Gäste zur Entdeckung ihrer eigenen Kreativität in einem Raum ohne Wertung. Das intuitive Schreiben fördert den künstlerischen Prozess, es verbindet beide Hirnhälften miteinander und erlaubt so einen tieferen Einblick in die ganz eigenen persönlichen Lebens Themen. Termine bitte in der Einrichtung erfragen. Kosten: 13 € pro Abend (Schnupperstunde ist möglich). Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“

GEDÄCHTNISTRAINING

montags, ab 10 Uhr

Gedächtnistraining Haus auf dem Heiderhof

LITERATUR

montags bis donnerstags, 11 - 16.30 Uhr, freitags 11 - 15 Uhr

Bücherbasar AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

donnerstags, 14.30 - 16.30 Uhr

Treffen des Literaturkreises · Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen! Kontakt: Dr. Eberhard Teicher (Leitung). Anmeldung erforderlich. Begegnungsstätte Mehlem

jeden 1. Mo., 10.30 - 12 Uhr

Literaturkreis · Es werden kurze und längere Texte gelesen und besprochen. Kontakt: Dr. Helmut Löns (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 2,50 € pro Teilnehmer. Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“

jeden 3. Do., ab 19.30 Uhr

Literatur Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

PHILATELIE

jeden 1. Do., 13.30 - 17 Uhr

Treffen der Philatelisten · Anmeldung erforderlich. Begegnungsstätte Mehlem

GESELLSCHAFTSSPIELE

montags, 13 - 17 Uhr

Schachkreis Margarete-Grundmann-Haus

montags, 13 - 18 Uhr

Rommé · Lediglich unterbrochen von einer kleinen Kaffeepause. Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“

montags, 13.30 - 17.30 Uhr

Bridge · Die Bridge-Gruppe heißt neue Mitspielerinnen und -spieler herzlich willkommen. Anmeldung erforderlich. Begegnungsstätte Mehlem

montags, 14 - 17 Uhr

Schach · Spieler und Spielerinnen mit unterschiedlichem Spielniveau. Offene Tür Dürrenstraße e.V.

montags, 14 - 17 Uhr

Skat · Gemeinschaft und regelmäßiges Gehirntraining tragen entscheidend zu einem zufriedenen und gesunden Leben bei. So viel ist durch die Alters- und Hirnforschung erwiesen. Anmeldung erforderlich. Begegnungsstätte „CLUB“, St. Augustin

montags, 15 - 18 Uhr

Rommécup und andere Spiele AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.

montags, 15 - 17 Uhr

Gesellschaftsspiele/Rummy-Cup Offene Tür Dürrenstraße e.V.

dienstags, 13.30 - 17 Uhr

Skatrunde · Spielen Sie mit gleichgesinnten Menschen in unserer gemütlichen Begegnungsstätte eine Runde Skat. Getränke können Sie zum kleinen Preis bei den Mitarbeiterinnen der Begegnungsstätte erwerben. Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“

dienstags, 14 - 17 Uhr

Schach für Könner und solche, die es werden möchten · Gemeinschaft und regelmäßiges Gehirntraining tragen entscheidend zu einem zufriedenen und gesunden Leben bei. So viel ist durch die Alters- und Hirnforschung erwiesen. Anmeldung nicht erforderlich, aber bitte pünktlich sein!. Begegnungsstätte „CLUB“, St. Augustin

dienstags, 14 - 18 Uhr

Offener Spieletreff
Margarete-Grundmann-Haus

dienstags, 14 - 17 Uhr

Spielnachmittag – Rummikub, Canasta, Mensch-ärgere-dich-nicht etc. · Auch hierzu laden wir ganz herzlich neue Spieler ein. Sie kennen die Spiele nicht? Macht nichts! Sie können sie bei uns lernen. Anmeldung erforderlich. Begegnungsstätte Mehlem

dienstags, 14.30 - 17 Uhr

Schach · Die Schach-Gruppe erwartet freudig neue Mitspieler (auch Anfänger). Anmeldung erforderlich. Begegnungsstätte Mehlem

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. Kontakt: Dr. Matthias Koch (Leitung). Tenten - Haus der Begegnung

Rheinischer Kultursommer
35. Siegburger Stadtfest
Marktplatz, Fr., 28. - So., 30.8.2015
Die beste Party in der Region. Live Acts auf drei Bühnen – ganz Siegburg feiert!
www.siegburgerleben.com

mittwochs, ab 14 Uhr

Bingo AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg

14-tägig mittwochs, ab 15 Uhr

Doppelkopfrunde CBT-Wohnhaus St. Markusstift

donnerstags, 9.30 - 11 Uhr

Bridge für Anfänger mit Vorkenntnissen · Herr Peter (Leitung und Anmeldung: 02224/941732). Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

Adressen der Anbieter: Seiten 25/26

Rückenschmerzen

im Bett vermeiden?

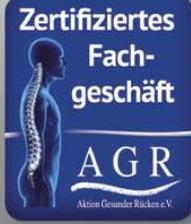


Schlafsysteme

mit Körpervermessung!



Vereinbaren Sie gerne einen kostenlosen Beratungstermin

Zertifiziertes Fachgeschäft




Berliner Freiheit 7
53111 Bonn
0228 - 96 15 83 40

Hohenzollernring 103
50672 Köln
0221 - 788 79 799

www.aunold.de

donnerstags, 11.5 - 12.35 Uhr

Bridge für Anfänger mit soliden Vorkenntnissen · Herr Peter (Leitung und Anmeldung: 02224/941732). *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

14-tägig donnerstags, 14.30 - 16 Uhr

Canasta (neue Gruppe)
Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

14-tägig donnerstags, ab 15 Uhr

Kniffelrunde CBT-Wohnhaus St. Markusstr.

donnerstags, ab 16 Uhr

Schnuppertunier des Bridge Clubs · Herr Peter (Leitung und Anmeldung: 02224/941732). *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 19.15 - 20.45 Uhr

Bridge für Anfänger ohne Vorkenntnisse · Herr Peter (Leitung und Anmeldung: 02224/941732). *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

donnerstags, 19.30 - 22 Uhr

Doppelkopfrunde · Kontakt: Herr Müller-Kulmann (Leitung). *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

freitags, ab 14 Uhr

Skat und Spiele spielen – mit Kaffee und Kuchen *AWO Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

freitags, 14.30 - 16.30 Uhr

Kartenspiel · In fröhlicher Atmosphäre wird Rommé gespielt. Kontakt: Habiba Osmani (Leitung). *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

freitags, 15 - 16 Uhr

Bingo *Seniorenzentrum Theresienau*

freitags, 15 - 17 Uhr

Canaster *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

freitags, 15 - 17 Uhr

Bridge *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1. und 3. Mo., 19 - 21.30 Uhr

Skat *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 2. Mo., ab 16 Uhr

Sommerzeit gleich Gartenzeit – Spielen in geselliger Atmosphäre *Haus auf dem Heiderhof*

jeden 2. und 4. Mo., 17 - 18.30 Uhr

Schach – Spielen und gemeinsam Lernen *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 2. und 4. Di., 15 - 18 Uhr

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

jeden 1. und 3. Mi., 19 - 22 Uhr

Offener Spielabend *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 3. Di., 15.30 - 17 Uhr

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

jeden 3. Do., 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 Bonn-Pennenfeld*

MALEN

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. Kontakt: Leitung der Gruppe ist Frau Anna Schneider und Herr Dieter Draht. Anmeldung erforderlich. *Begegnungsstätte Mehlem*

montags, 16.30 - 18 Uhr

Kreativ-Werkstatt – Erlernen und Erweitern von Techniken · Kontakt: Margarete Schulz. Kosten: 35 € Kursgebühr (5 Nachmittage). *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

Gesundheits-, Wellness- und Fitnessmesse

sieburg gesund

Öffnungszeiten
Sonntag, 20.9.2015
von 10 - 17 Uhr;

Eintritt frei

Rhein-Sieg-Halle,
Bachstraße 1
53721 Sieburg

montags, 17.30 - 18.30 Uhr

Tusche-Malen (offene Gruppe) · Kontakt: Filiz Schattevoy. Kosten: 5 € pro Nachmittag. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

mittwochs, 10 - 12.15 Uhr

Bleistiftzeichnen · Wie kann ich schnell und einfach zeichnen lernen? Wie soll ich anfangen? Welche Wirkung möchte ich erzielen? Kontakt: Ellen-Görtz-Kokott (Leitung). *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. Jeder arbeitet mit eigenen Materialien und nach eigenen Vorlagen und Ideen. Anmeldung erforderlich. Ort: Großer Saal. *„Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner*

freitags, 14 - 16.15 Uhr und 17 - 19.15 Uhr

Freude am Malen in Öl, Aquarell und Acryl · „Jeder kann malen“, sagt die Leiterin des Kreativkurses der Begegnungsstätte CLUB der Stadt Sankt Augustin und macht mit dieser Aussage auch Menschen Mut, die noch nie gemalt haben. Unter feinfühligem Anleitung gelingt meist schon nach kurzer Zeit ein zufriedenstellendes Ergebnis. Kontakt: Margareta Schulz (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 40 € (für 8 Wochen). *Begegnungsstätte „CLUB“, St. Augustin*

SINGEN

montags, 15 - 16 Uhr

„Froh zu sein, bedarf es wenig“ – Offenes Singen für jedermann · Mit Gitarrenbegleitung. Gesungen werden deutsche Volkslieder. Kontakt: Gisela Knebel und Friedrich Schreyer (Leitung abwechselnd). Anmeldung erforderlich. *Begegnungsstätte Mehlem*

montags, ab 15.30 Uhr

Sing mit! · Volkslieder und Schlager mit Akkordeonbegleitung. *Seniorenzentrum Theresienau*

dienstags, 14 - 16 Uhr

Singkreis · Jeder, der Lust hat, in Gemeinschaft mit musikalischer Begleitung bekannte und neue Lieder zu singen, ist herzlich eingeladen. Besondere Fähigkeiten sind nicht erforderlich. Kaffee und Kuchen werden vor Ort angeboten. Kontakt: Frau Preuss (Kursusleiterin). Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Ort: Großer Saal. *„Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner*

dienstags, ab 16 Uhr

Singkreis „Kurfürstenlerchen“ · Kontakt: Else Stiehl (Leitung). *Haus am Redoutenpark*

dienstags, ab 19.30 Uhr

Kleiner Chor Bad Godesberg · Kontakt: Max Dünkemann (Leitung). Kosten: 12,50 € pro Monat. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

donnerstags, 11.30 - 12.45 Uhr

Seniorenchor für Damen · In unserem Chor werden mehrstimmige Sätze verschiedener Musikrichtungen gesungen. Der Chor freut sich sehr über neue Sängerinnen! Kontakt: Frau Lang (Chorleitung). Ort: Großer Saal. *„Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner*

donnerstags, 15 - 17 Uhr

Singkreis „Volksmusikanten“ *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

freitags, ab 16 Uhr

Singen am Klavier *Haus auf dem Heiderhof*

jeden 1. Di., 16 - 18 Uhr

Singen für Menschen mit Demenz *LeA-Treff*

jeden 4. Di., ab 14.30 Uhr

Treffen der Chorgemeinschaft Rüngsdorf · Kontakt: Oscar Kirchner (Leitung). Anmeldung erforderlich. *Begegnungsstätte Mehlem*

MUSIZIEREN

mittwochs, ab 10.30 Uhr

Musik *Haus auf dem Heiderhof*

jeden 2. und 4. Mo., ab 15.30 Uhr

Hausmusikkreis · Ob Mundharmonika oder ein anderes Instrument, besuchen Sie unsere hauseigene Musikschule. Es werden keine Vorkenntnisse vorausgesetzt. Kontakt: Therese Polus (Leitung). *Haus am Redoutenpark*

THEATER

montags, 10.30 - 12 Uhr

Theatergruppe „Herbst-Zeitlose“ · Die Proben des neuen Theaterstücks „Gerüchte...Gerüchte“ von Neil Simon finden statt. Kontakt: Herr Wichman (Leitung). Anmeldung erforderlich. Ort: Großer Saal. *„Heinz-Dörks-Haus“ - Offene Tür für Pensionäre und Rentner*

HANDARBEITEN

dienstags, 9.15 - 12.15 Uhr

Arbeitskreis Töpfern
Margarete-Grundmann-Haus

dienstags, 13.30 - 16.30 Uhr

Arbeitskreis Porzellanmalen
Margarete-Grundmann-Haus

dienstags und donnerstags, ab 16 Uhr

Handarbeit, Basteln und Kreativität
Haus auf dem Heiderhof

freitags, 15 - 17 Uhr

Handarbeitskreis · Kontakt: Margarete Efting (Leitung). *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1., 3. und 5. Di., 14 - 16 Uhr

„Stricklieseltreff“ · In unserem Handarbeitskreis wird alles vom Pullover, über Socken und Decken gestrickt. Der Kreativität der Teilnehmer ist dabei keine Grenze gesetzt. Auch Gäste mit anderen Vorlieben (wie Häkeln und Sticken) sind willkommen. Das Material muss selber mitgebracht werden. *Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“*

jeden 3. Do., 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. Anmeldung erforderlich für Neulinge. Kosten: ggf. für Material. *Begegnungsstätte „CLUB“, St. Augustin*

Bonn-Dottendorf Sommerfest Domizil am Venusberg So., 23. August 2015 Mit Tanz • Kulinarische Überraschungen • Kleinkunstmarkt

BASTELN

freitags, 15 - 17 Uhr

Handarbeitskreis · Kontakt: Margarete Efting (Leitung). *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

KOCHEN/BACKEN

freitags, 9 - 13.30 Uhr

Edles zaubern für kleines Geld · Gemeinsam mit dem „Gaumenfreudenteam“ können Sie sich selbst mit Ideen einbringen oder viel Wissenswertes lernen. Termine in der Einrichtung erfragen. *Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“*

samstags, ab 16 Uhr

Waffeln oder gemeinsames Backen
Haus auf dem Heiderhof

jeden 2. und 4. Mi., 11 - 14 Uhr

Koch- und Gartentreff für Menschen mit Demenz im Nachbarschaftstreff Pennenfeld. *LeA-Treff*

LESUNG

jeden 2. Mo., ab 16 Uhr

Lesungen / Märchenerzählungen *Haus auf dem Heiderhof*

VORTRAG

14-tägig, montags, ab 13 Uhr

Gesundheitsvortrag: Sturzprophylaxe
Kaiser-Karl-Klinik

21-tägig, dienstags, ab 13 Uhr

Gesundheitsvortrag: Das Kniegelenk
Kaiser-Karl-Klinik

21-tägig, dienstags, ab 13 Uhr

Gesundheitsvortrag: Das Hüftgelenk
Kaiser-Karl-Klinik

21-tägig, mittwochs, ab 13 Uhr

Gesundheitsvortrag: Ernährung bei Osteoporose *Kaiser-Karl-Klinik*

21-tägig, mittwochs, ab 13 Uhr

Gesundheitsvortrag: Herz, Gefäße, Stoffwechsel *Kaiser-Karl-Klinik*

14-tägig, mittwochs, ab 17 Uhr

Gesundheitsvortrag: Info Pflegeversicherung *Kaiser-Karl-Klinik*

14-tägig, donnerstags, ab 13 Uhr

Gesundheitsvortrag: Gesunde Ernährung *Kaiser-Karl-Klinik*

21-tägig, freitags, ab 10 Uhr

Gesundheitsvortrag: Entspannung *Kaiser-Karl-Klinik*

HAND- UND FUSSPFLEGE

werktags

Hand- und Fußpflege · Individuelle Terminvereinbarung. *Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“*

montags und mittwochs

Fußpflege · Nur nach Vereinbarung. Kosten: Mit Bonn-Ausweis ab 65 Jahre kostenlos. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

montags, 8.30 - 12.30 und

donnerstags, 13 - 17 Uhr

Hand- und Fußpflege · Nach Terminvereinbarung (0228 94 93 33-25). Kosten: 13 Euro, mit Bonn-Ausweis ab 65 Jahren kostenlos. *Margarete-Grundmann-Haus*

dienstags, ab 10 Uhr

Fußpflege · Kostenlos für Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren mit Bonn-Ausweis. Bitte bringen Sie eigene Handtücher mit, es werden keine Handtücher vom Haus gestellt! Kontakt: Rolf Oettgen. Nur nach Terminabsprache. *Begegnungsstätte Mehlem*

dienstags und donnerstags,

10 - 15.30 Uhr

Fußpflege · Anmeldung erforderlich. Kosten: 15 € (Bonn-Ausweis Inhaber ab dem 65. Lebensjahr 1x monatlich kostenfrei). *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

FRÜHSTÜCK/BRUNCH

donnerstags, 10 - 12 Uhr

„Fröhliches Frühstück“ · Auf dem Weg in die Stadt, auf dem Rückweg vom Arzt, einfach mal reinschauen. Ob zweites oder erstes, ausladendes oder einfach – hier findet sich für jeden Geschmack das richtige Frühstück: Süß oder Herzhaft mit Vitaminen oder Cholesterin. Anmeldung bis zum Vortag erwünscht. *Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“*

jeden 1. So., 10 - 13 Uhr

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

jeden 4. Fr., ab 8.30 Uhr

Wir laden zum gemeinsamen Frühstück ein
• Anmeldung erforderlich. Kosten: 4,50 €.
Margarete-Grundmann-Haus

MITTAGSTISCH/CAFETERIA

täglich, ab 12.30 Uhr

Mittagstisch • Anmeldung erwünscht.
Seniorenzentrum Theresienau

täglich, 12.30 - 13.30 Uhr

Offener Mittagstisch • Frisch zubereitetes
Drei-Gänge-Menü mit Salat. Anmeldung
erforderlich. *Haus auf dem Heiderhof*

täglich, ab 11.30 Uhr

Mittagstisch • Tiefkühlmenüs können kalt
und warm mitgenommen werden! Ge-
öffnet zum gemütlichen Kaffeetrinken,
Unterhaltung und Kontakte, Möglichkei-
ten zu Gesellschaftsspielen, Billard und
die Bibliothek, mit der Möglichkeit Bücher
auszuleihen. Vorbestellung eine Stunde
vorher. *Begegnungsstätte Mehlem*

werktags, 9 - 17 Uhr

Seniorentreffen • Täglich selbst gebackener
Kuchen. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

werktags, 12 - 13 Uhr

Mittagstisch nach Karte – • Bestellung
täglich 10-11 Uhr. *Tenten - Haus der
Begegnung*

werktags, 12 - 13 Uhr

Mittagstisch • Jeden Mittwoch wird frisch
gekocht! Anmeldung erforderlich. *Nach-
barschaftszentrum Brüser Berg*

dienstags, 11 - 18 Uhr und
donnerstags, 15 - 18 Uhr

**Betreuungsangebot für Menschen mit De-
menz** – • Bei Kaffee und Kuchen Kontakte
knüpfen und neue Menschen kennenler-
nen. *LeA-Treff*

dienstags und donnerstags, 12 - 13.30 Uhr

**Mittagstisch Oase im Pfarrgemeindesaal
Thomas Morus** • Kosten: Mit Bonn-
Ausweis 1,50 Euro, sonst 3 €. *Caritas
Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

dienstags, 14.30 - 16.30 Uhr

Dienstags-Café • gemütliches Beisammen-
sein mit Kaffee und Kuchen. Nach dem
Kaffee trinken folgt ein abwechslungs-
reiches Programm. Kontakt: Renate
Münchow (Leitung). *Caritas Begegnungs-
stätte „Thomas Morus“*

mittwochs, ab 12 Uhr

Mittagessen • Bitte anmelden. *AWO Nach-
barschaftszentrum Bad Godesberg*

donnerstags, 14.30 - 15.30 Uhr

Treff mit Kaffee und Kuchen • An-
schließend kann man noch zum Dia-
vortrag, Bingo, Gedächtnistraining
oder zur Theatervorführung bleiben.
Margarete-Grundmann-Haus

jeden 3. Dienstag, ab 15 Uhr

Erzähl-Café • „Interessante Menschen er-
zählen interessante Geschichten“ *AWO
Nachbarschaftszentrum Bad Godesberg*

jeden 3. Mittwoch, ab 12 Uhr

Mittagstisch • Wir kochen für Sie ein def-
tiges Mittagessen nach Hausfrauenart!
Anmeldung bis zwei Tage vorher (0228
227 42 441). Kosten: 4 € inkl. Nach-
tisch und Kaffee. *Nachbarschaftstreff
Bonn-Pennfeld*

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 Betreu-
ungsgesellschaft für soziale
Einrichtungen mbH

Seniorenhaus Steinbach

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

Carré Am Floßweg

Betreutes Wohnen

Zentral in Bad Godesberg-Lannesdorf



2- u. 3-Zimmer-Wohnungen

45 - 75 m² Wohnflächen
Hochwertige, seniorengerechte
Ausstattung, Aufzug, barriere-
freie Bäder, Betreuung durch AWO

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

Besichtigung nach Vereinbarung.

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

WOHNEN IN GEBORGENHEIT, LICHT UND FARBE.

BETREUT UND GEPFLEGT - IN GUTEN HÄNDEN.

WIR SIND FÜR SIE DA.

WANN IMMER SIE UNS BRAUCHEN.

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

Ihr Ansprechpartner:

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



... sich in guten
Händen zu wissen.



WOHNEN, PFLEGE, SERVICE- ANGEBOTE

**Empfehlenswerte
Einrichtungen
in Bonn**

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

GEPFLEGT ZU HAUSE WOHNEN:

AMBULANTER PFLLEGEDIENST

— 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

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: Mi., 12., Mo., 17., Mo., 24.8.2015,
Di., 1. und Mo., 14.9.2015, jeweils von 16 - 18 Uhr
Wahlkreisbüro, Markt 7, 53111 Bonn, Tel.: 38 76 31 00
claudia.luecking-michel.wk@bundestag.de

Ulrich Kelber, MdB, SPD
Bürgerbüro, 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



Ihr Felix-Reisen-Angebot

DIE DALHEIMER KLOSTERGÄRTEN

„Das Paradies hinter der Mauer“



Eingebettet in ein malerisches Tal, strahlt die Klosteranlage Dalheim vor den Toren Paderborns Ruhe, Kraft, Beständigkeit und Frieden aus – ein einzigartiger Ort! Dalheim war in den vergangenen 800 Jahren mittelalterliches Frauenkloster, Augustiner-Chorherrenstift, Preußische Staatsdomäne und Gutshof. Heute beherbergt es als LWL-Landesmuseum für Klosterkultur ein in Deutschland einzigartiges Museum für klösterliche Kulturgeschichte.

Gut ein Viertel der 7,5 Hektar großen Klosteranlage nehmen die Klostersgärten ein.

Wandeln Sie mit Ihrer kundigen Führerin durch den mittelalterlichen Kräutergarten, durch den ehemaligen Paradiesgarten im Kreuzhof des Klosters und durch den Langen Garten des Klostersvorstehers bis zum barocken Konventgarten. Einst allein den Dalheimer Ordensleuten vorbehalten, werden die Gärten Sie mit einer Fülle von Heil-, Zier-, Nutz- und Symbolpflanzen bezaubern, wie sie seit jeher in Klostersgärten kultiviert wurden.

Mit Ihrer Eintrittskarte haben Sie ebenfalls freien Zugang zum Klostermuseum und zur aktuellen Sonderausstellung „Die sieben Todsünden“, in der erstmals Hochmut, Habgier, Wollust, Zorn, Völlerei, Neid und Trägheit im Fokus einer kulturgeschichtlichen Ausstellung stehen. Durch mehr als 1500 Jahre Kulturgeschichte können Sie hier dem schmalen Grat zwischen Tugend und Laster in die Welt der Versuchungen folgen ...

Mittags haben Sie Gelegenheit, einen Imbiss im Kloster-Brauhaus einzunehmen.

Felix-Reisen Inklusiv-Leistungen:

- Reise im komfortablen 4- oder 5-Sterne-Bus
- Eintritt in die Klosteranlage und in die
- Sonderausstellung
- Führung zur Klostersgeschichte und in den Klostersgärten (90 Minuten, max. 22 Teilnehmer)
- Felix-Reiseleitung

Reisepreis: € 38,- pro Person

Informationen und Buchung: Tel. 0221 - 34 02 88 0

Termine und Abfahrten

Donnerstag, 6.8.2015

- 07.15 Uhr **Köln** Hauptbahnhof,
Breslauer Platz,
Reisebushaltestelle
- 07.45 Uhr **Leverkusen**, Busbahnhof

Dienstag, 11.08.2015

- 07.00 Uhr **Köln** Hauptbahnhof,
Breslauer Platz,
Reisebushaltestelle
- 08.15 Uhr **Düsseldorf** Hauptbahnhof,
Reisebus-Haltestelle
Worringer Str.

Mittwoch, 12.08.2015

- 07.00 Uhr **Bonn** Hauptbahnhof,
Rückseite (Quantiusstr.)
- 07.45 Uhr **Köln** Hauptbahnhof,
Breslauer Platz,
Reisebushaltestelle
- #### Dienstag, 1.9.2015
- 07.15 Uhr **Köln** Hauptbahnhof,
Breslauer Platz,
Reisebushaltestelle
- 07.45 Uhr **Leverkusen**, Busbahnhof

jeden 2. Donnerstag, ab 14.30 Uhr

Frische hausgemachte Waffeln mit Kirschen und Sahne · Kosten: 3 €. *Tenten - Haus der Begegnung*

jeden 3. Mittwoch., 14.30 - 16.30 Uhr

Erzählcafé *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 2. Donnerstag., 15 - 17 Uhr

Kaffee und Kuchen mit Gesang · Erst klönen wir bei Kaffee und Kuchen und ab ca. 15:30 Uhr singen wir mit instrumentaler Begleitung Lieder quer durch das deutsche Liederbuch. Kosten: 2,50 €. *Nachbarschaftstreff Bonn-Pennenfeld*

jeden 2., 3. und 4. Freitag., 12 - 13.30 Uhr

Mittagstisch · selbst gekochte Hausmannskost. Speiseplan im Haus erhältlich oder auf unserer Homepage. Anmeldung erforderlich. Kosten: ab 4 €. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 3. Sonntag., ab 15 Uhr

Sonntagscafé · Unter dem Motto „Gemeinsam den Nachmittag genießen“. Kontakt: Hannelore Herfurth. *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

SENIOREN TREFFEN SENIOREN

jeden 1. und 3. Di., 14 - 17 Uhr

Treffen der Spätaussiedler *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

jeden 4. Di., 14 - 17 Uhr

Treffen ostpreußischer Frauen *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

TAT UND RAT

jeden 3. Fr., 15 - 17 Uhr

Repair Café · Repair Café, das bedeutet reparieren statt wegwerfen! Bei Kaffee und Kuchen können Sie hier defekte Elektrogeräte, kaputte Möbelstücke, Fahrräder etc. fachkundig und kostenlos reparieren lassen. *Nachbarschaftstreff Bonn-Pennenfeld*

ALLGEMEINE BERATUNG

montags, 10 - 12 Uhr und mittwochs, 15 - 17 Uhr

Beratung für Senioren, chronisch Kranke und behinderte Menschen. · An allen anderen Tagen nur nach Terminvereinbarung. Kontakt: Frau Blum. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

montags, 14 - 16 Uhr

Protalberatung für ältere Menschen und deren Angehörige · Zum Beispiel Wohnen im Alter, Unterstützungsmöglichkeiten, Pflege usw.; Ansprechpartnerin Frau Dominic-Bernards. Anmeldung erforderlich. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

montags, 16 - 18 Uhr und donnerstags, 12 - 13 Uhr

Qualifizierte Seniorenberatung · In einem persönlichen Beratungsgespräch erhalten Sie trägerübergreifende Informationen zu finanziellen Hilfen, zu rechtlicher Betreuung, Vollmachten oder Patientenverfügung uvm. Die Beratung ist für Sie kostenlos und kann u.U. auch im häuslichen Umfeld angeboten werden. *Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“*

dienstags, 10 - 11 Uhr und donnerstags, 15.30 - 16.30 Uhr

Bürgersprechstunde der Polizeiinspektion West *Nachbarschaftszentrum Brüser Berg*

dienstags und donnerstags, 15.30 - 17 Uhr

Kostenlose Beratung für Senioren und deren Angehörige · Zu ambulanten und wirtschaftlichen Hilfen, Pflegeversicherung, Wohnformen im Alter, Patientenverfügung, Vollmachten u. rechtliche Betreuungen, Unterstützung bei Antragstellungen und Problemen mit Behörden. *Margarete-Grundmann-Haus*

mittwochs, 11 - 13 Uhr

Hilfestellung beim ausfüllen von Anträgen aller Art. · Kontakt: Herbert Häser. Anmeldung erwünscht. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

donnerstags, 9.30 - 10.30 Uhr und freitags, 9 - 11 Uhr

Beratung durch Frau Marisa Esposito – Für Senioren und ihre Angehörigen · Beratung und Vermittlung von Hilfen bei: Wohnen im Alter, Möglichkeiten einer ambulanten Versorgung, Informationen zu teilstationären und stationären Einrichtungen, Grundsicherung im Alter uvm. Kontakt: Marisa Esposito. Nur mit Terminvereinbarung. *Begegnungsstätte Mehlem*

donnerstags, 16.30 - 17.15 Uhr

Weight-Watchers-Treffen *CBT-Wohnhaus St. Markusstift*

jeden 3. Di., 14 - 15 Uhr

Sprechstunde des Vorsitzenden *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

SELBSTHILFEGRUPPEN

dienstags, ab 19 Uhr

Selbsthilfe Migräne · Kontakt: Ulrike Meis (Leitung). *Tenten - Haus der Begegnung*

14-tägig mittwochs, 17 - 18 Uhr

ZWAR-Zwischen Arbeit und Ruhestand · Soziales Netzwerk im Stadtteil Tannenbusch-Buschdorf mit dem Ziel, gemeinsam alt zu werden. Kontakt: Gregor Bins (Leitung). *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

mittwochs, ab 19 Uhr

Selbsthilfe Alkohol, Medikamente für Angehörige · Kontakt: Kreuzbund e.V. (0228 65 74 08). *Tenten - Haus der Begegnung*

jeden 1. Mo., ab 14.30 Uhr

Treffen pflegender Angehöriger – Pflegende Angehörige treffen sich zum Erfahrungsaustausch · Kontakt: Frau Marisa Esposito (Leitung). *Begegnungsstätte Mehlem*

jeden 2. Sa., ab 15 Uhr

Selbsthilfe für Angehörige von Schädel-Hirn-Verletzten · Kontakt: Renate Kindel (Leitung, Tel.: 02251 12341). Ort: GR OG. *Tenten - Haus der Begegnung*

GESPRÄCHSKREISE

donnerstags, 15 - 17 Uhr

Klaafunde · Kaffee und Kuchen in geselliger Runde. *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1. und 3. Mo., 14 - 16 Uhr

Montagsgespräche · 2 x Schnuppern, dann Mitglied. Ort: Im Seniorenbüro Tat & Rat e. V. *Tenten - Haus der Begegnung*

14-tägig, dienstags, ab 16 Uhr

Herrenrunde · Politik, Kirche, Zeitgeist, Wirtschaft, Weltgeschehen. Gemütliches Beisammensein und Gespräche für Herren! Kontakt: Klaus Stoll (Leitung). *Haus am Redoutenpark*

jeden 3. Mo., 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. Kontakt: Dr. Helmut Löns (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 2,50 € pro Teilnehmer. *Caritas Begegnungsstätte „Thomas Morus“*

jeden 1. Do., 15 - 17 Uhr

Treffen der Senioren der Dt. Ausgleichsbank *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 2. Mi., 15 - 17 Uhr

Treffen der schlesischen Frauengruppe *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1. Fr., ab 10 Uhr

Gesprächskreise · Literarisches Quartett im Wintergarten Anmeldung erforderlich. *Haus auf dem Heiderhof*

jeden 2. Do., 15 - 17 Uhr

Treffen des Eifelvereins (Ortsgruppe Bad Godesberg) *Offene Tür Dürenstraße e.V.*

jeden 1. Fr., ab 15.30 Uhr

Offene Gesprächsrunde · Anja Micorek moderiert aktuelle und interessante Themen. *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

jeden 4. Di., 19 - 20.30 Uhr

Publik Forum · Interessierte Leser diskutieren über unterschiedliche Artikel der Zeitschrift Publik Forum. Kontakt: Dr. Drähne (Referent). Ort: Besprechungszimmer (EG). „Heinz-Dörks-Haus“ - *Offene Tür für Pensionäre und Rentner*

jeden 4. Fr., 10 - 12 Uhr

Älter werden mit Demenz · Angebot für Menschen mit beginnender Demenz. *LeA-Treff*

GASTRONOMISCHE ANGEBOTE

14-tägig, dienstags, bis 19 Uhr

Abendangebot Cafeteria · Mit kulinarischen Angeboten – Kostenbeitrag wird erbeten. *Haus am Redoutenpark*

POLITIK

jeden 1. Di., 15 - 18 Uhr

Informationstreffen · Mit informativen, aktuellen, wechselnden Themen in Zusammenarbeit mit dem Deutschen Bundeswehrverband. *AWO Ortsverein Bonn-Stadt e. V.*

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

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 €**

Ausstellung bis 4. Oktober 2015 geöffnet. In den Foyers und im Restaurant. Täglich von 9 Uhr bis 19 Uhr.

WOLKENWELTEN

FENSTER - ZWISCHEN INNEN- UND AUßENWELT
SURREALISTISCHE FOTOMONTAGEN
VON ANNE HENSGEN



KUNST IN DER KAISER-KARL-KLINIK

Graurheindorfer Str. 137
53117 Bonn



Adressen der Anbieter: Seiten 25/26

AWO Nachbarschafts- zentrum Bad Godesberg

Mo., 3.8., ab 10 Uhr
Fußpflege · Bitte anmelden.

Do., 13.8., ab 13 Uhr

Ausflug nach Ahrweiler · Anmeldung erforderlich.

Mo., 7.9., ab 18 Uhr

Progressive Muskelentspannung · Bitte anmelden.

AWO Ortsverein Bonn- Stadt e. V.

Sa., 1.8., ab 11 Uhr

AWO-Sommerfest · Auch in diesem Jahr organisiert die Männerreih - Bonn-Tannenbusch das beliebte Fest mit vielen Überraschungen. Eintritt frei.

Mi., 16.9., ab 15 Uhr

Schlager aus aller Welt, gesungen von Yulia Parnes · Yulia Parnes, Oper-, Konzert- und Schlagersängerin, wurde in Moskau geboren und absolvierte ein 6-jähriges Studium am Tschaikowski-Konservatorium. Lassen Sie sich von ihr in die Welt der Musik entführen. Eintritt frei.

Mi., 23.9., ab 15 Uhr

Frischer Zwiebelkuchen und Federweisser · Zwiebelkuchen und ein Glas Federweisser, so wird der Nachmittag zum Genuss. Kosten: Zwiebelkuchen pro Stück 1,50 €, Federweisser pro Glas 1 €.

Begegnungsstätte „CLUB“, St. Augustin

Mi., 19.8., 14 - 17 Uhr

Grillfest vor dem CLUB · Kunterbuntes Programm, mit Fassanstich durch Bürgermeister K. Schumacher, Musik und Tanz, Clown Pepe und Verlosung, leckere Steaks, Würstchen, verschiedene Salate. Um rechtzeitige Anmeldung mit zeitgleicher Bezahlung wird gebeten! Pauschalpreis: 12 € inkl alle Speisen und Getränke.

Mi., 9.9., 15.15 - 16.15 Uhr

„Faszination Zeppelin“ · Vortrag von Klaus Huddel. Anmeldung erforderlich.

Mi., 16.9., 15.15 - 16.15 Uhr

Akkordeonduo CLAUDIE · Herbst!! „Wenn die Blätter wieder fallen“. Hans Georg Kabelitz begleitet uns mit Texten und Geschichten zu Federweisser und Zwiebelkuchen. Anmeldung erforderlich. Kosten: für Speisen und Getränke.

Mi., 30.9., 14 - 16.30 Uhr

Erntedankfest im CLUB – Rund um die Zwetschge · Wer kreiert das schönste Zwetschgenmännchen; Zwetschgenkuchen satt, Zwetschgenschnaps/ Likör... musikalisches: Bernd Kühn, es darf getanzt werden. Anmeldung erforderlich. Kosten: 5 € für Kaffee, Kuchen, Wasser, Schnäpschen und Männchen.

Begegnungsstätte „St. Ägidius und St. Jakob“

Mo., 3.8., ab 15 Uhr

Lieder – Leicht wie Sommerwind · Therese Polus spielt für Sie bekannte Operetten und fröhliche Schlager auf dem Klavier. Kosten: Spende erwünscht.

Mi., 19.8., ab 14 Uhr

Sommerreise – „Käse, Crêpes und Kugeln“ · Im Mittelpunkt unseres französischen Nachmittags steht das ebenso gesellige wie unangestregte Boule-Spiel. Wir servieren einen kleinen Salat mit französischem Käse und Crêpes mit karamellisiertem Apfel. Anmeldung bis zum 17.8.

Fr., 21.8., ab 12.30 Uhr

„Gaumenfreuden“ · Ein 3-Gänge-Menü aus der Hand unserer „Meisterköchin“ Frau Schäfer und ihrem Team. Anmeldung bis 18.8. Kosten: 6 € Kostenbeitrag pro Person.

Sa., 22.8., ab 15 Uhr

Liedermacher Gerd Schinkel – „Lieder für Große und Kleine Leute“ · Vom Protestlied für kleine Leute über gesungene Märchen bis zum nützlichen Hinweis für den Alltag reicht die Bandbreite der Lieder. Im Anschluss gibt es selbstgemachte Pizza zum kleinen Preis. Eintritt für das Musikprogramm: Kinder 3 €, Erwachsene: 5 €.

Mo., 24.8., ab 18 Uhr

Musik im Hof: Georg Brinkmann · Klezmer – noch nie gehört?! Diese lebhaft ursprünglich osteuropäische Musik kommentiert, pointiert und begleitet auch hierzulande immer mehr Familienfeste, gesellige Zusammenkünfte und Feierlichkeiten. Und um dieser sehr geselligen Tradition gerecht zu werden servieren wir im Anschluss Kleinigkeiten für „auf die Hand“. Kosten: Eintritt 8 €, ermäßigt 5 €, Verzehrer extra.

Mo., 7.9., ab 15.30 Uhr

Mal eben zu den Nachbarn – Ein Besuch auf dem „Europabalkon-Maastricht“ · Eingeklemmt zwischen Belgien und Deutschland, reizt die niederländische Stadt zudem mit französischen Einflüssen. Kein Wunder, dass die Europäische Union 1992 ausgerechnet hier gegründet wurde. Der Vortrag beleuchtet neben Geschichte und Architektur allerlei unwesentlich Wissenswertes über eine der drei ältesten niederländischen Städte.

Mi., 9.9., ab 15 Uhr

Ich glaub ich hör' nicht richtig! – Informationsveranstaltung zu altersbedingten Hörschwächen · Meist viel zu spät, kümmern sich ältere Menschen um ihre Schwerhörigkeit. Audiologieassistentin Hülya Dogan informiert Sie über unterschiedliche der Schwerhörigkeit zugrunde liegende Erkrankungen, gibt Auskunft zu Behandlungsmethoden und erläutert, wann Schäden irreparabel sind. Kosten: 2,50 € pro Person.

Fr., 11.9., ab 12.30 Uhr

„Gaumenfreuden“ · Ein 3-Gänge-Menü aus der Hand unserer „Meisterköchin“ Frau Schäfer und ihrem Team. Anmeldung bis 8.9. Kosten: 6 € Kostenbeitrag pro Person.

Do., 17.9., 9 - 19 Uhr

Ausflug nach Maastricht · Kosten: bitte in der Einrichtung erfragen.

Mo., 21.9., ab 13 Uhr

„Alles hat ein Ende...“ · Auch diese Grill-saison. Wir nutzen die Gelegenheit, es uns noch einmal auf der Terrasse gemütlich zu machen. Anmeldung bis 14.9. Preis abhängig vom Verzehr.

Bundeskunsthalle

So., 9.8., 11.30 - 14.30 Uhr

GA-Sommergarten Open-Air Konzertreihe: „Cuarteto Argentino“

Di., 18.8., 19 - 20 Uhr

Karl Lagerfeld. Modemethode · Führung mit Rein Wolfs, Intendant der Bundeskunsthalle und Kurator der Ausstellung. Kosten: 4,50 €, ermäßigt 3 €, zzgl. Eintritt.

So., 23.8., 11.30 - 14.30 Uhr

GA-Sommergarten Open-Air Konzertreihe: „LE CLOU“

Do. bis Mo., 27. bis 31.8., ab 19.30 Uhr

Filmnächte auf dem Dach der Bundeskunsthalle · Passend zu den aktuellen Ausstellungen „Karl Lagerfeld. Modemethode“ und „Ärger im Paradies“ werden herausragende Filme mit Bezug zur Mode und zum Garten- und Landschafts-Bühnenbild gezeigt: 27.8. Birdman, 28.8. Victoria, 29.8. Magic in the Moonlight, 30.8. Die Gärtnerin von Versailles, 31.8. Frühstück bei Tiffany. Abendkasse und Einlass ab 19.30 Uhr, Filmstart um 20.30 Uhr. Karten sind im Vorverkauf in der Bundeskunsthalle erhältlich. Reservierung wird empfohlen. Eintrittspreis 10 €, ermäßigt 8 €.

CBT-Wohnhaus St. Markusstift

Di., 4.8., ab 15 Uhr

„Grönland - Der Eisfjord / Westküste“ · Diavortrag mit Bärbel und Richard Grebert

Do., 6.8. und 3.9., ab 9 Uhr

Frauenfriedensmesse mit anschließendem Frühstück der kfd an St. Marien.

Fr., 7.8. und 4.9., 15 - 16.30 Uhr

Markuskaffee für Jung und Alt, Offener Kaffeetreff in gemütlicher Runde · Kosten: Kaffeegedeck 2,50 €.

Fr., 21.8., 10.15 - 11 Uhr

Alt trifft Jung · Generationenübergreifende Aktionen mit Kindern der KGS Burgschule

Mo., 28.9., ab 15 Uhr

Infonachmittag zum Wohnen mit Service mit Hausführung · Anmeldung erforderlich.

Familienbildungsstätte Bonn

Do., 6.8., 18 - 21 Uhr

Vegetarische Spezialitätenküche · Immer saisonal und frisch. So lecker und leicht zuzubereiten, vor allem aber natürlich und gesund! Wir kochen hier mit Bio-Lebensmitteln raffinierte Gerichte ohne Fleisch! Nicht zu vergessen: Kuchen & Desserts, herrlich locker, cremig und leicht! Veranstaltungsnr.: 6605023 Kontakt: Ralf Posiombka (Leitung). Kosten: 34 €, inkl. 18 € Umlagen (4 UStd.). Ort: Küche.

Mo., 17.8. bis 28.9., 18 - 19.30 Uhr

Leben aus der Quelle · Offenes wöchentliches Angebot zur Kontemplation im Alltag. Sie erwartet eine inhaltliche und praktische Hinführung (Sitzhaltung, Atem etc.) und Zeiten zum Üben. Einführungsabend am 31.8., 18 - 20.15 Uhr. Insgesamt 32 UStd. Veranstaltungsnr.: 7305022 Kontakt: Winfried Semmler-Koddenbrock (Kon-

templationsleiter, 0228 96 39 693). Ort: Seminar-Raum 5.

Di., 18.8. bis 29.9., 11 - 12.30 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining · Im Alter steigert körperliches Training nachweislich die Aufmerksamkeit, das Denkvermögen und die Gedächtnisleistung. Deshalb halten regelmäßige, körperliche Bewegung und geistige Anregung auch bis ins höchste Alter hinein fit. Veranstaltungsnr.: 6605268 Kontakt: Gisela Franke-Niemeyer. Kosten: 35 € (14 UStd.). Ort: Seminar-Raum 4.

Di., 18.8., 18 - 21.45 Uhr

Französische Landhausküche – Genießen wie in Frankreich · Wir bereiten eine ländliche Terrine mit grünem Pfeffer als Vorspeise zu, eine Gemüse-Bouillabaisse, ein Poulet baquaise (Hähnchen mit Paprika und Zwiebeln) Kartoffelgratin, Chicoréesalat mit Roquefort, Sellerie und Walnüssen und zum Dessert eine feine Käseplatte und eine Birnen-Mandel-Tarte. Veranstaltungsnr.: 6605063. Kontakt: Theresia Minossi (Leitung). Kosten: 37 €, inkl. 19,50 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Mi., 19.8., 18 - 21.45 Uhr

Südafrikanische Küche · Auch im zweiten Halbjahr möchten wir noch einmal südafrikanisch kochen, denn die Küche Südafrikas vereint das Beste aus drei Kontinenten: Asien, Europa und Afrika. Veranstaltungsnr.: 6605349 Kontakt: Barbara Heinze (Leitung). Kosten: 34,50 €, inkl. 17 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Mo., 24.8. bis 7.12., 10 - 11.30 Uhr

Eutonie, wohl gespannt im Alltag – Für Ungeübte und Geübte · Eutonie bezeichnet eine behutsame Methode, um das richtige Maß zwischen An- und Entspannung im Körper zu finden. So können Menschen jeden Alters und mit unterschiedlichen Befindlichkeiten auch ohne Vorkenntnisse am Eutoniekurs teilnehmen. Veranstaltungsnr.: 6605216 Kontakt: Antje Meincke (Eutoniepädagogin). Kosten: 70 € (28 UStd.). Ort: Seminar-Raum 5.

Mo., 24.8. bis 7.12., 18 - 19.30 Uhr

Eutonie, wohl gespannt im Alltag – Für Ungeübte und Geübte · wie vorab jedoch: Veranstaltungsnr.: 6605217 Seminar-Raum 6.

Mo., 24.8. bis 7.12., 18 - 20.15 Uhr

Schreiben als Kraftquelle (Wild Mind I) – Schreibwerkstatt am Abend für Männer und Frauen · Schreiben, freies Schreiben, befreit uns zu uns selber und zu dem, was wir wirklich sagen wollen. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich, aber auch nicht hinderlich. Veranstaltungsnr.: 7405043 Kontakt: Monika Winkelmann (Poesiepädagogin). Kosten: 108 € (36 UStd.). Ort: Seminar-Raum 1.

Mo., 24.8. bis 7.12., 19.45 - 21.15 Uhr

Eutonie, wohl gespannt im Alltag – Für Ungeübte und Geübte · wie vorab jedoch: Veranstaltungsnr.: 6605218. Ort: Seminar-Raum 6.

Di., 25.8. bis 8.12., 9 - 12 Uhr

Heilsames Schreiben – Schreibwerkstatt für Frauen am Vormittag · Heilsames Schreiben legt den Fokus auf Schreibtechniken und -methoden, die konfliktlösend wirken und damit zu Entlastung, Entspannung und Lebendigkeit führen.

Vorkenntnisse werden nicht erwartet. Veranstaltungsnr.: 7405042 Kontakt: Monika Winkelmann (Poesiepädagogin). Kosten: 144 € (48 UStd.). Ort: Seminar-Raum 1.

Mi., 26.8. bis 18.11., 19.30 - 21 Uhr

Meditatives Tanzen · Das Wort „Meditation“, sinngemäß übersetzt mit „die Mitte einüben“, beschreibt, um was es geht: ruhige oder auch beschwingte Kreisläufe lassen durch ihre strukturierte Form die Bewegung und die Wirkung der Musik die Teilnehmer in die eigene Mitte und zur Ruhe kommen. Bitte bequeme Kleidung und leichte, flache Schuhe mitbringen. Veranstaltungsnr.: 7305025. Kontakt: Gisela Fröbisch. Kosten: 44 € (22 UStd.). Ort: Seminar-Raum 4.

Sa., 29.8., 11 - 14.45 Uhr

Ein vegetarisches Büffet – Die Vielfalt im Spätsommer genießen · In dieser Jahreszeit ist die Auswahl an Gemüse, Kräutern, Obst und Nüssen bunt wie nie und es lassen sich wunderbare Köstlichkeiten für ein köstliches vegetarisches Büffet zaubern. Lassen Sie sich überraschen. Bitte bringen Sie ein Gefäß für Kostproben zum Mitnehmen mit. Veranstaltungsnr.: 6605064. Kontakt: Theresia Minossi (Leitung). Kosten: 33 €, inkl. 15,50 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Mi., 2.9., 17 - 17.45 Uhr

Präventive Beckenbodenschule – Aufbaukurs · Dieser Kurs baut auf die präventive Beckenbodenschule auf und ist zur Unterstützung des selbstständigen Übens und zur Vertiefung einzelner Aspekte der Beckenbodentherapie gedacht. Veranstaltungsnr.: 6605298 Kontakt: Margrit Opitz-Gerigk (Krankengymnastin). Anmeldung bitte nach telefonischer Rücksprache (0228-74 81 203). Kosten: 30 € (12 UStd.). Ort: Seminar-Raum 4.

Mi., 2.9., 18 - 21.45 Uhr

Aurélies „Menu d'amour“ – Nach dem Bestseller: „Das Lächeln der Frauen“ · Angeregt von dem Bestseller von Nicolas Barreau werden wir das verführerische „Menu d'amour“ der Protagonistin Aurélie zubereiten. Nach einer kurzen Vorstellung des Romans bereiten sie folgendes Menü mit (oder auch für ihre/n) PartnerIn zu. Veranstaltungsnr.: 6605364. Kontakt: Barbara Heinze (Leitung). Kosten: 30,50 €, inkl. 13 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Mi., 2.9. bis 30.9., 19.45 - 21.15 Uhr

Lach dich frei · Humor ist der Schwimmgürtel auf dem Strom des Lebens. Hiermit sind Sie herzlich eingeladen, die entspannende, vergnügliche Methode des Lachyoga kennenzulernen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, Socken, ggf. eine Decke für die Endentspannung sowie ausreichend zu trinken mit! Veranstaltungsnr.: 6605276. Kontakt: Kerstin Antje Sprungk (Yogalehrerin). Kosten: 25 € (10 UStd.). Ort: Eltern-Kind-Kursraum 1.

Fr., 4.9., 18.30 - 21.30 Uhr

Atelierlesung bei Egbert Verbeek · Im Atelier von Bildhauer und Maler Egbert Verbeek sind Texte entstanden, die wir Ihnen am Ort ihres Entstehens vortragen möchten. Es lesen: Cäcilia Arenz-Bessel, Eva Grierson, Elisabeth Holz, Brigitta Speicher, Anna Margarethe Löser und Beate Graf. Veranstaltungsnr.: 7405045. Kontakt: Egbert Verbeek,

Monika Winkelmann (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 10 € (4 UStd.). Treffpunkt: Atelier Egbert Verbeek.

Fr., 4.9., 18.30 - 22.15 Uhr

Indisch inspiriertes vegetarisches Essen · In diesem Kurs verbinden wir die deutsche Vollwertküche mit indischen Aromen und Gewürzen und schaffen so neue Geschmackserlebnisse. Veranstaltungsnr.: 6605369 Kontakt: Santa Bit (Leitung). Kosten: 32,50 €, inkl. 15 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Sa., 5.9., 10 - 15.15 Uhr

Ein kunsthistorisch kulinarischer Ausflug mit Paul Gauguin in die Südsee · 1891 fährt Paul Gauguin das erste Mal mit dem Schiff in die Südsee. Wir verfolgen seine Reise in die Südsee. Das Menü wird nach seinen Ideen zubereitet. Auch auf den Marquesas Inseln lädt er mehrmals als Gastgeber zu wunderbaren Essen ein. Schwingen wir den Kochlöffel und

kochen einen dieser Menügänge nach! Veranstaltungsnr.: 6605640. Kontakt: Theresia Minossi (Köchin) und Stefanie Bornheim-Prang (Kunsthistorikerin). Kosten: 44 €, inkl. 16 € Umlagen (7 UStd.). Ort: Küche.

Mo., 7.9., 19 - 22 Uhr

Veganes 5-Elemente-Menü · Wir bereiten ein 5-Elemente-Menü im Erdelement zu, ohne tierische Produkte. Wir kochen mit saisonalen und Bio-Lebensmitteln, die Sie schnell und alltagstauglich umsetzen können und die trotzdem lecker und abwechslungsreich sind. Veranstaltungsnr.: 6605324 Kontakt: Maria Heins (Leitung). Kosten: 31 €, inkl. 17 € Umlagen (4 UStd.). Ort: Küche.

Di., 8.9., 9.30 - 12.30 Uhr

Fit fürs Enkelkind – Säuglingspflege kompakt · In diesem Kurs erhalten Sie einen Einblick in die Säuglingspflege von heute, eine Kinderkrankenschwester

beantwortet Ihre Frage. Veranstaltungsnr.: 6505052. Kontakt: Melanie Engel (Leitung). Kosten: 10 € (4 UStd.). Ort: Säuglingspflege.

Di., 8.9., 19.30 - 20.30 Uhr

Mood Food – Mit der Fünf-Elemente-Ernährung · Sie erfahren an diesem Abend wie Ernährung und Stimmung einander beeinflussen, und wie Sie mit jedem Essen für mehr Ausgeglichenheit sorgen können. Veranstaltungsnr.: 6605328 Kontakt: Inke Kruse (Leitung). Kosten: 5 € (2 UStd.). Ort: Küche.

Do., 10.9., 19 - 21.15 Uhr

„Perfekt um jeden Preis – was erwarten wir eigentlich von uns?“ · Vortrag mit Podiums- und Publikumsgespräch. Jürgen Wiebicke ist freier Journalist und Schriftsteller. Seine Stimme und sein interessiertes Fragen sind durch das Philosophische Radio und die Sendung „Neugier genügt“ im WDR 5

bekannt. Veranstaltungsnr.: 7405052 Kontakt: Michael Probst-Neumann (Moderation). Kosten: 10 € (3 UStd.). Eintrittskartenvorverkauf in der FBS und an der Abendkasse!. Ort: Saal.

Sa., 12.9., 10 - 17 Uhr

Neue Kräfte gewinnen, gesund bleiben – Selbsthilfeübungen für ein gesundes und vitales Leben · Lernen Sie, wie Sie sich entschleunigen können mit praktischen Gesundheitsübungen aus den verschiedensten Systemen. Bitte bequeme Kleidung, warme Socken, eine Decke, ein Kissen und Getränke mitbringen! Veranstaltungsnr.: 6605274. Kontakt: Carola Fuhrmann (Heilpraktikerin). Kosten: 20 € (8 UStd.). Ort: Seminar-Raum 4 und Bewegungs- u. Entspannungsraum.

Di., 15.9., 24.11 und 15.12., 17 - 19.15 Uhr

Was vom Krieg übrig blieb – Spurensuche für Kriegskinder und Kriegsenkel · Erzählen, Teilen und Zuhören vom

Herzen her befreit die Seele. Im Offenen Gesprächskreis Belastungen und Erfahrungen miteinander teilen. Veranstaltungsnr.: 7405041 Kontakt: Monika Winkelmann (Leitung). Kosten: 6 € pro Teilnahme (9 UStd.). Ort: Seminar-Raum 5.

Fr., 18.9., 17 - 21.30 Uhr

Beethovens Kocherey · Wir kochen und speisen nach seinem Gusto und wandeln auf Beethovens Spuren - In Zusammenarbeit mit dem Beethovenhaus. Bevor Sie in der Familienbildungsstätte zum Kochlöffel greifen, inspirieren wir Sie mit musikalischen und erzählerischen Einlagen. Veranstaltungsnr.: 6605339 Kontakt: Theresia Minossi (Leitung). Kosten: 46 €, inkl. 16 € Umlagen (6 UStd.). Ort: Treffpunkt Beethovenhaus, Bonngasse 24-26, Kochkurs in der Lennéstraße 5, Küche.

Kooperationsprojekt vom Familienkreis e. V. und der Freiwilligenagentur Bonn

In unserer modernen Gesellschaft verläuft der Alltag von Familien in immer enger werdenden Zeiteinheiten. Eine von vielen (beruflichen) Anforderungen an Eltern heutzutage ist Mobilität, was unter anderem dazu führt, dass oft verwandtschaftliche Bezüge vor Ort fehlen. Dazu kommt, dass immer mehr Kinder mit nur einem Elternteil leben.

Das Modell „Großfamilie“, in der sich die Mitglieder gegenseitig unterstützen und füreinander da sind, gibt es kaum noch. Mit den Folgen, dass viele Kinder ohne Großeltern aufwachsen, Eltern sich alleine fühlen und der generationsübergreifende Austausch und die damit verbundene Chance, voneinander zu lernen, wegfällt.

Umso bedeutsamer werden bundesweit Paten- und sogenannte Leihomi-Angebote wie das Projekt „Großeltern auf Zeit“. Die Idee ist, dass „Großeltern auf Zeit“ und Kinder sich gegenseitig Zeit schenken, um miteinander spielerisch die Welt des anderen kennenzulernen. Bindungsfähigkeit, gegenseitiges Vertrauen und generationsübergreifender Erfahrungsaustausch werden dabei gefördert.

Leihgroßeltern bieten sich außergewöhnliche Chancen. Sie nehmen (wieder) am Leben und Erleben von Kindern teil, unternehmen gemeinsam mit ihnen schöne Dinge, geben dabei ihre Erfahrungen und ihr Wissen weiter durch Vorlesen, Handarbeit, Werkeln und vieles mehr. Sie entschleunigen den Alltag der Kinder und bleiben selbst dabei „jung“.

Die Freiwilligenagentur Bonn und der Familienkreis e.V. möchte Interessenten dabei bestmöglich unterstützen.

Familienkreis e.V. Bürgergesellschaftliches Engagement in Bonn
Die Elternhelfer

„GROßELTERN AUF ZEIT“ GESUCHT!

Sie haben Zeit? Sie möchten sich für Familien engagieren und die Welt mal wieder aus dem Blickwinkel eines Kindes erleben?

Melden Sie sich bei Eva-Maria Vogler, Freiwilligenagentur Bonn, wenn

- Sie neben Zeit auch Geduld und Spaß an der Freizeitgestaltung mit Kindern haben,
- Sie Wissen und Erfahrungen weitergeben möchten,
- Sie sich vorstellen können, eine Großelternrolle zu übernehmen, auch wenn Sie „jüngeren Datums“ sind.

Organisatorischer Rahmen

1. Sie füllen den Fragebogen von unserer Webseite aus und senden ihn per Post oder per E-Mail (Scan) zurück.
2. Sie werden zu einem persönlichen Gespräch in die Freiwilligenagentur eingeladen.
3. Sie nehmen an einer 1,5-tägigen Schulung teil, in der Grundlagen und Grundhaltung für eine erfolgreiche Tätigkeit als „Großmutter oder Großvater auf Zeit“ vermittelt werden.
4. Sie reichen ein erweitertes polizeiliches Führungszeugnis ein.
5. Wir stellen den Kontakt zu einer passenden Familie her und Ihr Einsatz kann beginnen.
6. Sie haben die Möglichkeit, sich im Rahmen von angeleiteten Treffen mit anderen „Großeltern auf Zeit“ auszutauschen.



© Ana Blazic Pavlovic – Fotolia.com

Wir freuen uns sehr, wenn Sie sich für eine freiwillige Tätigkeit als „Großmutter oder Großvater auf Zeit“ interessieren und auf die Zusammenarbeit mit Ihnen! Ihre Ansprechpartnerinnen

Für interessierte Großeltern:
Eva-Maria Vogler
Freiwilligenagentur Bonn
Rathaus Beuel (4. Etage)
Friedrich-Breuer-Str. 65
53225 Bonn
Tel.: 0228 77 48 48
Fax: 0228 77 47 45
freiwilligenagentur@bonn.de
www.freiwilligenagentur-bonn.de

Für interessierte Familien:
Anja Henkel
Familienkreis e. V.
Tel.: 0228 18 46 42 04
info@familienkreis-bonn.de
www.familienkreis-bonn.de

Weitere Informationen:
www.freiwilligenagentur-bonn.de

Fr., 18.9., 19.30 - 21 Uhr

Palästina vor Augen – Karola Frank aus Beuel auf der Flucht vor den Nazis · Diavortrag von Ruth Schlette, Historikerin, setzt in diesem Vortrag Bruchstücke des Lebens von Karola Frank zu einem Lebensbild zusammen. Veranstaltungsnr.: 5105001. Kontakt: Dr. Ruth Schlette. Kosten: 5 € (2 UStd.). Ort: Seminar-Raum 4.

Sa., 19.9., 10.30 - 13.30 Uhr

Fair-Wöhn Frühstück · Fair in den Tag – sechs Wochen lang ruft TransFair alle Unterstützerinnen und Unterstützer dazu auf, Frühstücke mit Produkten aus Fairem Handel zu veranstalten. Gemeinsam möchten wir weltweit ein Zeichen für mehr Gerechtigkeit setzen. Bitte bringen Sie eine Schürze und einen Behälter für evtl. Reste mit. Veranstaltungsnr.: 6605006. Kontakt: Thersia Minossi (Leitung). Kosten: 21 €, inkl. 7 € Umlagen (4 UStd.). Ort: Küche.

Mo., 21.9., 18 - 21.45 Uhr

Krimi und Kochen · Perfekte Verbrechen und perfekte Menüs gehören zusammen wie Hühnerkeule und Gänsehaut. Bei diesem Menü dreht sich alles ums Wild! Bonner Krimiautorin Judith Merchant liest aus ihren Krimis während wir kochen. Veranstaltungsnr.: 6605331. Kontakt: Mario Müller und Judith Merchant (Leitung). Kosten: 38 €, inkl. 13 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Di., 22.9., 18 - 21.45 Uhr

Aus Pilgersack und Kürbisflasche – Gerichte entlang des Jakobswegs · Auf unseren Tisch kommen Linsengemüse, Menestra, Stockfisch, Huhn in Schokoladensauce und die Tarte de Santiago - Galizische Mandeltorte. Veranstaltungsnr.: 6605189 Kontakt: Annette Hartmann (Leitung). Kosten: 34,50 €, inkl. 17 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Mi., 23.9., 18 - 21.45 Uhr

Fair-Wöhn Menü · Die Faire Woche, die bundesweit größte Aktionswoche zum Fairen Handel, findet in diesem Jahr zum 14. Mal statt. Auch wir laden aus diesem Anlass zu einem informativen und kulinarischen Kochabend ein, um die Vielfalt fair gehandelter Produkte kennen zu lernen. Veranstaltungsnr.: 6605363. Kontakt: Barbara Heinze (Leitung). Kosten: 30,50 €, inkl. 13 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Mi., 23.9., 19 - 21.15 Uhr

Kriegs- und Nachkriegsgeneration zwischen Schuld und Trauma – Spuren in der Gegenwartsliteratur · Die jüngste deutsche Geschichte ist keine ferne Erlebniswelt, sondern selbst für die Nachfahren der Kriegskinder eine erlebte Welt, insofern sie an den erlittenen Traumata, Verlusten und Verbrechen ihrer Vorfahren psychisch Anteil haben. Veranstaltungsnr.: 7405036 Kontakt: Dr. Lydia Koelle (Theologin, Literaturwissenschaftlerin). Kosten: 8 € (3 UStd.). Ort: Saal.

Fr., 25.9., 18.30 - 22.15 Uhr

Indisch Kochen – Gesund und Lecker · Zusammen werden wir Suppe – Dal shorba, Hara Bhara Kebebe – Spinat Frikadellen, Fisch Ambotik, Kozi kari – Hühnchen Curry, Puri, Karotten und Datteln Halwa-Dessert kochen ...alles mit Olivenöl! Veranstaltungsnr.: 6605368 Kontakt: Santa Bit (Leitung). Kosten: 33,50 €, inkl. 16 € Umlagen (5 UStd.). Ort: Küche.

Sa./So., 26./27.9., 10 - 13 Uhr

Wirbelsäulenmassage – Dem Schmerz zu Leibe rücken · Dem körperlichen Befinden angepasste Massage kann Verspannungen lösen, Schmerzen lindern und ein Wohlgefühl erzeugen. Bitte bringen Sie ein großes Handtuch, Massageöl und eine leichte Decke mit. Veranstaltungsnr.: 6605266 Kontakt: Christine Haffmans (Leitung). Kosten: 20 € (8 UStd.). Ort: Seminar-Raum 1.

Sa., 26.9., 10 - 17 Uhr

Dem Herzen lauschen – Übergänge in transpersonale Erfahrungsräume · Das Seminar lädt ein, die Aufmerksamkeit von der äußeren auf die innere Wahrnehmung zu lenken. Wir lauschen auf die leisen Töne, die im Alltag leicht überhört werden. Veranstaltungsnr.: 7305020 Kontakt: Ursula Maria Koppelberg (Heilpraktikerin). Kosten: 16 € (8 UStd.). Ort: Seminar-Raum 5.

Sa., 26.9., 12 - 15 Uhr

Vegetarisches Festmenü · Fleischloser Genuss für die Festtage! Wenn Sie schon immer wissen wollten, wie man ein festliches Menü ohne Fisch und Fleisch zubereitet, dann sind Sie bei diesem Kursus genau richtig! Veranstaltungsnr.: 6605024 Kontakt: Ralf Posiombka (Leitung). Kosten: 35 €, inkl. 19 € Umlagen (4 UStd.). Ort: Küche.

So., 27.9., 10 - 13.45 Uhr

Wohlfühlbausteine – ganzheitlicher Ansatz der Stressbewältigung · Was ist Stress? Wie erkenne ich meine persönlichen Stressauslöser? In diesem Workshop lernen Sie die wichtigen Bausteine für ein ausgeglichenes und leistungsstarkes Wohlfühlgefühl kennen. Bitte bringen Sie bequeme Kleidung, dicke Socken, Decke und Schreibutensilien mit. Veranstaltungsnr.: 6605284 Kontakt: Erika Nietgen (Heilpraktikerin). Kosten: 12,50 € (5 UStd.). Ort: Eltern-Kind-Kursraum 1.

Mi., 30.9., 19 - 20.30 Uhr

Sprechstunde: Heilpraxis · Kursteilnehmer können Fragen zu körperlichen Beschwerden stellen. Möglichkeiten und Grenzen der Selbstbehandlung werden aufgezeigt. Veranstaltungsnr.: 6605270 Kontakt: Christine Haffmans (Leitung). Kosten: 5 € (2 UStd.). Ort: Seminar-Raum 2.

Mi., 30.9., 19 - 21.15 Uhr

GemeinSinn – Was Ihnen und uns allen gut tut · Sie sind nicht allein. Ob es Ihnen nun passt oder nicht: Immer sind Sie auch Teil eines Größeren – eines Gemeinwesens, ohne das es Sie als Individuum nicht gäbe. Aber sind Sie sich dessen auch bewusst? Veranstaltungsnr.: 7405030. Kontakt: Dr. Christoph Quarch (Philosoph). Kosten: 8 € (3 UStd.), Eintrittskartenvorverkauf in der FBS und an der Abendkasse! Ort: Saal.

■ Folk Club

Fr., 4.9.

„Banjo“ mit Dan Walsh (Großbritannien) und Slack Bird alias Dave Kras (Finnland)

■ Gedenkstätte „Landjuden an der Sieg“

Do., 6.8., 18.30 - 19.30 Uhr

Der jüdische Friedhof in Siegburg · Bei dem Rundgang sollen sowohl die Geschichte der jüdischen Gemeinde

als auch einzelne Grabstätten sowie jüdische Bestattungsriten im Allgemeinen vorgestellt werden. Die männlichen Teilnehmer werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen. Treffpunkt: vor dem Friedhofstor, Heinrichstraße.

So., 16.8., ab 14.45 Uhr

Verpaster Frühling – Leben und Sterben der Luise Straus-Ernst (1893-1944) · Vortrag von Dr. Eva Weissweiler, Köln. Die Schriftstellerin und Sachbuchautorin ist ihren Spuren nachgegangen und hat ihre Texte neu entdeckt.

Di., 18.8., 6 - 20 Uhr

Antwerpen – Jerusalem des Nordens · Tagesexkursion mit Dr. Claudia Maria Arndt. Abfahrt: Konrad-Adenauer-Allee, Siegburg. Persönliche Anmeldung im Kreisarchiv erforderlich (02241 13-2928). Kosten: Teilnahmegebühr inkl. Busfahrt und Stadtführung 44 €, ermäßigt für Mitglieder des Fördervereins 39 €.

So., 6.9., ab 18 Uhr

Europäischer Tag der jüdischen Kultur · Die Gedenkstätte „Landjuden an der Sieg“ bietet an diesem Tag ein Konzert mit „The Klezmer Tunes“ in Siegburg an. Die Karten sind im Vorverkauf beim Archiv des Rhein-Sieg-Kreises sowie Restkarten an der Abendkasse zu erhalten. Kosten: Eintritt 10 €, ermäßigt für Mitglieder des Fördervereins 8 €. Veranstaltungsort: Gemeindehaus der Auferstehungskirche, Annostraße 14, 53721 Siegburg.

So., 20.9., ab 14.45 Uhr

Israel, die Palästinenser und das Wasser · Vortrag von Axel Feuerherdt, Köln.

Fr., 25.9., ab 18.30 Uhr

Feste im jüdischen Lebenskreis unter kulinarischen Aspekten: Die Hochzeit · Vortrag und Verkostung mit Dr. Claudia Maria Arndt, Claudia Hess, Annette Hirtzel. Persönliche Anmeldung im Kreisarchiv erforderlich (02241 13-2928). Kosten: Teilnahmegebühr 25 €, ermäßigt für Mitglieder des Fördervereins 20 €. Im Preis enthalten ist ein dreigängiges Menü, Getränke müssen extra bezahlt werden. Veranstaltungsort: Museumscafé Siegburg, Am Markt 46, 53721 Siegburg.

■ Harmonie Bonn

Mi., 23.9., ab 20 Uhr

David Knopfler · Der Gründer und ehemalige Gitarrist von Dire Straits, begleitet von Harry Bogdanov!

Do., 24.9., ab 20 Uhr

Dieter Ilg Trio · „Mein Beethoven“ - Dieter Ilg vervollkommenet mit seinem neuen Album die Sicht auf diesen großen Vertreter der Klassik. Dass Jazz-Adaptionen eine Bewusstseinsweiternde Erfahrung jenseits von schnödem Crossover sein können, hat Ilg schon für Verdi und Wagner bewiesen. In Kooperation mit dem Beethovenfest Bonn.

Sa., 26.9., ab 19.30 Uhr

Tortilla Flat + Last Rebel · Doppelkonzert! Erdige Rock- & Blues-Klassiker treffen auf Southern & Country-Rock!

■ Haus am Redoutenpark

Mo., 10.8. und 14.9., ab 15.30 Uhr

Gesprächskreis Trauer · Ein offener Kreis, zu dem jeder Neue willkommen ist. Eine regelmäßige Teilnahme ist nicht verpflichtend.

Mo., 10.8. und 17.8., ab 16 Uhr

Italienische Opernkomponisten · Gesprächskreis mit Kai Grebert

Do., 13.8., ab 16 Uhr

„Colonia claudia ara agrippinensis – Die Römer am Rhein“ · Diavortrag von Ehepaar Grebert

Do., 20.8., ab 16 Uhr

„Florenz und die Toskana – eine Reise zu Landschaften, Kultur und Kunst“ · Florenz, die Hauptstadt der Toskana, beeindruckt durch ihre prächtigen Bauten und Gärten, die wir in erster Linie der Bankiersfamilie Medici verdanken. Diavortrag von Marianne Neumann.

Sa., 22.8., ab 14.30 Uhr

Sommerfest unter dem Motto „Italienischer Sommer“ · Unter anderem mit dem Hausmusikkreis; mit Mascherata Veneziana; mit dem Akkordeon-Ensemble-Neunkirchen; mit Cinderella (kleines Theatervorspiel); und vielem mehr.

Do., 10.9., ab 16 Uhr

„Die Preußen am Rhein – Die Vollendung des Kölner Domes“ · Vortrag von Hedi Schultze-Rhondorf

Di., 22.9., 9.45 - 17.15 Uhr

Märchen-Marathon · „Als das Wünschen noch geholfen hat...“ Märchen als beliebte Türöffner für Interaktion. Geplant sind, über den Tag verteilt, das Vorlesen im Einzelkontakt, in Kleingruppen und eine gemeinsame Abschlussveranstaltung mit unserem Hausmusikkreis.

Do., 24.9.

Betreuungs-Café – Kontaktpflege über Humor · Betreuung von demenziell erkrankten Angehörigen: Begleitung: Petra Schliebitz, zusätzliche Betreuungskraft; Demenz-Clown Augusta für Menschen mit Demenz, Klinik-Dr. Clown für Erwachsene.

Do., 24.9., ab 16 Uhr

Humor – Ein kreatives „Lebens“-Mittel · Heißt es auch, dass Lachen die beste Medizin ist, so setzen wir dieses zu setzen ein. Hat auch jeder einen Sinn für Humor, so verringert sich dieser bei vielen im Laufe des Lebens. Kontakt: Prof. Dr. Rolf Hirsch (Referent). Ort: Großer Saal (Vortrag und Gespräch).

■ Haus auf dem Heiderhof

Mi., 5.8., ab 12.30 Uhr

Grillen im Rahmen des Offenen Mittagstisches auf der Terrasse

Mi., 5.8., ab 16 Uhr

Diavortrag: „Der Rhein“ – mit B. Goldhausen

Mi., 12.8., ab 16 Uhr

Diavortrag: „Ein Besuch in der Kölner Flora“ – mit H. Grube

Fr., 21.8., ab 16 Uhr

Großes Sommerfest

Mi., 26.8., ab 16 Uhr

Diavortrag: „Dubai“ – mit Dr. J. Rieche

■ Kaiser-Karl-Klinik

Sa., bis 4.10.

Wolkenwelten Fenster – zwischen Innen- und Außenwelt · Selbst geschossene Fotos aus aller Welt bilden die Grundlage der surrealistischen Fotomontagen. Aus diesen Fotos werden dann am Computer mit einem Fotobearbeitungsprogramm Montagen komponiert. Ausstellung noch bis zum 4. Oktober 2015.

Do., 6.8., Mi., 19.8., Do., 3.9. und 17.9., ab 19 Uhr

Bastelabend · Schritt für Schritt erstellen Sie unter netter Anleitung Ihr ganz persönliches Schmuckstück. Mitzubringen ist lediglich die Freude am kreativen Gestalten. (Bastelmaterial gegen geringe Kostenbeteiligung) Kontakt: Bettina Jungmann (Leitung).

Di., 11.8., ab 19 Uhr

Klassisches Gitarrenkonzert · Eine musikalische Zeitreise durch drei Jahrhunderte der Gitarrenmusik mit Herrn Nicoli.

Do., 20.8. und 24.9., 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 30-er Jahren bis heute. Es darf gerne mitgesungen werden!

Di., 25.8. und 29.9., ab 19 Uhr

„Die Verliebten - Märchen rund um die Liebe“ · Jens Gottschalk erzählt Volksmärchen der Weltliteratur für Erwachsene - der Jahrhunderten alten Tradition folgend in freier Form – ausdrucksstark und packend!

Do., 27.8., ab 19 Uhr

Saitenkonzert · Musikalischer Abend mit Vladimir Vinogradov; „er weckt mit seinem altrussischen Saiteninstrument die Faszination der russischen Seele“

Do., 10.9., ab 19 Uhr

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

Mo., 28.9., ab 19 Uhr

„Rheinsommer“ – Lesung mit Hans-Uwe Petersen · Ein alter, verbitterter Mann lernt auf einer Parkbank am Rhein eine junge Frau kennen. Zwischen ihnen entwickelt sich eine ganz eigene, besondere Beziehung. In ihrer bezaubernden Art vermag sie ihn aus seiner Erstarrung zu lösen und er belohnt sie mit ihrem Herzenswunsch. Doch ihr kleines Glück dauert nur kurze Zeit.

■ Karin Schneider GepflegtPfleger

Di., 4.8. und 1.9., 10 - 12 Uhr

AngehörigenCafé · Offener Treff für Angehörige von Menschen mit Demenz mit fachlicher Begleitung. Anmeldung bis 2 Tage vor Termin (0171 83 65 429).

Fr./Sa., 11./12.9. und 25./26.9., 14 - 18.30 Uhr und 9.30 - 13.30 Uhr

Menschen mit Demenz begleiten und sich selbst nicht vergessen · Kursangebot für

Angehörige von Menschen mit Demenz. Kompaktkurs an 2 Wochenenden - auch für Berufstätige. Anerkennung des Kurses im Rahmen der Nachbarschaftshilfe möglich. Eine teilweise Buchung des Kurses ist möglich! Anmeldung bis 30.8. (0171 83 65 429 oder eMail).

■ Katholisches Familienbildungswerk

Mo., 24.8. bis 23.11., 19.30 - 21 Uhr

Meditation in Tanz und Gebärde · Tanzend Kraft und Lebensfreude schöpfen. Erspüren Sie die tiefe Wirkung von Musik, Rhythmus und Symbolik und kommen Sie Schritt für Schritt zur Ruhe, in die Stille, zur eigenen Mitte. Kursusnr.: 7305407 Kontakt: Gudrun Peters (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 42 € Kursgebühr (20 UStd.). Ort: Saal.

Di., 25.8. bis 8.12., 19.30 - 21 Uhr

Meditation in Tanz und Gebärde · Sie lösen sich aus dem Alltag, lassen sich durch den Rhythmus bewegen, erleben Schwingungen, fühlen Freude und kommen zu Ruhe. Kursusnr.: 7305408 Kontakt: Kathlen Simmer (Leitung). Schriftl. An-

meldung erforderlich. Kosten: 58,80 € Kursgebühr (28 UStd.). Ort: Saal.

Mi., 26.8. bis 9.12., 9.30 - 11 Uhr

Beckenbodengymnastik für Frauen jeden Alters · Diese Gymnastik ermöglicht eine gute Wahrnehmung der Beckenbodenmuskulatur und kräftigt diese nachhaltig, z.B. bei Beckenbodenschwäche. Kursusnr.: 6605237 Kontakt: Heike Emons (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 91 € Kursgebühr (26 UStd.). Ort: Saal.

Mi., 26.8., 9.9. und 30.9., 16 - 19 Uhr

Gestalten mit Stoff – Patchwork: Blätterrauschen · Nähkurs: Es werden herbstliche Patchworkblöcke erstellt und zu Decken, Tischläufer etc. zusammengesetzt... Gute Nähkennnisse werden vorausgesetzt. Kursusnr.: 6605272 Kontakt: Geneveva Scheuerer (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 36 € Kursgebühr (12 UStd.). Ort: Raum 1.

Do., 27.8., 19 - 21.15 Uhr

Literatur im Gespräch – Jean Echenoz „Laufen“ · Ein kleiner feiner Roman über den tschechischen Langstreckenläufer Emil Zátopek, gleichzeitig eine Parabel auf das 20. Jahrhundert. Kursusnr.: 7605102

Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 10 € Teilnahmegebühr (3 UStd.).

Do., 27.8., 19.30 - 21.45 Uhr

Sterbehilfe – ein Lebensende in Würde? · Ein gern verdrängtes, aber unumgängliches Thema für jeden von uns: Gesetz zur Sterbehilfe. Diskussionsabend mit Dr. N. Röttgen und Dr. Birgit Jaspers. Kursusnr.: 5405002.

Mo., 31.8. bis 7.12., 8 - 8.45 Uhr, 9 - 9.45 Uhr, 10 - 10.45 Uhr und 17.30 - 18.15 Uhr

Rückenfit · Unser Kurs vermittelt gesundheitsgerechtes Bewegungsverhalten, Ausdauer, Kraft, Dehn- und Koordinations- und Entspannungsübungen. Kursusnr.: 6605274, 6605275, 6605276 und 6605277. Kontakt: Kirsten Komischke-Hennes (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 35 € Kursgebühr (14 UStd.). Ort: Saal.

Di., 1.9. bis 29.9., 17 - 18.30 Uhr

Leichte Atemübungen und ein fröhliches Singen · Für alle, die Spaß am Singen haben oder diesen entdecken möchten. Kursusnr.: 6605261 Kontakt: Amalia Fabrizio (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 30 € Kursgebühr (10 UStd.).

Mi., 2.9. bis 9.12., 18.30 - 19.15 Uhr

Pilates · Dieses Training ist ein sanftes Trainingsprogramm für Körper und Geist. Kursusnr.: 6605278 Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 32,50 € Kursgebühr (13 UStd.).

Fr., 4.9. bis 11.12., 9.15 - 10.45 Uhr

Yoga für Jedermann · In diesem Kurs lernen Sie sich bewusst zu entspannen. Kursusnr.: 6605238 Kontakt: Lutz Reichardt (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 65 € Kursgebühr (26 UStd.).

Fr./Sa., 4./5.9., 13.30 - 18 Uhr und 9 - 12 Uhr

Kursus für pflegende Angehörige von Menschen mit Demenz · Das vermittelte Wissen über die Krankheit soll Sicherheit im Umgang mit dem Erkrankten bringen und die Gestaltung des Alltags erleichtern. Genauso wichtig ist der Austausch untereinander. Im Dialog werden dann jeweils individuelle Lösungsalternativen erarbeitet. Kursusnr.: 6605250 (8 UStd.) Schriftl. Anmeldung erforderlich.

Fr., 4.9., ab 19 Uhr

Vernissage zur Ausstellung: „Feuer trifft Farbe – Plastiken und Textiles“ · Mit Margret Zimpel und Geneveva Scheuerer.

Sa., 5.9., 9.45 - 13.30 Uhr

Sprechtraining für Vorlesepaten · In einer kleinen Gruppe besteht die Möglichkeit, Vorlesen professionell zu üben. Kursusnr.: 7905031 Kontakt: Martin Mölder (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 15 € Teilnahmegebühr (5 UStd.).

Sa./Sonntag, 5./6.9., 14 - 19 Uhr und 11 - 19 Uhr

Ausstellung: „Feuer trifft Farbe – Plastiken und Textiles“ · Mit Margret Zimpel und Geneveva Scheuerer.

Di., 8.9., 19.30 - 21.45

Niki de Saint Phalle Tionguely – „Ein stark verwundetes Herz“ · Lesung in Kath. Öffentl. Bücherei St. Johannes der Täufer, Kolpingstr. 5, 53340 Meckenheim. Es wird das Leben einer schönen und beeindruckenden Frau erzählt. Kursusnr.: 7605123 Kontakt: Stefanie Schröder (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 5 € Teilnahmegebühr (3 UStd.).

Mi., 9.9., 10 - 12.15 Uhr

Philosophischer Gesprächskreis: „Ratlosigkeit“ · Behutsam wird die kulturgeschichtliche und philosophische Bedeutung des Kursstitels vorgestellt. Kursusnr.: 7405093 Kontakt: Markus Melchers (Leitung). Schriftl. Anmeldung

DIE ADRESSEN I.

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. Agidius und St. Jakob“**
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-Sr. 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**
Prinz-Albert-Str. 40, 53113 Bonn, Tel. 02 28 / 92 89 83 70 ag-bonn@rheuma-liga-nrw.de
- 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

- Folk Club Bonn im Haus Müllestumpe**
An der Rheindorfer Burg 22, 53117 Bonn (Graurheindorf), Tel.: 0228 3670150, folkclubbonn@gmail.com
- 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
- „Heinz-Dörks-Haus“ – Offene Tür für Pensionäre und Rentner Bonn**
Joachimstr. 10 - 12, 53113 Bonn, Tel. 02 28 / 38 27 82 3, sbarkowsky@intra-ggmbh.de
- Hermann-Ehlers-Haus**
Schieffellingsweg 27, 53123 Bonn-Duisdorf
- Johanneshospital Bonn**
Kölnstr. 54, 53111 Bonn, Tel. 02 28 / 55 12 56 7
- Johanniterhaus 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 - 512
- 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 Dörenstraße e.V.**
Dörenstr. 2a, 53125 Bonn, Tel. 02 28 / 35 72 20, info@ot-godesberg.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.**
Freidrich 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
- Seniorenresidenz 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

erforderlich. Kosten: 6 € Teilnahmegebühr (3 UStd.).

Do., 10.9. - 29.10., 10 - 11 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining – 50 plus · Fortsetzungskursus für Fortgeschrittene. Kursus mit Gedächtnis- und Koordinationsübungen. Die Teilnehmer erfahren, was für ihr Gedächtnis förderlich ist. Kursusnr.: 7405089 Kontakt: Thea Knaack (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 25 € Kursusgebühr (8 UStd.). Ort: Raum 1.

Fr., 11.9., 15.30 - 20.45 Uhr

Gesprächsführung für Ehrenamtliche und Interessierte · Souveräne Kommunikation in unterschiedlichen Gesprächssituationen. In dieser Fortbildung lernen Sie, Gespräche strukturiert zu gestalten, heikle Gesprächssituationen zu meistern, achtsam zuzuhören, Körpersprache und Stimme zu beachten, sich angemessen abzugrenzen und dabei souverän und authentisch zu bleiben. Kursusnr.: 7905026 Kontakt: Hannelore Gabor-Molitor (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 25 € Teilnahmegebühr (6 UStd.).

Sa., 12.9., 10 - 15 Uhr

Wecke die Kraft in Dir – Grundübungen der Kraft für Krebsbetroffene und chronisch Kranke · Bei den „Grundübungen der Kraft“ handelt es sich um 12 Übungen aus dem Quan Dao Kung Fu, die schon lange erfolgreich ihre Anwendungen im Gesundheitsbereich gefunden haben und uns dabei unterstützen, unsere Kräfte zu entfalten und in unser Leben einzubringen. Kursusnr.: 6605268 Kontakt: Leo Leismann-Gerhards (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 10 € Kursusgebühr (6 UStd.).

Mo., 14.9. bis 2.11., 10 - 11 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining – 50 plus · Für Einsteiger. Das Motto: Training hilft – Spaß motiviert! Kursus mit Gedächtnis- und Koordinationsübungen. Die Teilnehmer erfahren, was ihr Gedächtnis blockiert und was für ihr Gedächtnis förderlich ist. Kursusnr.: 7405096 Kontakt: Thea Knaack (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 25 € Kursusgebühr (8 UStd.). Ort: Raum 1.

Fr., 18.9. bis 11.12., 19.30 - 21 Uhr

Eutonie am Abend · Eutonie (Wohl-Spannung): Ausgleich und innere Ruhe finden – Stress, Verspannung, Gelenkschmerzen entgegenwirken. Kursusnr.: 6605270 Kontakt: Dr. phil. Songrid Hürtgen-Busch (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 48 € Kursusgebühr (16 UStd.). Ort: Raum 1.

Sa., 19.9., 9.45 - 13.30 Uhr

Sprechtraining für Vorlesepaten · In einer kleinen Gruppe besteht die Möglichkeit, Vorlesen professionell zu üben. Kursusnr.: 7905032 Kontakt: Martin Mölder (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 15 € Teilnahmegebühr (5 UStd.).

Di., 22.9. bis 8.12., 15 - 17 Uhr

Musik, Tanz und Bewegung in der Begleitung von Menschen mit dementiellen Veränderungen · Wir laden Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen, Freunde, Bekannte und Begleiter zu einem Nachmittag in entspannter und lockerer Atmosphäre bei Musik, Kaffee und Kuchen ein. Kursusnr.: 6605251 Kontakt: Birgit Knels (Leitung). Schriftl. Anmeldung erforderlich. Kosten: 5 € Unkostenbeitrag (8 UStd.).

■ Margarete-Grundmann-Haus

Mo., 3.8. und 7.9., ab 14.30 und 15.30 Uhr

Bowling per Nintendo Wii-Konsole · Anmeldung erforderlich.

Do., 6.8., ab 15.30 Uhr

„Eine Eifelwanderung zwischen Maria Laach und Monschau“ · Diavortrag von Richard und Bärbel Grebert Kosten: Gebühr 2 €.

Fr., 7.8.

Wanderung „Rund um den Ölberg“ · Treffpunkt und Abfahrt: 13.07 Uhr mit der Stadtbahnlinie 18 ab Haltestelle „Haupt-bahnhof-Bonn“ (U-Gleis 3) bis zur Haltestelle „Brühl Mitte“. Weiterfahrt um 13.46 Uhr mit der Buslinie 990 (Richtung Ertstadt Solarsiedlung) bis zur Haltestelle „HS-Bund/BfA Brühl-West“.

Fr., 7.8., ab 16 Uhr

Beginn Singkreis · Kosten: Gebühr 2 €.

Fr., 7.8. bis 18.12., 16 - 17 Uhr

Singkreis · Neue Teilnehmer/innen sind gerne willkommen!

Sa., 8.8. und 19.9., ab 15 Uhr

Filmnachmittag – Titel bitte erfragen

Do., 13.8. und 24.9., 15.45 - 17 Uhr

Bingo-Nachmittag bei Kaffee und Kuchen

Di., 18.8. bis 20.10., 18 - 19 Uhr

Prævita „Pilates“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 125 € (für 10 Termine).

Mi., 19.8., 12.30 - 18.30 Uhr

Busfahrt: Schiff-Fahrt auf dem Baldeney-See · Anmeldung möglich ab dem 29.7. Kosten: Gebühr 20 €.

Do., 20.8., ab 15.30 Uhr

„Zwischen Pfaffenwinkel und Altpitze“ · Diortrag von Hans-Josef Arck Kosten: Gebühr 2 €.

Fr., 21.8.

Wanderung von Unkel am Rhein entlang – Nach Erpel (Kurzstrecke) und retour (Langstrecke) · Treffpunkt und Abfahrt: 13.10 Uhr mit der Regionalexpress 8 (Gleis 1) ab Haltestelle „Beuel Bahnhof“ bis zur Haltestelle „Unkel“. (Wer an einer Gruppenfahrkarte interessiert ist, sollte ca. 30 Minuten vorher in der Bahnhofsvorhalle in Beuel sein.)

Fr., 21.8., ab 8.30 Uhr

Gemeinsames Frühstück · Anmeldung bis zum 19.8. Kosten: Gebühr 4,50 €.

DIE ADRESSEN II.

Anbieter in Bonn

- **Seniorenzentrum Wilhelmine-Lübke-Haus**
Am Wesselsputz 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
- **SG WAGO 1950 e.V.**
Postfach 200622, 53136 Bonn
Tel: 0228 / 52 88 0139
info@sg-wago.de, www.sg-wago.de
- **Stadt. 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
- **Stadt Reisen – Bonn erleben e.V.**
Am Hauptbahnhof 1, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 65 45 53
- **Stiftung europäische Begegnung**
Poppeldorfer Allee 108, 53113 Bonn,
Tel. 02 28 / 63 20 62
- **Stiftung Mitarbeit - Zukunftsfähiges Bonn e.V.**
Bornheimer Straße 37, 53111 Bonn,
Tel. 02 28 / 60 42 40
- **Stiftung Pfennigsdorf**
Poppeldorfer Allee 108, 53113 Bonn,
Tel. 02 28 / 63 20 62,
www.stiftung-pfennigsdorf.de
- **St. Vinzenzhaus**
Kronprinzenstraße 1, 53173 Bonn,
Tel. 02 28 / 95 69 1-40 6
- **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 Haus der Bildung**
Mülheimer Platz/Bottlerplatz,
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

■ **Wohnheim St. Elisabeth**
Loestraße 9, 53113 Bonn,
Tel. 02 28 / 92 89 83 70

■ **Zentrum für pflegende Angehörige**
Poststraße 30, 53111 Bonn
Anbieter im Rhein-Sieg-Kreis

Anbieter im Rhein-Sieg-Kreis

■ **Alfred-Delp-Altzentrum**
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

■ **Altzentrum 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**
Schulgengasse 15, 53604 Bad Honnef,
Tel. 02 22 4 / 79 33 2

■ **Curanum Residenz**
Kurhausstr. 45, 53773 Hennef,
Tel. 02 24 2 / 93 00

■ **Ev. Altzentrum 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-Mée-Platz 3, 53340 Meckenheim,
Tel. 02 22 5 / 70 81 15 1

■ **Karin Schneider Gepflegt Pflegen**
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 / 15 400

■ **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**
Kölnerstr. 176, 53840 Troisdorf,
Tel. 02 24 1 / 25 03 13 3

■ **Seniorenbüro Aktiv Dr.-Molly-Haus**
Bergweg 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

■ **Sozialpsychiatrisches Zentrum Siegburg**
Am Turm 36a, 53721 Siegburg
rave@a-s-b.u., Tel.: 02241/938191-0
Mobil: 0173/708 1450

■ **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, 53797 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.**
Schärfingstr. 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

Sa., 22.8., ab 15.30 Uhr

Musikalischer Nachmittag „Musik und Poesie“ · Doris Mäsgen (Rezitation und Querflöte), Roland Westphal (Klavier und Improvisation). Um Spende wird gebeten.

Mo., 24.8. bis 30.11., 9.30 - 11 Uhr

„Spanisch für Senioren – Kursus für Fortgeschrittene“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 75 € (für 15 Termine).

Mo., 24.8. bis 30.11., 11.15 - 12.45 Uhr

„Spanisch für Senioren – Kursus für Anfänger/innen“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 75 € (für 15 Termine).

Mo., 24.8. und 28.9., 15 - 16 Uhr

Bingo-Nachmittag

Di., 25.8. bis 1.12., 10 - 11 Uhr

„Spanisch für Senioren – Kursus für Anfänger/innen“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 75 € (für 15 Termine).

Di., 25.8. bis 1.12., 11.15 - 12.45 Uhr

VHS-Kursus „Italienisch Vertiefung A2“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 84,50 €, ermäßigt 60,98 € (für 14 Termine).

Mi., 26.8., 10 - 12 Uhr und 30.9., 17 - 19 Uhr

Wohnen mit Service · Informationsveranstaltung und Hausführung mit Wohnungsbesichtigung. Anmeldung erbeten.

Mi., 26.8., ab 15 Uhr

Auf den Spuren von Adelheid und anderen Persönlichkeiten in Vilich · Eine etwas andere Entdeckungsreise durch Vilich. Ehrenamtliche Führung von Jean Michel. Anmeldung erbeten. Treffpunkt: Bushaltestelle Vilich Kloster.

Do., 27.8. bis 26.11., 10 - 11.30 Uhr

VHS-Kursus „Italienisch Vertiefung A2.3“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 84,50 €, ermäßigt 60,98 € (für 14 Termine).

Do., 27.8., ab 15 Uhr

Musikalischer Nachmittag · Lieder zum Zuhören und Mitsingen mit Marianne Tüttenberg, Akkordeon. Um Spende wird gebeten.

So., 30.8., 11 - 18 Uhr

Wir feiern! – 40 Jahre Margarete-Grundmann-Haus und Paritätische Sozialaktion · Bühnenprogramm zum Schauen, Hören und Mitmachen, Spiel und Spaß für Jung und Alt, Flohmarkt, Speisen und Getränke.

Mo., 31.8. bis 2.11., 19.45 - 21.15 Uhr

VHS-Kursus „Hatha-Yoga“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 73,10 €, ermäßigt 53,00 € (für 10 Abende).

Do., 3.9., ab 15.30 Uhr

„Farbenrausch – Die Natur des Mittelgebirgsraumes im Wandel der Jahreszeiten: September“ · Von Herbert Waldhans Kosten: Gebühr 2 €.

Fr., 4.9.

Wanderung von Oberholtorf zum Kloster Heisterbach (Kurzstrecke) und weiter nach Oberdollendorf (Langstrecke) · Treffpunkt und Abfahrt: 13.20 Uhr mit der Buslinie 537 ab Haltestelle „Hauptbahnhof-Bonn“ (ZOB A3) bis zur Haltestelle „Oberholtorf“.

Mo., 7.9., 14 - 16 Uhr

Dialog der Generationen · „Wie kommt die Ameise in den Bernstein? – Jung und Alt begeben sich auf Schatzsuche beim gemeinsamen Bernstein-Schleifen“ mit Kindern des Kindertreffs Rübezahl. Anmeldung erforderlich.

Mo., 7.9. bis 26.10., 18 - 19.30 Uhr

VHS-Kursus „Autogenes Training“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 59,70 €, ermäßigt 43,62 € (für 8 Termine).

Di., 8.9., ab 15.30 Uhr

Tanzen im Sitzen, am Stuhl und mit dem Rollator · Kostenloser Schnuppertermin zum Kennenlernen. Anschließend findet die Veranstaltung jeden Dienstag statt. Kosten: Gebühr 3 €, mit Bonn-Ausweis 2 €.

Do., 10.9., ab 15.30 Uhr

Lieblingsgedichte in Wort und Bild

Mi., 16.9.

Busfahrt · Ziel und Gebühr bitte erfragen

Do., 17.9., ab 15.30 Uhr

Rheinland im Film: Mehr als ein Denkmal – Der alte Friedhof Bonn · Ein Film zum 300-jährigen Bestehen von Georg Divossen. Um Spende wird gebeten.

Fr., 18.9.

Wanderung · Von der Burg Lede in Vilich nach Schwarzrheindorf und weiter am Rhein entlang nach Beuel. Treffpunkt und Abfahrt: 13.14 Uhr mit der Buslinie 640 ab Haltestelle „Hauptbahnhof-Bonn“ (ZOB-A2) bis zur Haltestelle „Vilich-Kloster“.

Mi., 23.9. bis 18.11., 15 - 17.15 Uhr

Kursus „Auf meinen Spuren – Kreatives Schreiben“ · Anmeldung erforderlich. Kosten: 45 € (für 9 Termine).

Mi., 23.9., ab 17 Uhr

Was ist rechtliche Betreuung? – Ist die „Entmündigung“ nicht abgeschafft? · Vortrag von Ralf Waeser, SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste Bonn e.V. Um Spende wird gebeten.

Fr., 25.9., ab 8.30 Uhr

Gemeinsames Frühstück · Anmeldung bis zum 23.9. Kosten: Gebühr 4,50 €.

Münsterplatz Bonn Tag des Friedhofs

Sa., 19./20.9.2015

11-16 Uhr

Motto:

„Gemeinsam statt einsam!“

■ Nachbarschaftszentrum Brüser Berg

So., 9.8. und Sa., 12.9., 14 - 18 Uhr

Drehseln – 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!

Kontakt: Karl Alexander Petersen (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 5 € pro Termin.

Mo., 17.8., ab 16.30 Uhr

Information 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.

Fr., 21.8., 11 - 14 Uhr

Wanderung rund um den Brüser Berg · mit Schlusseinkehr, Strecke ca. 6 km. Kontakt: Elfi Schulze (Leitung). Anmeldung erforderlich.

So., 23.8., 14 - 19 Uhr

Offener Kreativtreff der Initiative Stadtteilkultur Brüser Berg · Kreatives Arbeiten macht gemeinsam meist mehr Freude als alleine zu Hause. Jeder bringt mit, womit und woran er arbeiten möchte – seien es Bilder, Öl oder Acryl oder Aquarell oder kunsthandwerkliches Fotos zum Bearbeiten etc. Anmeldung erforderlich.

Di., 1.9. bis 20.10., 18.30 - 20 Uhr

„Gesund und dauerhaft abnehmen ohne zu hungern“ · Wir kochen nach den 5 Elementen. Lernen Sie die Wirkung der Lebensmittel kennen. Erleben Sie, wie die traditionelle chinesische Medizin (TCM) Sie mit Genuss und Bekömmlichkeit auf den Weg zu mehr Wohlfühl und Fitness führt. Informationsabend am 25.8. Anmeldung erforderlich (Dr. Maria Ebert-Joisten / Ursula Hecht-Wagner, 0228 71 01 31 95). Kosten: 175 € inkl. Lebensmittel und Rezeptmappe (für 8 Termine). Krankenkassen bezuschussen im Regelfall!

Fr., 11.9., 11 - 14 Uhr

Wanderung durch den Kottenforst · zur „Tränke“ und zurück zum Brüser Berg durch das Derletal, Zwischeneinkehr, Strecke ca. 6 km. Kontakt: Elfi Schulze (Leitung). Anmeldung erforderlich.

Jeden 1. Freitag im Monat, 19.00 Uhr
... wieder ab dem 4. September 2015

FOLK CLUB BONN

im Haus Müllestumpe

Fr., 11.9., ab 18 Uhr

Historische Sehenswürdigkeiten im Iran · Ein Bildervortrag von Dr. Hossein Pur Khassalian. Er nimmt Sie mit zu einer Reise in seine erste Heimat Iran. Er wird Ihnen erläutern, wie man auch heute noch den Iran bereisen kann. Anmeldung erforderlich.

So., 13.9., 11.30 - 13.30 Uhr

Gemeinsam kochen oder backen! · Dabei sich mit anderen über Rezepte, Zutaten und mehr austauschen und Kontakte knüpfen. Zukünftig jeden zweiten Sonntag im Monat! Kontakt: Marika van den Bos und Masoumeh Maleki (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 6 €.

Mo., 14.9. bis 14.12., 17 - 19.30 Uhr

Kursus Acrylmalerei · In diesem Kursus werden Sie mit der Acrylmalerei und ihren vielfältigen Möglichkeiten vertraut gemacht. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Anmeldung erforderlich (Dorothee Densk, 0176 34 96 55 85). Kosten: 140 € zzgl. Material.

Mo., 14.9. bis 2.11., 18.30 - 20 Uhr

„Verflixtes Schlaraffenland – der Weg zum unbeschwerten Genuss“ · Es erwarten Sie Empfehlungen zu einer individuellen Ernährungsumstellung, kombiniert mit praktischen Übungen und anschließender Verkostung. Informationsabend am 7.9. Anmeldung erforderlich (Dr. Maria Ebert-Joisten / Ursula Hecht-Wagner, 0228 71 01 31 95). Kosten: 175 € inkl. Lebensmittel und Rezeptmappe (für 8 Termine). Krankenkassen bezuschussen im Regelfall!

Do., 17.9., 15 - 16.30 Uhr

Faire Woche 2015 – Eine-Welt-Café „St. Edith Stein“ trifft Erzählcafé · Inhaltlich wird das Thema durch die OGS-Brüser Berg begleitet. In den Räumen der kath. Kirchengemeinde. Anmeldung erforderlich.

Adressen der Anbieter: Seiten 25/26

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

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

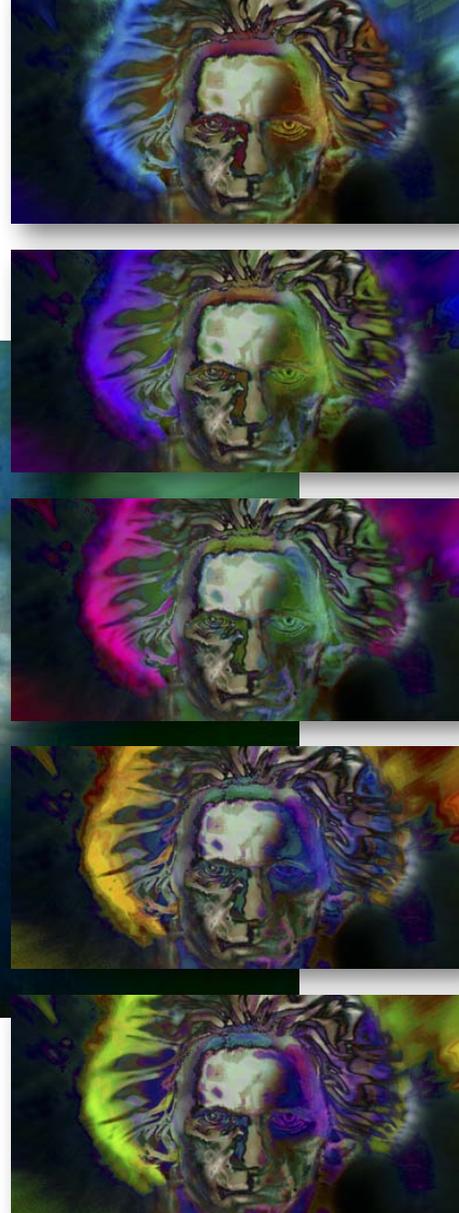
DAUERGRABPFLEGE
Kostenlose Servicenummer*
0800/15 16 17 0
*aus dem deutschen Festnetz

„Beethoven@360°Color“ · Unter Nutzung eines Computers erzeugtes Gemälde mit variierenden Farbspektren. Auflösung: 4000 x 2000 Pixel (4-K-Monitore). Laufzeit eines Loops: ca. 6 Minuten, Artist: friendship.

Das Gemälde wird im Rahmen des Konzerts „Crossover Beethoven“, Marcus Schinkel Trio (rechts) am 3.9.2015 erstmalig öffentlich ausgestellt.



Copyright: idealbonn.de



MUSIK LEBT VON VERÄNDERUNGEN

VOM 4. SEPTEMBER BIS ZUM 4. OKTOBER TREFFEN SICH MUSIKLIEBHABER BEIM BEETHOVENFEST 2015 IN BONN

Der Mensch ist ein widersprüchliches Wesen. Einerseits hängt er am Althergebrachten und Bewährten, andererseits lechzt er nach Neuigkeiten und Unbekanntem. Das diesjährige Beethovenfest gibt uns reichlich Gelegenheit, dieser Neigung zu fröhnen, die kaum augenfälliger zu Tage tritt als in der Musik: Vertraute Melodien in Abwandlung oder neuer Interpretation zu hören, bereitet uns großes Vergnügen.

So haben wir allen Grund, uns auf das Beethovenfest 2015 zu freuen, denn es steht ganz unter dem Motto „Veränderungen“. Das betrifft sowohl den Fortgang der abendländischen Musikgeschichte, als auch die Entwicklung einzelner Werke und Gattungen. Beispielhaft dafür ist das „Thema mit Variationen“, das im Mittelpunkt des Beethovenfestes 2015 steht. Ein Schlüsselwerk in diesem Zusammenhang sind die „33 Veränderungen über einen Walzer von Anton Diabelli für Klavier“ von Ludwig van Beethoven. Diesem Werk und seinen verschiedenen Interpretationen ist ein verlängertes Wochenende gewidmet: Zum Auftakt spielt András Schiff die Diabelli-Variationen am Donnerstag, dem 10. September um 20 Uhr auf einem modernen Flügel in der Beethovenhalle. Ronald Brautigam bringt sie am Samstag, dem 12. September auf dem Hammerflügel wie zur Zeit

Beethovens zu Gehör. Am Freitag 11. September hören wir moderne Neukompositionen auf der Grundlage dieses Werkes, gespielt von Siegfried Mauser. Dazu kommen von Sonntag bis Montag weitere Aufführungen, die alle auf Beethovens Meisterwerk basieren oder davon inspiriert wurden. Eine Gesprächsrunde im Beethovenhaus am Sonntag, 11. September um 11 Uhr rundet das Erlebte ab.

Wie schon in den Jahren zuvor, kommen viele berühmte Orchester und internationale Starsolisten zum Bonner Beethovenfest. Zubin Mehta und das Israel Philharmonic Orchestra, Daniel Barenboim und die Staatskapelle Berlin, die Wiener Symphoniker und Philippe Jordan, die Bamberger Symphoniker mit Juraj Valčuha, Anima Eterna Brugge und Jos van Immerseel sowie das Budapest Festival Orchestra unter der Leitung von Iván Fischer werden zu Gast sein. Solisten wie Sol Gabetta, András Schiff, Vesselina Kasarova, Arabella Steinbacher, Nikolaj Znaider und Ingeborg Danz werden ihr Können zeigen.

Das Beethovenfest Bonn 2015 wird am 4. September um 20 Uhr eröffnet. In der Beethovenhalle spielt die Staatskapelle Berlin unter Daniel Barenboim Werke von Beethoven, Schönberg und Elgar.

Am Sonntag dem 5. September um 11.00 Uhr gibt es in der Aula der Universität noch eine Eröffnungsmatinee mit einem Festvortrag von der neuen Intendantin des Beethovenfestes, Silke Wagner. Das Beethovenorchester Bonn mit seinem Generalmusikdirektor Stefan Blunier übernimmt den musikalischen Part. Dabei erklingt unter anderem ein Satz aus Beethovens erster Symphonie in der Klavierfassung von Franz Liszt (also auch einer Variation) mit Mariam Batsashvili am Flügel.

Musikalische Veränderungen ziehen sich durch das gesamte Programm. Dabei werden höchst interessante und immer wieder neue Aspekte sichtbar. Von modernen Kompositionen über jazzige Interpretationen alter Meisterwerke bis hin zu musikalischem Kabarett. Neu auf dem diesjährigen Beethovenfest ist die Einbeziehung von Tanz und Performance. Drei zeitgenössische Tanzproduktionen zu klassischen und modernen Klängen kommen zur Aufführung.

Zusätzlich zu den 54 Veranstaltungen des offiziellen Programms an 22 verschiedenen Spielorten in Bonn und dem Rhein-Sieg-Kreis finden wieder eine Fülle von Ereignissen „am Rande“ statt, wie zum Beispiel die beliebten Abende in der Posttower Lounge.



3.9.2015, 20.00 Uhr
Kammermusiksaal
im Beethovenhaus
„Cross over Beethoven“
Marcus Schinkel Trio
Eintritt 12 Euro
Veranstalter: PAUL COMPANY, Andreas Lüdertz

Dass Bonn Beethovenstadt ist, hat sich inzwischen vielfach herumgesprochen. Daneben mausert sich die ehemalige Bundeshauptstadt mit den Jazz-Echo-preisträgern Till Brönner und Nils Wülker auch immer mehr zur Brutstätte des hochkarätigen deutschen Jazz. Was liegt also näher, als Beethoven und Jazz miteinander in Verbindung zu bringen. Das tut der Bonner Pianist Marcus Schinkel und sein Trio, deren neue CD „Crossover Beethoven“ frisch auf dem deutschen Musikmarkt erscheint. Marcus Schinkel - piano, synth, Wim de Vries - drums, Fritz Roppel - bass
www.marcus-schinkel.de

Nicht zu vergessen die öffentliche Übertragung des Konzertes der Wiener Symphoniker mit dem Geigenvirtuosen Nikolaj Znaider und dem Dirigenten Philippe Jordan aus der Beethovenhalle am 6. September auf den Bonner Marktplatz, wo bei hoffentlich schönem Wetter wieder großer Kunstgenuss „umsonst und draußen“ zelebriert werden kann.

Doris Regina Gothe

**BEETHOVEN
FEST
BONN**

Die Programmübersicht und das ausführliche Programmbuch zum Beethovenfest Bonn 2015 können unter info@beethovenfest.de oder unter der Telefonnummer +49-228-20 10 345 angefordert werden.

Eintrittskarten sind bei Bonnticket und allen bekannten Vorverkaufsstellen erhältlich. Telefonische Bestellungen unter +49-228-50 20 13 13 (Mo-Fr 8-20 Uhr, Sa 9-18 Uhr, So 10-16 Uhr).

Kulturpartner des Beethovenfestes sind u.a. das Deutschlandradio und WDR 3. Über die Deutsche Welle sind Konzerte weltweit im Radio und als Podcast zu hören; Im Web 2.0. auf Facebook, Google+, Twitter, Vimeo, YouTube ist es ebenfalls präsent.

Do., 24.9., 14.30 - 16 Uhr

Gemütliches Waffeleessen · Quatschen, sich mit anderen austauschen und Kontakte knüpfen. Und das bei frischen, selbst gebackenen Waffeln! Dazu servieren wir Kaffee und/oder Tee. Wir freuen uns auf Sie! Anmeldung erforderlich. Kosten: 3 €.

Di., 29.9., ab 15 Uhr

Filmnachmittag: „Wer rettet wen?“ · Der neue Film von Leslie Franke und Herdolor Lorenz wirft einen aufklärenden Blick auf ein Thema, das vielen in bisherigen Diskussionen unverständlich geblieben ist. Wer rettet wen? Die Reichen die Armen? Referent: J. Michael Fischell, Sozialwissenschaftler BIM e.V. Anmeldung erforderlich.

■ Recht-Verständlich! e. V.

Do., 3.9., ab 19 Uhr

Bankrecht – unzulässige Bankgebühren · Wie man viel Geld von seiner Bank zurückholt: Neues von unzulässigen Gebühren, Widerrufsmöglichkeiten und Kreditversicherungen. Kontakt: Guido Lenné (Referent, Fachanwalt für Bank- und Kapitalmarktrecht). Anmeldung erforderlich (0228 37 11 07 oder eMail). Vortragort: Deutscherherrenstr. 37, Bonn-Bad Godesberg.

Do., 10.9., ab 19 Uhr

Vorsorgevollmacht & Co. · Vorsorge ist Fürsorge für Sie und Ihre Angehörigen. Rechtsanwalt Dr. Wolfgang Buerstedde, Fachanwalt für Erbrecht, geht auf Vorsorgevollmachten, Patientenverfügungen und Bestattungsverfügungen ein. Sie werden über typische Fehler informiert und erfahren, wie Sie Ihre Vorsorge optimal gestalten können. Anmeldung erforderlich (0228 37 11 07 oder eMail). Vortragort: Deutscherherrenstr. 37, Bonn-Bad Godesberg.

Do., 17.9., ab 19 Uhr

Testamentsgestaltung für Eheleute · Erläutert werden die Besonderheiten des gemeinschaftlichen „Berliner Testaments“. Eingegangen wird auf die sog. Voll- und Schlusserbschaft, die Vor- und Nacherbschaft, die Bindungswirkung gemeinschaftlicher Testamente, das Pflichtteilsrecht und die Erbschaftsteuer – also die klassischen Fallen des Berliner Testaments. Kontakt: Dr. Wolfgang Buerstedde (Referent, Fachanwalt für Erbrecht). Anmeldung erforderlich (0228 37 11 07 oder eMail). Vortragort: Deutscherherrenstr. 37, Bonn-Bad Godesberg.

Do., 24.9., ab 19 Uhr

Einbürgerung - Wie wird man Deutscher? · Werden Ehegatten schneller eingebürgert? Kann ich meine eigene Staatsbürgerschaft erhalten? Welche Sprachkenntnisse benötige ich? Welche Aufenthaltszeiten muss ich erfüllt haben? Habe ich einen Anspruch auf Einbürgerung? Diese und viele weitere Fragen werden beantwortet. Kontakt: Dr. Wolfgang Buerstedde (Referent, Rechtsanwalt). Anmeldung erforderlich (0228 37 11 07 oder eMail). Vortragort: Deutscherherrenstr. 37, Bonn-Bad Godesberg.

■ Senioren-Begegnungsstätte Limperich e. V.

Di., 11.8., Do., 3.9., ab 8 Uhr

Fußpflege mit Frau Menzel

Do., 20.8., ab 14 Uhr

Sommerfest der Begegnungsstätte · Bei Kaffee und Kuchen, Grillwurst und Bier sowie musikalischer Begleitung.

Di., 25.8., ab 15 Uhr

„Das Alpenland“ – Meran, Obstgarten Südtirols, Teil I. · Filmvortrag mit Herrn Dederichs.

Do., 3.9., ab 15 Uhr

Ökum. Senioren-Nachmittag

Di., 29.9., ab 15 Uhr

„Ein Spaziergang durch München“ · Filmvortrag mit Herrn Grebert.

■ Sozialpsychiatrisches Zentrum Siegburg

Mo., 3.8., 18 - 20 Uhr

Angehörigen-Abend – für Menschen mit Demenz in der Familie · Inkl. Fachvortrag zum Thema: „Hilfsmittel für Menschen mit Demenz“

Sa., 5.9., 9.30 - 13.30 Uhr

Impulsreferat zum Thema „Integrative Validation bei Demenz“ · Eine Methode, friedlicher und deeskalierend mit Demenzerkrankten zu kommunizieren. Bei Bedarf können wir ggf. ein kostenpflichtiges Betreuungsangebot für Ihren erkrankten Angehörigen einrichten. Bitte sprechen Sie uns an! Kontakt: Nicole Richard (Referentin). Bitte melden Sie sich rechtzeitig an. Kosten: 25 € Teilnahmegebühr.

Mo., 7.9., 18 - 20 Uhr

Angehörigen-Abend – für Menschen mit Demenz in der Familie · Inkl. Fachvortrag zum Thema: „Sturzprophylaxe und Rollatortraining“

■ Statt Reisen - Bonn erleben e. V.

Sa., 1.8., 14 - 15.30 Uhr

Zum Friedensnobelpreisträger in die Kulturstadt Unkel · 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. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 4 € ermäßigt. Treffpunkt: Willy-Brandt-Platz 5, Unkel; Anreise: per Bahn (Bahnhof Unkel, von da an 10 Min. Fußweg).

So., 2.8. und Mi. 5.9., ab 11 Uhr

Bonn Innenstadt – Auf und unter'm Pflaster · Bei diesem Rundgang gibt's den Durchblick durch die Bonner Innenstadt. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Poststraße/Ecke Maximilianstraße, gegenüber dem Hauptbahnhof.

So., 2.8. und 23.8., ab 14 Uhr

Spionage in Bonn · Diese Suche ist nichts für Einzelkämpfer. Da braucht es ein eingespieltes Team, das sich blind aufeinander verlassen kann. Jeder Teilnehmer erhält einen Gutschein für ein Wiener Würstchen im „Bundesbüdchen“. Anmeldung erforderlich. Kosten: Pro Teilnehmer 19 €, 16 € ermäßigt. Konspirativer Treffpunkt: Café Müller-Langhardt am Markt.

Fr., 7.8., 21.8. und 11.9., und Sa., 19.9. und 26.9., 21 - 23 Uhr

Mit dem Nachtwächter durch Bonn · Ein Gang durch die dunklen Seiten der Stadt. Es waren gefährliche Zeiten und keine leichte Aufgabe, die der Nachtwächter in Bonn zu bewältigen hatte. Kosten: Pro Teilnehmer 9,50 €, 8 € ermäßigt. Treffpunkt: Rheingasse, Ecke Brassertufer.

Sa., 8.8., 14 - 18 Uhr

Der Drachenfels – Von Steinen, Romantikern und der Domkaule · Wir folgen den Spuren der Steinhauer, Romantiker und Dombaumeister und suchen die Orte der Steinbrüche und die Domkaule auf. Strecke: ca. 6 km, teilweiser Auf- und Abstieg. Kosten: Pro Teilnehmer 14 €, Gruppentarif 260 €, jeweils inkl. Zahnradbahn. Treffpunkt: Siebengebirgsmuseum, Königswinter.

Sa., 8.8., und 12.9., 18 - 20.30 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. Kosten: Pro Teilnehmer 18 €, 15 € ermäßigt, inkl. drei Bierproben. Treffpunkt: Vor dem Bonner Münster, Hauptportal.

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 spätestens 3 Wochen vor Erscheinungstag per E-Mail an: termine@aktivtermine.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.), Charlotte Schiller (C.S.), Anna Pal Singh (APS), Martina Weiß-Bischof (M.W.B.), 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.



seniorentermine.de
aktivtermine.de
 (aktuelle Termine)



idealbonn.de
 (Gruppenabos,
 Downloadarchiv)

So., 9.8. und 30.8., ab 11 Uhr und 12.9., ab 14 Uhr

Südstadt – Aufbruch in die Gründerzeit · Zur Führung gehören auch stadt- und verkehrsplanerische Fragestellungen und die Geschichte der Bewohner des Viertels. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Poppelsdorfer Allee/Ecke Prinz-Albert-Straße.

So., 9.8., ab 14 Uhr

Jüdische Friedhöfe in Bonn – Schwarzrhedorf · Männliche Teilnehmer werden gebeten, eine Kopfbedeckung zu tragen. Kosten: Pro Teilnehmer 6 €, 4 € ermäßigt. Treffpunkt: Gedenkstein auf dem alten Rheindamm.

So., 9.8., 14 - 16 Uhr

Beuel – Die Bonner Sonnenseite · Wir bieten einen Tapetenwechsel der besonderen Art und einen winzigen kulinarischen Höhepunkt, „made in Beuel“. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Lokal Rheinlust/Kennedybrücke, Rheinfurterseite.

So., 9.8., 14 - 16 Uhr

Briten in Bonn · Natürlich sind Briten hier! Und zwar recht oft und immer wieder. Wir erzählen von diplomatischen Missionen und davon, warum die Bonner Universität ein Anziehungspunkt für englische Gelehrte war. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Vor dem Sternhotel am Marktplatz.

Sa., 15.8., 12 - 14 Uhr

Hauptbahnhof Bonn · Wir erkunden den Bahnhof von allen Seiten, erläutern die Baugeschichte und erklären, wie dieser Verkehrsknoten funktioniert. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Hauptbahnhof Bonn, am Info-Point in der Bahnhofshalle.

Sa., 15.8., 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. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Hauptportal Bonner Münster.

So., 16.8., 11 - 13 Uhr

Das Villenviertel in Godesberg · Das „Villenviertel“ in Bad Godesberg wird mit all seinen Facetten und mit seiner Entstehungsgeschichte vorgestellt. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Bahnhofshalle Bad Godesberg.

So., 16.8., 11 - 13.30 Uhr und 6.9., 14 - 16 Uhr

„City-caching“ – Die GPS-Tour durch Bonn · Mit Hilfe modernster Technik gilt es, unbekannte Orte in Bonn zu finden, knifflige Rätsel und lösen und geheimnisvolle In-schriften zu entschlüsseln. Anmeldung erforderlich. Kosten: Pro Teilnehmer 9,50 €, 8 € ermäßigt. Treffpunkt: Beet-hovendenkmal, Münsterplatz.

So., 16.8., 14 - 16 Uhr

Der Bonner Bogen – Vom Industriestandort zur Hightech-Schmiede · Der „Bonner Bogen“ auf dem Gelände der ehemaligen Zementfabrik ist die derzeit neueste und spannendste Stadterweiterung in Bonn. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Königswinterer Str./Ecke Heiner-Konen-Straße.

So., 16.8., 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 Vielfältigkeit jüdischen Lebens in dieser Stadt aufzeigen. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Jüdischer Friedhof Römerstraße (Ecke Augustusring).

So., 23.8., ab 11 Uhr

Rund um den Kurpark · Auch für „alte“ Godesberger gibt es noch neues zu entdecken. Mit der Kulturscheune, der Brüse-Rutsche und dem Millionenröhren erklären wir Dinge, die selbst für viele Godesberger schon im Nebel der Gechichte zu verschwinden drohen. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Bahnhofshalle Bad Godesberg.

So., 23.8., 11 - 16 Uhr

Bürgerliche Traumschlösser – Villen am Rhein · Erkundet werden die linksrheinischen Sommersitze des wohlhabenden Großbürgertums, die in traumhafter Lage im letzten Jahrhundert erbaut wurden. Strecke: ca. 20 km. Kosten: Pro Teilnehmer 9,50 €, 8 € ermäßigt. Treffpunkt: Haus der Geschichte, Willy-Brandt-Allee 14.

So., 23.8., 14 - 16 Uhr

Spurensuche im ehemaligen Regierungsviertel · Mit dem Umzug des Bundestages nach Berlin wurde das Ende einer Epoche eingeleitet. Nun gilt es zu resümieren, wie sich das Regierungsviertel in der Gronau in der Zeit der Bonner Republik entwickelt hat. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Ernst-Moritz-Arndt-Haus, Adenauerallee/Ecke Zweite Fährgasse.

Sa., 29.8., und So., 6.9., 15 - 17 Uhr

Pützchens Markt – Ein Phänomen · Pützchens Markt zieht seit Jahrhunderten jedes Jahr Menschenströme nach Bonn. Das Volksfest, das schon Kurfürst Clemens August und der Schinderhannes besuchten, ist in jeder Hinsicht ein Phänomen. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Am Adelheidsbrunnen, Adelheidsplatz/Brunnenweg.

So., 30.8., 11 - 13 Uhr

Himmel und Ääd – Von Blutwurst, Sauerbraten und dicker Suppe · Auf den Spuren der Armen und Reichen bewegen wir uns in der Geschichte der Bonner Eß- und Trinkkultur. Kosten: Pro Teilnehmer 9,50 €, 8 € ermäßigt. Treffpunkt: Altes Rathaus, Marktplatz.

So., 30.8. und 27.9., 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. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Poststraße/Ecke Maximilianstraße, gegenüber dem Hauptbahnhof.

So., 30.8., 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. Kosten: Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: An dem neuen Stadtmodell auf dem Münsterplatz (vor Sinn-Leffers).

Fr., 4.9., 18 - 20 Uhr

Tour d'amour – Liebesgeschichten aus Bonn · Bonn war und ist ein Ort zum Verlieben: Von Liebe, Leiden, Lust und Lastern in Bonn erzählt diese Tour d'amour. Kosten:

Pro Teilnehmer 8 €, 6 € ermäßigt. Treffpunkt: Altes Rathaus, Marktplatz.

Sa., 5.9., 14 - 16 Uhr

Schöne neue Warenwelt – Ein Theaterspaziergang mit „Perle“ Berta · Man kam aus dem Staunen nicht heraus, damals, vor 100 Jahren, als sich die Warenwelt radikal veränderte und mit ihr die Geschäftswelt in Bonn. Anmeldung erforderlich. Kosten: Pro Teilnehmer 9,50 €, 8 € ermäßigt. Treffpunkt: Altes Rathaus, Marktplatz.

So., 6.9., ab 11 Uhr

Burgen, Schlösser und Ruinen – Die Burgenfahrt auf Bonner Stadtgebiet · Radtour: Wir besuchen auch die Endericher Burg mit Gespenst aus dem 18.Jh., Graurheindorfer Burg, die Wasserburg Lede, die Dransdorfer Burg und das Friesdorfer Turmhaus aus dem 12. Jahrhundert. Dauer: ca. 5 Std. Kosten: Pro Teilnehmer 9,50 €, 8 € ermäßigt, 1 € für Turmbesteigung. Treffpunkt: Eingang Kammerspiele Bad Godesberg.

So., 6.9., 11 - 13 Uhr

Die historische Stadtrevue – 2000 Jahre Bonn in einem einzigartigen Schauspiel · Auf dieser historischen Stadtrevue lassen Schauspieler und Musiker die Gestalten der Bonner Geschichte lebendig werden. Anmeldung erforderlich. Kosten: Pro Teilnehmer 19 €, 16 € ermäßigt. Treffpunkt: Akademisches Kunstmuseum, Hofgartenseite.

Tenten - Haus der Begegnung

Mo., 10.8., ab 16 Uhr

Diavortrag: Reisebilder · Ort: G-Raum.

Di., 11.8. und 8.9., ab 13.30 Uhr

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

Di., 18.8. und 15.9., ab 13.30 Uhr

Spazieren in der Gruppe · Kontakt: Anneliese Tholl (Leitung).

Do., 17.9., ab 19 Uhr

„Lies doch mal was vor!“ · Anmeldung ab dem 24.8 (0228 91 58-707). Kosten: 12 €. Ort: G-Raum.

Mi., 30.9., ab 15.30 Uhr

Oktoberfest mit Live-Musik · Kosten: 4 € (ohne Verzehr).

VHS Bonn und Stadtbibliothek

Di., 22.8., 12.30 - 16.30 Uhr

Tag der offenen Tür im neuen Haus der Bildung · Hausführungen, Schnupperkurse, Mitmachaktionen, Info und Beratung (Mülheimer Platz 1).

Mo., 24.8., 10 - 11.30 Uhr

Ganzheitliches Gedächtnistraining · Informationsveranstaltung zum Kursus Anmeldung erforderlich. Ort: VHS Bad Godesberg.

Mo., 24.8. bis 7.12., 17 - 18 Uhr

Gymnastik für Frauen ab 50 · Bewegung ist eine optimale Möglichkeit gegen die Osteoporose, von dem Frauen nach der Menopause besonders betroffen sind. Kursusnr.: Q7748. Kontakt: Erika Zenk (Leitung). Anmeldung erforderlich (0228 77 26 80). Kosten: 63,05 €, ermäßigt 45,97 € (für 14 Termine). Ort: Heiderhof Turnhalle, Weißdornweg 139.

Di., 25.8. bis 15.12., 10 - 11.30 Uhr
Conversation for Every Day A2/B1 - Für Lernende, die normale Alltagsgespräche in Englisch führen und flüssiger über sich und ihr Lebensumfeld sprechen wollen. Kursusnr.: Q3262. Kontakt: Theda Rogge. Anmeldung erforderlich (0228 77 52 78). Kosten: 90,10 €, ermäßigt 64,90 € (für 15 Termine). Ort: Haus auf dem Heiderhof, Tulpenbaumweg 18.

Di., 25.8. bis 15.12., 10 - 11.30 Uhr
Conversation for Every Day B1 - Dieser Kursus richtet sich an Teilnehmende, die Gesprächssituationen im Alltag und auf Reisen sprachlich gut bewältigen möchten. Kursusnr.: Q3268 Kontakt: Karla Hoppe (Leitung). Anmeldung erforderlich (0228 77 52 78). Kosten: 114,10 €, ermäßigt 81,70 € (für 15 Termine). Ort: Diakonisches Werk, Nachbarschaftszentrum, Fahrenheitstr. 49.

Di., 25.8. bis 8.12., 10 - 11.30 Uhr
Französisch Konversation B2 - Ce cours de conversation s'adresse aux apprenants de niveau B2. Les thèmes couvrent les principaux aspects de l'actualité (société, vie culturelle, faits divers), favorisant l'expression orale dans différentes situations de communication. Materialkosten werden mit der Dozentin abgerechnet. Kursusnr.: Q3458. Kontakt: Blandine Süßmuth (Leitung). Anmeldung erforderlich (0228 77 52 78). Kosten: 106,90 €, ermäßigt 76,66 € (für 14 Termine). Ort: Haus der Bildung, Raum 1.60.

Mi., 26.8., 10 - 11.30 Uhr
Geistig fit und aktiv bis ins höhere Alter - Informationsveranstaltung zum Kursus Anmeldung erforderlich. Ort: Haus der Bildung.

Do., 27.8. bis 10.12., 9.30 - 11 Uhr
Italienisch Lektüre C2 - Für Teilnehmende, die nahezu alles, was sie hören oder lesen, mühelos verstehen. Materialkosten werden mit der Dozentin abgerechnet. Kursusnr.: Q3564. Kontakt: Erna Koppen (Leitung). Anmeldung erforderlich (0228 77 52 78). Kosten: 84,50 €, ermäßigt 60,98 € (für 14 Termine). Ort: VHS Alte Schule Duisdorf, Kirchplatz 6.

Do., 27.8. bis 10.12., 10 - 11 Uhr
Gymnastik für Ältere - Spezielles Bewegungsprogramm für Seniorinnen und Senioren zur altersgerechten Kräftigung und Dehnung der Muskulatur sowie zur Erhaltung der geistigen Flexibilität. Kursusnr.: Q7749. Kontakt: Helga Linder (Leitung). Anmeldung erforderlich (0228 77 26 80). Kosten: 63,04 €, ermäßigt 45,96 €.

Fr., 28.8., 15 - 16.30 Uhr
Tanzen macht Spaß - Informationsveranstaltung zum Kursus Anmeldung erforderlich. Ort: Haus der Bildung.

Mo., 7.9. bis 14.12., 10 - 11.30 Uhr
Ganzheitliches Gedächtnistraining - „Wer rastet, der rostet“, heißt es schon im Volksmund. Mit Übungen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings aktivieren Sie in diesem Kursus Ihre Merk-, Aufnahme- und Lernfähigkeit. Kursusnr.: Q2001. Kontakt: Marita Meissner (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 99,75 €, ermäßigt 73,23 € (für 13 Termine). Ort: VHS Bad Godesberg, Raum 09.

Mo., 7.9. bis 14.12., 10 - 11.30 Uhr
Geistig fit und aktiv bis ins höhere Alter - Dieser Fortsetzungskursus wendet sich an Teilnehmer des gleichnamigen 13-teiligen „Grundkurses“. Mit praxisorientierten Übungen werden die vorhandenen Kenntnisse und Fertigkeiten aus

verschiedenen Bereichen in entspannter Atmosphäre aufgefrischt, vertieft und erweitert. Kursusnr.: Q2006. Anmeldung erforderlich. Kosten: 94,50 €, ermäßigt 67,98 € (für 13 Termine). Ort: Haus der Bildung, Raum 3.46.

Mi., 9.9. bis 16.12., 10 - 11.30 Uhr
Geistig fit und aktiv bis ins höhere Alter Ziel dieses Grundkurses ist es, diese wissenschaftliche Erkenntnis konkret in die Praxis umzusetzen. Kursnr.: Q2004. Kontakt: Dietmar Puls (Leitung). Anmeldung erforderlich. Kosten: 99,75 €, ermäßigt 73,23 € (für 13 Termine). Ort: Haus der Bildung, Raum 1.56.

Mi., 9.9., 18 - 20 Uhr
Vortrag: Vergesslich oder dement? – Wie fängt das eigentlich an? - Ort: Haus der Bildung.

Fr., 11.9. bis 18.12., 15 - 16.30 Uhr
Tanzen macht Spaß - Bunt gemischtes Programm aus internationalen Folkloretänzen, Kreis- und Blocktänzen, Kontra-Tänzen etc. Mitzubringen sind bequeme Schuhe und gute Laune! Kursusnr.: Q2021. Anmeldung erforderlich. Kosten: 98,70 €, ermäßigt 72,18 €. Ort: Haus der Bildung, Raum 3.49.

Mo., 14.9. bis 14.12., 10 - 11.30 Uhr
Englisch B1 - Für Teilnehmende mit schon recht guten Englischkenntnissen und für Wiedereinsteiger. Wir beschäftigen uns u.a. mit den Themen Reisen, Orientierung im Ausland, Beruf, Sprache und Kommunikation, neue Medien. Kursusnr.: Q3210. Kontakt: Martina Harms (Leitung). Anmeldung erforderlich (0228 77 52 78). Kosten: 92,50 €, ermäßigt 66,58 € (für 12 Termine). Ort: Tenten-Haus, An der Wolfsburg 35, Gruppenraum OG.

Di., 15.9., 18 - 19.30 Uhr
Vortrag: Praktische Fälle des deutschen Erbrechts - Anmeldung erforderlich (0228 77 45 58). Ort: Haus der Bildung.

Mi., 16.9., 18 - 20 Uhr
Vortrag: Eine Demenzerkrankung in meiner Familie – wie kann ich damit umgehen? - Ort: Haus der Bildung.

Fr., 18.9., 18 - 20.15 Uhr
Kurzseminar: Mega Memory – Gedächtnistraining mit sofortigem Erfolg - Anmeldung erforderlich. Kosten: 12 €, ermäßigt 8,40 €. Ort: Haus der Bildung.

Mo., 21.9., 18 - 19.30 Uhr
Vortrag: Akte D - Das Versagen der Nachkriegsjustiz - Anmeldung erforderlich (0228 77 45 58). Ort: Haus der Bildung.

Mi., 23.9., 18 - 20 Uhr
Vortrag: Von der Haushaltshilfe bis zum Pflegeheim - Ort: Haus der Bildung.

Mi., 30.9., 18 - 20 Uhr
Fortschritte und Perspektiven in der Demenzforschung - In der Forschung ist es in den letzten Jahren zu großen Fortschritten in der Diagnostik und Früherkennung von Demenzerkrankungen gekommen. Hierüber wird in dem Vortrag informiert. Kontakt: Dr. Klaus Fließbach (Referent). Anmeldung empfohlen. Ort: Haus der Bildung.

Wachtberger Kulturwoche

Sa., 15.8. bis 30.8., 10 - 19 Uhr
„Das neue Alt“ - Von Angela Düster – ACRYLMALEREI, Marco Düster – Fotografie, Adelheid Schöpfer – Malerei und Briefmarkenkunst. Kontakt: 02225 99 89 196. Ort: Atelier „moving idea/Die Kunst im Leben“, Wachtberg-Arzdorf.

So., 16./23.8., 15 - 18 Uhr und Di.s bis Fr.s, 18. bis 28.8., 17 - 19 Uhr
„Zauberwald 2015“ - Jürgen Heck, Lichtbildner, Alfredo Kirchner, Bildhauer, Hila Klein, Keramikünstlerin, Sibylle Oeler, Zeichenkünstlerin, Offenes Atelier Ingrid Gahl, Carola Samaca, Zauberhafte Ketten. Mehr unter: www.zauberwald-alfredo.de. Ort: Atelier Zauberwald, Im Siefen 9, Wachtberg-Pech.

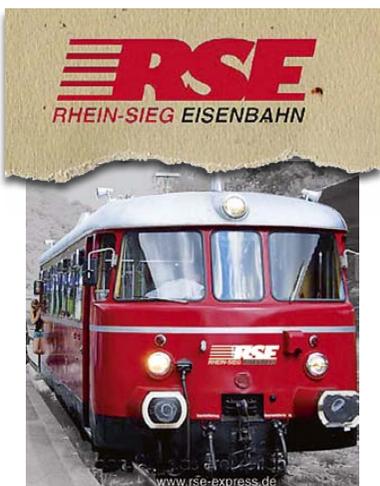
So., 16.8. bis 30.8., 16 - 19 Uhr
„Vier-falt 2015“ - der Künstlerinnen Susanne Johag, Gabriela Graff-Klapp, Rita Hilger, Marilies Wagner. Kontakt: www.zauberwald-alfredo.de. Ort: Galerie SuJohag, Am Langenacker 36, Wachtberg-Pech.

So., 16.8. bis 15.9.
„Rücksichten“ - Federzeichnungen der Stadt Bad Godesberg aus der Zeit vor der Neugestaltung (ca. ab 1900 – 1960) von Dietmar Walošek. Ort: VR Bank Niederbachem, Konrad-Adenauer-Straße 50, Wachtberg-Niederbachem.

So., 23.8., ab 16 Uhr
„Malerei auf Papier“ Vernissage - von Regine Schirmer. Kontakt: 0228-34 29 11. Ort: Galerie Sabine Laurenzi, Im Weingarten 4, Wachtberg-Niederbachem.

Mo., 24.8. bis 28.8., 10 - 18 Uhr, Sa., 29.8., 9.30 - 13 Uhr
„Malerei auf Papier“ - von Regine Schirmer. Kontakt: 0228-34 29 11. Ort: Galerie Sabine Laurenzi, Im Weingarten 4, Wachtberg-Niederbachem.

Mi., 26.8. bis 25.9., 8 - 17 Uhr, donnerstags 8 - 18 Uhr, freitags 8 - 12 Uhr
„Ausgewählt“ - Kunstkreis Wachtberg. Ort: Rathaus, Rathausstraße 34, Wachtberg-Berkum.



mo.-fr., 9 bis 14 Uhr unter:
 Tel. 0228/850 340-0
 Fax 0228/850 340-10
 info@rse-express.de
 RSE Rhein-Sieg-Eisenbahn
 Königswinterer Straße 52
 53227 Bonn
 www.rse-express.de

Sonntag, 2. August 2015
Die Mosel per Zug und Schiff - Erleben Sie die Mosel aus zwei Perspektiven: Von der Schiene und vom Schiff aus. Um ca. 9 Uhr startet unser MAN-Schienenbus ab Bahnhof Bonn-Beuel (Zustieg in Königswinter und Bad Honnef) und bringt Sie entlang des Rheintals, vorbei an Koblenz, über die Moselstrecke nach Kattenes. Um ca. 10.15 Uhr geht

es in wenigen Gehminuten zum Schiffsanleger bzw. auf die „MS Goldstück“. Während der zweistündigen Rundfahrt genießen Sie das Moseltal und seine Natur. Um ca. 12.15 Uhr legt das Schiff in Alken an, wo Sie die Möglichkeit zum Mittagessen im „Landhaus Müller“ haben sowie anschließend zum einstündigen Ortsrundgang unter Leitung eines Referenten. Danach setzen wir auf die andere Moselseite nach Kattenes über, wo um ca. 16 Uhr die Rückfahrt beginnt. Bonn-Beuel erreichen wir um ca. 17.30. Inkl. Frühstück, Schifffahrt und Führung: 99 €, Jugendl. 7-14 J.: 49,50 €, Kinder fahren mit Anmeldung frei.

Samstag, 08. August 2015
Wildgehege Wellental - Mit der RSE im historischen Schienenbus in den Naturpark Nordeifel und zum Wildgehege Hellenthal – ein ereignisreicher Familientag. Abfahrt um ca. 9 Uhr ab Bahnhof Bonn-Beuel, Zustieg in Köln-Hbf., Rückankunft in Bonn-Beuel ist für ca. 18.00 Uhr geplant. Erfahrene Naturführer begleiten Sie und kümmern sich um das Wohl der jungen Passagiere. Wildgehege und Greifvogelstation sind weit über die Region hinaus bekannt für ihr landschaftlich reizvolles Außengelände. Verschiedene Wild- und Raubtierarten sowie zahlreiche faszinierende Greifvogel- und Eulenarten können Sie hier live begegnen. Um 14.30 Uhr ist der Besuch der Flugshow vorgesehen. Die kleinen Besucher begrüßen die Bewohner des Streichelzoos im „Kinderland“, nebenan ein großer Abenteuerspielplatz und das „Indianerdorf“. Erwachsene: 49 € ab Bonn-Beuel, 45 € ab Köln Hbf., Kinder/Jugendliche von 3–14 J.: 18 €, ab Bonn-Beuel, 15 €, ab Köln Hbf., Familien (2 Erw. + 2 Kin-

der): 120 € ab Bonn-Beuel, 110 €, ab Köln Hbf. jedes weitere Kind 5 €.

Sonntag, 9. August 2015
Bacharach - Mit dem Schienenbus und dem Schaufelradschiff „RMS Goethe“ durch das „UNESCO Welt-erbe Oberes Mittelrheintal“ nach Bacharach. Start Bonn-Beuel, 9 Uhr Zustieg in Königswinter und Bad Honnef. In Neuwied wechseln wir die Rheinseite und erreichen Bacharach gegen 11 Uhr und erleben anschließend Bacharach bei der Stadtführung. Um 17.15 Uhr legt dann das Schaufelradschiff „Goethe“ am KD-Anleger an, mit dem es gemächlich auf dem Rhein durch die malerische Landschaft an der Loreley vorbei zurück bis Boppard geht. Dort wartet im Bahnhof unser Schienenbus nach Bonn-Beuel. Inkl. Frühstück, Stadtführung und Schifffahrt, Erwachsene: 111,50 € Jugendliche von 7–14 Jahren: 55,75 €, Kinder unter 7 Jahren bei Anmeldung frei.

Samstag, 15. August 2015
Weltkulturerbe Zeche Zollverein - Mit dem Schienenbus der RSE besuchen Sie die weltweit einzige Anlage, an der sich die Komplexität der Kohle fördernden Industrie des 19. und 20. Jahrhunderts heute noch ablesen lässt. Abfahrt um ca. 9 Uhr ab Bonn-Beuel. Zustieg in Troisdorf. Nach der Ankunft beginnt die ca. 2-stündige Führung „Über Kohle und Kumpel“. Im Anschluss freie Zeit, in der Sie u.a. das Ruhrmuseum besichtigen können. Es besteht die Möglichkeit, dort etwas zu essen. Rückfahrt ca. 16 Uhr. Rückankunft in Bonn-Beuel ca. 18.30 Uhr. Preise inkl. Frühstück und Führung jedoch ohne Eintrittspreise für Museen und Galerien: Erwachsene: 87,50 €, Jugendliche von 7–14 Jahren: 43,25 €, Kinder unter 7 Jahren fahren bei Anmeldung frei.

Samstag, 22. August 2015
Limburg mit Schloss Oranienstein - Entdecken Sie das Lahntal aus zwei Perspektiven: von der Schiene und vom Schiff aus. Der Sonderzug der RSE startet um ca. 9.30 Uhr ab Bahnhof Bonn-Beuel und bringt Sie entlang des Rhein- und später des Lahntals nach Limburg. Zustieg in Königswinter und Bad Honnef. Sie erreichen Limburg um ca. 11.00 Uhr und nach wenigen Gehminuten die reizvolle Altstadt. Während Ihres 1½-stündigen Aufenthalts können Sie Limburg erkunden oder die vielfältige Gastronomie erleben. Am Schiffsanleger unterhalb des Doms startet das Schiff um 13.20 Uhr Richtung Schloss Oranienstein. Genießen Sie während der 3-stündigen Fahrt die Ruhe der Natur. Um 16.25 Uhr legt das Schiff wieder in Limburg an. Der Sonderzug der RSE nimmt Sie am Bahnhof Limburg um ca. 18.00 Uhr wieder in Empfang. Rückankunft in Bonn-Beuel wird um ca. 19.30 Uhr sein. Preise inkl. Frühstück und Schifffahrt. Erwachsene: 101,50 €, Jugendliche von 7–14 Jahren: 50,75 €, Kinder unter 7 Jahren bei Anmeldung fahren frei.

Weitere Termine finden Sie auf der web-Seite www.rse-express.de
 29. August • Bad Sobernheim Nahe
 5. September • Oppenheim am Rhein mit Kellerlabyrinth
 11. September • Pützchens Markt
 19. September • Oberhausen mit Gasometer und Rhein-Herne-Kanal

Adressen der Anbieter: Seiten 25/26

BEWEGUNGSTHERAPIE FÜR LUNGENPATIENTEN

... mit Asthma und anderen chronisch obstruktiven Lungenerkrankungen

Herzsportgruppen kennt heute jeder. Vor ca. 30 Jahren wurden von Kardiologen und den betroffenen Patienten die ersten Gruppen ins Leben gerufen, damals noch unter dem Begriff Koronarsportgruppe. Allein in Bonn gibt es inzwischen 17 über den Behindertensportverband NRW zertifizierte Reha-sportgruppen für Patienten mit Herzerkrankungen.

Für Lungenpatienten gibt es in Bonn zur Zeit nur 6 vom BSNW zertifizierte Rehasportgruppen. Und das, obwohl über 12% der Diagnosen in den Hausarztpraxen in NRW auf Asthma und andere chronisch obstruktive Lungenerkrankungen lauten.

Für einen Atemwegspatienten geht die Erkrankung erst einmal mit einer Verschlechterung der allgemeinen Lebensqualität einher. Die Wege werden gefühlt immer weiter, die Treppen zunehmend steiler und es müssen immer häufiger Pausen eingelegt werden. Zunächst macht sich die Atemnot nur unter Belastung bemerkbar, später dann aber auch in Ruhe. Man kann nicht mehr überall mithalten, was zur Folge hat, dass sich auch die soziale Kontakte immer weiter reduzieren.

Neben der medikamentösen Therapie und der Sauerstofflangzeittherapie können Patienten mit chronischen Lungenerkrankungen auch von einer gezielten Bewegungstherapie profitieren.

Lungensport bedeutet nicht Hochleistungssport, vielmehr geht es um ein körperliches Training zur besseren Bewältigung des Alltags. Die Teilnehmer merken schon nach kurzer Zeit die positiven Effekte der regelmäßigen Bewegung. Die alltäglichen Aufgaben lassen sich leichter erledigen, der Spaziergang kann wieder länger ausfallen und die Treppen erscheinen nicht mehr unüberwindlich.

Aber nicht nur auf die Atmung selbst hat das regelmäßige körperlich Training in einer Lungensportgruppe einen positiven Einfluss. In der Gruppe kann man sich mit anderen Betroffenen austauschen und durch die regelmäßige Aktivität werden neue Sozialkontakte aufgebaut und mit viel Spaß gemeinsam die Motivation hoch gehalten. Dieses Durchhaltevermögen ist gerade bei chronischen Erkrankungen wichtig, weil die Bewegungstherapie zu einer lebensbegleitenden Aktivität wird.

Der Rehasport für Lungenpatienten wird von einer speziell ausgebildeten Bewegungsfachkraft geleitet. Dadurch hat jeder Teilnehmer die Gewissheit, seine individuellen Belastungsgrenzen nicht zu überschreiten und ein individuell optimal dosiertes Training zu absolvieren.

Um dem Bedarf nach qualifiziertem Training bei chronischen Lungenerkrankungen in Bonn gerecht werden zu können, baut der Verein für Behindertensport Bonn/Rhein-Sieg e.V. (vfb) nach den Sommerferien in Bonn-Tannenbusch seine insgesamt vierte Sportgruppe für Lungenpatienten auf.

Die neue Rehabilitationssportgruppe findet immer Dienstags von 19:00 bis 20:30 Uhr in der Turnhalle der LVR-Christophorusschule in Tannenbusch statt.

Interessenten können ab sofort in der Geschäftsstelle des vfb in Bonn-Beuel oder telefonisch unter 02 28 - 40 36 726 oder per E-Mail an reha@vfb-bonn.de einen Termin für ein persönliches Beratungsgespräch vereinbaren.



Mo., 17.8. bis 30.8.

„Von den Anfängen bis heute“ · Malerei und Skulptur von Christian Albert Lemmer. Ort: Köllenhof, Marienforster Weg 14, Wachtberg-Ließem.

Fr., 14.8., ab 19 Uhr

Eröffnung der 9. Wachtberger Kulturwochen durch Bürgermeisterin Renate Offergeld · Konzert mit Susann Scheibling, Oboe, Markus Fassbender, Violoncello, Hans-Peter Glimpf, Cembalo Der Partnerschaftsverein Wachtberg e. V. stellt seine Arbeit vor und sorgt für das leibliche Wohl der Gäste. Ort: Atelier Michael Franke, Ließemer Straße 3, Wachtberg-Gimmersdorf.

Sa., 15.8., 11 - 17 Uhr

Offenes Atelier „Galerie MOJA“ · von Monique Jacquemin, Gast: Uli Stössel. Weitere Terminvereinbarungen möglich. Tel.: 0173-32 15 570. Ort: Atelier Michael Franke, Ließemer Straße 3, Wachtberg-Gimmersdorf.

Sa., 15./22.8., 13 - 19 Uhr, und So., 23.8., 11 - 19 Uhr

„Ernst'e Ansichten“ · von Ernst Doll, Bilder in Acryl und Airbrush, Keramik und ein bisschen Holz. Ort: Hofanlage des Fachwerkhauses Doll, Oberdorfstraße 2, Wachtberg-Berkum.

Sa./So., 15./16.8., 14 - 19 Uhr und 11 - 19 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Gabriela Graff-Klapp, Bilder, Karla Kündgen, Tonkunst, Friederike McArthur, Tonkunst, Stipo Samija, Holzskulpturen. Ort: Schreinerei Netterscheidt und Seidel, Schmiedegasse 22, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa./So., 15./16.8., 14 - 19 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Herbert Schmitz, Holzskulpturen. Ort: Sägewerk Herbert Schmitz, Schmiedegasse 12, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 15.8., ab 14 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Tambourcorps Fritzdorf. Ort: Sägewerk Herbert Schmitz, Schmiedegasse 12, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa./So. 15./16.8., ab 15 und 17 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · mit Wolfgang Kündgen zu den Anfängen des Fritzdorfer Holzhandwerks. Ort: Sägewerk Herbert Schmitz, Schmiedegasse 12, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa./So., 15./16.8., ab 15 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Fritzdorfer Heimatmusikanten. Ort: Sägewerk Herbert Schmitz, Schmiedegasse 12, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa./So., 15./16.8., ab 16 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Chor Donum Dei. Ort: Sägewerk Herbert Schmitz, Schmiedegasse 12, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 15.8., 16.30 - 19 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Jazz, Pop, Latin und auch Klassik mit „WARTEZIMMER“, Annette Briehle, Gesang, Rolf von Ameln, Klavier, Dörte Winkler, Texte zur Musik. Ort: Sägewerk Herbert Schmitz, Schmiedegasse 12, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa./So., 15./16.8.

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Josef Kläser, Bilder, Klaus Scharrenbach, Holzskulpturen. Ort: Familie Erich Hüllen, Schmiedegasse 11, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 15.8.

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Sheona Hamilton-Grant, Zeichnungen, Film- und Fotoclub Fritzdorf, Fotos, A. Gies, Drechslerarbeiten rund um die Treppe Roland Gassert, Malkunst, ab 19 Uhr „Essen, Trinken, Oldies“. Ort: Schreinerei Peter Schmitz, Schmiedegasse 7, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 15./16.8.

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Driftwood Andreas Grimm, Holzskulpturen, Rainer Netterscheidt, Holzskulpturen. Ort: Schreinerei Rainer Netterscheidt, Kesselgasse 5, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 15.8., ab 17 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Lesung für Erwachsene mit Herbert Reichelt, Autor aus Berkum. Ort: Katholische Öff. Bücherei, St. Georg-Stube, Oeovericher Straße 1, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 15./16.8.

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · „Florales, Skulpturen und Tische“, Verschiedene Objekte 15 Uhr: Führung durch die Ausstellung mit Maria Blum 16 Uhr: Laienspielkreis Oberbachem, Bunt gemischte Sketche in rheinischer Mundart. Ort: Garten Familie Blum, Oeovericher Straße 64, Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 15.8., 14 - 18 Uhr und So., 16.8., 11 - 18 Uhr

Kulturdorf Arzdorf · Dr. Wolfram Frings, Blumen und Stillleben, Manuela Königshaus, Stoffkreationen für Jung und Alt, Heinrich Pützler, Naturschönheiten vor unserer Haustür, Kirsten Straube, Schmuck-Stücke. Ort: Lehrer-Welsch-Saal, Antoniusweg 12, Wachtberg-Arzdorf.

Sa., 15.8., 14 - 18 Uhr und So., 16.8., 11 - 19 Uhr

Kulturdorf Arzdorf „Shabby Chic, Das Neue Alt“ · Angela Düster – Acrylmalerei, Marco Düster – Fotografie und Licht, Adelheid Schöpfer – Malerei und Briefmarkenkunst Angela und Marco Düster – Kunsthandwerk, Möbel-Upcycling und Workshops. Ort: Atelier „moving idea“, Villiper Weg 20, Wachtberg-Arzdorf.

Sa., 15.8., 14 - 18 Uhr,

So., 16.8., 11 - 19 Uhr

Kulturdorf Arzdorf · Resi Liemersdorf-Krueger, Malerei auf Leinwand, Andrea Pfeiffer, Gefädelt aus Perlen, Andrea Wulff, Regenbogenfarben. Ort: „Grüner Hof“ von Ute Brust und Holger Krüger, Fritzdorfer Straße 10, Wachtberg-Arzdorf.

Sa., 15.8., 14 - 18 Uhr und So., 16.8., 11 - 19 Uhr

Kulturdorf Arzdorf Werkschau 2015 – Acryl, Collagen, Drucke · Edith Conrads, 15 Uhr: Afrikanische Trommelmusik mit Trommelgruppe um Karl Dieter Alfter. Kontakt: www.kunst-KoMa.de. Ort: Garten von Edith Conrads, Fritzdorfer Straße 4, Wachtberg-Arzdorf.

Sa., 15.8., ab 19 Uhr und Sa./So., 22./23.8., 11 - 18 Uhr

Kulturdorf Arzdorf Ausstellung Bildergarten Monika Clever · 20 Uhr: Einführung in die Ausstellung durch Dr. Dieter Braun Die Gruppe art.ista präsentiert Werke zum Thema „ge-Loch-t“ von weißen Flecken und anderen schwarzen Löchern Gitta Briegleb, Malerei, Monika Clever, Installationen, Photographie und Bronzen, Maria Kontz, Acryl-Malerei und Drucke, Elisabeth Wankerl, Installationen, Gast: Klaus Schubert, Videoinstallationen. Kontakt: www.kunst-KoMa.de. Ort: Garten von Edith Conrads, Fritzdorfer Straße 4, Wachtberg-Arzdorf.

So. 16./22./23./29.8., 11 - 17 Uhr und So., 30.8., 10 - 17 Uhr

Offenes Atelier „Galerie MOJA“ · von Monique Jacquemin, Gast: Uli Stössel. Kontakt: Weitere Terminvereinbarungen möglich. (0173 32 15 570). Ort: Mehlemer Straße 18 c, Wachtberg-Niederbachem.

So., 16./23.8., 11 - 18 Uhr

„Städte-Ansichten“ · von Uli Stössel, Gast: Monique Jacquemin. Ort: Atelier Uli Stössel, Schäferstraße 3, Wachtberg-Adendorf.

So., 16.8., 11 - 19 Uhr

„Ernst'e Ansichten“ · von Ernst Doll, Bilder in Acryl und Airbrush, Keramik und ein bisschen Holz. Ort: Hofanlage des Fachwerkhauses Doll, Oberdorfstraße 2, Wachtberg-Berkum.

So., 16.8., 11 - 13 Uhr

Kulturdorf Fritzdorf „Holz trifft Kultur“ · Jazz-Frühshoppen mit der Blue Moods Big Band unter der Leitung von Christoph Müller. Ort: Sägewerk Herbert Schmitz, Schmiedegasse 12, Wachtberg-Fritzdorf.

So., 16.8., 11 - 19 Uhr

Kulturdorf Arzdorf · Rita Heinrichs, Tonkunst im Garten, Barbara E. Klein, Farbenspiel in Acryl, Hans-Wilhelm Over, Kunst in Kupfer, Weingut Bertram, Weinverkostung (Ahrweine). Ort: Hof von Rita und Paul Heinrichs, Fritzdorfer Straße 14, Wachtberg-Arzdorf.

So., 16.8. und Sa./So. 29./30., 11 - 18 Uhr

Bildergarten Monika Clever · Die Gruppe art.ista präsentiert Werke zum Thema „ge-Loch-t“ (siehe Samstag 15.8.) Ort: Garten Monika Clever, Konrad-Adenauer-Straße 47, Wachtberg-Niederbachem.

So., 16.8., 16 - 19 Uhr

„Vierfalt 2015“ · Eröffnung der Ausstellung durch Thomas Wagner, Kulturdezernent des Rhein-Sieg-Kreises Ausstellung der Künstlerinnen Susanne Johag, Gabriela Graff-Klapp, Rita Hilger, Marilies Wagner Musikalische Gestaltung: „Klanggarten“ Cordelia Loosen-Sarr und Michael Duske mit Flöten, Obertongesang und Klangpoesie Dauer der Ausstellung bis 30.8. Ort: Galerie Sulohag, Am Langenacker 36, Wachtberg-Pech.

So., 16.8., ab 17 Uhr

„Italienische Schwänke“ · Carola Philips erzählt zwei zauberhafte und deftige italienische Märchen begleitet mit singender Säge und Akkordeon von Susanne Sewald. Ort: Garten/Haus, Bruchbachstraße 5, Wachtberg-Niederbachem.

So., 16.8., ab 18 Uhr

Ausstellungseröffnung „Zauberwald 2015“ · durch Bürgermeisterin Renate Offergeld, Jürgen Heck, Lichtbildner, Alfredo Kirchner, Bildhauer, Hila Klein, Keramikünstlerin Sibylle Oeler, Zeichenkünstlerin, Offenes Atelier Ingrid Gahl, Carola Samaca, zauberhafte Ketten. Ort: Atelier Zauberwald, Im Siefen 9, Wachtberg-Pech.

Mo., 17.8., ab 20 Uhr

Ausstellungseröffnung „Von den Anfängen bis heute“ · Malerei und Skulptur von Christian Albert Lemmer mit musikalischer Lesung „Charlotte und Friedrich von Schiller“ – Die Geschichte einer Liebe im Spiegel von Briefen, Tagebuchaufzeichnungen und biografischen Skizzen, Beatrice Fermor und Peter Thomas, Sprecher, Christian Albert Lemmer · Klavier. Ort: Köllenhof, Marienforster Weg 14, Wachtberg-Ließem.

Di., 18.8., ab 17.30 Uhr

Ausstellungseröffnung „Rücksichten“ · Federzeichnungen der Stadt Bad Godesberg aus der Zeit vor der Neugestaltung (ab ca. 1900, 1960) von Dietmar Walošek Musik: Klassik mit Martina Kölle, Gitarre und Wolfgang Mader, Flöte. Ort: VR Bank Niederbachem, Konrad-Adenauer-Straße 50, Wachtberg-Niederbachem.

Di., 18.8., ab 19 Uhr

„Mut zur Lücke“ · Eine Führung durch die Ausstellung Bildergarten „ge-Loch-t“ durch Monika Clever ca. 20 Uhr wird ein „(L)individueller“ Gast erwartet. Ort: Garten Monika Clever, Konrad-Adenauer-Straße 47, Wachtberg-Niederbachem.

Mi., 19.8., ab 19 Uhr

Vernissage der Ausstellung „Ausgewählt“ · des Kunstkreises Wachtberg, Dauer der Ausstellung bis 25. September 2015. Ort: Rathaus, Rathausstraße 34, Wachtberg-Berkum.

Mi., 19.8., ab 20 Uhr

Premierenkonzert · der Jürgen Dietz Big Band. Ort: Köllenhof, Marienforster Weg 14, Wachtberg-Ließem.

Do., 20.8., ab 19 Uhr

„Gemüthlicher Feierabend mit Blasmusik“ · mit den Berkumer Dorfmusikanten. Ort: Burg Odenhausen, Oberdorfstraße, Wachtberg-Berkum.

Do., 20.8., ab 19.30 Uhr

„Zeitentiefe“ · Ursula und Heinz Contzen stellen ihr gemeinsames Buch „Zeitentiefe“ vor; dazu werden Lichtbilder (Naturfotografien) gezeigt und lyrische Texte (Haiku) vorgelesen. Ort: Familienzentrum Drachenfelder Ländchen, Zwischen den Hüllen 1-9, Wachtberg-Villip.

Fr., 21.8., ab 16.30 Uhr

Schattentheater „Tischlein deck dich, Goldesel und Knüppel aus dem Sack“ · Eine überraschende Inszenierung des Märchens der Gebrüder Grimm mit dreidimensionalen Schattenfiguren Penbasi Figuren Spektakel, Penba Simons. Ort: Familienzentrum, Drachenfelder Ländchen, Zwischen den Hüllen 1-9, Wachtberg-Villip.

Fr., 21.8., ab 19 Uhr, Sa., 22.8., 14 - 19 Uhr und So., 23.8., 11 - 18 Uhr

„Musik und Kunst zum Erleben“ · Eröffnung der Ausstellung durch Bürgermeisterin Renate Offergeld, Heinz Contzen, Fotoausstellung „Wachtberger Glanzlichter“ Mechtild Fiebig, Malerei, Jürgen Fuchs, HiFi-Studio Wachtberg, Annegret Goebels, Skulpturen und Wandobjekte Maria Jüde, Handgemachte Naturseifen, Kalenborn-Natursteine, Steinmetz mit Materialien aus eigenen Steinbrüchen Josef Kemp, Drechselarbeiten, Barbara Kickelbick, Schmuckdesign, Regina Menzen, Glasmosaik Gerry Needham, CHIPPIE, Fachwerk und Eichenkunst, Shepherd's Green, Handgemachte Chutneys und herzhaft Marmeladen. Kontakt: www.drehtartkemp.de. Ort: Hofanlage Kemp, Holzemer Straße 4, Wachtberg-Villip.

Fr., 21.8., ab 19.30 Uhr

Konzert von „Vintage unplugged“ · u. a. mit Stücken von Eric Clapton, Jürgen Dietz, Saxofon, Christian Kussmann, Bass, Georg Rehse, Gitarre/Gesang Erwin Ruckes, Klavier. Kontakt: www.drehtartkemp.de. Ort: Hofanlage Kemp, Holzemer Straße 4, Wachtberg-Villip.

Sa./So., 22./23.8., 11 - 17 Uhr

„Schöner Schmuck aus Wachtberg“ · Goldschmiedemeister Marcel Kirschen präsentiert handgefertigten Unikatschmuck in seiner Goldschmiede und ermöglicht während der Kulturwochen die Teilnahme an einer Verlosung eines ausgewählten Schmuckstückes. Kontakt: www.goldschmiede-kirsten.de. Ort: Siebenbergstraße 22, Wachtberg-Ließem.

Sa./So., 22./23.8., 11 - 17 Uhr

„unterwegs“ · Arbeiten aus dem letzten und dem laufenden Jahr von Hiltrud Westheide. Ort: Haus-Garten-Atelier

Gut Odenhausen, Oberdorfstraße 37, Wachtberg-Berkum.

Sa./So., 22./23.8., 12 - 18 Uhr und 11 - 18 Uhr

Kulturgarten Rosenberg · 13 Uhr · Ausstellung mit K. Arians, Tierportraits, H. Auen-Kühlwetter, Acrylbilder und Aquarelle, U. Brücken, Schmuckdesign, H.-J. Döring, Neues aus der Werkstatt, E. Frandsen, Aquarelle, Zeichnungen, A.-R. Kontetzki, Tonarbeiten, Radierungen, O. Lohse-Schlössler, Aussichten, J. Müller, Radierungen, Aquarelle und Ölbilder, H. Pilger, Aquarelle und Acrylbilder, Postkarten, G. Rosenberg, Plastiken und Bilder Porzellanarbeiten, Leicht zerbrechlich. Eröffnung: Alfred Schneider, Vorsitzender des Fördervereins Kunst und Kultur in Wachtberg e.V.; ab 14 Uhr: Blue Notes quer Beet, „the beggars“ und Gäste. Andreas Felden, Kabarett, am 23.8. ab 14 Uhr: Studiobühne Wachtberg Thomas Lennartz, Klavier. Ort: Ließemer Straße 14, Wachtberg-Gimmersdorf.

Sa./So., 22./23.8., 13 - 20 Uhr und 11 - 18 Uhr

ART/KOMM · M. Auen, Farben-Formen-Fantasie in Acryl, S. Heinen, Acrylbilder, gerahmte Objekte aus Naturmaterialien U. Mönchhaffen und S. Güster, Swarovski-Modeschmuck, M. Niche, Aquarelle und Rahmen, Schneidertelier Naomee/M Panitzki, Kreative Unikate aus Filz und Leinen, A. Pilars de Pilar, „Viehereien“ aus verschiedenen Techniken, U. Riecken, Gemälde und Zeichnungen in verschiedenen Maltechniken, E. Schroeder-Lüttgen, „Liebhabereien“ aus Ton, Monotypie, K. Zettelmeyer, „farbenFREUDE“, Fotokunst. Ort: Aquarelle & Rahmen Manfred Niche, Im Ellig 3a, Wachtberg-Villiprot.

Sa., 22.8., ab 20 Uhr

„Woodstock-Feeling in Fritzdorf“ · Open-Air-Konzert mit Musik der 60er, 70er, 80er Jahre mit Rene Kempf. Windmühle Fritzdorf, Windmühlenstr., Wachtberg-Fritzdorf.

Sa., 22.8., ab 20 Uhr

„Bilderbuch ohne Bilder“ · von Hans Christian Andersen (Teil 2) gelesen von Peter Thomas, vertont von Christian Albert, Lemmer, Klavier. Ort: Köllenhof, Marienforster Weg 14, Wachtberg-Ließem.

So., 23./30.8., 10 - 17 Uhr

„Wachtberger und andere Motive“ · mit Gesprächen über Kunst und Lebenskultur Karin Christof, Acryl- und Aquarellbilder, Trutz Ludwig, Aquarelle aus Wachtberg und anderen Orten und Bilder in größeren Formaten. Ort: Quellenstraße 22, Wachtberg-Villip.

So., 23.8., 10 - 17 Uhr

der Töpfergruppe „Tonkreationen“ · Tonskulpturen von Bianca Hüllen, Monika Lieb, Petra Link, Larissa Lust, Anke Schäfer, Ulla Schallenberg, Renate Zgaga Ölbilder von Anke Schäfer, Im Laufe des Tages zeigen „kleine Künstler“ ihr musikalisches Talent. Ort: Garten Familie Lieb, Pastoratsweg 6, Wachtberg-Niederbachem.

So., 23.8., ab 11 Uhr

„cherchez la femme“ · Werke von KomponistInnen des 19. und 20. Jahrhunderts, Matinekonzert mit dem „trio réminiscence“, Johanna Cender, Violine Natalia Kazakova, Violoncello, Ingrid

Wessels, Piano. Ort: Köllenhof, Marienforster Weg 14, Wachtberg-Ließem.

So., 23.8., ab 12 Uhr

Musikalische Matinee mit „Zrecover“ · Patrizia von Düsterlho-Bauß, Gesang, Carsten Velten, Gitarre. Ort: Garten Monika Clever, Konrad-Adenauer-Straße 47, Wachtberg-Niederbachem.

So., 23.8., ab 18 Uhr

„Lückenlos“ · Gedichte von und mit Ursula Contzen. Ort: Garten Monika Clever, Konrad-Adenauer-Straße 47, Wachtberg-Niederbachem.

So., 23.8., 16 - 17 Uhr

„Vis à Vis“; „Rock-Country-Oldies“ · Zweistimmiger Gesang mit Conny Hartmann, Gitarre und Silvia Korth, Saxophon. Ort: Aquarelle&Rahmen Manfred Niche, Im Ellig 3a, Wachtberg-Villiprot.

So., 23.8., ab 11.30 Uhr

spielt „4-Dinner“ Swing und Bossa · mit Georg Kegel, Gitarre, Martina Küsel-Wenz, Bass, Beate Patzelt, Klarinette, Gabriela Schaaf, Schlagzeug. Ort: Hofanlage Kemp, Holzemer Straße 4, Wachtberg-Villip.

So., 23.8., 16 - 18.30 Uhr

Vernissage der Ausstellung „Malerei auf Papier“ · von Regine Schirmit, Dauer der Ausstellung bis 29.8.2015. Ort: Galerie Sabine Laurenzi, Im Weingarten 4, Wachtberg-Niederbachem.

Mo., 24.8., ab 20 Uhr

Niederbacher Lesetheater „Vom häuslichen Glück und anderen Märchen“ · Lesung: Garten Monika Clever, Konrad-Adenauer-Straße 47, Wachtberg-Niederbachem.

Di., 25.8., ab 19 Uhr

Englische Kriminalkomödie „Ladykillers“ · mit dem Ensemble des Kellertheaters „Chateau Pech“, Kartenreservierungen wegen begrenzter Platzanzahl sinnvoll. Kontakt: 0228 32 59 51. Kosten: Eintritt frei. Kellertheater Chateau Pech, Nachtigallenweg 22, Wachtberg-Pech.

Mi., 26.8., ab 19 Uhr

„Ein Quäntchen Glück“ · Die Geschichte der Weberfamilie Richter in Lodz, Ursula Schöpf liest aus ihrem neuen Buch. Köllenhof, Marienforster Weg 14, Wachtberg-Ließem.

Mi., 26.8., ab 20 Uhr

Benefizkonzert der Blue Moods Big Band unter der Leitung von Christoph Müller, zugunsten der Wachtberger Flüchtlingshilfe. Pflanzenhof Ulrich, Am Wachtberggring, Wachtberg-Berkum.

Do., 27.8., ab 19 Uhr

„Terrain Starfleet Event“ · Lesung von Science Fiction-Stories von und mit Volker Schmid alias Robert T. Sinclair, mit ruhiger, melodischer Weltraummusik von Christian Gritzer und Cliff Verhoest. Anmeldung erforderlich: marlies.schmitz@wachtberg.de oder Tel. 0228-9544-176 Bitte beachten: Personalausweise mitbringen! Ort: Radom Fraunhofer Gesellschaft, Fraunhoferstraße, Wachtberg-Werthhoven.

Fr., 28.8., ab 16 Uhr

Offenes Volkslieder-Singen · mit dem Ensemble Gisela Knebel, Zwischenmusik: Volkstümliche Tänze. Ort: Limbachsaal, Limbachstraße 35, Wachtberg-Berkum.

Fr., 28.8., ab 19.30 Uhr

„Erlebtes und Erdachtes – in Poesie und Prosa“ · Lesung mit Autor Günter Perkams und Ilse Fuß mit Flötenimpressionen von und mit Cordelia Loosen-Sarr. Ort: „Neue Tonwerkstatt“ Töpferei Thomas Hansen, Erhard-Fischer-Straße 34, Wachtberg-Adendorf.

Sa./So., 29./30.8., 11 - 18 Uhr und 10 - 17 Uhr

Kunstaussstellung der „Quiltwachteln“ · Patchwork traditionell und modern, Brigitte Pfeiffer und Ingrid England zeigen mit ihren Quiltfreundinnen, dass Patchwork vielseitig ist und Kunst sein kann. Tombola mit vielen Überraschungen. Ort: Limbachsaal, Limbachstraße 35, Wachtberg-Berkum.

Sa./So., 29./30.8., 11 - 18 Uhr

„Black on Grey on White“ · Zeichnungen von Sheona Hamilton-Grant. Ort: Studio Hochheimer Weg 1b, Wachtberg-Oberbachem.

Sa., 29.8., 11 - 19 Uhr

Workshop-Tag „Shabby Chic – Das Neue Alt“ · Serviettentechnik und Decopatch. Kursprogramm und Anmeldung: www.moving-idea.de/Kurse, Telefon 02225 99 89 196. Ort: Atelier „moving idea/ Die Kunst im Leben“, Villiper Weg 20, Wachtberg-Arzdorf.

Sa., 29.8., 14 - 18 Uhr

Tag der Offenen Tür bei MUSIC FOR LIFE · mit kostenlosen Musikunterrichtsschnupperstunden für Jung und Alt von Klassik über Weltmusik bis Jazz, für Querflöte, Blockflöte, Klang- und Rhythmusinstrumente, Improvisation, Atmung und Musiktheorie. Kontakt: Anmeldung erforderlich (0228 44 62 55 92). MUSIC FOR LIFE, Cordelia Loosen-Sarr, Mehlemer Straße 70, Wachtberg-Niederbachem.

Sa., 29.8., ab 17 Uhr

„Rhythmik erleben“ für Jung und Alt · Erfahrung von Rhythmik im Körper und mit Rhythmusinstrumenten. Kontakt: Anmeldung erforderlich (0228 44 62 55 92). Ort: MUSIC FOR LIFE, Cordelia Loosen-Sarr, Mehlemer Straße 70, Wachtberg-Niederbachem.

Sa., 29.8., ab 19 Uhr

Finnissage „Zauberwald 2015“ · Künstlergespräch und Konzert mit AlfreUdo L. Ort: Atelier Zauberwald, Im Siefen 9, Wachtberg-Pech.

So., 30.8., ab 17 Uhr

Abschlusskonzert der 9. Wachtberger Kulturwochen · „Bilder einer Ausstellung“ – Ein romantischer Konzertabend mit Werken von R. Strauss, C.M. von Weber, R. Wagner, A. Lortzing u. a. deutschen Komponisten der Romantik mit Jamina Gerl, Klavier, Andrea Graff, Sopran, Nico Heinrich, Tenor, Frederik Schauhoff, Bariton. Ort: Atelier Franke, Ließemer Straße 3, Wachtberg-Gimmersdorf.

Di., 4.8. und 1.9., ab 20 Uhr

Jazz im Köllenhof · Konzert mit dem „Black Rhine Quintet“. Ort: Köllenhof, Marienforster Weg 14, Wachtberg-Ließem.

SENIORENBÜRO

TR
&R

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
„Textverarbeitung mit
OpenOffice.org/-Writer“

Computergruppen für Damen und Herren mit Betriebssystem-Kenntnissen, entweder Windows XP, Windows Vista, Windows 7 oder Windows 8, die gemeinsam das Arbeiten mit einem Textbearbeitungsprogramm erlernen wollen. Wir nutzen das kostenfrei übers Internet verfügbare Programm OpenOffice.org, welches ebenso wie das Microsoft Office-Paket die gesamte Palette für die Bearbeitung von Texten, Tabellen, Präsentationen usw. anbietet.

Gruppe 1, Workshop für Teilnehmer, die OpenOffice-Writer bereits nutzen und ihre Kenntnisse vertiefen möchten (Fotos in Texte einbinden, gestalten von Einladungen und Glückwunschkarten, Listen, Tabellen usw. mit verschiedenen Formatierungen). Jeweils 1. und 3. Montag im Monat, 10 - 12 Uhr

■ Gruppe 2, Anfänger

Lernen Sie die Grundlagen der Textverarbeitung: Schreiben, Korrigieren, Speichern, usw. Auch Damen und Herren, die an einem der anderen Kurse nur zeitweise teilnehmen konnten und deshalb Lücken auffüllen möchten, sind herzlich willkommen. Jeweils 1. und 3. Montag im Monat, 14 - 16 Uhr

Gruppe 3, Aufbaukurs Der Anfängerkurs vom Januar 2014 wird fortgeführt. Die Inhalte des Programms werden langsam vermittelt. Jeweils 1. und 3. Mittwoch im Monat 14 - 16 Uhr

Alle Fragen und Anregungen der Teilnehmerinnen und Teilnehmer werden zur Zufriedenheit beantwortet. Seien auch Sie mit viel Engagement und Freude dabei. Ort: Seniorenbüro Tat und Rat e.V. An der Wolfsburg 1, 53225 Bonn, Leitung: Christina Kleuver Tel.: 0228-6698 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 Erweiterungs-
kursus 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) behan-

delt, 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“

Bildbearbeitung ist Gestaltung von Fotos in digitaler Form. Nicht die Automatikfunktionen stehen im Vordergrund, sondern das Erkennen und Beheben von Fehlern oder Schwächen im Bild. Wir arbeiten gemeinsam mit einem guten Programm zur Bildbearbeitung und gehen dabei 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 und erhält Hilfe bei Schwierigkeiten. Das Ergebnis: Ihre Fotos werden schöner, und gute Fotos werden besser. Ein neuer Anfängerkursus beginnt im Oktober, vorausgesetzt dass Interessenten sich vorher melden. Anmeldungen über das Büro. Ein Anfängerkursus würde sich am 4. Dienstag im Monat treffen von 10 – 12 Uhr. Der Kurs für Fortgeschrittene ist belegt. Leitung beider Kurse: Günter Reiner, Tel.: 0228-97 66 28 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. Organisation: Hans-Christian Schulze, Tel. 0228-635532

■ 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 ei-

gene 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 (ausgebucht)

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 Kollagen und Werke fotorealistic 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, horstpleitgen@t-online.de

■ 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.

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: Seniorenbüro Tat und Rat e.V. An der Wolfsburg 1 53225 Bonn

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:

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.



Frau aus der Ukraine, 66, lebt schon lange in Bonn, wandert gerne, liebt Kultur und Gespräche über viele Themen. Sie mag aber auch Häuslichkeit und möchte einen netten Herrn kennenlernen ... (CH 06/15)

Sie, 58, (Frührentnerin) sucht sympathischen Herrn mit Niveau und Sinn für Humor für gemeinsame Unternehmungen wie Wandern, Radfahren, Bummeln, Flohmärkte ... (CH 04/15)

Seniorin sucht einmal/Woche Mitfahrgelegenheit von Bonn nach Bad Breisig oder Bad Neuenahr ins Schwimmbad. Gerne mit Fahrtkostenbeteiligung. (CH 05/15)

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, Thermalbaden, 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, 65, sucht humorvollen Herrn für gemeinsame Unternehmungen wie wandern, radfahren, Kultur genießen. (CH 14/14)

- 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
- senioertermine.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