



Evangelische  
Initiative  
Aachen

*Engagiert älter werden*

## Programmheft

---

Nr. 77: Dezember 2015 und Januar, Februar, März 2016



Evangelisches Erwachsenenbildungswerk  
Nordrhein e.V.



Gütesiegel Weiterbildung



## WER WIR SIND

Die Evangelische Initiative „Engagiert älter werden“ ist ein **pluspunkt-Begegnungszentrum** im Aachener Zentrum, das allen offen steht und viele Möglichkeiten zu Geselligkeit, Kultur, Bildung, Orientierung und Lebenssinn bietet.

**Träger** der Initiative ist die Evangelische Kirchengemeinde Aachen und der Evangelische Kirchenkreis Aachen. Außerdem sind wir Mitglied des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes Nordrhein e.V. und als solches mit dem Gütesiegel Weiterbildung zertifiziert.

### **Ehrenamt**

Unsere Veranstaltungen (außer Fortbildungen) sind grundsätzlich ehrenamtlich geleitet, weil wir Menschen in der zweiten Lebenshälfte die Möglichkeit bieten, ihr Wissen, ihre Talente, Interessen und Fähigkeiten für sich und andere ehrenamtlich einzusetzen.

### **Veranstaltungen**

Das aktuelle Leben bei uns ist geprägt von zahlreichen Interessensgruppen (Sütterlin, orientalischer Tanz, philosophischer Gesprächskreis, Englisch-Stammtisch, Werkstatt aktiver Senioren, ...) und ehrenamtlich geleiteten Unterstützungs- und Bildungsangeboten (Sprachen, PC-Cafés, Sport, Trauerfrühstück, Migrantinnengruppe, ...).

### **Beratung**

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Beratung und Vermittlung von Menschen, die Kontakte und Hilfen suchen. Diese Beratung und Vermittlung findet in regelmäßigen Sprechstunden statt und wird ebenfalls zu einem großen Teil ehrenamtlich geleistet.

### **Mitarbeit**

Um die 100 ehrenamtliche Mitarbeiter/innen, drei hauptamtliche Mitarbeiter/innen mit eingeschränkter Stundenzahl und zahlreiche Besucher/innen gestalten und leben momentan die Idee von „Engagiert älter werden“ in Aachen.

## Evangelische Initiative „Engagiert älter werden“

Annastr. 35, 52062 Aachen

Telefon: 0241 – 2 11 55

Email: [info@engagiert-aelter-in-aachen.de](mailto:info@engagiert-aelter-in-aachen.de)

Internet: [www.engagiert-aelter-in-aachen.de](http://www.engagiert-aelter-in-aachen.de)

### Ansprechpartner/innen

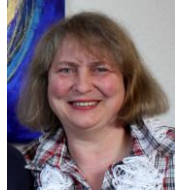
#### **Gunhild Großmann**

Leitung

Telefon: 0241–2 11 55

[Gunhild.grossmann@ekir.de](mailto:Gunhild.grossmann@ekir.de)

Sprechzeit Mi. 11–13 Uhr nach Vereinbarung



#### **Julia Debus**

Büro

Telefon: 0241–2 11 55

[Julia.debus@engagiert-aelter-in-aachen.de](mailto:Julia.debus@engagiert-aelter-in-aachen.de)



#### **Dennis Metzdorf**

Büro, EDV

Telefon: 0241–2 11 55

[info@engagiert-aelter-in-aachen.de](mailto:info@engagiert-aelter-in-aachen.de)



**Kosten** der Veranstaltungen finden Sie auf Seite 40

### Ort der Veranstaltungen

**Gemeindehaus der Evangelischen Annakirche, Annastr. 35**

Manches findet an anderen Orten statt, in diesem Fall finden Sie den Ort in der Beschreibung der Veranstaltung.

### Sprechstunden

**montags 9–11 Uhr und donnerstags 17–19 Uhr**

Eingeschränkt in den Ferien, nicht an Feiertagen und am 18.02.2016 (Reflexionstag)

## Inhaltsverzeichnis

1. Sprechstunde – Beratung – Vermittlung .....	6
2. Sprechstunde zu Pflege und Vorsorge .....	6
3. Ehrenamtler/innen gesucht.....	7
4. Büchertausch erneuert.....	7
5. Glaube – Religion – Philosophie – Meditation .....	8
5.1 Philosophischer Gesprächskreis.....	8
5.2 Meditative Kreistänze .....	8
5.3 Mittwochsgebet und Gebetsbriefkasten .....	8
6. Wohlbefinden – Sport – Gesundheit.....	9
6.1 Entspannen über das Erlebnis mit Klangschalen .....	9
6.2 Herzprojekte für Frauen .....	9
6.3 Orientalischer Tanz .....	9
6.4 Phantasie Reisen .....	10
6.5 Sport ab 60 .....	10
6.6 Vital und gesund ?! .....	10
6.7 Vital und gesund ?! – Offene Fragestunde.....	11
7. Begegnung und Geselligkeit .....	11
7.1 Kontakt-Café.....	11
7.2 Der Dienstagstreff .....	12
7.3 Der Mittwochstreff.....	12
7.4 Frauenstammtisch „ab 40“ .....	12
7.5 Frauenstammtisch von „Engagiert älter werden“ .....	13
7.6 Frauengruppe „Wir tun uns gut“ .....	14
7.7 Es gibt nichts Gutes, außer man tut es (E. Kästner).....	14
7.8 Montags-Wanderungen .....	15
7.9 Freizeitgestaltung ohne Alkohol .....	13
7.10 Spielen u. Spielgruppen in „Engagiert älter werden“ .....	15
7.11 Kochen in „Engagiert älter werden“ .....	15
7.12 Kegelkreis am Nachmittag.....	15
7.13 Flötenkreis „Flauto Amabile“ .....	16
8. Bildung und Wissen .....	16
8.1 Kreatives Schreiben .....	17
8.2 Gripsgymnastik – ohne Vorkenntnisse .....	18
8.3 Schriftstücke aus Sütterlin-Schrift übertragen .....	18
8.4 Das PC-C@fé am Mittwoch .....	16
8.5 Das PC-C@fé am Donnerstag.....	16
8.6 Das PC-C@fé für Frauen am Dienstagmorgen.....	16

8.7	MouseMobil – Computereinführung.....	17
9.	Wanderungen – Ausflüge – Exkursionen .....	19
9.1	Naturführung mit Frau Lenze.....	19
9.2	Narzissenwanderung um die Emmaburg mit Frau Sosinka .....	19
9.3	Wanderung mit Herrn Schönrock .....	19
10.	Sprachen.....	20
10.1	Englisch für Anfänger.....	20
10.2	Französisch für Fortgeschrittene.....	20
10.3	Französisch mit geringen Vorkenntnissen .....	20
10.4	Französisch-Grundkurs mit Vorkenntnissen.....	21
10.5	Französisch Konversation .....	21
10.6	Englisch-Stammtisch.....	21
10.7	Latein für Fortgeschrittene.....	21
11.	Kulturelles und kreatives Miteinander .....	22
11.1	Amüsante Lesung für starke Frauen und Männer, die solche mögen	22
11.2	Buchvorstellung und –Vorlesung mit anschl. Gespräch .....	22
11.3	Orgelcafé in der Annakirche .....	23
11.4	Literatur am Vormittag .....	23
11.5	Literaturkursus am Mittwoch.....	24
11.6	Ausstellungen und Bilderwechsel .....	23
11.7	TheaterTreff <i>seniorTrainerin</i> .....	24
11.8	Theaterprojekt „Aktiv älter werden“ .....	24
12.	Unterstützung und Engagement .....	25
12.1	Werkstatt aktiver Senioren.....	25
12.2	Treffen für Menschen in Trennung und Scheidung .....	25
12.3	Migrantinnen Treff <i>seniorTrainerin</i> .....	26
12.4	Sonntagsfrühstück für Trauernde <i>seniorTrainerin</i> .....	26
13.	Mitarbertreffen, Qualifizierung, Fortbildungen .....	27
13.1	Mitarbeiterbesprechung des Enäw-Teams .....	27
13.2	Reflexionstag der Initiative „Engagiert älter werden“ .....	27
13.3	Talentkompass – Leben (im Alter) planen und gestalten.....	27
13.4	Talentoasen – Nachtreffen der Talentkompassgruppen .....	28
14.	Kooperationen .....	28
14.1	60+ Frühstücks- und Erzählcafé.....	28
14.2	Offenes Singen .....	29
14.3	Reparaturdienst „Senioren helfen Senioren“ .....	29
14.4	Niederländisch.....	29
14.5	Alternativer Männerkreis .....	29

14.6 Sicher & Mobil.....	30
15. Chiffreanzeigen .....	30
15.1 Begegnung und Geselligkeit .....	31
15.2 Bildung und Wissen .....	31
15.3 Hilfen und Engagement.....	31
15.4 Verschiedenes .....	36
16. Ausblick auf die folgenden Monate .....	38
17. Allgemeine Geschäftsbedingungen, Kosten, Spenden.....	38
18. Gütesiegel Weiterbildung.....	39

## 1. Sprechstunde – Beratung – Vermittlung

**montags**  
**9–11 Uhr**

**donnerstags**  
**17–19 Uhr**

**mittwochs**  
**11–13 Uhr**  
**mit Termin**

Unsere wöchentlich angebotenen Sprechstunden sind offen für jeden: Wir hören Ihnen zu. Wir besprechen mit Ihnen, wie Sie unser breites Angebot nutzen können. Wir helfen Kontakte zu finden, besonders wenn man plötzlich allein ist oder neu zugezogen in Aachen. Dazu können Sie in unsere Kartei aufgenommen und je nach Interesse vermittelt werden oder Sie haben die Möglichkeit, in diesem Programmheft eine Anzeige aufzugeben. **Beratung zu Ehrenamt und rund um's Älterwerden** erhalten Sie ebenfalls in unseren Sprechstunden.

Tel. 0241 / 2 11 55

## 2. Sprechstunde zu Pflege und Vorsorge

**Montag**  
**9 Uhr**

**01.02.2016**  
**mit Termin**

In Kooperation mit dem Diakonischen Werk im Kirchenkreis AC: Eine erfahrene Mitarbeiterin der Diakonie steht nach Bedarf für Pflegesprechstunden zur Verfügung. Sie finden Beratung und Unterstützung in folgenden Punkten: •Hilfe und Unterstützung beim Stellen von Anträgen, •Auswahl einer Einrichtung und bei allen Fragen zur Finanzierung, •Fragen rund um Vorsorgevollmacht, Betreuungen, Patientenverfügungen, •Vermittlung von Sozialeinrichtungen der Alten- und Krankenpflege (amb. Dienste, Seniorenheime, Tagespflege, Hospiz).

Leitung: Christa Lardinoix vom Tagespflegehaus des Diakonischen Werkes.  
Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55

### 3. Ehrenamtler/innen gesucht

Hier in der Evangelischen Initiative **ENGAGIERT ÄLTER WERDEN** wird Menschen die Möglichkeit gegeben, ihr Lebens- und Alltagswissen weiterzugeben und eine sinnvolle Aufgabe zu finden.

Das vorliegende Programmheft ist eine aktuelle Zusammenstellung aller Aktivitäten, die durch ehrenamtlich tätige Menschen zustande kommen. Die **Initiative hat sozusagen eine Lotsenfunktion** und unterstützt und vernetzt Aktivitäten und Nachfrage.

#### Und so freuen wir uns ...

... über alle, die in den letzten Monaten neu zu uns gekommen sind, sich hier ehrenamtlich engagieren und Neues anbieten.

#### Aktuell gesucht:

- Mitarbeiter/innen für unsere **Sprechstunden**, ist viel Arbeit, macht aber Spaß ☺
- **Patengroßmütter** und **Patengroßväter** für Familien ohne Großeltern, bzw. ohne Großeltern vor Ort
- **Handwerklich interessierte Männer** zur Mitarbeit in der Werkstatt aktiver Senioren !!!
- **Menschen, die gerne andere unterstützen und ihnen helfen**, z.B. bei Spaziergängen, beim Einkaufen, oder indem sie vorlesen, Gesellschaft leisten, ...
- Mitarbeiterinnen für die **PC-Cafés von Frauen für Frauen**
- **Immer gesucht:** Menschen, die ihre Fähigkeiten und ihr Lebenswissen ehrenamtlich weitergeben möchten.

#### Wir bieten:

Regelmäßige Austauschtreffen im Team und gemeinsame Ausflüge und Feste. Einführung, ggf. Schulung und Qualifizierung sind selbstverständlich. Weitere Einzelheiten erfahren Sie im persönlichen Gespräch. Ansprechpartnerin ist Frau Großmann, Tel. 0241 / 2 11 55. Leider können wir Fahrtkosten und Parkhausgebühren nur in Ausnahmefällen erstatten.

### 4. Büchertausch erneuert



**Unser Bücherschrank hat sich verjüngt und freut sich auf interessierte Leser/innen und neue Tauschbücher.** Getauscht werden kann an allen Veranstaltungen und zu den Sprechzeiten im Annasaal des Gemeindehauses.

## 5. Glaube – Religion – Philosophie – Meditation

### 5.1 Philosophischer Gesprächskreis

montags  
11–12.30 Uhr

bis 21.12.2015  
weiter ab  
11.01. – 14.03.

– *Grundfragen der Menschheit* –

1. Was kann ich wissen? 2. Was soll ich tun? 3. Was darf ich hoffen? 4. Was ist der Mensch? fragt der Philosoph Immanuel Kant. Und wir mit ihm. Ich freue mich auf eine angeregte Kursreihe. Interessierte sind herzlich eingeladen.

Leitung: Dr. Stephan Schank,

Anmeldung: Claus Clausen, Tel. 0241 / 7 99 42

### 5.2 Meditative Kreistänze

Wir tanzen Kreistänze aus verschiedenen Ländern, die „Lebensthemen“ berühren. Im Tanz erfahren wir uns in vielfältiger Weise: Wir kommen zur Ruhe, spüren Freude und Trauer, erleben auch unsere Grenzen, gewinnen Klarheit. Alles ist möglich. Mitzubringen sind Lust an Bewegung und Freude, miteinander zu tanzen. Wir tanzen in Socken oder in leichten, bequemen Schuhen.

Zusätzlich zum Solidaritätsbeitrag bitten wir zu Beginn jeden Kurses (je 4 Treffen) um einen Kostenbeitrag von 10 €.

Leitung und Anmeldung: Erika Hitschler, Tel. 0241/6 10 82

**Advent: „Tänze Licht in dunkler Zeit“**

montags  
10–12 Uhr

30.11., 07.12.,  
14.12., 21.12.

15.02., 22.02.,  
29.02., 07.03.,  
14.03., 21.03.

**Meditative Kreistänze in der Zeit vor Ostern:  
„Die Natur erwacht“**

### 5.3 Mittwochsgebet und Gebetsbriefkasten

Mittwochs um 13 Uhr ist Zeit für Gebet. Innerhalb eines kleinen festgelegten Ablaufs beten wir für persönliche Anliegen, für Kranke, soweit das gewünscht ist, für Angelegenheiten der Initiative und mehr. Anliegen können mitgebracht oder in schriftlicher Form in Gebetsbriefkästen eingeworfen werden, in der Annastraße 35 oder der Frère-Roger-Straße 8-10, jeweils neben der Pinnwand.

mittwochs  
13 Uhr

In den Ferien  
eingeschränkt

Leitung: Gunhild Großmann



## 6. Wohlbefinden – Sport – Gesundheit

### 6.1 Entspannen über das Erlebnis mit Klangschalen

dienstags  
10.30–11.30 h

1. Einheit:  
01.12., 15.12.15  
12.01.2016

2. Einheit:  
26.01., 16.02.,  
01.03.2016

3. Einheit  
15.03., 05.04.,  
19.04.2016

Sie können sich mit den wohltuenden Tönen von **Klangschalen vertraut machen und bei Meditationen und Fantasie-reisen** entspannen.

Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, Socken, Matte, Decke, evtl. Kissen / Knierolle. Da die Teilnehmerzahl begrenzt ist, bitte **unbedingt an- bzw. abmelden unter 0241 / 2 11 55 oder 0241 / 16 82 37 43**

**Neue** Teilnehmer können sich jeweils für **eine 3er Einheit** anmelden.

**Ort: Immanuelkirche, Siegelallee 2, Aachen**

Leitung: Marlene Destunis

### 6.2 Herzprojekte für Frauen

Hier wird das/unser HERZ das Zentrum unserer Betrachtung sein. Ziel dieser Projekte ist es, der Sprache unseres Herzens und unseren Herzensanliegen (größere) Aufmerksamkeit zu schenken und uns damit zu beschenken.

#### 6.2.1. Café zum Herzen



Dienstag  
14.30–16.30 h

23.02.2016

In einer Gruppe (max. 10 Frauen) möchten wir uns mithilfe kreativer Mittel mit dem Thema HERZ unter verschiedenen Aspekten beschäftigen. Thema wird diesmal sein: „Märchen mit Herz“.

Leitung: Dagmar Görreßen-Heins, Gunhild Großmann  
Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

### 6.3 Orientalischer Tanz

mittwochs  
16–17 Uhr  
bis 16.12.2015  
dann wieder  
ab April 2016

Tänzerische Gymnastik zu afrikanischer und orientalischer Musik für Frauen ab 50. Eine Anmeldung ist notwendig, die Teilnehmerzahl ist auf 10 Personen begrenzt.

Leitung: Elfi Khraifi-Grohall, Tanzpädagogin  
Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 6.4 Phantasiereisen

**freitags**  
**17.15–18.15 h**

**08.01., 22.01.,**  
**05.02., 19.02.,**  
**04.03., 18.03.**

Ich lade Sie ein, mit mir in der Phantasie zu reisen! An innere Orte, die Sie jederzeit besuchen können, um dort – auch mitten im Alltag – Ruhe und Entspannung zu finden. Bringen Sie dazu bitte mit: bequeme Kleidung, Socken, Decke, Kissen.

Leitung: Petra Dickmeis

Anmeldung: 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 6.5 Sport ab 60

**1. mittwochs**  
**10.30–11.30 h**

**2. freitags**  
**10.30–11.30 h**

Leichte Gymnastik zur Lockerung und Förderung der Gesundheit. Die Teilnehmerzahl ist jeweils auf 12 begrenzt, daher ist eine Anmeldung aber auch Abmeldung notwendig, damit Interessentinnen von der Warteliste nachrücken können.

Es handelt sich um zwei verschiedene Gruppen.

Leitung: Vera Keuler

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

Änderungen werden von Frau Keuler kurzfristig mitgeteilt, da sie durch Erkrankung der Enkelkinder nicht vorhersehbar sind.

## 6.6 Vital und gesund ?!

**Donnerstag**  
**15.30–17 Uhr**

**17.03.2016**

*Durch Ernährung neuen Schwung gewinnen!*

Gesund leben zahlt sich aus. Was wir essen bleibt nicht ohne Folgen. Wissenschaftler betonen, welche große Bedeutung eine gesunde Ernährung für unsere Fitness hat. Wie Sie positiv Einfluss nehmen können auf Ihre Gesundheit, erfahren Sie in diesem Vortrag. Anschließend wird ein 15minütiger Film gezeigt. Ich lade Sie herzlich mit einer ausgesuchten

Köstlichkeit dazu ein. **Kostenumlage 5 €**, inkl. Informationsmaterial.

Leitung: Gabriele Volkmer, ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB,

Anmeldung: Tel. 0241 / 8 37 35

## 6.7 Vital und gesund ?! – Offene Fragestunde

Donnerstag  
15.30–17 Uhr

07.04.2016

### *Mit kulinarischer Kostprobe*

Gesundheit ist ein Stück Lebensfreude, die man sich erhalten kann.

Gerade in der heutigen Zeit wird es immer wichtiger, die Zusammenhänge zwischen unserer Ernährung und unserer Gesundheit zu kennen und diese dann umzusetzen! Wissenschaftler betonen, welchen großen Einfluss eine vitalstoffreiche

Ernährung auf unsere **Vitalität** und unser gesamtes **Wohlbefinden** hat.

Themen könnten sein:

- Wie kann ich positiv Einfluss nehmen auf meine Gesundheit?
- Vitalstoffreiche Ernährung: was ist das? wie wirkt sie?
- Tipps und Tricks rund um Einkauf, Zubereitung sowie Umsetzung am heimischen Herd.
- 

Leitung: Gabriele Volkmer, ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB,

Anmeldung: Tel. 0241 / 8 37 35

## 7. Begegnung und Geselligkeit

### 7.1 Kontakt-Café

Donnerstag  
15–17 Uhr

03.03.2016

Immer wieder kommen Menschen mit verschiedensten Interessen in unsere Sprechstunden, die Kontakte zu anderen mit ähnlichen Interessen suchen.

In unserem Kontakt-Café bieten wir die Möglichkeit, direkt andere Menschen kennenzulernen und nicht erst über den telefonischen Umweg. Wer also andere sucht, um gemeinsam etwas zu unternehmen, spazieren oder ins Theater zu gehen,

einfach zum Klönen, oder oder oder, ist herzlich eingeladen in unser Kontakt-Café.

Bitte melden Sie sich vorher an unter Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro).

## 7.2 Der Dienstagstreff

**dienstags**  
**15 Uhr**

Sind sie oft allein und suchen neue Kontakte und ein bisschen Geselligkeit? Bei einer Tasse Kaffee lernen wir uns kennen und verabreden uns für neue Aktivitäten. Zur Zeit können wir leider keine Neuen aufnehmen. (Max. Teilnehmerzahl 16).

**Ort: Café M in Aachen-Burtscheid, Dammstr. 29**

Leitung: Ilse Körting, Tel. 0241 / 1 60 69 34  
Margret Leyendecker, Tel. 0241 / 6 58 01

## 7.3 Der Mittwochstreff

**mittwochs**  
**15 Uhr**

**jeden 1. und**  
**3. Mittwoch**  
**im Monat**

Dies ist ein gemütlicher Kaffeenachmittag von Frauen, die Geselligkeit suchen. Hier wird die Möglichkeit geschaffen, sich besser kennenzulernen, um dann evtl. auch etwas anderes miteinander unternehmen zu können.

**Ort: Café Liège, Goethestraße**

Leitung: Ulrike Wiesmann, Tel. 0241 / 7 51 62  
Neue Interessenten bitte vorher anmelden, da sich der Treffpunkt schon mal ändern kann.

## 7.4 Frauenstammtisch „ab 40“

**jeden**  
**2. Donnerstag**  
**im Monat**  
**19 Uhr**

**Ausnahme:**  
**21.01.2016**

Wir sind ein Kreis von Frauen ab 40 Jahren, treffen uns einen Donnerstag im Monat, klönen und planen gemeinsame Unternehmungen. Gesellige und aufgeschlossene Frauen sind bei uns herzlich willkommen. Bitte rufen Sie vorher an.

**Ort: Restaurant „Wehrhafter Schmied“, Jakobstr. 26**

Leitung: Helga Plum, Tel. 0241 / 87 38 57  
Ute Huppertz, Tel. 0241 / 50 22 94

## 7.5 Frauenstammtisch von „Engagiert älter werden“

**freitags**  
**18.30 Uhr**

Hier können sich Frauen kennen lernen, miteinander sprechen und Erfahrungen austauschen. Sie haben auch Gelegenheit, Verabredungen zu treffen, eventuell schon für das folgende Wochenende. Aus den Stammtischen entwickeln sich spontan viele Aktivitäten im Schneeballsystem, die im Programmheft nicht extra aufgeführt werden. (Maximale Teilnehmerzahl 10).

**Ort: Restaurant Quelle, Kapellenstraße 1**

Leitung: Margret Leyendecker, Tel. 0241 / 6 58 01

## 7.6 Freizeitgestaltung ohne Alkohol

Als Gruppe von Menschen jeder Altersstufe (ggf. auch Kinder) planen wir einmal im Monat verschiedene Unternehmungen ohne Alkohol mit Rucksackverpflegung.

**So. 13.12.2015**  
**09.30 Uhr**  
**AC-Hbf**

Anmeldungen eine Woche vorher bei Herrn Rösgen,  
Tel. 0241 / 2 12 30.

**Kurzstrecke 6 km ab Zerkall**

Nideggen: Adventsfest zwischen den Toren, Burgenmuseum,  
Nationalpark-Tor

**Sa. 16.01.2016**  
**09.30 Uhr**  
**AC-Bushof**

**Alte Bauernhöfe rund um Eynatten: 13 km**

**So. 21.02.2016**  
**09.30 Uhr**  
**AC-Hbf**

**Nationalpark-Thementour 5: Orte der Kraft**  
10 km ab Mariawald

**Sa. 19.03.2016**  
**10.00 Uhr**  
**AC-Bushof**

**Struffelt-Route (u.a. Wildschweingehege)**  
10 km ab Roetgen

## 7.7 Frauengruppe „Wir tun uns gut“

**donnerstags**  
**10–12 Uhr**

**14tägig**  
**10 Treffen**

Erinnern Sie sich noch? Ich bin eine „Alt 68erin“ und jetzt mit 69 Jahren immer noch neugierig auf das Leben. Mit ein wenig Sehnsucht erinnere ich mich an jene gesellschaftlichen und politischen Umbruchzeiten, besonders für uns Frauen: Überall bildeten sich damals Frauengruppen, wir haben uns gegenseitig gestärkt, uns Kraft für ein selbstbestimmtes Leben gegeben, wir haben zusammen gelacht und geweint, wir wurden mutig.

Leider sind Frauengruppen in der heutigen Zeit etwas „aus der Mode“ gekommen. Umso mehr möchte ich noch einmal den Versuch wagen, eine Frauengruppe zum Leben zu erwecken. In den letzten zwei Jahren starteten zwei Gruppen, eine intensive, fröhliche und auch nachdenkliche Zeit mit vielen neuen Kontakten. Und jetzt noch ein neuer Versuch, ich bin gespannt auf die Frauen.

Ich bin aus dem aktiven Arbeitsleben (Lehrerin an einem Berufskolleg) ausgeschieden, habe immer noch Lust auf eine belebende, humorvolle und neugierige Frauengruppe, auf das: „Wir tun uns gut!“

Mit anregenden Übungen, kreativen Methoden und natürlich mit spannenden Impulsen von Ihnen freue ich mich auf aufgeschlossene Frauen!

Neuaufnahmen z.Z. nicht möglich, ein neuer Kurs beginnt im April 2016.

Leitung: Hanne Gertz

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 7.8 Es gibt nichts Gutes, außer man tut es (E. Kästner)

**donnerstags**  
**11–12.30 Uhr**

**14.01., 28.01.,**  
**11.02., 25.02.,**  
**10.03., 21.04.**

Die Gruppe ist für neugierig gewordene Frauen der „Alt-68er“ und für Frauen, die schon an der Frauengruppe „Wir tun uns gut“ teilgenommen haben und sich weiterhin in einer Gruppe treffen möchten:

Wir 68er Frauen treffen uns und tun uns gut. In die reiferen Jahre des Lebens gekommen, wollen wir Schönes und Schweres, Helles und Dunkles, Nahes und Fernes, unsere vielfältigen Lebenserfahrungen gemeinsam reflektieren und im Hier

und Jetzt des Älterwerdens im gemeinsamen Schulterschluss Lebensqualität vertiefen. In Gesprächen, Unternehmungen, in gegenseitiger Zuwendung wollen wir uns einfach nur „gut tun“.

Leitung: Mechthild Busch

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 7.9 Montags-Wanderungen

**montags**  
**10.00 Uhr**

Wir wandern jeden Montag um 10.00 Uhr ab „Arche“, Schurzelter Str. 540. Zügig geht es durch Wald und Flur. Sie erreichen die „Arche“ mit den Buslinien: 25, 35, 45, 55, 33. Haltestelle ist Reutershag. Wir freuen uns, wenn Sie mitwandern. Haben Sie Fragen, dann rufen Sie bitte an.

**Ort: „Arche“, Schurzelter Str. 540**

Leitung: Otto Rosenthal, Tel. 0241 / 8 59 79  
Ingeborg Schaeffer, Tel. 0241 / 87 13 43

## 7.10 Spielen u. Spielgruppen in „Engagiert älter werden“

**montags**  
**14–17 Uhr**

Der Montags-Termin wird von vielen genutzt. Neue Mitspieler / innen sind herzlich willkommen.

**Rummycup – Rommé – Doppelkopf ...**

Leitung: Elke Sarvaas, 02407 / 91 71 56

**freitags**  
**14–17 Uhr**

**Canasta**

Neue Mitspieler/innen mögen bitte Rücksprache mit Juliane Jakubeit aufnehmen über Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 7.11 Kochen in „Engagiert älter werden“

Zwei Gruppen kochen mittwochs und donnerstags und essen gemeinsam. Neuaufnahmen sind momentan nicht möglich.

## 7.12 Kegelkreis am Nachmittag

**jeden**  
**1. Dienstag im**  
**Monat**

**15–18 Uhr**

An jedem 1. Dienstag im Monat treffen wir uns beim „Wehrhaften Schmied“ in der Jakobstraße zu einer fröhlichen, geselligen Kegelerunde. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Neue Leute, ob Frau, Mann oder Ehepaar sind herzlich jederzeit willkommen.

**Ort: Kegelbahn im „Wehrhaften Schmied“**

Leitung: Karin Mooshak  
Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 7.13 Flötenkreis „Flauto Amabile“

**mittwochs  
18–20 Uhr**

**2 bis 4 mal  
monatlich**

Die Blockflöten-Gruppe „Flauto amabile“ besteht z. Z. aus vier Personen, die sich der barocken und modernen Blockflötenmusik widmet und damit auch gelegentlich auftritt. Interessierte mit Taktsicherheit und sehr guten Flötenkenntnissen sind herzlich eingeladen mitzuspielen.

**Ort: Privat, bitte erfragen**

Leitung: Dr. Karl Schulz, Tel. 0241 / 7 01 82 95

## 8. Bildung und Wissen

### 8.1 Das PC-C@fé am Mittwoch

**mittwochs  
14–16 Uhr**

Wir begleiten Sie beim Surfen im Internet und geben Hilfestellungen. PCs sind vorhanden oder bringen Sie Ihren Laptop mit. *Hier können noch Teilnehmer/innen dazukommen.*

Leitung: Dennis Metzdorf und Team

### 8.2 Das PC-C@fé am Donnerstag

**donnerstags  
14–16 Uhr**

Einführung in die Welt des Computers, E-Mail senden, Word, Internettipps, gemeinsam googlen u.v.m. an vorhandenen PCs oder bringen Sie Ihren Laptop mit.

Haben Sie ein Problem mit ihrem Computer, die ehrenamtlichen Mitarbeiter des PC-Cafés helfen gern.

Leitung: Rüdiger Lange, Dennis Metzdorf u.a.

### 8.3 Das PC-C@fé für Frauen am Dienstagmorgen

- Das heißt: Wir sitzen mit unseren Computern in netter Runde zusammen;
- ihr macht das, was ihr gerne mit eurem Computer machen möchtet, wie zum Beispiel eine E-Mail schreiben, im Internet surfen oder dort etwas suchen („googeln“), Fotos von eurer Kamera auf dem Computer speichern, Texte schreiben und vieles mehr. Auch das Thema „Handy“ (Smartphone-Nutzung, SMS schreiben etc.) findet beim PC-C@fé für Frauen seinen Platz.
- und ich? Ich untertütze euch dabei.



**dienstags  
09.30–11 Uhr**

**nicht in den  
Ferien**

Und falls einmal mehrere von Euch an einem gemeinsamen Thema zum Umgang mit dem Computer interessiert sind, können wir uns auch das gerne zusammen anschauen. 4 bis max. 5 Teilnehmerinnen pro Termin.

Anmeldung für Neue: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro).

Wöchentliche Anmeldung Online-Anmeldung:

**www.moreganize.de**, Anmeldungslink wird per E-Mail versandt; bei Anmeldungen immer Name, Telefonnummer und E-Mail-Adresse angeben!!! Gerne auch schon das/die Themen in Kommentar reinschreiben. Dort könnt ihr auch direkt sehen, zu welchen Terminen noch Plätze frei sind.

Da ich die Gruppe allein leite, ist die Teilnehmerzahl begrenzt und eine **Anmeldung für jeden Termin verbindlich – sagt also bitte ab**, wenn ihr nicht kommen könnt, selbst wenn es kurzfristig ist.

Solibeitrag: 3 € pro Termin.

Leitung: Andrea Martin, pc-cafe-andrea@gmx.de, Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## **8.4 MouseMobil – Computereinführung**

### **Für Anfänger und Fortgeschrittene**

Die vorstehenden Angebote sind für Menschen, die beweglich sind. MouseMobil ist für alle, die nicht mehr so beweglich sind oder durch die Pflege von Angehörigen nur schlecht aus dem Haus kommen. Wenn Sie trotzdem gerne die Möglichkeiten von Computer, Internet und E-Mail ganz unverbindlich kennen lernen oder weiter schulen möchten, sind die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen von MouseMobil gerne für Sie da.

In ca. sieben Besuchen bei Ihnen Zuhause werden Anfänger/innen Schritt für Schritt in den Umgang mit Computer und Internet eingeführt. Fortgeschrittene werden individuell unterstützt. Ein eigener Computer ist nicht nötig. Die ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen bringen bei Bedarf einen Laptop mit.

**Für alle, die diesen Service nutzen möchten: Anmeldung unter  
Tel. 0241 / 2 11 55.**

## **8.5 Kreatives Schreiben**

**montags  
18–19.30 Uhr  
04.04.2016**

Es geht weiter im April.

Leitung: Vera Klee

Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 8.6 Gripsgymnastik – ohne Vorkenntnisse

**donnerstags  
13–14 Uhr**

**19.11. – 17.12.  
weiter ab  
11.02. – 17.03.**

Gripsgymnastik ist ein Angebot speziell für Menschen in der zweiten Lebenshälfte, um die geistigen Fähigkeiten wie logisches Denken, Konzentration und Kreativität zu trainieren und bis ins hohe Alter zu erhalten.

Um nicht nur auf abrufbares Wissen zurückzugreifen (wie dies z. B. beim Kreuzworträtsel oder Quiz der Fall ist), werden Übungen vorwiegend aus dem Zahlenbereich, dem räumlichen Vorstellungsvermögen und sogenannte Denksportaufgaben ausgewählt.

Dies dient dazu, sich mit neuen, ungewohnten geistigen Inhalten zu beschäftigen und dadurch seinen „Grips“ zu trainieren.

Zu Beginn eines Kurses werden Fingerübungen gemacht, die die Hirndurchblutung steigern und die Koordination trainieren.

Man muss keine Vorkenntnisse haben (es reicht in der Regel die Kenntnis des Einmaleins), man sollte aber gerne tüfteln und Freude am Denken haben. Max. 12, mind. 5 Teilnehmer.

In Zusammenarbeit mit der Bürgerstiftung Lebensraum Aachen.

Leitung: Dr. Brigitte Beier, Tel. 0241 / 5 83 48

## 8.7 Schriftstücke aus Sütterlin-Schrift übertragen

**1. und 3.  
Mittwoch  
10.30–12 Uhr**

**02.12., und  
16.12.2015,  
20.01., 03.02.,  
17.02., 02.03.,  
16.03.2016**

Interessenten/innen treffen sich im Gemeindehaus, bringen Sütterlin-Texte mit und/oder übertragen, was andere an Schriften gebracht oder mit dem Vermerk „Sütterlin“ geschickt haben. Für Rücksendungen bitte einen frankierten Umschlag mit Anschrift beigefügen.

Aufträge sind willkommen, da sich viele gefunden haben, die Sütterlin übertragen können. Sehen Sie doch mal in Keller oder Speicher nach, ob sich dort Interessantes versteckt, das Sie gerne für die jüngere Generation lesbar machen würden. Oder erzählen Sie davon weiter. *Neue Mitarbeiter/innen, die Sütterlin oder auch ältere Schreibweisen lesen können, sind herzlich willkommen!*

Leitung: Agnes Charlier, Christine Eichstädt

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 9. Wanderungen – Ausflüge – Exkursionen

**Für alle Fahrten Wanderungen / Naturführungen gilt:** Jede/r Teilnehmer/in geht auf eigenes Risiko und eigene Haftung mit.

### 9.1 Naturführung mit Frau Lenze

Dienstag  
11 Uhr  
15.03.2016

**Die Wurm entdecken – Teil 4.** Unter diesem Motto bietet die Naturführerin Gisela Lenze eine 4-stündige Wanderung an. **Treffpunkt ist um 11 Uhr der Parkplatz „Am Blauen Stein“**, Paulinenwäldchen Würselen.  
Für die Wanderung gilt: wetterentsprechende Kleidung und Rucksackverpflegung.

Leitung: Gisela Lenze

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 oder 0241 / 9 69 06 48

### 9.2 Narzissenwanderung um die Emmaburg mit Frau Sosinka

Mittwoch  
23.03.2016

Abfahrt Aachen Bushof. Zeit je nach Wetterlage. Bitte einige Tage vorher Kontakt zu Frau Sosinka aufnehmen zwecks genauer Abstimmung.

Leitung, Anmeldung: Irene Sosinka Tel. 0241 / 50 64 36

### 9.3 Wanderung mit Herrn Schönrock

Für die Wanderung gilt: Wetterfeste Kleidung und Schuhe, Picknick aus dem Rucksack.

Dienstag  
10 Uhr  
29.03.2016

**„Eifel-Blicke“**

Parkplatz „Marienplatz“ in 53937 Schleiden-Gemünd.  
5 Stunden (14 km), Schwierigkeitsgrad: mittel

Leitung, Anmeldung, Infos: Wolfgang Schönrock

Tel./Fax 0241 / 17 46 00 oder Mobil 0174 19 63 359 zur Verabredung von Fahrgemeinschaften (5€)

## 10. Sprachen

Alle Sprach(auffrischungs)kurse finden in Zusammenarbeit mit dem Evangelischen Erwachsenenbildungswerk (EEB) statt.

Es handelt sich um laufende Kurse, zu denen neue Interessent/innen nach Absprache dazukommen können.

### Es gelten folgende Kosten:

- 6 € / 8 € pro Trimester (4 Monate) als Aufwandsentschädigung für die Referenten, zahlbar bei Anmeldung, bzw. vor der ersten Teilnahme, bar im Büro der Initiative.
- Pro Treffen 1,50 € Solidaritätsbeitrag

### 10.1 Englisch für Anfänger

montags  
17–19 Uhr

Do you speak English? No? Let´s start!

Hier lernen Sie die Handhabe der englischen Sprache in den wichtigsten Situationen im Alltag, Beruf oder auf Reisen und bauen so Sprachbarrieren ab. Im Mittelpunkt des Kurses steht die Konversation sowie das Verstehen einfacher Texte.

We are looking forward to your visit.

Leitung, Infos: Michael Scholz, E-Mail: [micha0881@gmail.com](mailto:micha0881@gmail.com)  
Der Kurs hat am 02.11.2015 begonnen und ist voll.

### 10.2 Französisch für Fortgeschrittene

montags  
10 – 11.30 Uhr

Leitung: Wieland Wegener

bis 21.12.2015  
ab 11.01.2016

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

### 10.3 Französisch mit geringen Vorkenntnissen

montags  
14–15 Uhr

Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt und momentan voll.

Leitung: Robert André Gagnon

ab 11.01.2016  
nicht 29.02.

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 10.4 Französisch-Grundkurs mit Vorkenntnissen

montags  
12.30–13.30 h

ab 11.01.2016  
nicht 29.02.

Die Teilnehmerzahl ist auf 14 begrenzt und momentan voll.

Leitung: Robert André Gagnon

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 10.5 Französisch Konversation

montags  
16.15–17.45 h

ab 11.01.2016  
nicht 29.02.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt und momentan voll.

Leitung: Robert André Gagnon

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 10.6 Englisch-Stammtisch

donnerstags  
19–20.30 Uhr  
bis 10.12.2015  
ab 07.01.2016  
14tägig

We meet every two weeks in the evening to improve our communication skills. You are welcome!

Leitung: Anke Murray, Tel. 0241 / 1 69 86 66

**Änderung:** Ab Januar 2016 in ungeraden Kalenderwochen.

## 10.7 Latein für Fortgeschrittene

montags  
10.30–12 Uhr  
07.12. und  
14.12.2015  
11.01., 18.01.,  
25.01., 01.02.,  
15.02., 22.02.,  
29.02., 07.03.,  
14.03.2016

Wir erarbeiten lateinische Texte und Sprachübungen. Die Textauswahl geht vom römischen Germanien bis ins Christentum. Sporadisch lesen wir auch Abschnitte aus römischer Literatur.

Leitung: Agnes Charlier

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 11. Kulturelles und kreatives Miteinander

### 11.1 Amüsante Lesung für starke Frauen und Männer, die solche mögen

**Mittwoch**  
**15.30–17 Uhr**  
**16.12.2015**

Leitung: Ursula Becker.

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

Die Beiträge sind dem Buch „Oh danke, ich mach das schon selbst“, aus der Oh-Reihe von rororo entnommen.

Frauen werden in diesen Beiträgen von Autoren liebevoll beschrieben. In einigen Fällen aber auch mit Ironie ein kritischer Spiegel vorgehalten, in dem Frau sich erkennen kann, wenn sie es möchte.

Ein Aphorismus aus berühmter Feder:

„Es ist absolut sinnlos, die Frauen verstehen zu wollen, wo doch ihr Hauptreiz in der Unergründlichkeit liegt.“ (Alfred Hitchcock)

### 11.2 Buchvorstellung und –Vorlesung mit anschl. Gespräch

**mittwochs**  
**15.30 Uhr**  
**20.01.2016**

Leitung: Marlies Funk

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

#### **"Mir kann doch nichts geschehen"**

Eine Annäherung an das Leben der Else Ury, die literarische Mutter der bekannten Nesthäkchenbücher, wohl vielen von uns noch in bester Erinnerung, denn selbst unsere Mütter und Großmütter kannten noch das Nesthäkchen Annemarie Braun

**24.02.2016**

#### **"Die Hochzeit der Chani Kaufmann" –**

ein Buch von Eve Harris

Chani Kaufmann ist hübsch, intelligent und hat ihren eigenen Kopf – nicht die besten Voraussetzungen auf dem hartumkämpften jüdisch-orthodoxen Heiratsmarkt. Eine ich sich geschlossene Welt – kenntnisreich und mit großem Einfühlungsvermögen und mit feinem Humor beschrieben...

### 11.3 Orgelcafé in der Annakirche

**mittwochs**  
**10.15–12 Uhr**

**24.02.2016**

Orgelcafé, das heißt **Orgelkonzerte am Vormittag** mitten in der Woche. Zuerst gibt es ab 10.15 Uhr Kaffee und belegte Brötchen. Klaus van den Kerckhoff, Organist der Kirchengemeinde Aachen, wird dann gegen 10.50 Uhr in das Orgelkonzert einführen. Was jeweils gespielt wird, wird vorher über den Schaukasten bekannt gegeben.

Leitung: Gunhild Großmann und Team

Anmeldung für das Frühstück ( 5 € ): Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

### 11.4 Ausstellungen und Bilderwechsel

Es hängen Bilder an unseren Wänden! Im 4-Monats-Rhythmus wechseln die ausstellenden (Hobby-) Künstler/innen.

Besichtigungen sind nach Absprache möglich und während der Sprechstunden, montags 9–11 und donnerstags 17–19 Uhr.

Die Bilder von Dr. Günter Scholz sind noch bis Ende Dezember 2015 zu sehen.

Ab Ende November bis Ende Dezember wird eine außergewöhnliche Bildpräsentation im Annasaal sein. Die Vernissage findet am Freitag, 27.11.2015 von 17 bis 20 Uhr statt. Die Künstlerin Nellie Goldstein freut sich, mit Ihnen über ihre Bilder ins Gespräch zu kommen.

Ein neuer Bilderwechsel im ganzen Haus findet im Januar 2016 statt.

### 11.5 Literatur am Vormittag

**dienstags**  
**10–11.30 Uhr**

**14tägig**

Gesprächskreis für aktuelle Literatur mit Kaffee.  
Kostenbeitrag 3,50 €, mit Frühstück 5 €.

Leitung / Anmeldung:

Renate Brün, Tel. 0032/87/552857 oder  
Tel: 0241-56520003 oder  
E-Mail: bibliophil.brun@skynet.be

## 11.6 Literaturkursus am Mittwoch

mittwochs  
18–19.30 Uhr

14tägig

Kostenbeitrag 3,50 €, mit Frühstück 5 €.

Leitung / Anmeldung:

Renate Brün, Tel. 0032/87/552857 oder

Tel: 0241-56520003 oder

E-Mail: bibliophil.brun@skynet.be

## 11.7 TheaterTreff

seniorTrainerin

freitags  
12 Uhr

in der Regel  
am 2. Freitag  
im Monat

Wir gehen einmal im Monat gemeinsam ins Theater und besprechen die Aufführungen an einem separaten Termin mit der Theaterpädagogin. Neuaufnahmen sind zur Zeit nicht möglich.

Leitung / Anmeldung:

Hanna Retzlaff, Tel. 0241 / 1 39 45, hanna.retzlaff@web.de

## 11.8 Theaterprojekt „Aktiv älter werden“

dienstags  
10–12 Uhr

auch in den  
Ferien

In Kooperation mit der

**bürgerstiftung**

Aktiv älter werden – wieder das  
„Spielen“ lernen!



**Ein Einstiegskurs für theaterbegeisterte Senioren. Ab  
08. Dezember können wieder 4 bis 5 Neue hinzukommen.**

Aus dem reichen Erfahrungsschatz älterer Menschen lassen sich gute, spannende, lustige, vielleicht auch traurig anrührende Geschichten erzählen. Aus autobiografischen Ansätzen heraus können mit theatralischen Mitteln diese Erinnerungen in szenisches Spiel umgesetzt werden.

Die Umsetzung in „Bilder“ wird angestrebt durch Techniken der Schauspielkunst:

- Übungen für Körper, Sprache und Ausdruck
- und künstlerische Methoden – Verfremdung, Übertreibung, Symbolik u.v.m.



Eigene Erfahrungen und das Leben um uns herum sollen die Inspirationsquellen sein, mit denen gearbeitet wird.

Begonnen wird mit Aufwärmübungen und spielerischer Improvisation. Leichte Theaterübungen ebnen den Weg zum Spielen von ganzen Stücken. Auch einfache Formen des Tanzes und des Gesangs können eingebaut werden.

Die Lebens- und Zeitgeschichte der Beteiligten, der Eintritt ins Pensions- und Rentenalter und das Leben als älterer Mensch heutzutage in Familie und Gesellschaft kann thematisiert werden. Das Spielen in der Gruppe bringt eine anregende Abwechslung in den Alltag.

Leitung: Rena Zieger, Theaterpädagogin BuT

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

## 12. Unterstützung und Engagement

### 12.1 Werkstatt aktiver Senioren

**mittwochs  
14–18 Uhr**

**nicht in den  
Ferien**

Wir sind momentan vier engagierte Senioren, die kleine Möbelreparaturen durchführen (auch für andere), Nistkästen bauen, Kindermöbel instand setzen, Stühle leimen u.ä.

**Wir würden uns über weitere handwerklich engagierte Rentner / Handwerker freuen, die Lust haben, mitzumachen.**

Leitung / Anmeldung: Paul Mertens, Tel. 0241 / 7 17 45

### 12.2 Treffen für Menschen in Trennung und Scheidung

**dienstags  
18.30–21 Uhr**

**bis 08.12.2015  
weiter  
ab 12.01.  
bis 22.03.2016**

Eine Gesprächsgruppe für getrennte und geschiedene Menschen ab 50 Jahren, die sich über ihre Erfahrungen, ihre Trauer, ihr „Loslassen“ austauschen möchten und Unterstützung und Perspektiven suchen.

Leitung / Moderation: Martin Etzbach

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

### Sprechen Sie deutsch mit uns!

freitags  
10.30–12 Uhr  
nicht in den  
Ferien

Das wünschen sich Aachenerinnen und Migrantinnen, die sich in einer Gesprächsrunde zusammengefunden haben.

Einmal wöchentlich kommen die Teilnehmerinnen zusammen – immer mindestens fünf aus Aachen und bis zu zwölf Zuwanderinnen aus verschiedenen Herkunftsländern. Gesprochen wird deutsch und auch schon mal mit Händen

und Füßen über selbst gewählte Themen. Hierbei geht es darum, möglichst viele Kontakte zwischen Aachener „Stammbürgerinnen“ und zugewanderten Menschen aus anderen Kulturen aufzubauen. Das geschieht über das Sprechen wie auch über konkrete Aktionen.

Und wie nebenbei wird die Sprache flüssiger und wie von selbst erfahren die „Hiesigen“ vieles über die Lebensweisen, Sorgen und Wünsche der Menschen, die einst fremd in dieses Land gekommen sind.

Gewinn gibt es auf beiden Seiten, die einen werden heimischer, die anderen erfahren etwas über Leben und Denken eines anderen Volkes, bringen ein besseres Verständnis für Integrationsprobleme in Deutschland auf und können praktische Hilfe geben. Neue Gesichter (auch Ihres?) sind willkommen!

Leitung / Anmeldung: Sabine Rosenbrock, Tel. 0241-50 64 94

sonntags  
10–12 Uhr

13.12.2015  
10.01., 21.02.,  
13.03.2016

In Kooperation mit dem DRK Aachen.

Einmal monatlich treffen sich alleinstehende Frauen und Männer, die sich nach dem Tod eines nahen Angehörigen allein zurechtfinden müssen, zu einem Sonntagsfrühstück. Hier soll Raum sein, um über das Erlebte zu sprechen, Kontakte zu Menschen in ähnlicher Lebenssituation aufzunehmen und so aus der eigenen Isolation aufzubrechen. Vielleicht ergeben sich Möglichkeiten der gemeinsamen Freizeitgestaltung oder es finden sich neue Gesprächspartner/innen, die Zeit und Verständnis füreinander haben.

**Ort: DRK Aachen, Robensstraße, Öffentlichkeitsarbeit**

Leitung: Hildegard Etbach

Umlage fürs Frühstück: ca. 4,50 €

Anmeldung: Tel. 1 80 25 55 (DRK) oder Tel. 6 61 38 (H. Etbach)

## 13. Arbeitertreffen, Qualifizierung, Fortbildungen

### 13.1 Mitarbeiterbesprechung des Enäw-Teams

donnerstags  
15–17 Uhr

Jede Woche trifft sich das ehrenamtliche Leitungsteam mit den Hauptamtlichen zur Besprechung. Supervision von Beratung und Vermittlung findet dort genauso ihren Platz wie Organisatorisches, Konzeptionelles und die Tasse Kaffee.

### 13.2 Reflexionstag der Initiative „Engagiert älter werden“

Donnerstag  
11–17 Uhr

18.02.2016

Dreimal jährlich veranstaltet die Initiative einen Reflexionstag, um über Fragen ihrer Arbeit neu nachzudenken bzw. sie zu verbessern.

Leitung: Gunhild Großmann, Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

### 13.3 Talentkompass – Leben (im Alter) planen und gestalten

10–17 Uhr

14.03., 15.03.,  
05.04., 06.04.,  
07.04.2016

Wie geht es weiter, wenn die Kinder aus dem Haus sind, die Pensionierung vor der Tür steht oder sich schon vorher beruflich „aus Altersgründen“ keine neue Aufgabe mehr findet. Vielleicht reisen oder tun, was man immer schon mal tun wollte – und danach?

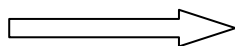
Sind Sie mit Ihrer Lebenssituation unzufrieden und wissen nicht, was und wie Sie daran etwas ändern können?

Möchten Sie sich bewusst vorbereiten auf den Ruhestand / die Pensionierung — auf die „Freiheit“ des Älterwerdens? So sind Sie hier richtig.

**Diese Fortbildung hilft Ihnen, sich zu orientieren und Ihr Leben nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen aktiv zu gestalten.**

Dazu entwickelt jede/r Teilnehmer/in einen persönlichen Talentkompass, der hilft ...

- die eigenen Fähigkeiten, Interessen und Werte zu erkennen,
- das persönliche Potenzial einzuschätzen,
- neue Ideen für Ihr Leben zu entwickeln,



- ein eigenes Ziel möglichst genau zu benennen und
- erste Schritte in die beschriebene Richtung zu gehen

### 13.4 Talentoasen – Nachtreffen der Talentkompassgruppen

Nach den Talentkompass-Fortbildungen in 2014 und 2015 war das Bedürfnis nach weiteren Treffen und Austausch groß.

**10–12.30 Uhr**

So entstanden die „Talentoasen“, an denen Austausch und Weiterentwicklung der Lebensziele im Vordergrund steht, aber auch die gegenseitige Unterstützung.

**25.01.2016**

**Talentoase für die Gruppe aus 2015**

**15.02.2016**

**Talentoase für die Gruppe aus 2014**

## 14. Kooperationen

### 14.1 60+ Frühstücks- und Erzählcafé

Gemeinsam frühstücken, erzählen und hören, was andere denken und bewegt, dazu sind alle Interessierten herzlich eingeladen. Wir bitten um 4 € Unkostenbeitrag für das Frühstück

**donnerstags  
9.30–11.30 h**

**18.01.2016**

**Erinnerungsgegenstände – gegen das Vergessen**

Fotos und Gegenstände können mitgebracht werden

**17.03.2016**

**„Erst die Arbeit, dann das Vergnügen“**

Alte Aussagen, die unser Leben bis heute prägen

Ort: Ev. Immanuelkirche, Siegelallee 2, Burtscheid

Leitung / Anmeldung: Gunhild Großmann , Tel. 0157 / 87 05 93 79

## 14.2 Offenes Singen

Alle singfreudigen Menschen sind eingeladen, gemeinsam Volkslieder, Kirchenlieder, ... nach Wunsch zu singen.

**dienstags**  
**10 – 11.30 Uhr**

**02.02.2016**  
**08.03.2016**

Nicht das Können, sondern die Freude am Singen steht im Vordergrund.

Eine Anmeldung ist nicht nötig.

Ort: Ev. Immanuelkirche, Siegelallee 2, Burtscheid

Leitung: Gunhild Großmann

## 14.3 Alternativer Männerkreis

**dienstags**  
**09.30–12 Uhr**

„Themen führen zusammen – Gemeinschaft ist das Ziel“: Gerade im dritten Drittel unseres Lebens können wir uns den „Luxus“ erlauben, die Breite und die Tiefe des Lebens zu ergründen. Nicht ausschweifend oder gar kostspielig, nein, ganz einfach und bodenständig wird das möglich. Wir vom Männerkreis im Westen unserer Stadt arbeiten aktiv daran. So ist unser Programm eine Einladung an alle Senioren, die neugierig sind und Lust verspüren, bei uns mitzutun.

**Ort: Arche, Schurzelter Straße 540**

Leitung: Ortwin Vahle, Tel. 76124 oder 0162-9739720

## 14.4 Niederländisch

**mittwochs**  
**13.01. – 16.03.**

**17–18.30 Uhr**  
**Anfänger**

**19–20.30 Uhr**  
**Fortge-**  
**schriftene**

Evangelisches Erwachsenenbildungswerk (EEB).

Zwei Kurse auf verschiedenem Niveau, mit einem Lehrwerk vom PONS-Verlag, Powersprachkurs Niederländisch. Das Motto ist „Nicht viel Theorie – einfach sprechen!“ und die Kultur des Nachbarlandes kennen lernen.

Kosten: 65,- € für 10 x 1 ½ Std

Leitung / Anmeldung:

Babette Lemmer, Tel. 0241 / 53809914, b.lemmer@gmx.de

oder Frau Glup (EEB-Büro), Tel. 453-162,

E-Mail: simone.glup@ekir.de

## 14.5 Reparaturdienst „Senioren helfen Senioren“

Der Reparaturdienst der Diakonie hilft bei der Erledigung kleiner, technischer Arbeiten im Haushalt.

**dienstags  
09–11 Uhr**

**Terminabsprache** unter Tel. 0241 / 4 50 48 26

Auftragserteilung außerhalb dieser Zeit über AB  
Martinstraße 12, 52062 Aachen

## 14.6 Sicher & Mobil

**mittwochs  
15–16.30 Uhr**

**3. Mittwoch  
im Monat**

### **Ein Programm für Verkehrsteilnehmer 50 plus!**

Diese kostenlose Gesprächs- und Informationsveranstaltung der Verkehrswacht Aachen e.V. richtet sich an Personen ab 50 Jahre, die als Fußgänger, Radfahrer, Autofahrer oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln am Straßenverkehr teilnehmen.

Es werden Fragen, die das heutige Verkehrsgeschehen betreffen, sowie Technik, die das Autofahren erleichtert, und gesetzliche Änderungen im Straßenverkehr in einer lockeren

Gesprächsrunde erörtert.

**Ort: Hohenstaufenallee 3, 52064 Aachen (Parkplätze sind vorhanden)**

Infos: Tel. 0172-2090468

Moderator: Willi Grümmer

## 15. Chiffreanzeigen

Wenn Sie an einer Chiffreanzeige interessiert sind oder selbst eine aufgeben möchten, aber noch nicht in unserer Kartei stehen, bitten wir Sie, zuerst in unsere Sprechstunde zu kommen, damit wir Sie persönlich kennen lernen und Sie in unsere Vermittlungs-Kartei aufnehmen können.

Wir bitten um Verständnis, dass im Umschlag verschlossene Vermittlungswünsche von uns geöffnet werden, zum Schutz aller Beteiligten. Wir geben Ihre Wünsche telefonisch weiter, mit der Bitte, Sie anzurufen.

Eine Chiffreanzeige nehmen wir gerne in zwei aufeinanderfolgenden Programmheften auf. Soll Ihr Wunsch länger erscheinen, melden Sie sich bitte erneut.

**Redaktionsschluss** für das nächste Programmheft April bis Juli 2016 ist Ende Februar 2016.

## 15.1 Begegnung und Geselligkeit

Suche noch für **blind-date-Essen an Heiligabend** 3 Männer und 2 Frauen (über 65). Ch. 1546

**Frau, 64, interessiert** an Theater, Kunstausstellungen, Musikveranstaltungen verschiedenster Art sowie an Vorträgen zu Kunst, Literatur, historischen Themen und zu anderen Kulturen. Ich freue mich über nette Begleitung. Ch. 608

Suche nette Bekannte in Aachen und Umgebung für Freizeit „**Kunst und Kultur**“ Ch. 554

Klavierspielerin zum 4-händig-Spielen von unternehmungslustiger älterer Dame, sie wohnt in Grenznähe, gesucht. Ch. 1538

Herr sucht **Partner/in für Spaziergänge** (nachmittags), zum **Schach** und **Tischtennis** spielen (nicht älter als 45 Jahre). Ch. 1501

**Schach- oder Skatpartner/in** gesucht. Ch. 48

**Erfahrene Doppelkopfspielerin** sucht Anschluss an Spielgruppe für abends (reihum spielen). Ch. 1003

Der **Aachener Kasperle e.V.** sucht Leute zum Mitspielen mit Handpuppen, zum Stückeschreiben, für Technik und Assistenz. Wir proben freitagabends um 19.30 Uhr (Termine auf Nachfrage) Herr Heyden, Tel. 9 57 16 30 (abends), Fax 9 57 16 31.

## 15.2 Bildung und Wissen

**Handy-Hilfe gesucht.** Wer fühlt sich stark, um ältere Menschen in die Kunst des SMS-Schreibens einzuführen und ihnen den Umgang mit dem Handy zu erklären? Tel. 2 11 55

**Berufsausstiegsbegleitung.** Sie stehen am Ende Ihres Berufslebens oder kurz davor. Sie wollen Ihre hoffentlich noch zahlreichen Lebensjahre sinnvoll gestalten. Wir bieten Begleitung, um Ideen und Möglichkeiten mit Ihnen zu erörtern. Martin Etzbach, Tel. 6 61 38

## 15.3 Hilfen und Engagement

Hallo, an eine einzelne Person (oder Paar): Ich, Frau mittleren Alters, möchte Sie gegen **Mitbenutzung Ihres PKWs zu Arztterminen, Einkäufen, Ausflügen ...** tatkräftig begleiten. Ch. 1546

**Suche nach Techniker.** Die Theatergruppe KlartAIXt im Theater 99 sucht dringend eine technikbegeisterte Person, die uns bei unserer neuen Produktion „Edward Hopper-Revue“ Licht, Ton und Beamer „fährt“. Bei Interesse bitte melden unter 02408 / 7 25 49 69

Wir suchen ehrenamtliche Mitarbeiter/innen (14–84 Jahre) für Arbeiten bei und mit **Tieren auf einem Gnadenhof** im belgischen Grenzgebiet. Ch. 1521



**Sachspenden für Auslandstierschutz.** Gesammelt werden: Woll-/Fleecedecken, Handtücher, Bettwäsche, Futter, Körbe/Bettchen, Leinen, Floh-/Zeckenspray, Wurmkuren, Rotlichtlampen und vieles mehr – alles was **Hund** und **Katze** und **Tierärzte** so brauchen.

**Sammelstelle:** An der Schanz 8, 52064 Aachen.  
Kontakt: Astrid Kania, Tel. 0241-76565

**Wahlverwandte gesucht.** Haben Sie etwas Zeit zu verschenken? Sind Sie gerne mit jungen Familien zusammen? Vielleicht sind Sie dann bei uns an der richtigen Adresse!

Wir suchen Frauen und Paare aus dem Aachener Westen, die sich als „Wahlverwandte“ in der ökumenischen Initiative Netzanschluss engagieren möchten.

#### **Wir bieten:**

- die Möglichkeit, für eine Familie Wahlgroßeltern zu sein
- ehrenamtliche Tätigkeit entsprechend Ihrer persönlichen Interessen und zeitlichen Möglichkeiten
- regelmäßige Teambesprechungen und Austausch unter fachlicher Begleitung
- Fortbildungsangebote und Einladungen zu Veranstaltungen der Initiative

#### **Was Sie mitbringen sollten:**

- Lebensfreude, Humor, Erfahrung im Umgang mit Kindern, Einfühlungsvermögen, Verantwortungsgefühl, Zuverlässigkeit, Bereitschaft an den Teamtreffen teilzunehmen
- ein erweitertes polizeiliches Führungszeugnis

Ulrike Overs, Diplom Sozialpädagogin.

**Netzanschluss** – ökumenische Initiative der Kirchen im Aachener Westen für Alleinerziehende: Philipp-Neri-Weg 7, 52074 Aachen, Tel. 0241 / 99 03 001.  
Gut erreichbar: dienstags von 9–10 Uhr, mittwochs von 15–16 Uhr

**Sie haben Zeit und wollen diese sinnvoll nutzen?**



Dann sprechen Sie uns an, wenn unsere aktuellen Möglichkeiten Ihren Interessen entsprechen. **Das Seniorenzentrum Heilig Geist**, Heinrichsallee 56 in Aachen sucht derzeit:

- Ehrenamtliche zur Verstärkung des Cafeteria Teams,
- Ehrenamtliche für Tierbesuchsdienste bei unseren Senioren,
- Ehrenamtliche zur Einzelbegleitung von Senioren.

Weitere Auskünfte erhalten Sie über Frau Katrin Mund (Tel. 41355702) oder über Bernd Bremen (Tel. 41355701).

### **wellcome – Praktische Hilfe nach der Geburt**

Seit rund fünf Jahren gibt es nun das Projekt Wellcome (übersetzt etwa: Gut in dieser Welt ankommen) in Aachen.

Früher wurde ein kleiner Mensch geboren und Familie und Nachbarschaft standen der Mutter ganz selbstverständlich zur Seite, die besonders in den ersten Wochen und Monaten nach der Geburt Entlastung und Hilfe brauchte, um sich zu erholen, Kraft zu schöpfen und sich der Herausforderung Familie erneut zu widmen.

Heutzutage leben viele Menschen ohne ihre Ursprungsfamilie in der Nähe zu haben. Nahe Freunde gibt es (noch) nicht oder sie gehen selbst arbeiten und können so nicht unterstützen. Wellcome stellt sich einer gesellschaftlichen Veränderung und schließt so die Angebotslücke in Aachen.

Die Idee: Ältere Menschen, die Erfahrung mit kleinen Kindern haben, schenken unentgeltlich etwas ihrer Zeit einer jungen Familie, bis sich der Alltag nach der Geburt eingependelt hat.

Eine Ehrenamtlerin kommt dann ein- bis zweimal in der Woche für zwei bis drei Stunden in die Familie. Sie hilft so, wie ansonsten Familie, Nachbarn oder Freunde helfen würden. Sie geht mit dem Baby beispielsweise spazieren, wacht über dessen Schlaf, begleitet eine Zwillingsmutter zum Arzt und Einkauf oder beschäftigt sich mit dem Geschwisterkind.

In einem Gespräch zwischen der Familie und der wellcome-Koordinatorin wird zunächst über die Familiensituation, Rahmenbedingungen und Vorstellungen gesprochen. Die Chemie muss stimmen. Steht eine Ehrenamtlerin zur Verfügung, bekommt diese und die Familie zunächst die Gelegenheit sich kennenzulernen. Die Unterstützung eines „wellcome-Engels“ beträgt in der Regel zwei bis drei Monate.

Sind Sie eine Frau, die Erfahrung mit Babys und Kleinkindern hat? Dann sind Sie herzlich willkommen! Sie erfahren bei wellcome durch Ihre unmittelbare Hilfe in den Familien eine besondere Wertschätzung. Der jeweilige Einsatz ist intensiv aber zeitlich begrenzt. Wann und wie viel Zeit Sie verschenken möch-

ten, bestimmen Sie selbst. Sie werden außerdem fachlich begleitet durch die Standort-Koordinatorin.

Wellcome ist ein bundesweites Projekt zur Entlastung junger Familien und ein wichtiger Bestandteil von aktiver Präventionsarbeit. In Aachen gehört es dem Arbeitsbereich „Frühe Hilfen“ an.

Wer sich für das wellcome-Angebot interessiert, kann sich an die Koordinatorin Astrid Simons wenden. Tel.: 015788913390 oder [aachen@wellcome-online.de](mailto:aachen@wellcome-online.de). Weitere Informationen erhalten Sie unter [www.wellcome-online.de](http://www.wellcome-online.de), Evangelische Familienbildungsstätte, Martin-Luther-Straße 16, 52062 Aachen

**Das Sozialwerk Aachener Christen e.V. sucht für das Projekt AMENTO engagierte Erwachsene**, die gerne das eigene Wissen weitergeben möchten. Wenn Sie Jugendliche mögen, sich für deren Lebenswelten und individuelle Problemlagen interessieren und diese im Rahmen des Mentorenprojektes AMENTO über einen längeren Zeitraum regelmäßig ehrenamtlich unterstützen wollen, dann melden Sie sich bei: Herrn Höfert, Tel. 0241 / 47493-0. Kooperationsstellen sind z.B. die Hauptschule Drimborn, Berufskollegs und die Gesamtschule Brand. Die Tandems treffen sich aber auch privat oder in den Räumlichkeiten des Sozialwerks. Mittlerweile sind 28 Erwachsene bei AMENTO aktiv tätig.

**Schule sucht engagierten ehrenamtlichen Helfer (Ingenieur, Techniker) für Technik-AG** zur Betreuung und Aufsicht des Labors (sehr gut ausgestattet), der Spaß an der Arbeit mit Jugendlichen hat und Schülern/Schülerinnen dabei hilft, Versuche für den Unterricht vorzubereiten. Bei Interesse und Fragen wenden Sie sich bitte an Michael Schmitz, Fachbereich Wirtschaftsförderung der Stadt Aachen, Tel. 432-7630.

**Ehrenamtler für verantwortungsvolle Tätigkeit gesucht.**

Der Betreuungsverein der Diakonie Aachen e.V. sucht Interessierte, die sich ehrenamtlich als gesetzlich bestellte Betreuer engagieren möchten. In verantwortlicher Position unterstützen Sie vorwiegend ältere Personen in Vermögensangelegenheiten, bei Behördengängen oder Arztbesuchen.

In Ihrer Tätigkeit unterstützt Sie der Betreuungsverein der Diakonie Aachen e.V. durch Einführungsveranstaltungen, Fortbildungen und Austauschforen unter Leitung erfahrener Berufsbetreuer. Als gesetzlich bestellter Betreuer erhalten Sie vom Amtsgericht Aachen eine jährliche Aufwandsentschädigung.

Haben wir Ihr Interesse geweckt oder haben Sie noch Fragen, stehen wir Ihnen gerne telefonisch unter der Rufnummer 0241-9977966 zur Verfügung. Betreuungsverein der Diakonie Aachen e.V., Martinstraße 10-12, 52062 Aachen.

**Forster Seniorenberatung** sucht ehrenamtlich Mitarbeitende für sich und andere Einrichtungen: Mitarbeit im Team eines Senioren-Treffs, Begleitung Schwerstkranker und Sterbender, Seniorenbesuchsdienst, Bücherinsel, Sonntagsküche (Koch für 20-30 P.), Betreuung eines Migrantenkinds. Anrufzeit: Mo. 16–18 Uhr; Mi. u. Fr. 9–11 Uhr. Tel. 57 59 72.

### ***Verteilung von Infomaterial***

Wer ist bereit, z. B. in seinem Bekanntenkreis oder Verein oder Wohngebiet dreimal im Jahr unser **Programmheft** (gegen Spende) abzugeben? Ev. Initiative „Engagiert älter werden“, Tel. 2 11 55

Wer mag das Kirchenblatt „**Evangelisch in Aachen**“, das sechsmal im Jahr erscheint, in seinem Wohnbezirk in der Innenstadt austeilen? Zahl der belieferten Häuser ist frei wählbar. Herr Kurth, Tel. 94 37 73 77 [Tobias.kurth@philips.com](mailto:Tobias.kurth@philips.com)

### ***Kinderbetreuung***

**Junge berufstätige Mutter sucht für ihre 6-jährige Tochter** eine ehrenamtliche Betreuung an zwei Werktagen pro Woche möglichst von 16 bis 18 Uhr.  
Ch. 1536

**Schule GHS Drimborn** sucht ehrenamtliche Mitarbeiter für Hausaufgabenbetreuung und Hilfe.  
Ch. 1223

### ***Betreuung und Hilfe für ältere oder kranke Menschen***

**Reisehilfen:** Die ökumenische Bahnhofsmission Aachen bietet älteren Menschen und Menschen, die in ihrer Mobilität eingeschränkt sind, Reisehilfen an. Nach Absprache (möglichst bis 3 Tage vor Reiseantritt), helfen wir Ihnen beim Ein- und Umstieg, wir holen sie vom Taxi ab und begleiten Sie bis in den richtigen Zug und organisieren Umsteigegehilfen an den Zwischenstationen Ihrer Reise.

Im Einzelfall ist eine Reisebegleitung durch einen Mitarbeitenden der Bahnhofsmission bis an Ihren Zielort möglich. Tel. 3 45 60 (Mo.–Fr. 11.30–16.00 Uhr Kernöffnungszeiten), außerhalb dieser Zeiten hinterlassen Sie bitte eine Nachricht auf unserem Anrufbeantworter. Wir rufen Sie zeitnah zurück.



Für unser Altenpflegeheim suchen wir ehrenamtliche Mitarbeiter für die Mitarbeit im Café, bei Spaziergängen und Gesprächen mit den Bewohnern, für kleinere Nährarbeiten, in der Teeküche, beim Essen anreichen (nur Pflegekräfte) und bei Veranstaltungen sowie für den Empfang.  
Frau Koslowski, Telefon 75083-0

## *Wohnprojekte*

**Wir suchen für unser Wohnprojekt LebensWeGe weitere MitbewohnerInnen.** Bei Interesse schauen Sie auf unsere Internet-Seite: [www.lebenswege-aachen.de](http://www.lebenswege-aachen.de).

## 15.4 Verschiedenes

**Kinderlandverschickung:** Herr Manfred Bode interessiert sich für das Thema „Kinderlandverschickung“ (KLV) und hat festgestellt, dass bisher nur 6.000 Lager bekannt sind. Es sollen ca. 10.000 Lager im In- und Ausland (u.a. Dänemark, Bulgarien, Ungarn etc.) bestanden haben. Herr Bunde sammelt Karten, Umschläge, Lagerfotos, andere Dokumente aus den Lagern 1940 – 1947. Er bittet Sie, auch Ihre Mitschüler, Freunde und Bekannte zu fragen. Bitte schreiben Sie an: Manfred Bunde, Wolfstr. 11, 37154 Northeim. Tel. 0 55 51 / 5 13 07 (ab ca. 20 Uhr erreichbar)

**Weltladen** in der Jakobstraße sucht ehrenamtliche Mitarbeiter/innen für Aktivitäten und Verkauf. Mit viel oder wenig Zeit, jung oder alt, Hauptsache mit Lust dabei!  
Ch. 831

**Aachener Klinikhilfe** (AKH) sucht MitarbeiterInnen mit Einfühlungsvermögen, 1x pro Woche vormittags für 3 Std. Wir sind im Klinikum zu erreichen: Mo.-Fr. von 9–10 Uhr unter der Tel.-Nr. 0241/8088127 (Diakonie) und 0241/8088139 (Caritas).

**Spendensammlungen.** Für regelmäßige Spendensammlungen im Bahnhof, teils verbunden mit Getränke-Ausschank für die Reisenden, sucht die Bahnhofsmiission weitere Helfer. Frau Klein und Frau Dibba-Schreiber, Tel. 3 45 60 (di 10–12 Uhr, mi 14–16 Uhr)

**Aachener Tafel e.V.** sucht ehrenamtliche MitarbeiterInnen im Fahrdienst zum Abholen der gesponserten Lebensmittel. Herr Clooth, Tel. 9 97 74 74.

**Gut erhaltene Möbel, Fahrräder, Kinderspielzeug, Bücher und Schallplatten** holen wir bei Ihnen zuhause ab. WABE e.V. Tel. 94 94 067.

**Kleidung.** Die Kleiderkammer, Hermannstr. 14, Tel. 2 16 19, nimmt mittwochs von 9–11 Uhr gebrauchte Kleidung zur Weitergabe an.

**Kleiderkammer „Fair Kauf“**, Wirichsbongardstraße 39, Tel. 51 00 08 32, Mo. bis Fr. 10–17.30 Uhr Annahme und Verkauf, Sa. 10–14 Uhr keine Annahme, nur Verkauf.

**Pedelec-Kurs.** Eine Anfrage des ADFC:

Wer Radfahren kann und aufs Pedelec umsteigen möchte, weiß oft nicht, was auf ihn zukommt. Mit einem Pedelec fährt es sich halt etwas anders als mit einem „Normalo-Fahrrad“ und auch die Anschaffungskosten sind höher. Ein Fehlkauf wird dann schnell zum Ärgernis.

Wäre es da nicht toll, vorher mal mit professioneller Hilfestellung ausprobieren zu können, wie das Pedelec-Fahren funktioniert und ob es einem überhaupt Spaß macht?

Wir planen schon länger, einen Kurs zum Pedelec-Fahren anzubieten. Um besser planen zu können, bitten wir Interessenten darum, sich vorab mit uns in Verbindung zu setzen. Wir würden insbesondere gerne wissen, ob Sie bereits ein Pedelec besitzen und lernen möchten, damit umzugehen oder ob Sie ein Leih-Pedelec benötigen. Und ob Ihnen ein Kurs mit zwei Terminen an einem Wochenende oder zwei Termine im Wochenabstand lieber wären.

ADFC Kreisverband Aachen e. V.  
An der Schanz 1 (Welthaus, 2. OG)  
52064 Aachen  
Postfach 1 00 1 32  
52001 Aachen  
Telefon (mit AB) 0241 / 889 1 4 63  
info@adfc-ac.de adfc-ac.de

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle: Montag + Donnerstag 16 - 19 Uhr Freitag 10 - 13 Uhr
---

## 16. Ausblick auf die folgenden Monate

### **Kreatives Schreiben unter der Leitung von Vera Klee**

Wiederbeginn am 04.04.2016, montags 18–19.30 Uhr.

### **Orgelcafé**

Mittwoch, 27.04.2016

### **Orientalischer Tanz**

Neuer Kurs beginnt im April

### **Mitarbeiterfrühstück**

Donnerstag, 28.04.2016 von 10–12 Uhr.

### **Besichtigung der Königlichen Gewächshäuser in Brüssel mit Frau Heusch**

Ende April / Anfang Mai 2016

## 17. Allgemeine Geschäftsbedingungen, Kosten, Spenden

### **Teilnahmebedingungen + Anmeldung**

- Grundsätzlich sind die Veranstaltungen der Initiative für alle offen.
- Allerdings gibt es bei manchen Veranstaltungen eine Begrenzung der Teilnehmerzahl.
- Darum bitten wir Sie, sich telefonisch anzumelden. Eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter gilt als Anmeldung (Bitte Telefonnummer hinterlassen!).
- Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Bei Ausfall benachrichtigen wir Sie umgehend.
- Ausführliche Teilnahmebedingungen finden Sie auf unserer Internetseite ([www.engagiert-aelter-in-aachen.de](http://www.engagiert-aelter-in-aachen.de)) oder im Büro der Initiative.

Die Veranstaltungen und Treffen von „Engagiert älter werden“ sind grundsätzlich kostenlos. Allerdings bitten wir um einen freiwilligen kleinen Beitrag: einen Solidaritäts-Euro bei jeder Veranstaltung. So geben die einen ihren Einsatz in Form von Mitarbeit, die anderen 1,50 € Solidaritätsbeitrag.

Auch bei der Finanzierung der Getränke und dieses Programmheftes ist die Initiative auf Ihren Beitrag angewiesen.

Sie können das Geld einfach in die Dose oder in den Spendenbriefkasten an der Eingangstür werfen:

### **Kosten**

Tasse Kaffee	0,50 €
Glas Wasser	0,30 €
Programmheft	1,- € Schutzgebühr
Veranstaltungen	1,50 Solidaritätsbeitrag je Treffen, freiwillig

### **Spenden**

Für weitere Spenden darüber hinaus sind wir sehr dankbar, sie fließen direkt in die Arbeit und die Weiterentwicklung der Initiative. Die Bankverbindung finden Sie auf der Rückseite dieses Programmheftes. Ab 50 € stellen wir Ihnen gerne eine Spendenquittung aus, für Beträge darunter gilt der Kontoauszug als Spendenbeleg.

## **18. Gütesiegel Weiterbildung**

Wir als Initiative verstehen Weiterbildung als ganzheitlichen Prozess im Geben und Nehmen von Lebenserfahrungen und Lebenswissen.

Weiterhin heißt



### **Qualität nach Gütesiegelverbund:**

- ◆ Die Zufriedenheit der Teilnehmer/innen steht im Mittelpunkt der Qualitätsbestrebungen der Weiterbildungseinrichtung.
- ◆ Die Einrichtung berät Interessentinnen und Interessenten in Fragen der Weiterbildung.
- ◆ Sie richtet die Planung ihres Programms an den Interessen der Teilnehmer/innen und am gesellschaftlichen Bedarf aus.
- ◆ Bei der Auswahl der Lehrenden wird auf deren fachliche und pädagogische Kompetenz geachtet.
- ◆ Die Einrichtung stellt sicher, dass für den Lernerfolg geeignete Unterrichtsräume, Materialien und Medien zur Verfügung stehen.
- ◆ Anregungen, Lob und Kritik werden aufgegriffen, ihre Bearbeitung kommt den Teilnehmerinnen und Teilnehmern zugute.
- ◆ Die Einrichtung hat sich verpflichtet, Qualität systematisch weiter zu entwickeln.



Buslinien 5, 12, 22, 24, 25, 45, 55, 75  
Parkhäuser in der Annastraße und Jesuitenstraße

**Herausgeber und Anschrift:**

Evangelische Initiative  
„Engagiert älter werden“  
Annastraße 35  
52062 Aachen

Telefon: 0241 / 2 11 55  
Fax: 0241/4012546  
info@engagiert-aelter-in-aachen.de  
www.engagiert-aelter-in-aachen.de

---

**Spendenkonto:**

Evang. Verwaltungsamt, Sparkasse Aachen,  
IBAN: DE42 3905 0000 0000 0002 16, BIC: AACSD33XXX  
Stichwort: HHst. 24200040, Spende

**Redaktion:**

Team der Initiative „Engagiert älter werden“  
unter Leitung von Gunhild Großmann

**Druck:**

DM REPRODATA, Turmstr. 16, 52072 Aachen

**Stand:** 08.11.2015 Änderungen vorbehalten

**Redaktionsschluss** Ausgabe April bis Juli 2016: **Ende Februar 2016**

---

**Träger:** Evang. Kirchengemeinde und evang. Kirchenkreis Aachen in Kooperation mit dem Diakonischen Werk im Kirchenkreis Aachen e.V. Gefördert von der Stadt Aachen.