

Engagiert älter werden

EVANGELISCHE INITIATIVE AACHEN

Programm im Frühling & Sommer 2023



eeb

Evangelisches
Erwachsenenbildungswerk
Nordrhein



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.

... gibt es als „**Zweigstelle**“ auch im Aachener Westen in der Evangelischen Genezareth-Kirche an der Vaalser Straße.

Ehrenamt

Unsere Veranstaltungen sind ehrenamtlich geleitet, weil wir Menschen in der zweiten Lebenshälfte die Möglichkeit bieten, ihr Wissen, ihre Talente, Interessen und Fähigkeiten für sich und andere als freiwillig Engagierte einzusetzen.

Beratung

Ein weiterer Schwerpunkt ist die Beratung und Vermittlung von Menschen, die Kontakte und Hilfen suchen.

NEU in Aachen? ALLEIN in Aachen?

Vielleicht können wir helfen ...

Telefonische und vor Ort Beratungszeit, die in Zukunft die Sprechstunden ersetzen wird. Lesen Sie dazu mehr auf der Seite 6 dieses Programms.



Wärmeinsel

NEU!

Im März und April können sich alle, denen es zu kalt wird (zu Hause), in Engagiert älter werden aufwärmen, es gibt warme Getränke, Spiele und Bücher zur Beschäftigung. Jeweils dienstags 9 - 16 Uhr und donnerstags 13 - 16 Uhr.

Digitales Zentrum BeBi

Für alle, die online aktiv sind oder werden wollen. Weitere Infos auch auf unserer Internetseite.

Projekt ANKERLICHT

Dieses Projekt lädt dazu ein, eine*n „Besuchspartner*in“ zu finden oder zu werden. Es geht darum, Hilfe und Unterstützung zu geben und zu nehmen. Nähere Informationen finden Sie hier im Programmheft.

**Evangelische Initiative
Engagiert Älter werden**

Annstr. 35, 52062 Aachen

Tel. 0241 / 2 11 55

www.engagiert-aelter-in-aachen.de

Ansprechpartner*innen

Gunhild Großmann



Leitung „Engagiert älter werden“

Telefon: 0241 - 2 11 55

Mail: gunhild.grossmann@ekir.de

Sprechzeit Di. 11–13 Uhr mit Termin

Ulrike Overs



Leitung „Engagiert älter werden“

Aachen – West

Telefon: 0241 - 9 90 30 01

Ulrike.overs@ekir.de

Julia Debus



Büro

Telefon: 0241 - 2 11 55

Mail: julia.debus@ekir.de

Dennis Metzdorf

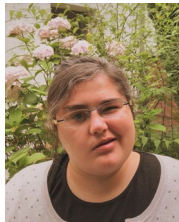


Büro, EDV

Telefon: 0241 - 2 11 55

Mail: dennis.metzdorf@ekir.de

Viktoria Bedner



Büro

Telefon: 0241 - 2 11 55

info@engagiert-aelter-in-aachen.de

Miriam Schack



Projekt Ankerlicht

Mail: ankerlicht@engagiert-aelter-in-aachen.de

Inhaltsverzeichnis - März bis August 2023

Ganz Aktuell	5	6.8 Digitaler Stammtisch	15
1. Beratung		6.9 Internet entdecken ...	15
1.1 BERATUNGSZEIT	6	7. Lebenssinn - Meditation	
1.2 Ehrenamt	7	7.1 Meditative Kreistänze	16
1.3 Seniorenrat AC-Mitte	7	7.2 Philosophischer Gespr.kreis	16
1.4 Pflege und Vorsorge	7	7.3 Klangschalen - Klänge	16
2. Ehrenamt - Bücherecke		8. Unterstützung - Engagement	
2.1 Ehrenamt aktuell	8	8.1 Berufsausstiegsbegleitung	17
2.2 Büchertausch	8	8.2 Ankerlicht	17
3. Begegnung - Geselligkeit		8.3 Werkstatt aktiver Senioren und Seniorinnen	18
3.1 Café Anna - „Slow Dating“	9	8.4 Treffen für Trauernde	18
3.2 Spielenachmittage	9	9. Singen - Tönen	
3.3 Gespräche & Inspirationen	10	9.1 Musikkreis flauto amabile	19
3.4 Kochgruppe	10	9.2 Sing mit! flauto amabile	19
3.5 Der Dienstagstreff	10	10. Gesundheit - Bewegung	
3.6 Frauenstammtisch ab 40	11	10.1 Bewegte Augen ... Vortrag	19
3.7 Kegelskreis	11	10.2 TanzImprovisation	20
4. Bildung - Wissen		10.3 Gesünder werden, Vortrag	20
4.1 Vorsorge und Patientenverf.	11	10.4 Gripsgymnastik	21
4.2 Kreatives Schreiben	12	10.5 Sport ab 60	21
4.3 Alte Schriften übertragen	12	10.6 Hinweis auf Yoga	21
5. Wohnen		11. Kultur - Kreativität	
5.1 Wohnen mit Gemeinsinn	12	11.1 Theater Treff	22
5.2 So möchte ich leben ...	13	11.2 Literaturgesprächskreis	22
5.3 Die Kunst alleine zu wohnen	13	11.3 Orgelcafé	22
6. Digitales Zentrum BeBi		11.4 Orgelführung Vaals	23
6.1 SIGNAL Gruppe	14	11.5 Orgelführung Annakirche	23
6.2 PC-Café 50+	14	11.6 Theaterprojekt	24
6.3 PC-Café für Einsteiger*innen	14	11.7 Vorträge / Lesungen	24
6.4 MouseMobil Besuchsdienst	14	11.8 Literaturkreis am Mittwoch	25
6.5 ZOOM Einführung	15	11.9 Patchwork Treff	25
6.6 Digitales Zentrum BeBi	15		
6.7 Digitale Nachbarschaft	15		

12. Ausflüge

12.1 Freizeit ohne Alkohol	25
12.2 Wanderangebote	26
12.3 Gewächshäuser Brüssel	26
12.4 Ornithologische Exkursion	27
12.5 Vogelkundlicher Spazierg.	27

13. Sprachen

13.1 Französisch 3 Kurse	27
13.2 Latein für Fortgeschrittene	28
13.3 Englisch Stammtisch	28
13.4 Niederländisch Stammtisch	28

14. Fortbildungen

14.1 Grundlagenschulung	29
14.2 Besuche mit Hund und Herz	29

15. Mitarbeitertreffen

15.1 Mitarbeiter*innen Treffen	30
15.2 EÄW - Steuerungsgruppe	30
15.3 Reflexionstag	30

16. EÄW - Aachen West

30

17. AGBs - Spenden

31

IMMER INFORMIERT

in der Signal-Gruppe von „Engagiert älter werden“

„Signal“ ist eine Handy-App, ähnlich wie Whats-App, jedoch sicherer in der Daten-nutzung. Sie können sie auf Ihr Handy laden und unserer Gruppe beitreten. So bekommen Sie aktuelles ganz schnell mit, neue Aktionen oder wenn mal etwas ausfällt, ...

Nähere Infos dazu auf Seite 12

Ganz AKTUELL

WÄRMEINSEL

Aufwärmen, wenn´s zuhause kalt ist
- warme Getränke - spielen - lesen -
in „Engagiert älter werden“
im März und April

**dienstags 9 - 16 Uhr und
donnerstags 13 - 16 Uhr**

Kommen Sie einfach vorbei!

Gefördert von der Stadt Aachen

GUTER KLANG

TRIFFT SCHÖNE WORTE

Sonntag, 26.3., 18 Uhr

Unsere Theatergruppe „Golden An-nas“ und der Chor „NotaBene“ tre-tten gemeinsam auf!

Ort: Haus der evangelischen Kirche,
Frère-Roger-Straße 8-10
52062 Aachen

Eintritt frei - Spenden willkommen

1. Beratung

1.1 BERATUNGSZEIT

**NEU in
Aachen?**

**ÄLTER werden
in Aachen?**

**ALLEIN in
Aachen?**

Vielleicht können wir helfen ...

- ... durch die Vermittlung mit anderen kontaktsuchenden Menschen,
- ... mit Gruppen und Angeboten von engagierten Menschen in unserer Initiative,
- ... mit Tipps und Hilfen rund um Themen der Zweiten Lebenshälfte und des Älterwerdens.

Gemeinsam suchen wir mit Ihnen gerne nach Lösungen.

Rufen Sie an!

Sie erreichen uns telefonisch
montags von 14-16 Uhr und
donnerstags von 10-12 Uhr

0157 - 53 51 12 48

oder persönlich in der Annastraße

dienstags, zwischen 10 und 12 Uhr

am **21.3., 25.4., 23.5., 20.6., 25.7., 22.8.2023**

1. Beratung

1.2 Ehrenamt

Dienstags 11-13 Uhr, nur mit Termin
Tel. 0241 / 2 11 55

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren in unserer Initiative, dann sind Sie hier richtig. Wir sprechen über Ihre Ideen und wie wir Sie dabei unterstützen können. Auch zu anderen Themen berate ich Sie gerne.

Gundi Großmann, Leitung EÄW

1.3 Seniorenrat AC-Mitte

dienstags 7.3., 4.4., 2.5., 6.6., 4.7., 1.8.2023

12.30 - 14 Uhr

Ihre Fragen, Wünsche, Anliegen, Vorschläge, Ideen ... für ein seniorenfreundliches Aachen finden hier Gehör. Alles, was stört, was fehlt oder wo Veränderung Ihrer Meinung nach nötig ist, können Sie hier anbringen.



Dagmar Bach, Tel.: 0151 58752728

Günter Behner, Tel.: 0178 9696933

Zuständig für die Innenstadt Aachen, für die Soers und für die Hörn.

1.4 Pflege und Vorsorge

Sie können unter folgender Nummer einen Termin vereinbaren:

Tel.: 0241-607377 / 4010350

Mobil: 0163-8019924

Ort: Malmedyer Str. 29a, Aachen

In Kooperation mit dem Diakonischen Werk im Kirchenkreis AC finden Sie Beratung und Unterstützung in folgenden Punkten:

- Hilfe und Unterstützung beim Stellen von Anträgen,
- Fragen rund um Vorsorgevollmacht, Betreuungen, Patientenverfügungen,
- Auswahl einer Einrichtung und bei allen Fragen zur Finanzierung,
- Vermittlung von Sozialeinrichtungen der Alten- und Krankenpflege (amb. Dienste, Seniorenheime, Tagespflege, Hospiz).

Christa Lardinoix, Einrichtungs- und Pflegedienstleitung vom Tagespflegehaus des Diakonischen Werkes.



2. Ehrenamt - Bücherecke

2.1 Ehrenamt aktuell

Lebens- und Alltagswissen weitergeben, Herzensanliegen umsetzen und eine sinnvolle Aufgabe finden, davon lebt unsere Initiative.

Sie hat eine Lotsenfunktion und unterstützt und vernetzt Aktivitäten und Nachfrage.

Aktuell willkommen:

... sind Menschen, die ihre Fähigkeiten und ihr Lebenswissen ehrenamtlich weitergeben möchten oder sich einfach engagieren möchten.

... sind Menschen, die im **Projekt ANKERLICHT** gerne andere unterstützen und ihnen helfen, z.B. bei Spaziergängen, beim Einkaufen, oder indem sie vorlesen, Gesellschaft leisten ...

... sind Menschen, die im **Digitalen Zentrum BeBi** gerne dabei helfen, den Umgang mit Smartphone, Tablet, PC zu erlernen oder auch anders digital unterstützen können.

Weitere Einzelheiten erfahren Sie im persönlichen Gespräch. Ansprechpartnerin ist Frau Großmann, Tel. 0241 / 2 11 55. Fahrtkosten und Parkhausgebühren können wir leider nur in Ausnahmefällen erstatten.

2.2 Büchertausch

Lust auf ein gutes Buch?

Inzwischen verfügen unsere Büchertauschregale im Annasaal über ein vielfältiges Angebot von guten Büchern (auf dem Bild unten ist nur die Hälfte zu sehen), die darauf warten, mitgenommen und/oder getauscht zu werden. Wir freuen uns insbesondere über aktuelle Romane und Krimis, die gerne gelesen werden.

Im Foyer finden Sie zusätzlich eine Kiste mit Büchern, die zu verschenken sind.

Leitung: Christel Niederstadt und Waltraud Koenen



3. Begegnung - Geselligkeit

3.1 Café Anna - „Slow Dating“

Mittwochs 22.3., 12.4., 10.5.2023

15 - 17 Uhr

Interessen – Kontakte – Austausch

In unserem Café Anna, einem „Slow Dating“ Nachmittag, 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 Café Anna. Dabei geht es nicht um Partnersuche.

In einer ersten Runde gibt es ein organisiertes Kennenlernen, das dann bei Kaffee und Kuchen vertieft werden kann. Es stehen auch immer Mitarbeiter*innen zur Beratung zur Verfügung.

Spende willkommen

Bitte melden Sie sich an

unter 0241-2 11 55



3.2 Spielnachmittage

Montags 14 - 17 Uhr wöchentlich

Rummycup – Rommé – Doppelkopf ...

Leitung: selbstverwaltet

Momentan gibt es durch Erkrankung keine Leitung. Spielerinnen und Spieler sind trotzdem willkommen. Das Büro ist von 14–16 Uhr besetzt und offen für Fragen.



Freitags 14 - 17 Uhr wöchentlich

Canasta - Rummycup

Tel. 0241 / 2 11 55 Büro

Neue Mitspieler/innen mögen bitte mit Juliane Jakubeit Rücksprache aufnehmen, telefonisch über die Büronummer.



3. Begegnung - Geselligkeit

3.3 Gespräche & Inspirationen

Dienstags wöchentlich

Von 10 - 12 Uhr

Ort wird jeweils verabredet

Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

In Aachen unterwegs zu sein ist inspirierend, sich dabei mit anderen auszutauschen, lässt es zu einem Erlebnis werden. So besuchen wir interessante Einrichtungen, lassen uns anregen und laden weitere Interessierte gerne dazu ein. Die Treffen klingen in einem freundlichen Café oder einem anderen gemütlichen Ort aus. Die Treffpunkte werden per Mail, SMS oder Telefon ausgemacht.

Manchmal treffen wir uns auch zu Gesprächen im Clubraum von EÄW in der Annastr. 35.

Aachen City bietet mehr als man denkt.

Leitung: Dr. Hinrich Stüwe

3.4 Kochgruppe

Eine Kochgruppe kocht donnerstags und alle essen anschließend gemeinsam. Neuaufnahmen sind momentan nicht möglich.

3.5 Der Dienstagstreff für Frauen

Dienstags wöchentlich 15 Uhr

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

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.

Max. Teilnehmerzahl 16

Bitte melden Sie sich bei

Margret Leyendecker, Tel. 0241 / 6 58 01



3.6 Frauenstammtisch ab 40

Jeden 2. Donnerstag im Monat

18 Uhr

Ort: Restaurant „Wehrhafter Schmied“, Jakobstr. 26

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

Helga Plum, Tel. 0241 / 87 38 57

Ute Huppertz, Tel. 0241 / 50 22 94

3.7 Kegelkreis

Jeden 1. Dienstag im Monat, nicht im August

15 - 18 Uhr

Ort: Kegelbahn im „Wehrhaften Schmied“

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55

Wir treffen uns beim „Wehrhaften Schmied“ in der Jakobstraße zu einer fröhlichen, geselligen Kegelrunde. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Zur Zeit können keine Neuen aufgenommen werden. Es gibt eine Warteliste für Interessierte, die eine neue Gruppe einrichten möchten.

Leitung: Karin Mooshak



4.1 Vorsorge und Patientenverfügung

Mittwoch, 17.5., 18 Uhr

Ort: Frère-Roger-Straße 8-10, Aachen

Anmeldung: 0241 - 2 11 55

Im Zuge der demographischen Entwicklung erreichen Menschen heute erfreulicherweise immer öfter ein hohes Alter. Zunehmend mehr Senioren benötigen deshalb aber auch Unterstützung bei der Regelung alltäglicher Angelegenheiten mit rechtlichen Auswirkungen.

- Welche rechtliche Form ist geeignet, um für den Fall der Fälle Vorsorge zu treffen?
- Worin unterscheidet sich die Vorsorgevollmacht von der Betreuungsverfügung und der Patientenverfügung?
- Welche Vor- und Nachteile haben die einzelnen rechtlichen Konstruktionen?
- Welche Kosten fallen an und wer muss sie tragen?

Für diese und weitere Fragestellungen bietet der Vortrag klare Erläuterungen und Antworten. Für die praktische Umsetzung werden Musterformulare zu den drei Vorsorgemodellen bereitgestellt. Darüber hinaus besteht Gelegenheit für individuelle Fragen.

Christoph Fritz, Betreuungsbehörde der Städregion

In Kooperation mit dem eeb Aachen

4.2 Kreatives Schreiben

Montags 3.4., 17.4., 19.6., 3.7., 17.7.2023

18 - 19.30 Uhr

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55

Sie schreiben gerne oder wollten das schon immer mal versuchen? Gemeinsam verfassen wir Kurzgeschichten und Gedichte aller Art und Genres. Alle Teilnehmer und Teilnehmerinnen entwickeln das Programm mit. Höchstens 10 Teilnehmer. Man kann zu jedem der Termine mitmachen.

Leitung: Vera Klee

4.3 Alte Schriften übertragen

Mittwochs 15.3., 29.3., ... 14tägig in ungeraden Kalenderwochen

10.30 - 12 Uhr, Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55

Schriftstücke aus alten Schriften heute lesbar machen.

Eine Gruppe, die sowohl die Sütterlin-Schrift wie auch andere ältere Schriften lesen kann, überträgt Schriftstücke, die gebracht oder geschickt werden, in die heutige Schrift. Es mag sich um alte Briefe, auch Feldpost, um Urkunden oder umfangreichere Texte handeln, sie werden für die jüngere Generation lesbar gemacht. Für Rücksendungen bitte einen frankierten Umschlag mit Anschrift beifügen.
Leitung: Christine Eichstädt

5.1 Wohnen mit Gemeinsinn

Vorstellung Aachener Wohnprojekte

Dienstag 25.4., 18 Uhr

Anmeldung: Tel. 0241 / 453162

Ort: Frère-Roger-Straße 8-10, Aachen

Wie wir wohnen spielt eine große Rolle für unsere Lebensqualität. Einerseits ist ein eigener Rückzugsort wichtig, aber gleichzeitig sehnen wir uns nach Gemeinschaft. Besonders im Älterwerden ist die gegenseitige Hilfe und Unterstützung eine Voraussetzung, möglichst lange im eigenen Zuhause zu leben. Das gelingt nur mit einem guten sozialen Netz, das bei vielen nicht vorhanden ist.

Wohnprojekte können eine gelungene Möglichkeit sein, gemeinschaftlich das Leben generationsübergreifend zu gestalten. In Aachen gibt es mittlerweile mehrere verschiedene Wohnprojekte und keines ist wie das andere. Hier können Sie Aachener Wohnprojekte kennenlernen und erfahren viel über das Für und Wider des gemeinschaftlichen Wohnens.

Referentin: Claudia Bosseler, Koordinationsstelle Bauen und Wohnen in Gemeinschaft der Stadt Aachen

In Kooperation mit dem Evang. Erwachsenenbildungswerk

5. Wohnen

5.2 So möchte ich leben und wohnen, wenn ich älter bin

**Infoveranstaltung Freitag 24.3.
14.30 Uhr**

3 Workshoptage freitags 10-16 Uhr,
Termine werden bei der Infoveranstaltung bekanntgegeben

Anmeldung: Tel. 0241 / 453162

„Die Zukunft, die wir wollen, muss noch erfunden werden, sonst bekommen wir eine, die wir nicht wollen.“ – Joseph Beuys

Wie möchten Sie im Alter wohnen? So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden? Oder lieber in einer Senioren-WG? Mit mehreren Generationen unter einem Dach? Zentral in der Stadt oder lieber im Grünen auf dem Land? Und wäre ein Seniorenheim am Ende eine tatsächlich reizvolle Alternative? Um rechtzeitig die Weichen für das Wohnen im Alter zu stellen, ist es sinnvoll, sich beizeiten mit dem Thema zu beschäftigen. Mit diesem dreitägigen Workshop möchten wir Ihnen die Gelegenheit geben, sich in einer Lerngruppe intensiv mit ihrer individuellen Lebenssituation und Ihren ganz persönlichen Wünschen an ein „Wohnen im Alter“ auseinander zu setzen. Finden Sie heraus, welche Wohnform zukünftig am besten zu Ihnen passt. Wir möchten Sie motivieren, eigene Ideen und (Wohn-) Träume in die Tat umzusetzen.

An drei Tagen gehen wir den Fragen,

Möglichkeiten und Herausforderungen rund um das komplexe Thema „Wohnen im Alter“ auf den Grund. Mit kreativen Impulsen, biografischem Austausch, Vorträgen und Exkursionen.

Leitung: Birgit Esser, Medienwissenschaftlerin

5.3 Die Kunst alleine zu wohnen

Dienstag, 15.5., 10 - 16 Uhr

Kosten: 35€

Anmeldung: Tel. 0241 / 453162

Immer mehr Menschen interessieren sich für neue Formen des gemeinschaftlichen Wohnens. Nicht wenige erkennen bei der Suche nach einem geeigneten Wohnmodell allerdings, dass alleine wohnen für sie durchaus eine passende Alternative sein kann. Doch was brauchen wir, um gut alleine leben zu können? Und was, um unabhängig, selbstbestimmt und mit Freude in der eigenen Wohnung alt zu werden? So dass wir uns gleichzeitig - als Teil einer Gemeinschaft / Nachbarschaft - zugehörig und gut aufgehoben fühlen sowie an sozialem und kulturellem Leben gestaltend teilnehmen und -haben? Bei diesem Workshop gehen wir den Chancen und Möglichkeiten des Alleinwohnens auf den Grund.

Leitung: Birgit Esser, Medienwissenschaftl.

5.2 und 5.3 in Kooperation mit dem eeb

6. Digitales Zentrum BeBi

6.1 SIGNAL - Gruppe

In der Signal-Gruppe von „Engagiert älter werden“ werden Sie über Neuigkeiten und Aktuelles informiert!

„Signal“ ist eine Handy-App, ähnlich wie Whats-App, jedoch sicherer in der Datennutzung.

Sie können sie auf Ihr Handy laden und unserer Gruppe beitreten. So bekommen Sie aktuelles ganz schnell mit, neue Aktionen oder wenn mal etwas ausfällt, ...

So geht's:

Beim Installieren helfen wir Ihnen gerne im PC-Café. Nach der Installation schreiben Sie eine Nachricht an die Nummer 0160 2824799. Sie werden dann von Gundi Großmann in die Gruppe aufgenommen.

Nachrichten können nur gelesen und nicht kommentiert werden, damit es keine Flut an Kommentaren auf Ihren Handys gibt.

Petra Fillinger und Gundi Großmann sind die Leiterinnen der Gruppe und können als einzige Infos weitergeben.

Seien Sie dabei und testen Sie gerne diese neue Möglichkeit.

6.2 PC-Café 50+

Mittwochs wöchentlich

14 - 16 Uhr, Tel. 0241 / 2 11 55

Wir begleiten Sie beim Surfen im Internet und geben Hilfestellungen. PCs sind vorhanden oder bringen Sie Ihren Laptop mit. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Kommen Sie einfach um 14 Uhr. Leitung: Dennis Metzendorf und Team

6.3 PC-Café 50+ für Einsteiger*innen

Donnerstags wöchentlich

14 - 16 Uhr

Tel. 0241 / 2 11 55

Einführung in die Welt des Computers, E-Mail senden, Word, Internettipps, gemeinsam googeln u.v.m. an vorhandenen PCs oder bringen Sie Ihren Laptop mit. Leitung: Dennis Metzendorf und Team

6.4 MouseMobil Besuchsdienst

Anmeldung: Tel. 0241 / 2 11 55

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/innen von MouseMobil gerne für Sie da. Koordinator: Martin Etzbach

6. Digitales Zentrum BeBi

6.5 ZOOM Einführungen

Termin telefonisch verabreden

Gerne erklären und zeigen wir Ihnen, wie die Videotelefonie ZOOM funktioniert.

Anmeldung: 0241—21155

6.6 Digitales Zentrum BeBi

Unser Digitales Zentrum für Begegnung und Bildung ist ein gemeinsames Projekt von „Engagiert älter werden“ und dem Evangelischen Erwachsenenbildungswerk im Kirchenkreis Aachen.

6.7 Gute digitale Nachbarschaft

Donnerstags 10 - 12 Uhr

Ort: Lindenhaus, Weberstraße 26

Einmal in der Woche können Bewohner*innen des Viertels im Lindenhaus mit eigenen oder gestellten Laptops und Tablets üben. Ehrenamtliche erklären, welche Möglichkeiten das Internet eröffnet und welche Tücken es bereithält.

Kooperation mit dem Verein für Diakonie

6.8 Digitaler Stammtisch

Donnerstags, 14—16 Uhr, wöchentlich

Austausch über Alles & Jedes

Online werden in offener Diskussionen Ideen, Wünsche und Erfahrungen ausgetauscht, alltägliche, kulturelle, philosophische, technische. Dazu sind alle eingeladen, die sich gern online unterhalten möchten. Zugangslink auf der Homepage.

6.9 Internet entdecken — ganz praktisch

18.4., 17 Uhr

25.5., 10 Uhr

6.6., 10 Uhr

In Kooperation mit den Maltesern in Richterich.

Online über ZOOM:

Meeting ID: 817 0942 1559

Kenncode: 213841

Den Link finden Sie auf der Homepage.



7. Lebenssinn - Meditation

7.1 Meditative Kreistänze

Wir tanzen Kreistänze aus verschiedenen Ländern, die „Lebenthemen“ berühren.

Im Tanz erfahren wir uns in vielfältiger Weise: Wir kommen zur Ruhe, spüren Freude und Trauer, erleben 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.

Kostenbeitrag pro Treffen EUR 5,- einschließlich Solidaritätsbeitrag

Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen

Leitung: Erika Hitschler, Gisela Baumann

Anmeldung an Erika Hitschler:

Tel. 0241 / 6 10 82

Montags jeweils 10 - 12 Uhr

Tanze dein FrauSein

Kraft und Weisheit mit Sanftheit und Mitgefühl verbinden

24.04., 08.05., 15.05 und 22.05.23

Tanzend den Sommer genießen

03.07., 10.07., 17.07., 24.07. und 31.07.23

7.2 Philosophischer Gespr.kreis

Montags wöchentlich vom 3.4. bis 26.6., dann wieder ab 7.8.2023

11 - 12.30 Uhr

Anmeldung an Claus Clausen:

Tel. 0241 / 7 99 42

– 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

7.3 Klangschalen - Klänge

Pausiert

11 - 12 Uhr

An-/Abmeldung erbeten unter 0241 / 16 82 37 43

Ort: Immanuelkirche, Siegelallee 2, Aachen

Hören, Spüren, Fühlen, Entspannen

Bitte unbedingt eine Matte/Decke, evtl. Kissen mitbringen, Socken, bequeme Kleidung. Teilnehmerzahl auf 8 begrenzt,

Leitung: Marlene Destunis

8. Unterstützung - Engagement

8.1 Berufsausstiegsbegleitung

donnerstags von 18-20 Uhr wöchentlich

Beruf ade ?!

Konnten Sie sich verabschieden? Was nun?
Am Monatsende die Rente. Wie geht`s weiter?

Neue Perspektiven suchen und finden!
Endlich Träume und Ideen verwirklichen,
die ich mir schon immer mal vorgenommen habe. Was könnte das sein?

Herzlich eingeladen sind Menschen, die nach ihrem Berufsleben neue Herausforderungen finden möchten.

Es geht darum, neue Ideen und Strukturen für die Lebensgestaltung zu entwickeln. Vielleicht lassen sich alte Kinderträume verwirklichen.

Um Anmeldung wird gebeten.

Tel. 0159 0185 4504

oder schreiben sie eine E-Mail an:

engagiert@e-mail.de

Leitung: Martin Etzbach



Foto Tim Reckmann auf ccnull

8.2 Ankerlicht

„Ankerlicht“- Unser Angebot für Besuche und Unterstützung

Ein schöner Spaziergang, ein gutes Gespräch, zusammen Karten spielen oder rätseln - gemeinsames Erleben macht Spaß und tut Körper, Geist und Seele gut. Deshalb bieten wir Besuchspartnerschaften an. Melden Sie sich, wenn Sie sich Besuche wünschen oder sich ehrenamtlich als Besuchspartner:in engagieren möchten.

Aktuell möchten wir unser ehrenamtliches Besuchsteam verstärken. Wenn Sie aufgeschlossen und verlässlich sind und einem anderen Menschen regelmäßig etwas Zeit, aufrichtiges Interesse und Zuwendung schenken möchten, dann melden Sie sich sehr gerne bei uns!

Wir freuen uns auf Sie!

Kontakt per Post oder Mail:

Engagiert älter werden, Ankerlicht
Annastr. 35, 52062 Aachen

ankerlicht@engagiert-aelter-in-aachen.de

Koordinatorin: Miriam Schack



8. Unterstützung - Engagement

8.3 Werkstatt aktiver Senioren und Seniorinnen

Mittwochs wöchentlich

14 - 18 Uhr

Wir sind handwerks-begeisterte Senioren und Seniorinnen, die in der Werkstatt kleine Möbelreparaturen durchführen, Nistkästen und Kindermöbel bauen und instand setzen, kleine Holzprojekte und Spiele herstellen u.ä.

Zurzeit können wegen der Räumlichkeiten keine neuen Teilnehmer*innen aufgenommen werden. Wir helfen uns untereinander, wenn es nötig ist, ansonsten ist uns eine ruhige, eigenständige Arbeitsumgebung wichtig.

Wichtig ist uns aber auch der gedankliche Austausch bei Kaffee und Kuchen und ein gedeihliches Miteinander auch außerhalb der Werkstatt. Wir machen keine Arbeiten außerhalb der Werkstatt.

Ltg.: Rudolf Peters, Tel. 0241 / 95 49 86 80

Email: wasaachen@gmail.com



8.4 Treffen für Trauernde

Dienstags 7.3., 4.4., 2.5., 6.6., 4.7.2023

10 - 11.30 Uhr

Ort: DRK Depot, Talstraße, Aachen

Mittwochs 1.3., 5.4., 3.5., 7.6., 5.7.2023

10—11.30 Uhr

Ort: Kohlscheid Markt 5, St. Katharina-Haus

Anmeldung Tel. 0241 / 6 61 38

oder 02407 / 9517826

Mitgeteiltes Leid ist halbes Leid:

Einmal monatlich treffen sich alleinstehende Frauen und Männer, die sich nach dem Tod eines nahen Angehörigen allein zu rechtfinden müssen, zu einem Kaffee-Treffen.

Hier soll Raum sein, um über das Erlebte zu sprechen, Kontakte zu Menschen in ähnlicher Lebenssituation aufzunehmen und so aus der eigenen Isolation auszubrechen.

Vielleicht ergeben sich Möglichkeiten der gemeinsamen Freizeitgestaltung oder es finden sich neue Gesprächspartner/innen, die Zeit und Verständnis füreinander haben.

In Kooperation mit dem DRK Aachen, Tel. 0241 / 1 80 25 55

Leitung: Hildegard Etzbach Umlage 4,00 €

9.1 Musikkreis flauto amabile

Freitags 2 bis 4x monatlich

14 - 16 Uhr

Ort: Annastraße 35

Die Musikgruppe flauto amabile besteht z.Z. aus vier Mitgliedern (2 Blockflöten, 1 Querflöte und 1 Gitarre).

Unser Repertoire umfasst alte Musik (Renaissance- und Barockmusik) sowie Folklore und auch moderne Populärmusik. Wir treten gelegentlich auf.

Neue Mitspieler sind herzlich willkommen.

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



9.2 Sing mit! flauto amabile

Freitags, 15 Uhr

7.4., 2.6., 7.7., 4.8.2023

Ort: Aachener Westpark

Die Musikgruppe flauto amabile bietet einmal im Monat freitags um 16:30 Uhr ein Mitsingkonzert im Aachener Westpark an.

Wir singen Volkslieder, Schlager und moderne Populärmusik.

Mitsingende sind herzlich willkommen!

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

10.1 Bewegte Augen sehen klarer

Donnerstag 9.3.2023, 14-16 Uhr

Donnerstag 22.6.2023, 14-16 Uhr

Workshops zu einem bewussten Umgang mit dem Sehsinn

In diesem Workshop verbinde ich Informationen über das Sehen mit Bewegungseinheiten und Augenübungen.

Die Augen sind unser Fenster zur Welt. Sie lassen uns die Welt mit all ihren Schönheiten sehen. Erst bei Beschwerden und Erkrankungen erkennen viele, dass auch die Augen Aufmerksamkeit und Pflege bedürfen. Das Sehsystem kann sich in jedem Alter durch gezielte Bewegungen und Übungen erholen und verbessern. Augen- und Sehtraining bietet dazu vielfältige Möglichkeiten. Die Übungen sind alltagstauglich und erfordern keine aufwendigen Hilfsmittel.

Besonders günstig wirkt Augentraining z. B. bei trockenen Augen. Auch erhöht es die Anpassungsfähigkeit an unterschiedliche Lichtverhältnisse, senkt die Blendempfindlichkeit, verbessert das Nachtsehen, das Farbsehen.

Erkunden Sie mit mir die Welt Ihrer Augen.

Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55 (Büro)

Referentin:

Dorothea Nyssing, zertifizierte Augen- und Sehtrainerin

10. Gesundheit - Bewegung

10.2 TanzImprovisation - TanzTheater

Mittwochs, außer dem ersten Mittwoch im Monat

10 - 11.30 Uhr

Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

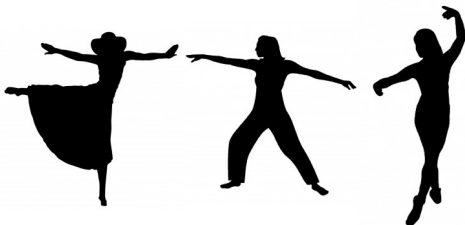
Ort: Haus der Evangelischen Kirche, Frère-Roger-Straße 8-10, Bogenraum

Bei der Umsetzung von Bewegungsideen können wir unsere Bewegungslust und unsere individuellen Bewegungsmöglichkeiten entdecken und ausprobieren. Es gibt dabei kein „richtig oder falsch“. Mit und ohne Kontaktimprovisation ist der Bezug zueinander in der Gruppe spürbar und macht das Tanzen spannungsreicher. Aus Tanz-Ideen können bewegte Geschichten entstehen oder Choreographien entwickelt werden.

Gymnastische Übungen zu Beginn der Stunde verbessern die Beweglichkeit und erhalten bzw. steigern die Fitness.

Die Teilnehmerzahl ist auf 7 begrenzt und momentan voll. Warteliste ist möglich.

Leitung: Bärbel Gündel



10.3 Mit zunehmendem Alter gesünder werden

Donnerstag 16.3., 15.6., 20.7.2023

15.30 - 17 Uhr

Anmeldung Tel. 0241 / 8 37 35

Wissenschaftler betonen, welch großen Einfluss eine **vitalstoffreiche** Vollwertkost auf unsere VITALITÄT und unser WOHLBEFINDEN hat.

Ich lade Sie herzlich zu diesen Vorträgen ein.

Anschließend wird ein 15 minütiger Film gezeigt.

Kostenumlage 6,50 €,

darin enthalten ist eine kulinarische Kostprobe, Infomaterial und der Solidaritätsbeitrag.

Leitung: Gabriele Volkmer, ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB



10. Gesundheit - Bewegung

10.4 Gripsgymnastik

Donnerstags wöchentlich

Wöchentlich 13 - 14 Uhr

Anmeldung Tel. 0241 / 5 83 48

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 Einmalens), 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



10.5 Sport ab 60

Gruppe I

Mittwochs wöchentlich

10.30 - 11.30 Uhr

Gruppe II

Freitags wöchentlich

10.30 - 11.30 Uhr

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



10.6 Hinweis auf Yoga

Mittwochs 16-17 Uhr

Zwei kostenpflichtige Kurse mit je 8 Terminen werden **über das Evang. Erwachsenenbildungswerk** angeboten im Haus der Ev. Kirche, Frère-Roger-Str- 8-10.

Leitung Birgit Fredebeul, Carsten Taudte

Kosten je Kurs 55 €

Anmeldung Tel. 0241 453 162 oder per

E-Mail an Simone.g lup@ekir.de

11. Kultur - Kreativität

11.1 TheaterTreff

Freitag 10.3.2023, ... jeden 2. Freitag im Monat 12 Uhr

Wir gehen einmal im Monat gemeinsam ins Theater und besprechen die Aufführungen an einem separaten Termin mit der Theaterpädagogin.

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



11.2 Literaturgesprächskreis

Dienstags ab 14.3.2023

14tägig, 10 - 11.45 Uhr

Einige Literaturbeispiele: „der letzte Prinz“ von Steven Price, „Die Enkelin“ von Bernhard Schlink, „Ein Haus für alle Sommer“ von Axel Hacke.

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

In Kooperation mit der EEB Aachen

11.3 Orgelcafé

Mittwochs 8.3., 14.6., 9.8.2023

10.15 Uhr Frühstück

10.45 Uhr Einführung

11 Uhr Orgelkonzert

Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55 Büro

Orgelcafé, das heißt Orgelkonzerte am Vormittag mitten in der Woche.

Um 10.15 Uhr gibt es ein Frühstück im Gemeindehaus neben der Kirche.

Unkostenbeitrag 5€

Gegen 10.45 Uhr wird der Organist / die Organistin in das Orgelkonzert einführen.

Leitung: Gunhild Großmann und Team



11. Kultur - Kreativität

11.4 Orgelführung Vaals

Mittwoch 19.4. 11 - ca. 12.15 Uhr

Ort: Kerkstraat 47 in Vaals

Bushaltestelle Püngelerstraße in Vaalserquartier, von dort 250 m zu Fuß.

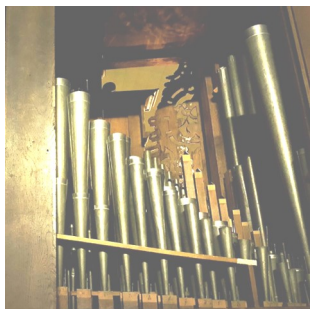
Anmeldung: Tel. 0241 - 453 162 oder per Mail an simone.glp@ekir.de

Beim Thema "Orgel" denkt man leicht an gedämpfte oder festliche Klänge, die irgendwo aus dem Hintergrund der Kirche erklingen. Nicht oft denkt man daran, dass eine Orgel nicht nur die Königin der Instrumente, sondern auch eine riesige Maschine mit Hunderten sich bewegend Einzelteile ist.

Wir besuchen die Teschemacher-Orgel von 1772 in der **Reformierten Kirche in Vaals**. Dabei sehen wir die Orgel von außen und von innen. Die dahinterliegende Mechanik wird erklärt und demonstriert. Auch eine Miniatur-Modell-Orgel verdeutlicht die Wirkungsweise einer Orgel. Bevor ein Ton von der Taste zur Pfeife kommt, muss viel passieren!

Natürlich darf auch eine klangliche Demonstration der Orgel nicht fehlen.

Referentin und Organistin ist Christine Moraal, Kirchenmusikerin der Reformierten Gemeinde in Vaals.



11.5 Orgelführung Annakirche

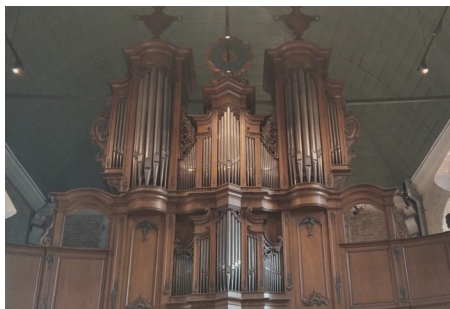
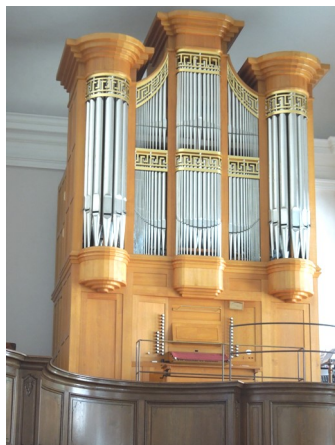
Mittwoch 28.6. 11 Uhr

Ort: Annastraße in Aachen

Einblicke in die Funktions- und Spielweise des Instrumentes Orgel vermittelt die Orgelführung, bei dem die Teilnehmenden einen Blick ins Innere der Weimbs-Orgel werfen können. Fragen werden gerne beantwortet.

Klaus van den Kerckhoff, Kantor in der Evangelischen Kirchengemeinde Aachen

Spenden bei beiden Führungen sind sehr willkommen.



11. Kultur - Kreativität

11.6 Theaterprojekt

Dienstags wöchentlich

10 - 12 Uhr

Wer Einblick in die Theaterarbeit bekommen möchte, ist gerne willkommen nach vorheriger Anmeldung im Büro.

Schwerpunkt ist Theaterimprovisation und Theatersport.

Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

Aktiv älter werden – wieder das „Spielen“ lernen! Ein Einstiegskurs für theaterbegeisterte Senioren.

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.

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.

In Kooperation mit der Bürgerstiftung Lebensraum. Leitung: Rena Zieger, Theaterpädagogin BuT

bürgerstiftung

**lebensraum
aachen**

11.7 Vorträge / Lesungen

von Marlis Funk

Mittwochs 15 Uhr

3.5.2023

Die Dichterin Annette von Droste-Hülshoff

Geboren im gebirgigen Westfalen, verstorben in Meersburg am Bodensee.

Leben und Werk

Anmeldung bitte im Büro Engagiert Älter werden unter der Tel.Nr. 0241 211 55

oder bei der Referentin selber unter der Tel.Nr. 0241 171461.



Foto Wiebke Heuser auf flickr

11.8 Literaturkreis am Mittwoch

Mittwochs ab 16.3.2023

2x monatlich, 17 - 18.30 Uhr

Literaturbeispiele: „Die Unschärfe der Welt“ von Iris Wolff, „Vom Aufstehen“ von Helga Schubert, „Das Evangelium der Aale“ von Patrik Svensson.

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

In Kooperation mit der EEB



11.9 Patchwork Treff

**Mittwochs 29.3., 19.4., 10.5., 7.6.,
16.8.2023**

9 - 12.30 Uhr

**Anmeldung über Uta Rodemerk unter
Tel. 0241 / 36764**

Der Vormittag richtet sich an Patchwork- und Textilkunstbegeisterte, die ihre eigenen Projekte und Hilfsmittel (bzw. Nähzubehör, Nähmaschine) mitbringen.

Während des Nähens können Erfahrungen ausgetauscht werden, zu Fragen Antworten gefunden werden, Neues begonnen und angefangene Werke fertiggestellt werden.

Für Rückfragen: uta-rodemerk@gmx.de

12.1 Freizeitgestaltung ohne Alkohol

Natur und Kultur für Senioren mit alkoholfreier Rucksackverpflegung und dem Wetter angemessener Kleidung.

**Verbindliche Anmeldung jeweils
eine Woche vorher bei Herrn
Rösgen, Tel. 0241 / 2 12 30.**

Samstag 18.3. 10 Uhr Haupteingang Ostfriedhof

Stadtgeschichtlicher Spaziergang: der Aachener Ostfriedhof, Schwerpunkt: Ordensgemeinschaften.

Samstag 22.4. 9.30 Uhr AC Hbf (Bahn)

Jülich: Weltreich und Provinz - die Spanier am Niederrhein. Zitadelle / Hexenturm / Rurpark

Samstag 17.6. 10 Uhr Bushaltestelle Steppenbergr

Aachen: Stadtgeschichtlicher Spaziergang: der Geusenweg

Samstag 22.7. 9.30 Uhr AC Hbf (Bahn)

Zülpich: Mittelalterliche Stadt / Seepark / Römerthemen

12. Ausflüge

12.2 Wanderangebote

Kleine Aachener Rundwanderungen

von jeweils ca. zwei Stunden und

ab 14.00 Uhr

wenn möglich, mit anschließender
Einkehr

mit Gisela Lenze, Dipl. Naturführerin

Anmeldung: giaselal@icloud.com

**Treffpunkte bei der Anmeldung er-
fragen.**

21. März, 25. April,

23. Mai, 27. Juni,

18. Juli, 29. August



12.3 Königliche Gewächshäuser in Laeken und Brüssel

Sonntag 30.4., ganztägig

Wir nutzen das Angebot von „Wirtz-Reisen“ Aachen.

Erika Heusch wird die Teilnehmenden von „Engagiert älter werden“ begleiten.

Anmeldung über Wirtz-Reisen: 02402 - 44690, hier erfahren Sie Treffpunkt und Abfahrtszeit

Kosten: 36 €, incl. Fahrt im Reisebus, Eintritt Königl. Gewächshäuser Laeken

Die Königlichen Gewächshäuser und der spektakuläre Wintergarten aus dem vergangenen Jahrhundert gelten als Juwelen des Jugendstils und sind unbedingt einen Besuch wert.

Aufenthalt Laeken von ca. 10.30-13 Uhr

Aufenthalt Brüssel von ca. 13.30-18 Uhr



12.4 Ornithologische Exkursion

für Einsteiger

Sonntag 7.5., 9 - 11 Uhr

Treffpunkt: Eingang Hangeweier, Ecke Aachen-Münchener Allee/ Hermann-Löns-Allee, Aachen

Park- und Gartenvögel am Hangeweier kennenlernen und beobachten. Bitte ein Fernglas mitbringen, falls vorhanden.

In Kooperation mit dem NABU-Stadtverband

Leitung: Nora Zenken, Christiane Rosenkranz



12.5 Vogelkundlicher Spaziergang zum Finkenhag

Samstag 3.6., 9 - 12 Uhr

Treffpunkt: Parkplatz Kirche in Aachen-Orsbach

In Kooperation mit dem NABU-Stadtverband

Leitung: Nora Zenken, Christiane Rosenkranz

Bei den Sprachkursen ...

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



13.1 Französisch, 3 Kurse

montags wöchentlich

An-/Abmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

Bis 10.7.2023, dann Pause

Max. 14 TN, Leitung Robert André Gagnon

Französisch II

Mit Vorkenntnissen

12.45 - 13.45 Uhr

Französisch I

Mit geringen Vorkenntnissen

14.15 - 15.15 Uhr

Französisch III

Konversation

16.15 - 17.45 Uhr

13. Sprachen

13.2 Latein für Fortg.

Montags wöchentlich außer Ferien

10.45 - 12.15 Uhr

An-/Abmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

Wir lesen "Descriptio Aquisgrani". Auch Werke klassischer Literatur oder mittelalterlicher Texte.

Die Auswahl erfolgt in gemeinsamer Besprechung.

Man ist nie zu alt, um seinen Geist frisch zu halten und Neues zu erfahren.

Es erwartet Sie ein netter Kreis.

Leitung: Dirk Leistikow

13.3 Englisch Stammtisch

Donnerstags 14tägig in geraden Kalenderwochen, 9.3., 23.3., ...

19 - 20.30 Uhr

Anmeldung direkt bei Anke Murray, Tel. 0241 / 1 69 86 66

Unser Stammtisch ist eine lockere, oft humorvolle Gesprächsrunde in englischer Sprache von durchschnittlichem Niveau, meist mit Vorlagen zu aktuellen Themen.

Leitung: Anke Murray

13.4 Niederländisch ...

... Stammtisch

Donnerstags 14tägig in ungeraden Kalenderwochen, 16.3., 30.3., ...

18 - 19.30 Uhr

Anmeldung direkt bei Janny Piel, Tel. 0241 / 7 33 94

Samen Nederlands praten ... Ja, gezellig! In gemütlicher Runde unterhalten wir uns über vielseitige Themen.

Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt.

Leitung: Janny Piel



14. Fortbildungen

14.1 Grundlagenschulung ...

... zur Prävention gegen sexualisierte Gewalt

... für mehr Achtsamkeit im Umgang miteinander

Montag, 19.6.2023, 13-16.30 Uhr

Haus der Evangelischen Kirche, Frère-Roger-Straße 8-10, Aachen

Für ehrenamtlich Engagierte in „Engagiert älter werden“ und anderer kirchlicher Erwachsenenarbeit.

BITTE:

Diese Schulung ist für Ehrenamtler*innen der Initiative verpflichtend - bitte nehmt / nehmen Sie möglichst daran teil. Weitere Termine wird es noch im zweiten Halbjahr geben.

Leitung: Gundi Großmann

14.2 Besuche mit Hund und Herz

Qualifizierung zum Besuchshundeteam

In Kooperation mit der Hundeschule „mitHunden“ und dem Begegnungszentrum Hörn.

22.4.2023, 10:00–16:00 Uhr

23.4.2023, 14:00–17:00 Uhr

12.5.2023, 17:00–20:00 Uhr

13.5.2023, 10:00–18:00 Uhr

14.5.2023, 14:00–18:00 Uhr

Möchten Sie als Hundehalter*in mit Ihrem Hund Bewohner*innen eines Altenheims besuchen und damit eine besondere Art der Zuwendung, Wärme, Trost und Freude in die Zimmer bringen? In dieser Qualifikation lernen Sie, was dafür wichtig ist und trainieren kleine Aktionen mit Ihrem Hund für die Besuche.

Inhalte der Qualifizierung sind

- * Rechtliche Grundlagen, Hygiene, Gesundheit
- * Körpersprache des Hundes
- * Führung des Hundes
- * Auslastung, Beschäftigung des Hundes
- * Einsatzbereich Altenheim, Seniorenheim Alte Menschen im Seniorenheim:
- * Pflegebedürftigkeit, Demenz, ...
- * Beschäftigungsideen für Besuche,
- * Training mit Hunden
- * Haltung & Kommunikation für Besuche

Kosten: kostenfrei bei anschließendem min. 2jährigem ehrenamtlichen Engagement in einer sozialen Einrichtung, ohne ehrenamtliches Engagement 550 €

Anmeldung: gunhild.grossmann@ekir.de

Nach Anmeldung wird jeweils ein Termin für eine Eignungsprüfung des Hundes vereinbart.

Besuche mit
Hund & Herz
ENGAGIERT ÄLTER WERDEN



15.1 Mitarbeiter*innen Treffen

Mitarbeiterfrühstück

Donnerstag 1.6., 10 - 12 Uhr

Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

Alle ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter*innen der Initiative sind zu diesem Frühstückstreffen herzlich eingeladen.

Bei leckerem Frühstück tauschen wir aktuelle Entwicklungen aus, lernen neue Mitarbeiter*innen kennen oder verabschieden diejenigen, die ausscheiden.

Ort: Annastraße 35, Aachen

15.2 EÄW-Steuerungsgruppe

Mittwochs 14 - 16 Uhr

Regelmäßig trifft sich die ehrenamtliche Steuerungsgruppe mit den hauptamtlichen Mitarbeiter/innen zur Besprechung.

15.3 Reflexionstag

Donnerstag 7.6., 11 - 17 Uhr

Anmeldung Tel. 0241 / 2 11 55

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

Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen aus allen Bereichen von „Engagiert älter werden“ sind ab 13 Uhr herzlich eingeladen, dazu zu kommen. Bitte melden Sie sich dazu an.

16.1 EÄW Aachen West

Informationen zu Veranstaltungen in der Genezareth-Kirche unter

Tel. 0241 / 99 03 001

Leitung: Ulrike Overs

Mail: ulrike.overs@ekir.de

Evangelische Genezareth-Kirche

Vaalser Str. 349, Aachen, Bushaltestelle
Waldfriedhof

Montags: 10 Uhr Wandergruppe Haltestelle Reutershag, 15 Uhr Malen mit Acryl, 18 Uhr gemeinsames Singen (mit FFP2 Maske) 1x Monat

Dienstags: 10 Uhr alternativer Männerkreis 1x Monat

Mittwochs: 10 Uhr Frühstück und Literatur 14tägig

Donnerstags: 16.30 Uhr Spanisch, 19.15 Uhr Parlons francais 1x Monat

Freitags: 10 Uhr Faden-Werk(eln) 1x M.



17. AGBs - Kosten - Spenden

Ausführliche AGBs finden Sie auf unserer Internetseite
www.engagiert-aelter-in-aachen.de
oder im Büro der Initiative.

Hier das Wichtigste im Überblick:

Teilnahmebedingungen, Anmeldung

⇒ Grundsätzlich sind die Veranstaltungen der Initiative **für alle offen**.

⇒ Bei manchen Veranstaltungen gibt es 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.

⇒ Die Veranstaltungen und Treffen von „Engagiert älter werden“ sind grundsätzlich kostenlos. Wir bitten um einen kleinen **Solidaritätsbeitrag** bei jeder Veranstaltung. So geben die einen ihren Einsatz in Form von Mitarbeit, die anderen 1,50 € bis 3 € Solidaritätsbeitrag.

Spenden für Engagiert älter werden

Wir bitten um Spenden, um damit Getränke, Veranstaltungen, Materialien und vieles mehr zu finanzieren.

Ohne Ihre regelmäßigen Spenden ist vieles nicht möglich.



Spenden

Für 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.

Spenden aktuell:

Neben der Unterstützung des alltäglichen reichgestalteten Lebens von „Engagiert älter werden“ durch Ihre Spenden, gibt es besondere Projekte, die zum Teil mit Ihren Spenden finanziert werden können:

Das Projekt Ankerlicht z.B. wird weitgehend durch Ihre Spenden finanziert und dadurch erst möglich!

Herausgeber und Anschrift:

Evangelische Initiative
„Engagiert älter werden“
Annastraße 35
52062 Aachen
Tel. 0241 - 2 11 55
info@engagiert-aelter-in-aachen.de
www.engagiert-aelter-in-aachen.de



Buslinien 5, 12, 22, 24, 25, 35, 45, 75
Parkhäuser in der Annastraße und Jesuitenstraße

Spendenkonto:

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

Das Programm erscheint ab 2023 2mal jährlich:

Frühling & Sommer - März bis August
Herbst & Winter - September bis Februar

Redaktion:

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



PH Nr. 96, Stand: 02.03.2023 Änderungen vorbehalten

Redaktionsschluss: 15. Juli 2023

für Ausgabe Nr. 97 September 2023 - Februar 2024

Träger:

Evang. Kirchengemeinde und Evang. Kirchenkreis Aachen in Ko-
operation mit dem Diakonischen Werk im Kirchenkreis Aachen
e.V. Gefördert von der Stadt Aachen.
Gedruckt auf Recyclingpapier

