

Homepage:

<http://www.lohmar.de/kinder-jugend-familie-senioren/senioren/>



### **Lümmere Weihnachtsspektakel für Seniorinnen und Senioren in der Villa Friedlinde am 15.12.2011 von 14:30 Uhr bis 17:30 Uhr**

Nach drei erfolgreichen Halbtagestouren mit dem Bus für Seniorinnen und Senioren, die noch mobil sind, aber sich alleine keine Ausflüge und Unternehmungen mehr zutrauen, wird nun ein musikalisches Weihnachtsspektakel unter der bewährten Leitung von Gisela Houck in der Villa Friedlinde angeboten. In einem bunten Programm bei Kaffee und Kuchen übernimmt Käpt'n James Cook das Steuer. Er wird unterstützt von Mia Müller, Akteuren der Breeder-Brezele, Ellen Sievert sowie aus eigenen Reihen mit Weihnachtsmärchen und Weihnachtsgeschichten.



Karten sind erhältlich in der Villa Friedlinde, Tel.: 02246-301630, bei Gisela Houck, Tel.: 02246-7153 und Erich Wiemer, Tel.: 02246-7837.  
**Kostenbeitrag alles inklusiv: 5,00 Euro.**



Gemeinsam  
statt einsam



### **Nostalgischer Weihnachtsbasar in der Villa Friedlinde**

Programmübersicht für den nostalgischen Weihnachtsbasar in der Villa Friedlinde am 04.12.2011 von 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr:

**14:00 Uhr Eröffnung durch die Musikschule**

**16:00 Uhr Gemeinsames Singen**

**18:00 Uhr Abschluss mit romantischen Lichtertänzen**

### **Programmübersicht**

#### ***Im Untergeschoss der Villa Friedlinde finden Sie:***

**Angela Dischinger** mit kleinen Geschenken sowie Dekorativem und Nützlichem für Haus und Garten, Engel und Feen im Nadelfilzverfahren und vieles mehr

**Frauke Möschler** mit selbst gefertigten Seifen und Duftsäckchen

**Elke Bock und ihre Malgruppe** mit Acrylmalerei zum Thema Engel und Herzen

**Die AWO-Kleiderstube** mit einem Glühweinausschank

**Eine Weihnachtsbäckerei** mit Kaffee, Punsch, „Omas Gebäck“ und weihnachtlichen Spezialitäten aus den Niederlanden und Portugal

#### ***Im Saal der Villa Friedlinde finden Sie:***

**Hugo Schäfer** mit Holzarbeiten, Fensterbildern, Baumanhängern, Kerzenleuchtern und Holzspielzeug

**Joseph Eberts** mit kunstvoll handgefertigten Krippenfiguren und Zubehör

**Gisela Houck** mit ihrer Handarbeitsgruppe mit Selbstgestricktem und Genähtem

**Monika Arndt** mit kleinen Deko-Highlights und Näharbeiten im nordischen Landhausstil

**Anna Wiechmann** mit Modeschmuck, Weihnachts- und Geburtstagskarten und Gestecken aus Tannenzapfen

**Helga Weber** mit Weihnachtskarten im Kuvert mit nostalgischen Motiven

**Maria Cockx** mit Winterlandschaften in Öl gemalt

**Monika Lutschak und Regina Reichelt mit ihrer Acrylmalgruppe 50+** mit weihnachtlichen Bildern

**Heinz Wittek** mit vier verschiedenen Sorten Honig, Bienenwachskerzen in zehn verschiedenen Größen, handgemachten Duftbeutel

**Judith Linneborn** mit eingemachten Delikatessen und Weihnachtsmarmelade aus vielen Früchten

**Dorfgemeinschaft Algert** mit verschiedenen Sorten selbstgebackener Plätzchen

**Kaffee** mit selbstgebackenem Kuchen

## **Die Seniorenvertretung informiert**

Ansprechpartner/-partnerinnen in den jeweiligen Lohmarer Stadtteilen:

Donrath, Lohmar Nord, Heppenberg	Karl-Heinz Bayer, Tel.: 02246-300222 <a href="mailto:Bayer.lohmar@t-online.de">Bayer.lohmar@t-online.de</a>
Lohmar Mitte	Ellen Hartig, Tel.: 02246-2906
Lohmar Süd	Bernd Cramer, Tel.: 02246-3154 <a href="mailto:ma-cramer@web.de">ma-cramer@web.de</a>
Scheid, Scheiderhöhe, Honrath, Agger	Hermann Fischer, Tel.: 02205-84626 <a href="mailto:hertha.fischer@googlemail.com">hertha.fischer@googlemail.com</a>
Kreuznaaf bis Kern	Peter Flier, Tel.: 02206-869739 <a href="mailto:peterflier@gmx.de">peterflier@gmx.de</a>
Wahlscheid, Neuhonrath	Ursula Kirschbaum-Fitzek, Tel.: 02206-7579 <a href="mailto:ullakirschbaum@t-online.de">ullakirschbaum@t-online.de</a>
Birk, Inger, Algert	Wilhelm Klinkenberg, Tel.: 02246-2137 <a href="mailto:e.w.klinkenberg@t-online.de">e.w.klinkenberg@t-online.de</a>
Breidter Rücken	Karl Manfred Schröder, Tel.: 02246-301481 <a href="mailto:makischroeder@t-online.de">makischroeder@t-online.de</a>
Heide, Albach	Hubert Antonius Stütz, Tel.: 02241-9768595 <a href="mailto:ha.stuetz@iprsmail.de">ha.stuetz@iprsmail.de</a>
Dahlhaus, Durbusch, Honrath	Peter Winterberg, Tel.: 02206-84139 <a href="mailto:peterwinterberg@tele2.de">peterwinterberg@tele2.de</a>

## **Die Seniorenvertretung lädt ein zu Kaffee und Kuchen**

Zur nächsten, der vierten öffentlichen Sitzung der Lohmarer Seniorenvertretung – mit Kaffee und Kuchen! – sind alle Lohmarer Seniorinnen und Senioren herzlich eingeladen. Beim adventlichen Beisammensein wird unter anderem über die Aktivitäten der Seniorenvertretung im zu Ende gehenden Jahr berichtet.

**Termin: Donnerstag, 01.12., um 15:00 Uhr in der Villa Friedlinde.**

## **Die Seniorenvertretung der Stadt Lohmar fragt: Fehlen Sitzbänke im Lohmarer Stadtbereich?**

Aus gegebenem Anlass ist die Seniorenvertretung bemüht, einen möglichen Bedarf an zusätzlichen Sitzbänken in Lohmar-Ort und in den anderen Lohmarer Ortsteilen zu ermitteln und sich gegebenenfalls für neue seniorengerechte Sitzgelegenheiten einzusetzen.

Vermissen Sie gelegentlich beim Einkaufen oder Spaziergehen eine Sitzgelegenheit, um sich zwischendurch ein wenig ausruhen zu können? Dann zögern Sie nicht, sich bei der Ansprechpartnerin oder dem Ansprechpartner der Seniorenvertretung in Ihrem Ortsteil zu melden.

Die Adressen bzw. Telefonnummern finden Sie in diesem Heft auf Seite 3.

Über das Ergebnis der Aktion werden wir in der SINFO berichten.

*Peter Winterberg*

## **Fotowettbewerb des Fördervereins – Abgabetermin 15.12.2011**

Der Verein zur Förderung der Seniorenarbeit (FöS) veranstaltet unter der Schirmherrschaft von Bürgermeister Wolfgang Röger mit den weiterführenden Schulen in Lohmar einen Fotowettbewerb. Die Fotos sollen junge Menschen gemeinsam mit alten Menschen zeigen.

Bis 15. Dezember können alle Lohmarer Schüler der Jahrgangsstufen 5-13 die Fotos als Papierabzug im Format 30x40 cm in den Sekretariaten der Schulen oder beim Vorsitzenden des Vereins, Herrn Binnenbrücker, abgeben. Mit der Teilnahme am Fotowettbewerb gilt die Zustimmung zur Veröffentlichung der Fotos. Wir bitten die Großeltern, ihre Enkel und Enkelinnen anzuregen, sich zu beteiligen. Unterstützen Sie auch das Projekt mit der Erteilung der Zustimmung, wenn Sie fotografiert wurden. Vielen Dank.

*Franz König*

Sind Sie schon Mitglied im Seniorenförderverein (FöS)? Unterstützen auch Sie die Seniorenarbeit in Lohmar mit nur 12,00 € Jahresbeitrag. Mitgliedsanträge erhalten Sie in der Villa Friedlinde oder im Internet: <http://www.lohmar.de/kinder-jugend-familie-senioren/senioren/senioren-foerdereverein/>  
Danke!

## **Im Krankenhaus – was ist, wenn ich raus komme?**

### **3. Öffentliche Sitzung der Lohmarer Seniorenvertretung**

Viele ältere Patienten erleben im Krankenhaus einen Einbruch der Selbstständigkeit. Die Folge ist oft ein Verwirrtheitszustand, der sich bei der Rückkehr aus dem Krankenhaus in den Alltag noch einmal verstärkt. Häufig scheint dann der Übergang in ein Heim unvermeidlich.

Schon im März hatte die Seniorenvertretung der Stadt Lohmar einen Antrag an die Landesseniorenvertretung gestellt, sich für die Einhaltung angemessener Fristen einzusetzen, bevor es in Fällen nur vorübergehender Verwirrtheit zu Wohnungsaufösungen kommt.

Bei der öffentlichen Sitzung der Lohmarer Seniorenvertretung am 3. November ging es nun darum, wer Betroffene im Vorfeld und bei der Entlassung aus dem Krankenhaus beraten und sie unterstützen kann. Hilfreich ist vor allem eine Checkliste der Landesstelle Pflegende Angehörige NRW (im Internet: [www.LPFA-NRW.de](http://www.LPFA-NRW.de)).

Im Übrigen beschloss die Seniorenvertretung einstimmig einen Antrag an die Stadt, pflegende Angehörige wegen des in Mengen anfallenden Inkontinenzmaterials mit einer zusätzlichen Mülltonne zu unterstützen. Für Familien mit Kleinkindern gilt das wegen der Einweg-Windeln natürlich auch.

Vorgestellt und verpflichtet wurde als Nachrücker in der Seniorenvertretung Peter Flier aus Saal. Und schließlich: Schon jetzt erfolgreich und, wie entsprechende Anfragen zeigen, vorbildlich auch für andere Städte ist der erst Mitte Oktober gestartete Begleit- und Besuchsdienst der Lohmarer Seniorenvertretung; innerhalb der ersten drei Wochen haben sich bereits zwölf Ehrenamtliche für diese Aufgabe zur Verfügung gestellt.

*Peter Winterberg*

### **Kino für Seniorinnen und Senioren im Dezember im Cineplex in Siegburg**

Am 07. Dezember 2011 wird der Film „Schenk mir dein Herz“ gezeigt. Beginn 15:00 Uhr, Einlass ab 14:00 Uhr. Eintritt inklusive Kaffee und Kuchen 5,00 €.

Alexander Ludwig, ein bekannter Schlagerstar, gespielt von Peter Lohmeyer, erleidet einen Herzinfarkt, der eine massive Gedächtnisstörung hervorruft. Er begibt sich in eine Rehaklinik, in der er Heinrich, einen alten Pianisten, gespielt von Paul Kuhn, kennenlernt. Mit weiteren Patienten gründen Sie eine Jazz-Combo. Durch das gemeinsame Musizieren werden Emotionen geweckt, und so kommen mit der Zeit die Erinnerungen zurück.

Es handelt sich um eine tragisch-komische Geschichte, die durch das Zusammenspiel von Peter Lohmeyer und Paul Kuhn überaus sehenswert ist.

*Christel Mundt*

### **Tipps aus dem Internet;**

Unter [www.senioreseiten.info](http://www.senioreseiten.info) gibt es ein Portal zum Thema „Älter werden“. Dort finden Sie viele interessante Themen, sei es zu Pflege und Hilfe, Vorsorge, Leistungen der Kranken- und Pflegeversicherungen. Unter den „Senioreseiten Regional“ finden Sie die Seniorenwegweiser einiger Städte, u.a. auch für den Rhein-Sieg-Kreis, herausgegeben von der Kreisverwaltung.

### **Portal „online-wohnberatung.de“**

Der Verein barrierefrei Leben e.V. bietet mit seinem Wohnberatungsportal Privatpersonen, die aus unterschiedlichen Gründen Angebote zur persönlichen Beratung nicht nutzen können oder wollen, eine weitere Informations- und Beratungsmöglichkeit. Im Ratgeber „Tipps und Lösungsbeispiele für das selbstständige und sichere Wohnen zu Hause“ können sich Interessierte über unterschiedliche Möglichkeiten informieren. Sie finden weit über 100 Vorschläge und viele Bilder von Hilfsmitteln und Vorher- und Nachher-Umbaubeispielen. Die Onlineberatung umfasst: Unterstützung bei der Suche nach Hilfsmitteln für die Wohnung, Vorschläge für Wohnungsumbau und Wohnungsanpassung und die Sichtung von Plänen. [www.online-wohn-beratung.de](http://www.online-wohn-beratung.de)

### **Sozialverband VdK Deutschland: Warnung vor Armutsrisiko durch Pflege**

„Pflege kann zum Armutsrisiko werden – besonders für Frauen“, stellte die Präsidentin des Sozialverbands VdK Deutschland, Ulrike Mascher, fest. Sie verwies auf die geringe durchschnittliche Altersrente für Frauen, die in Deutschland 528 Euro beträgt. Pflegearbeit zu Hause, die zu 70 Prozent von Frauen geleistet wird, könnte das Problem der Frauenaltersarmut noch verschärfen. <http://vdk.de>

### **Hörfunktip „In unserem Alter“**

Jeden Samstag von 8:05 bis 8:55 Uhr ist in WDR 4 für alle Hörerinnen und Hörer über 50 Jahre die Radiosendung „In unserem Alter“ zu hören.

**Weihnachtszeit ist die Zeit, in der man für andere Leute Dinge kauft, die man sich selbst nicht leisten kann.**

(Alberto Sordi)

## Workshop statt Computerkurse im Jahr 2012



Jahreswechsel sind immer Zeitpunkte, um neue Wege zu beschreiten. Ein Trend zeichnete sich auf der Kursleiter-sitzung Anfang November 2011 ab. Bei Teilnehmenden, die bereits Computerkurse in der Villa Friedlinde belegt hatten, traten vereinzelt Schwierigkeiten bei der Umsetzung des Erlernten am heimischen PC auf.

Diesem Umstand trage ich im Jahre 2012 Rechnung und biete jedes Quartal einmal

einen Workshop über 4 Wochen an. Darin gehe ich auf alle „Problemchen“ noch einmal gesondert ein. Am Besten notieren Sie sich die einzelnen Themen auf einen Zettel und geben mir diesen dann bei der Anmeldung mit. Im Vorfeld setze ich mich schon einmal mit den einzelnen Themenbereichen auseinander. Im Workshop selbst präsentiere ich Ihnen dann die entsprechenden Lösungswege. Um die Effizienz der Veranstaltung zu gewährleisten, werden nur Fragen aus folgenden **Themenbereichen** zugelassen:

- Betriebssystem Windows 7
- MS Office 2007/2010
- Open Office / Libre Office
- Download / Softwareinstallation
- Softwarekonfiguration
- Dateioorganisation / Brennen / USB-Stick / Externe Festplatten
- Datensicherheit
- Bildbearbeitung
- Email
- Internet / Browser / AddOns / Konfiguration usw.

*Bitte haben Sie Verständnis dafür, dass dieser Workshop keine Reparaturstunde für private und instabile Laptops/PCs ist. Es werden ausschließlich „Problemchen“ in der Bedienung von Hard- bzw. Software besprochen (siehe Themenbereich)*

Zum Workshop können private Laptops mit dem Betriebssystem Windows 7 und der entsprechenden Software mitgebracht werden.

Weitere Informationen erhalten Sie auf meiner Homepage:

[www.Rudolf-Dickersbach.de/villa/2012](http://www.Rudolf-Dickersbach.de/villa/2012)

**Angedachte Termine:** Januar, Mai, September und Dezember 2012

Rudolf Dickersbach



## Programm der Villa Friedlinde – Dezember 2011

Das Begegnungszentrum der Stadt Lohmar ist in der Villa Friedlinde, Bachstraße 12, 53797 Lohmar untergebracht.

Öffnungszeiten: Montag – Freitag, 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr  
und 14:00 Uhr bis 17:30 Uhr

Willkommen sind alle, die aus dem Berufsleben ausgeschieden sind oder das Rentenalter erreicht haben.

Ansprechpartnerin ist Johanna Manz, Sozialarbeiterin für Seniorenaktivitäten, Tel. 02246-301630

### **Donnerstag, 01. Dezember**

- 09:30-10:30** Gesprächskreis der Gehirnjogging-Gruppe  
**10:30-11:30** Offenes Singen mit Hildburg Papenfus  
**13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**15:00** Offene Sitzung der Seniorenvertretung mit Kaffee und Kuchen!  
Bericht über die Aktivitäten im zu Ende gehenden Jahr  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock

### **Freitag, 02. Dezember**

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rudolf Dickersbach. Leider ist keine telefonische Beratung möglich. Bitte persönlich erscheinen.  
**10:00-11:30** VHS-Gehirnjogging mit Susan Dietz  
**13:30-16:00** Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde. Ansprechpartnerin ist Inge Karau.  
**14:00** Computerstammtisch mit Franz König  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein, Ilse Schneider, Hilde Hennemann und Gilberte Breugelmans

### **Sonntag, 04. Dezember**

- 14:00-18:00** Nostalgischer Weihnachtsbasar – Programm siehe Seite 2

### **Montag, 05. Dezember**

- 09:00-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**09:00-12:00** Sprechstunde Johanna Manz (02246-301630)  
**14:30** Schreibclub Villa Friedlinde mit Gisela Steimel  
**14:30-17:30** „Op ne Kaffee un e Verzällche“ mit Erich Wiemer und Christa Kellershohn  
**14:30-17:30** Betreuungsgruppe für demenzerkrankte Menschen SPZ  
**18:30-20:00** Line Dance/Folklore-Tanzgruppe in der Jabachhalle

### ***Dienstag, 06. Dezember***

- 10:00** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dienening  
**14:30** VHS-Gymnastik im Sitzen für Ältere mit Margitta Stolz  
**14:30** Jeu de Boules mit Ed van der Maas, Joseph Orth und  
Monika Denecke  
**17:30** Konversation auf Englisch (ZWAR)  
**18:15** Tanzen 40+/Line Dance/Folklore in der Jabachhalle

### ***Mittwoch, 07. Dezember***

- 09:00-10:30** Tanzen 50+  
**10:45-12:15** Tanzen 50+  
**14:30** Großer Spielnachmittag! Sie werden begleitet von Dieter Trube,  
Rolf Schrupp, Monika Gelfert, Ursula Quester und Uta Koch.  
**17:00** Niederländische Konversation

### ***Donnerstag, 08. Dezember***

- 13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**14:30** Gemütlicher Nachmittag der AWO mit Annemarie van Allen  
**15:45-17:45** Acrylmalgruppe mit Elke Bock

### ***Freitag, 09. Dezember***

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rudolf Dickersbach. Leider  
ist keine telefonische Beratung möglich. Bitte persönlich erscheinen.  
**10:00-11:30** VHS-Gehirnjogging mit Susan Dietz  
**13:30-16:00** Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde.  
Ansprechpartnerin ist Inge Karau.  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein, Ilse Schneider, Hilde Hennemann  
und Gilberte Breugelmans

### ***Montag, 12. Dezember***

- 09:00-12:00** Acrylmalerei mit Monika Lutschak und Regina Reichelt  
**09:00-12:00** Sprechstunde Johanna Manz (02246-301630)  
**14:30-17:30** „Op ne Kaffee un e Verzällche“ mit Erich Wiemer und  
Christa Kellershohn  
**14:30-17:30** Betreuungsgruppe für demenzerkrankte Menschen SPZ  
**17:45** ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand)  
**18:30-20:00** Line Dance/Folklore-Tanzgruppe in der Jabachhalle

### ***Dienstag, 13. Dezember***

- 10:00** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dienening  
**14:30** VHS-Gymnastik im Sitzen für Ältere mit Margitta Stolz  
**14:30** Jeu de Boules mit Ed van der Maas, Joseph Orth und  
Monika Denecke  
**17:30** Konversation auf Englisch (ZWAR)  
**18:15** Tanzen 40+/Line Dance/Folklore in der Jabachhalle

### ***Mittwoch, 14. Dezember***

- 09:00-10:30** Tanzen 50+  
**10:45-12:15** Tanzen 50+  
**14:30** Großer Spielnachmittag! Sie werden begleitet von Dieter Trube,  
Rolf Schrupp, Monika Gelfert, Ursula Quester und Uta Koch.  
**17:00** Niederländische Konversation

### ***Donnerstag, 15. Dezember***

- 10:30-11:30** Offenes Singen mit Hildburg Papenfus  
**13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**14:30** Houck on Tour – Lühmere Weihnachtsspektakel, siehe Seite 1  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock

### ***Freitag, 16. Dezember***

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rudolf Dickersbach. Leider  
ist keine telefonische Beratung möglich. Bitte persönlich erscheinen.  
**10:00-11:30** VHS-Gehirnjogging mit Susan Dietz  
**13:30-16:00** Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde.  
Ansprechpartnerin ist Inge Karau.  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein, Ilse Schneider, Hilde Hennemann  
und Gilberte Breugelmans

### ***Montag, 19. Dezember***

- 9:00-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**9:00-12:00** Sprechstunde Johanna Manz (02246-301630)  
**14:30-17:30** „Op ne Kaffee un e Verzällche“ mit Erich Wiemer und  
Christa Kellershohn  
**14:30** Schreibclub Villa Friedlinde mit Gisela Steimel  
**14:30-17:30** Betreuungsgruppe für demenzerkrankte Menschen SPZ  
**17:45** ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand)  
**18:30-20:00** Line Dance/Folklore-Tanzgruppe in der Jabachhalle

## **Dienstag, 20. Dezember**



- 10:00** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Diening  
**14:30** VHS-Gymnastik im Sitzen für Ältere mit Margitta Stolz  
**14:30** Jeu de Boules mit Ed van der Maas, Joseph Orth und  
Monika Denecke  
**17:30** Konversation auf Englisch (ZWAR)  
**18:15** Tanzen 40+/Line Dance/Folklore in der Jabachhalle



## **Mittwoch, 21. Dezember**



- 09:00-10:30** Folklore-Tanzgruppe  
**10:45-12:15** Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)  
**14:30** Großer Spielnachmittag! Sie werden begleitet von Dieter Trube,  
Rolf Schrupp, Monika Gelfert, Ursula Quester und Uta Koch.  
**17:00** Niederländische Konversation

**Vom 22. Dezember bis zum 03. Januar ist die Villa Friedlinde geschlossen. Das Team der Villa Friedlinde wünscht allen Senioren, Ehrenamtlern und Besuchern Frohe Weihnachten, besinnliche Feiertage und einen guten Rutsch ins neue Jahr! Wir freuen uns, Sie im neuen Jahr wieder in der Villa Friedlinde begrüßen zu dürfen.**

Vom Schenken

 Schenke groß oder klein,  
aber immer gediegen.   
Wenn die Bedachten die Gabe wiegen,  
sei dein Gewissen rein.

 Schenke herzlich und frei.  
Schenke dabei, was in dir wohnt  
an Meinung, Geschmack und Humor,   
so dass die eigene Freude zuvor  
dich reichlich belohnt.

 Schenke mit Geist ohne List.  
Sei eingedenk, dass dein Geschenk –   
Du selber bist.

*Joachim Ringelnatz  
1883-1934*

## **Sprechstunden**

### **Lohmar, Altes Rathaus, Hauptstr. 25, Raum 12**

#### **Sprechstunde der Seniorenvertretung, Tel. 02246-15400**

Donnerstag, 15.12., 10 – 12 Uhr mit dem Vorstand der Senioren-  
vertretung

#### **Sprechstunde für Seniorensport, Tel. 02246-15400**

Jeden Mittwoch, 14 – 15 Uhr mit Siegi Klingshirn (oder telefonisch  
unter 02246-6234)



#### **Sprechstunde des Sozialpsychiatrischen Zentrums der Diakonie „Demenz- und psychische Alterserkrankungen“**

Mittwoch, 07.12., 16 – 18 Uhr Fachberatung in Betreuungsfragen  
mit dem Sozialpsychiatrischen  
Zentrum, Troisdorf  
Die Beratung ist für Lohmarer Bürger  
kostenlos. Info:  
Hilde Kirschbaum 02241-806013

#### **Sprechstunde des „Sozialverband VdK“, Tel. 02246-15400**

1. Donnerstag, 01.12., 10 – 12 Uhr mit Monika Barabasch

 Abendgebet zum Nikolaus 

 Liebster, bester Nikolaus,   
Schokozeug ist mir ein Graus.  
Mag halt keine süßen Sachen,  
würdest mir mehr Freude machen  
mit einem Teller voller Fritten.  
Auch um Hering tät ich bitten.  
Sehr ergötzen würd mich auch  
Gänseschmalz und Schweinebauch.  
Ist in deinem Säckel nicht vorhanden?  
Dann versuch, anderswo zu landen!

Christine Nöstlinger

## SINFO Dezember 2011

### Wiederkehrende Termine

---

#### Birk, Ev. Kirchengemeinde, Gemeindehaus

Montag,	05.12.	15:00 Uhr	Seniorenkreis
Dienstag,	06.12.	09:00 Uhr	Männerfrühstück Anmeldung / Info: Heinz Schiffgen, 02246-3757 Hubert Simon, 02246-7480
Mittwoch,	07.12.	15:00 Uhr	Frauenkreis Info: Ursula Buhl, 02246-5976
Dienstag,	13.12.	09:00 Uhr	Frauentreff Info: Ursula Buhl, 02246-5976

#### Birk, St. Maria Geburt, Jugendzentrum (vorm. Pfarrheim)

Montag,	12.12.	09:00 Uhr	Frauenmesse mit anschließendem Frühstück im Jugendzentrum (vorm. kath. Pfarrheim) Info: Brigitte Hallberg, 02246-301538
Montag,	19.12.	15:00 Uhr	Seniorenachmittag (im ev. Gemeindehaus) Info: Johanna Oberscheid, 02246-4420

#### Birk, Bürgerzentrum

Montags,		14:30 Uhr	Spielenachmittag Info: Johanna Oberscheid, 02246-4420
Mittwochs,		14:30 Uhr	Seniorentanz (Tanzen 50+) mit Johanna Manz (Info: 02246-301630) und Eduard van der Maas
Entfällt im Dezember			Gehirnjogging Info: VHS, 02241-309717
Fr. 02., 09. und 16.12.		10:15 Uhr	Qigong mit Karin Lenz Info: 02205-897544

#### Donrath, Kolping-Jugendheim

Do.,	01. und 15.12.,	15:00 Uhr	Gruppentreff der Kolping-Senioren-Gruppe Info: Helga Kreuzer, 02246-2525
------	-----------------	-----------	---

#### Honrath, Ev. Kirchengemeinde, Peter-Lemmer-Haus

Mittwochs,		17:00 Uhr	Skatrunde
Freitag,	02.12.	10:00 Uhr	Kochen für und mit Senioren Info: Regina Reichelt, 02206-7577
Mittwoch,	07.12.	09:30 Uhr	Frauenforum Info: Gemeindebüro, 02206-900930
Mittwoch,	07.12.	09:30 Uhr	Qigong mit Harriet Henning Info: 02206-3829
Do.,	08. und 22.12.,	16:00 Uhr	Tanzgruppe der Lohmarer Landfrauen Info: Karin Große Entrup, 02246-7066
Freitag,	09.12.	18:00 Uhr	Stunde der Männer Aueler Hof Weihnachtsessen Info: Volker Haase, 02206-6707
Mittwoch,	21.12.	14:30 Uhr	Frauentreff
Freitag,	30.12.	16:00 Uhr	Stunde der Männer – Jahresausklang Info: Volker Haase, 02206-6707

#### Honrath, Alte Schule „Zum Kammerberg“, Nebengebäude

Dienstag,	08. und 22.12.	14:30 Uhr	AWO-Seniorengruppe Info: Inge Rausch, 02206-910717
-----------	----------------	-----------	---

#### Lohmar, Ev. Christuskirche – Gemeindezentrum

Mittwoch,	07.12.,	15:00 Uhr	Frauenhilfe Info: Gertrude Schäning, 02246-2969 Und wieder warten wir wie jedes Jahr ... Advent
Mittwochs,		09:30 Uhr	Frauentreff Info: Smilja Piehl, 02246-4308
	07.12.,		Franz Liszt, zum 200. Geburtstag und 125. Todestag in diesem Jahr. Referentin: Gabi Bergmann
	14.12.,		Weihnachten – ein religiöses Fest zwischen Traditionen und Kommerz. Referentin: Smilja Piehl
Mittwochs,		19:45 Uhr	Chorprobe des Kirchenchors Info: Ingrid Spoth, 02246-3442
Mittwoch,	14.12.,	13:00 Uhr	Männertreff – Offener Treff für Männer in der nachberuflichen Phase Info: Winfried Niere, 02246-4200 Besuch des Deutschen Museums in Bonn und eines Weihnachtsmarkts. Abfahrt: 13:00 Uhr. Führung durch das Museum; An-/Rückfahrt mit PKW oder Bus/Straßenbahn.

## Lohmar, Kath. Kirche St. Johannes, Pfarrheim

Samstag, 03.12. 14:00 Uhr Treffen des Altenclubs

## Neuhonrath, Kath. Pfarrheim St. Mariä Himmelfahrt

Mittwoch, 07.12. 15:00 Uhr Hl. Messe mit anschl. gemütlichen Beisammensein der Senioren  
Info: Renate Beyer, 02246-7576

## Wahlscheid, Ev. Kirchengemeinde, Matthias-Claudius-Haus

Mittwoch, 07.12. 15:00 Uhr Frauentreff, Besinnung im Advent  
Info: Christel Mundt, 02206-7327

Mittwoch, 14.12. 15:00 Uhr Frauenhilfe – Weihnachtsfeier  
Info: Wilma Frackenpohl, 02206-5803

Entfällt im Dezember 09:00 Uhr Vita-Treff – Frauen treffen sich zum Kochen vollwertiger Gerichte.  
Info: Renate Lüghausen, 02246-5675

## Wahlscheid, Ev. Altenheim

Entfällt im Dezember

Gesprächsrunde für pflegende Angehörige Demenzerkrankter  
Info: Hilde Kirschbaum,  
02241-806013

## Wahlscheid, Forum, Nebeneingang

Montags, 14:30 Uhr AWO – Kaffee- und Spielenachmittag  
Info: Annemarie van Allen,  
02246-7433

Do., 01., 08. und 15.12. 15:00 Uhr Ganzheitliches Gedächtnistraining  
**Auch für Nicht-Mitglieder!**  
Info: Lydia Hardt, 02206-910801



Unseren Lesern wünschen wir  
eine schöne Adventszeit und  
ein frohes Weihnachtsfest.  
Die SINFO-Redaktion



## Rätselecke

**Rösselsprung** – Wie heißen die drei Sprichwörter, die in dem Rösselsprung versteckt sind?

se	un	zur	sa	Kin	Nar
sich	gen	rung	und	Weg	Ist
ge	Bes	recht	heit	ren	der
i	es	im	ist	der	erste
mer	nirt	nirt	erst	Wahr	sicht
lebt	ru	die	Ein	der	Ruf

## Lösung des November-Rätsels

5					
	10				
5		24			
	14		52		
9		28		102	
	14		50		
5		22			
	8				
3					

### Impressum:

SINFO, Senioreninformation, Villa Friedlinde, Bachstr. 12, 53797 Lohmar  
Verantwortlich für den redaktionellen Teil: Christel Mundt, Telefon 02206-7327,  
eMail: mundt.chris@web.de  
Redaktionsschluss für die Januar-Ausgabe: Mittwoch, 14. Dezember 2011  
Satz und Layout: Christel Mundt, Rudolf Dille und Franz König - Eigendruck  
In Zusammenarbeit mit der Stadt Lohmar, der Bürgermeister  
Ansprechpartnerin: Johanna Manz, Sozialarbeiterin für Seniorenaktivitäten