

Die Seniorenvertretung Lohmar informiert:

Vortrag über den Gesundheitsfonds 2009

Der Einladung der Seniorenvertretung zum Vortrag »Gesundheitsfonds 2009« waren einige SeniorenInnen gefolgt, die sich vom Bezirksgeschäftsführer der Barmer Ersatzkasse, Herrn Marc Schöpfer, über die Veränderungen im Gesundheitswesen informieren lassen wollten. Zunächst stellte der Referent fest, dass sich an den Leistungen der Krankenkassen nichts geändert habe. Geändert habe sich die Höhe des Beitrags – nämlich 15,5% für alle Kassen – und die Art des Beitragseinzugs. Ab 1. Juli 2009 werde aber der Beitrag wieder auf 14,9% gesenkt. Herr Schöpfer befürchtet, dass die Krankenkassen damit auf Dauer nicht zurecht kommen und deshalb von jedem Einzelnen einen Zusatzbeitrag von 8 Euro oder bis zu 1% der Gesamteinkünfte des Versicherten einfordern werden; wenn nicht in diesem Jahr, dann später.

Ein interessantes Thema waren die lauten Proteste der Ärzteschaft gegen die angeblich schlechteren Honorare ab 2009. Die Proteste seien insofern nicht berechtigt, da die Kassen im Vergleich zu 2007 2,75 Mrd. Euro mehr an die Ärzte zahlen. Neben der Zahlung von 35,00 Euro pro Patient und Quartal werden viele Zusatzleistungen wie Blutdruck messen, Beratungen, Spritzen, Impfungen usw. extra abgerechnet und zu einem späteren Zeitpunkt zusammen mit einem weiteren Drittel des Honorars ausgezahlt. Grundlage für die Berechnung des Honorars im laufenden Jahr sind im übrigen immer die Leistungen des Arztes im Vorjahr. Herr Schöpfer legte Wert auf die Feststellung, dass Ärzte weitere Einkünfte durch die Behandlung von Privatpatienten erzielen.

Der Gesundheitsfonds sieht vor, dass bundesweit die Ärzte ein gleiches Honorar bekommen, was in der Vergangenheit auf die neuen Bundesländer nicht zutraf. Nun erhält jeder Arzt im Schnitt 10% mehr. In NRW sind es jedoch nur 6,4%, da die Ärzte in den neuen Bundesländern bei der Höhe der Honorare angeglichen wurden. Es gibt aber auch Arztgruppen, z. B. Orthopäden, die nach der Reform

schlechter dastehen. Laut Homepage der Kassenärztlichen Vereinigung mache dies aber höchstens 5% ihrer gesamten Honorare aus.

Im weiteren Verlauf wurden aber auch allgemeine Fragen im Zusammenhang mit der Krankenversicherung erörtert: Arzneimittel, die auf einem grünen Rezept verschrieben werden und zu denen die Kasse keinen Zuschuss gewährt; Begrenzung der Zusatzzahlungen (Krankenhaus, Praxisgebühr, Zuschuss zu Rezepten usw.) auf zwei Prozent der Einkünfte, bei chronisch Kranken auf ein Prozent. Herr Schöpfer bestätigte, dass sogenannte IGeL-Leistungen (individuelle Gesundheitsleistungen) nicht im Leistungskatalog der Krankenkassen stehen, da ihr Nutzen für den Patienten oft nicht bewiesen ist. Die Ärzte entscheiden, welche Kosten für derartige Leistungen an die Patienten weitergegeben werden können.

Der Referent legte auch Wert auf die Feststellung, dass kein Arzt einem akut Erkrankten eine Behandlung verweigern darf. Sollte ihm dies nachgewiesen werden, könne er auf unterlassene Hilfeleistung verklagt werden.

In einer Pressemitteilung der Barmer Ersatzkasse vom 11. Februar 2009 wurde darauf aufmerksam gemacht, dass die FDP im Februar 2009 einen Antrag im Bundestag eingebracht hat, durch den die gesetzlichen Krankenkassen abgeschafft werden sollen. Alle Bundesbürger müssten sich dann privat versichern, was eine Verschlechterung vor allem für die SeniorenInnen bedeute.

Die Teilnehmer hätten gerne noch über weitere Themen mit Herrn Schöpfer diskutiert, aber leider war dieser interessante Nachmittag zu schnell vorbei.

Anita Imbusch



Albert Seemann verlässt uns!

So langsam müssen wir uns leider von unserem Zivi Albert Seemann verabschieden. Sein Zivildienst läuft Ende April aus. Um Ostern herum hat er eine Woche Urlaub und an den nächsten Freitagen wird er nur noch sporadisch anwesend sein können.

Ich brauche gar nicht zu sagen, wie ungern wir uns von ihm verabschieden. Er hat eine tolle, engagierte Arbeit geleistet und war immer mit Herz und Seele bei der Sache.

Nun wird für einige Monate eine große Lücke entstehen, die von uns und mit Hilfe von Eduard van der Maas überbrückt werden muss.

Aber die Arbeit von Albert ist nicht in zwei Stunden täglich zu bewältigen. Bis der neue Zivi im August anfängt, müssen wir das irgendwie gemeinsam hinkommen und uns gegenseitig so gut es geht unterstützen.

Nicht zuletzt aus diesem Grund ist die Villa Friedlinde im Sommer vom 16. Juli bis zum 14. August geschlossen.

Johanna Manz



**Gemeinsam
statt einsam**



MouseMobil in Lohmar

Ein Team von ehrenamtlichen PC-Trainern besucht seit zwei Jahren Senioren, die nicht oder nur bedingt ihre häusliche Umgebung verlassen können, und zeigt ihnen, wie sie mit dem Personal-Computer und dem Internet umgehen können. Wir schulen auf allen Betriebssystemen.

Ein Kooperationsprojekt zwischen dem Diakonischen Werk im Rheinland, dem Evangelischen Erwachsenenbildungswerk Nordrhein und der evangelischen Kirchengemeinde Lohmar, gefördert vom Ministerium für Generationen, Familie, Frauen und Integration des Landes NRW. Wir sind Partner des LernLabors Ahlen.

Das Internet ist als Informationsquelle aus dem heutigen Leben kaum mehr wegzudenken. Ob ein Hotel gebucht werden soll, Fahrkarten für eine Urlaubsreise benötigt werden oder jemand wissen möchte, was im Netzwerk los ist – alles ist im Internet zu erfahren.

Wir bieten kostenlose Hilfe bei einfachen Computereinführungen in Ihrer häuslichen Umgebung mit unserem mitgebrachten und von der Kreissparkasse gesponserten Laptop. Das Team verfügt über zwei Vorführ-Laptops, ein Personal-Computer ist mit einer Webcam ausgerüstet und erlaubt die Betreuung über eine kostenlose MouseMobil-Hotline mit Internet-Telefonie und Videoübertragung bei Fragen, die schnell beantwortet werden können. Für umfangreiche Unterweisungen erfolgt die Schulung bei Ihnen zu Hause.

Wir schulen Sie mit den üblichen Anwendungen auf dem Personal-Computer (mit sogenannten Office-Paketen). Ein beliebtes Thema ist auch die digitale Bildbearbeitung mit Familien- und Urlaubsfotos.

So ist es möglich, direkt in das Thema einzusteigen. Der Besuch dauert meist ein bis zwei Stunden. Dabei bleibt auch immer Zeit für ein persönliches Gespräch.

Bei der Anschaffung eines Personal-Computers oder Laptops mit anschließender Installation und Inbetriebnahme helfen wir Ihnen.

Kontakt und weitere Informationen über Horst Piehl, Telefon 0 22 46 - 43 08, oder Erwin Rist, Telefon 0 22 46 - 24 60



MouseMobil

Kurz & knapp

Kino Kultur Kaffee

Kino Kultur Kaffee trifft sich nach wie vor. Aber über das Seniorenkino hinaus, das jeden 1. Mittwoch im Monat stattfindet, gibt es auch eine Gruppe, die abends gemeinsam ins Kino geht. So haben sie im vergangenen halben Jahr folgende Filme gesehen: »Wolke neun«, »Mama Mia«, »Australia«, »Der seltsame Fall des Benjamin Button« und zuletzt »Der Vorleser«.

Es ist schön, gemeinsam ins Kino zu gehen. Man ist unter Menschen und kann nach dem Film über das Gesehene reden. Da die Filme sehr schnell wechseln und deshalb in der SINFO nicht zeitnah veröffentlicht werden, können Sie sich bei Interesse an dieser Gruppe in der Villa Friedlinde (0 22 46 - 30 16 30) informieren. Am Telefon erfahren Sie dann, wann die Gruppe in welchen Film geht.

Johanna Manz



Kino für Senioren im April im Cinelux in Siegburg

Achtung: es ist diesmal nicht der 1. Mittwoch im Monat! Der Seniorenkinofilm wird am 8. April gezeigt und heißt: »Nachts im grünen Kakadu«.

Die Tanz- und Anstandsschule von Irene Wagner (Marika Röck) steht vor der Pleite. Da will ihr ein Onkel das Nachtlokal »Zum Grünen Kakadu« vermachen. Dazu muss Irene das Etablissement jedoch einen Monat lang erfolgreich leiten. Aus der Anstandsdame wird eine Nachtclubtänzerin. Marika Röck begeistert mit ihrer Tanzkunst.

Beginn des Films 15.00 Uhr, Einlass ab 14.00 Uhr. Eintritt incl. Kaffee und Kuchen 4,00 Euro.

Christel Mundt



Neues ehrenamtliches Engagement

Wir freuen uns sehr, dass Herbert Frielingsdorf sein ehrenamtliches Engagement erweitert. Bis jetzt war er für die Durchführung der monatlichen Wanderungen zuständig. Nun betreut er gemeinsam mit seiner Frau die Kinder einer ausländischen Familie, indem er mehrmals wöchentlich bei der Familie privat Hausaufgabenhilfe leistet.

Auf diese Art verbindet sich über das Ehrenamt in positiver Weise eine generationsübergreifende Maßnahme mit einem integrationsfördernden Element.

Die betreffende Familie ist überglücklich mit dieser Hilfe und die Kinder freuen sich immer auf den wöchentlichen Besuch. Vielleicht haben auch Sie Lust, solch eine Aufgabe zu übernehmen? Infos und Hilfe erhalten Sie bei Johanna Manz in der Villa Friedlinde (0 22 46 - 30 16 30).

Spielnachmittag am 29. April im Mehrzweckraum der Villa

Am Mittwoch, dem 29. April, wird der Spielnachmittag mit Dieter Trube aufgrund einer FöS-Versammlung in den Mehrzweckraum der Villa verlegt.

Wir bitten um Ihr Verständnis.

Der Frühling zieht ein

Die Terrasse der Villa Friedlinde wurde mit bunten Blumen und gut riechenden Pflanzen auf den kommenden Frühling/Sommer vorbereitet. Ein recht herzliches Dankeschön geht hierbei an die Stadt Lohmar, die diese Aktion durch Material und Geld unterstützt hat. Für die Zukunft wünschen wir uns, dass sich Senioren aus der Villa oder andere mit »grünem« Daumen freiwillig um die Beete kümmern werden. Das Villa Friedlinde-Team wird Sie natürlich dabei begleiten. Damit wäre das Umfeld der Villa noch attraktiver.

Johanna Manz

RSVG-Fahrkarten gibts bei Michaela Ginster

Es hat sich bei unseren Senioren anscheinend noch nicht so richtig rumgesprochen, dass die Fahrscheine der Rhein-Sieg-Verkehrsgesellschaft, die vormals im Buchladen bei Mitschinski verkauft wurden, nun bei Lotto-Tabak Michaela Ginster, Hauptstr. 44, erhältlich sind. Dies betrifft die gesamte Palette der im Angebot befindlichen Fahrscheine mit Ausnahme von Einzeltickets.

Rudolf Dille

Bingo – Jetzt regelmäßig

Ab sofort findet Bingo in der Villa Friedlinde regelmäßig statt. Gisela Houck und Hilde Hennemann laden Sie recht herzlich ein, an jedem dritten Donnerstag im Monat an einer gemütlichen Bingorunde mit tollen Preisen teilzunehmen.

Weitere Infos unter

0 22 46 - 30 16 30 oder www.lohmar.de/index.php?villa_friedlinde Rubrik Bingo

Johanna Manz

Essen & Alter

In den Etikettenvorschriften aus dem alten China (Li-Chi ca. 500–100 v. Chr.) findet man eine Anweisung, ab welchem Alter man wann welche Speisen essen darf:

Mit 50 darf man außergewöhnliche Kornspeisen essen.

Mit 60 darf man auch vor der Nachtruhe noch Fleisch essen.

Mit 70 darf man doppelte Rationen zu sich nehmen.

Mit 80 darf man andauernd Köstlichkeiten verzehren.

Mit 90 darf man auch im Schlafgemach speisen.

Na dann: Guten Appetit!

Rudolf Dille

Die Kräfte des Frühlings nutzen:

Qigong für Senioren in Birk

Es ist Zeit für Dehnungsübungen, um Verspannungen und Erstarrungen zu lösen, damit Sehnen, Muskeln und Knochen gelockert und geschmeidig werden.

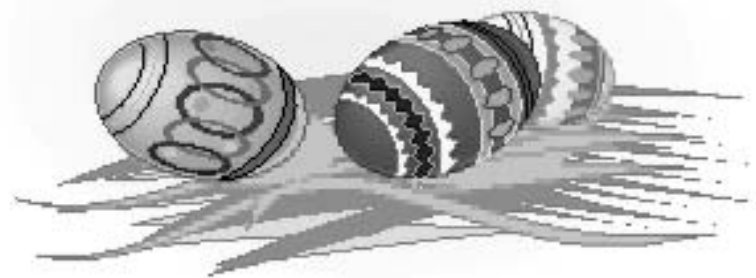
Durch die Bewegung kommt unser Geist und unsere Seele wieder in Fluss und wir sind offen für Neues.

Qigong-Übungen tragen Namen aus der Natur und dem Kosmos, z. B.: »Die Atemblume« oder »Stehe wie ein Baum«. Gedankenbilder und innere Vorstellungen spielen eine wichtige Rolle. So fördert die Vorstellung einer Verwurzelung mit der Erde einen stabilen Stand, klärt die Gedanken und lässt ein Gefühl der inneren Ruhe entstehen.

Das Besondere an Qigong-Übungen liegt darin, dass in harmonischer Weise Geist, Körper und Atmung gleichermaßen aktiviert werden. Ein(e) Qigong-Übende(r) darf ihre/seine Kräfte nur entsprechend ihrer/seiner jeweiligen Konstitution einsetzen. Somit ist Qigong von jeder Frau und jedem Mann – ob mit gutem oder geschwächtem Gesundheitszustand – durchführbar.

Die im Kurs erlernten Übungen können im Alltag mit Gewinn weiter praktiziert werden.

Veranstalter	Stadt Lohmar, Abteilung Seniorenarbeit
Kursleiterin	Karin Lenz
Veranstaltungsort	Bürgerzentrum Birk
Kursbeginn / Uhrzeit	Freitag, 24. 4. – 19. 6. 2009, 10.15 Uhr
Kosten	104,00 € (die gesetzl. Krankenkassen erstatten einmal jährlich bis zu 100% der Kurskosten)
Anmeldung / Information	Karin Lenz, Tel. 0 22 05 - 89 75 44



Wir wünschen allen Lohmarer SeniorenInnen
ein frohes Osterfest

Computerkurse für SeniorenInnen in der Villa Friedlinde

Wir bieten im kleinen Kreis bei angepasstem Lerntempo unterschiedliche Themen an, wie z. B.:

- Einführung in die PC-Bedienung
- Umgang mit Internet und eMail
- Einführung in die Programme WORD (Schreiben) und EXCEL (Rechnen)
- Verkaufen / Kaufen bei eBay
- Erstellen von Fotobüchern
- PC-Sicherheit
- Digital fotografiert – und dann?

Kosten: 16,00 € für 4 Doppelstunden.

Alternativ bieten wir an, Kurse für eine oder zwei Personen zu frei wählbaren Themen zu buchen oder aus dem neuen Modulsystem ein individuell zugeschnittenes Kursprogramm zu wählen.

Besuchen Sie unsere »Computerstammtische« in der Villa Friedlinde

- Freitag, 3. April, 14:00 bis 16:00 Uhr mit Franz König
- Freitag, 10. April – entfällt (Karfreitag)
- Freitag, 17. April, 14:00 bis 16:00 Uhr mit Franz König
- Freitag, 24. April, 14:00 bis 16:00 Uhr mit Theo Verwaaijen

Infos und Anmeldung zu allen Kursen (auch die in Birk, Breidt und Wahlscheid): freitags, 10 bis 12 Uhr in der Villa Friedlinde bei Wolfgang Arndt oder Günther Tornow.

Für telefonische Beratung und Anmeldung stehen ehrenamtliche Kursleiter der Computergruppe zur Verfügung:

- Wahlscheid Bernd-Volker Müller, Tel. 0 22 06 - 43 11
- Birk und Breidt Rudolf Dille, Tel. 0 22 46 - 62 78



Kölsche Redensarten

Ränt et op Maria Sief, ränt et veezich Dach stief

Regnet es auf »Maria Sief«, dann regnet es 40 Tage durch. Gemeint ist der 2. Juli, Mariä Heimsuchung. Ein alter Volksglaube sagt, dass es vierzig Tage an einem Stück regnet, wenn es an diesem Tag regnet. Darum auch der Ausdruck »Maria Sief«, denn »siefe« sagt der Kölner, wenn es Bindfäden regnet (vergl. auch Siebenschläfer).

Termine April 2009 in der Villa Friedlinde

Senioren-Begegnungszentrum in der Bachstraße 12

Öffnungszeiten: Mo-Fr 10:00–12:00 Uhr und 14:00–18:00 Uhr

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

Ansprechpartnerin ist Johanna Manz, Sozialarbeiterin für Seniorenaktivitäten
Tel. 0 22 46 - 30 16 30

Mittwoch, 1. April

10:00–11:30 Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)

14:00–17:00 Großer Spielnachmittag! Außer vielen Gesellschaftsspielen wie Rommé, Skat, Doppelkopf, Canasta und Sjoelen spielen wir auch Schach und Jeu de Boules! Warum allein zu Hause sitzen, wenn es bei uns gemütlich ist? Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen. Sie werden begleitet von Ilse Mattheß, Helga und Dieter Trube, Rolf Schrupp und Ed van der Maas.

Donnerstag, 2. April

14:00–17:00 Kurs für Bridgespieler im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde
15:00 Öffentliche Sitzung der Seniorenvertretung

Freitag, 3. April

10:00–12:00 Sprechstunde der Computergruppe mit Wolfgang Arndt. Keine telefonische Beratung möglich; bitte persönlich vorsprechen.
14:00 Computerstammtisch mit Franz König
14:30 Erzählcafé mit Margret Solbach und Helga Belz
14:30 Schreibclub Villa Friedlinde

Montag, 6. April

9:00 Redaktionssitzung SINFO
14:00–16:30 Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa. Info: Inge Karau 0 22 46 - 32 60
14.30 »Kniffel, Karten und Kaffee« mit Monika Lutschak
14:30 VHS Gehirnjogging mit Johanna Manz entfällt

Dienstag, 7. April

- 10:00 VHS Gehirnjogging mit Johanna Manz entfällt
- 10:15 Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck
- 14:00 Bridge-Anfängergruppe
- 14:30 Treffen der Gymnastikgruppe
- 15:00 VHS: Gymnastik im Sitzen für Ältere
- 17:30–18:30 Konversation auf englisch (ZWAR)
- 19:30 Tanzen für alle Altersgruppen (kein Gesellschaftstanz). Infos unter 0 22 46 - 30 16 30

Mittwoch, 8. April

- 10:00–11:30 Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)
- 14:30 Großer Spielnachmittag! (s. 1. April)

Donnerstag, 9. April

- 14:00–16:30 Kurs für Bridgespieler im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde
- 15:00 Gemütlicher Nachmittag mit der AWO

Freitag, 10. April

Karfreitag

Montag, 13. April

Ostermontag

Dienstag, 14. April

- 10:00 VHS: Gehirnjogging mit Johanna Manz
- 10:15 Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck
- 14:00 Bridge-Anfängerkurs
- 14:30 Treffen der Gymnastikgruppe
- 15:00 VHS: Gymnastik im Sitzen für Ältere
- 17:30–18:30 Konversation auf englisch (ZWAR)
- 19:30 Tanzen für alle Altersgruppen (kein Gesellschaftstanz). Infos unter 0 22 46 - 30 16 30

Mittwoch, 15. April

- 10:00–11:30 Tanzen 50+
- 14:00–17:00 Großer Spielnachmittag! (s. 1. April)

Donnerstag, 16. April

- 14:00–17:00 Kurs für Bridgespieler im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde
- 15:30–17:00 Gemütlicher Bingonachmittag

Freitag, 17. April

- 10:00–12:00 Sprechstunde der Computergruppe mit Wolfgang Arndt. Keine telefonische Beratung möglich; bitte persönlich vorsprechen.
- 14:00 Computerstammtisch mit Franz König
- 14:30 Erzählcafé mit Margret Solbach und Helga Belz
- 14:30 Schreibclub Villa Friedlinde

Montag, 20. April

- 14:00 Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa
- 14:30 »Kniffel, Karten und Kaffee« mit Monika Lutschak / Maria Cockx
- 14:30 VHS Gehirnjogging mit Johanna Manz

Dienstag, 21. April

- 10:00 VHS Gehirnjogging mit Johanna Manz
- 10:15 Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck
- 14:00 Bridge-Anfängerkurs
- 14:30 Treffen der Gymnastikgruppe
- 15:00 VHS: Gymnastik im Sitzen für Ältere
- 17:30–18:30 Konversation auf englisch (ZWAR)
- 19:30 Tanzen für alle Altersgruppen (kein Gesellschaftstanz). Infos unter 0 22 46 - 30 16 30

Mittwoch, 22. April

- 10:00–11:30 Tanzen 50+
- 14:00–17:00 Großer Spielnachmittag! (s. 1. April)

Donnerstag, 23. April

- 10:30 Offenes Singen mit Rudolf Wingenfeld
- 14:00–17:00 Kurs für Bridgespieler im Mehrzweckraum der Villa
- 14:30 Fernsehfilm in der Villa Friedlinde

Freitag, 24. April

- 10:00–12:00 Sprechstunde der Computergruppe mit Wolfgang Arndt. Keine telefonische Beratung möglich; bitte persönlich vorsprechen.
- 10:00 Lange Wanderung mit Herbert Frielingsdorf. Startpunkt Villa Friedlinde. Die Wanderung erfolgt auf eigene Verantwortung.
- 14:00 Computerstammtisch mit Theo Verwaaijen
- 14:30 Erzählcafé mit Margret Solbach und Helga Belz

Montag, 27. April

- 14:00 Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa. Ansprechpartner Inge Karau 0 22 46 - 32 60 oder Anke Bussmann 0 22 46 - 42 46
- 14:30 »Kniffel, Karten und Kaffee« mit Monika Lutschak / Maria Cockx
- 14:30 VHS: Gehirnjogging mit Johanna Manz
- 17:30 Treffen der ZWAR-Gruppe

Dienstag, 28. April

- 10:00 VHS: Gehirnjogging mit Johanna Manz
- 10:15 Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck
- 14:00 Bridge-Anfängerkurs
- 14:00 Treffen Arbeitskreis Computergruppe
- 14:30 Treffen der Gymnastikgruppe
- 15:00 VHS: Gymnastik im Sitzen für Ältere
- 17:30–18:30 Konversation auf englisch (ZWAR)
- 19:30 Tanzen für alle Altersgruppen (kein Gesellschaftstanz). Infos unter 0 22 46 - 30 16 30

Mittwoch, 29. April

- 10:00–11:30 Tanzen 50+
- 14:00–17:00 Großer Spielnachmittag! (s. 1. April)

Donnerstag, 30. April

- 14:00–17:00 Kurs für Bridgespieler im Mehrzweckraum der Villa

Hinweise auf Veranstaltungen in anderen Einrichtungen im Stadtgebiet Lohmar

Hier werden Termine für Veranstaltungen veröffentlicht, an denen SeniorenInnen der Stadt Lohmar teilnehmen können. Info: Rudolf Dille, 0 22 46 - 62 78

Lohmar (altes Rathaus), Hauptstr. 25, Raum 12, Tel. 0 22 46 - 1 54 00

Sprechstunden der Seniorenvertretung, jeweils von 10 bis 12 Uhr

Donnerstag, 16. April: mit Monika Barabasch

Donnerstag, 23. April: mit Joachim Barabasch

Sprechstunden des Beauftragten für Seniorensport

Jeden Mittwoch 14:00 bis 15:00 Uhr mit Siegi Klingshirn

**Sprechstunde des Sozialpsychiatrischen Zentrums der Diakonie
»Demenz- und psychische Alterserkrankungen«**

Mittwoch, 4. März, 16:00–18:00 Uhr. Die Beratung ist für Lohmarer Bürger kostenlos. Info: Jutta Spoddig 0 22 41 - 2 50 31 33

Sprechstunde des »Sozialverbandes VdK«

Donnerstag, 2. April, 10:00–12:00 Uhr mit Joachim und Monika Barabasch

Birk, Jugendzentrum, Birker Str. 12, Tel. 0 22 46 - 10 09 67

Sprechstunde der Seniorenvertretung und des Fördervereins für die Seniorenarbeit

Freitag, 24. April, 10:00–12:00 Uhr mit Rolf Binnenbrücker

Honrath, ev. Kirche, Peter-Lemmer-Haus, Tel. 0 22 06 - 90 09 30

Sprechstunde der Seniorenvertretung

Donnerstag, 9. April, 15:00–17:00 Uhr mit Hermann Fischer

Scheid, Dorfgemeinschaft Onkel Hugo, Scheider Str. 31

Sprechstunde der Seniorenvertretung

Entfällt, Karfreitag

Wahlscheid, Bürgerbüro im Forum, Tel. 0 22 06 - 10 46

Sprechstunde der Seniorenvertretung

Donnerstag, 9. April, 10:00–12:00 Uhr mit Annemarie Nolting

Birk, Ev. Friedenskirche

Mi., 1. April, 15:00 Uhr: Frauenkreis, Info: Ursula Buhl, 0 22 46 - 59 76
Montag, 6. April, 15:00 Uhr: Seniorenkreis
Dienstag, 7. April, 9:00 Uhr: Männerfrühstück, Anmeldung: Heinz Schiffgen, 0 22 46 - 37 57, Hubert Simon, 0 22 46 - 74 80
Di., 14./28. April, 9:00 Uhr: Frauentreff, Info: Ursula Buhl, 0 22 46 - 59 76
Di., 28. April, 12:30 Uhr: Gemeindemittagessen, Info und Anmeldung: Claudia Becker-Cyffka, 0 22 46 - 34 24

Birk, Kath. Kirche St. Maria Geburt

Entfällt im April Frauenmesse
Info: Brigitte Hallberg, 0 22 46 - 30 15 38
Entfällt im April Seniorennachmittag im ev. Gemeindehaus.
Info: Johanna Oberscheid, 0 22 46 - 44 20

Birk, Bürgerzentrum

jeden Montag, 14:30 Uhr: Spielenachmittag
Info: Johanna Oberscheid, 0 22 46 - 44 20
jeden Donnerstag, 9:00 Uhr: Gehirnjogging, Info: Joh. Manz, 0 22 46 - 30 16 30 oder VHS, 0 22 41 - 30 97 17
Freitag, 24. April, 10:15 Uhr: Qigong, Info: Karin Lenz, 0 22 05 - 89 75 44

Donrath, Kolping-Jugendheim

montags, 14:30 bis 17:30 Uhr: Betreuungsangebot für Demenzerkrankte, Info: SPZ, Troisdorf, Jutta Spoddig, 0 22 41 - 2 50 31 33
Do., 16./30. April, 15:00 Uhr: Gruppentreff der Kolping-Senioren.
Info: Ingrid Jeckel, 0 22 46 - 47 20

Honrath, Ev. Kirche, Peter-Lemmer-Haus

jeden Mittwoch, 17:00 Uhr: Skatrunde
Di., 14./28. April, 16:30 Uhr: Tanzgruppe der Lohmarer Landfrauen
Info: Karin Große Entrup, 0 22 46 - 70 66
Freitag, 3. April, 10:00 Uhr: Kochen für und mit Senioren
Info: Regina Reichelt, 0 22 06 - 75 77
Mi., 15./29. April, 14:30 Uhr: Frauentreff

Freitag, 24. April, 16:00 Uhr: Stunde der Männer,
Info: Volker Haase, 0 22 06 - 67 07
Mi., 1./15. April, 9:30 Uhr: Frauenforum (Info: 0 22 06 - 90 09 30)
Jeden Montag, 18:00 Uhr: Qigong mit Harriet Henning
Jeden Donnerstag, 9:00 Uhr: Qigong mit Edith de Bruyn

Honrath, alte Schule »Zum Kammerberg« (Nebengebäude Kindergarten)

Di., 14./28. April, 14:30 Uhr: AWO-Seniorengruppe
Info: Annemarie van Allen 0 22 46 - 74 33

Lohmar, Ev. Christuskirche - Gemeindezentrum

Mittwoch, 1. April, 15:00 Uhr: Frauenhilfe. „Wir werden einen Ostergarten aufbauen und begehen.“
Info: Gertrude Schänig, 0 22 46 - 29 69.
jeden Mittwoch, 9:30 Uhr: Frauentreff, Info: Smilja Piehl, 0 22 46 - 43 08
1. April: Programmstellung für das zweite Halbjahr
22. April Cosima Wagner – eine Geschichte von Liebe und Macht. Cosima Wagners Rolle im Zusammenhang mit Antisemitismus und dem Bayreuther Kreis. Referentin: Aliko Gnieser
29. April Vergebung – was heißt das für uns konkret?
Referent: Pfr. Peter Gottke
Mi., 15. April, 14:00 Uhr: Männertreff: Off. Treff für Männer in der nachberuflichen Phase (Info: W. Niere, 0 22 46 - 42 00).
Besuch der Moschee in Siegburg. Treffpunkt: 15:45 Uhr vor der Moschee, Händelstraße. Anmeldung nicht erforderlich

Lohmar, Kath. Kirche St. Johannes Enthauptung / Pfarrheim

Entfällt im April Treffen des Altenclubs
Info: Wilma Höndgesberg, 0 22 46 - 57 12
Entfällt im April Sonntagsmesse

Neuhonrath, Kath. Pfarrheim St. Mariä Himmelfahrt

Mittwoch, 1. April, 15:00 Uhr: Hl. Messe mit anschl. gemütlichem Beisammensein der Senioren. Info: Ren. Beyer 0 22 46 - 75 76

Wahlscheid, Ev. Kirchengemeinde,

Matthias-Claudius-Haus, Bartholomäusstraße 6

Mittwoch, 1. April, 15:00 Uhr: Frauentreff, Info: Christel Mundt, 0 22 06 - 73 27

Mi., 15. April, 15:00 Uhr: Frauenhilfe, Info: W. Frackenpohl, 0 22 06 - 58 03

Freitag, 17. April, 8:30 Uhr: Vitatreff, Info: R. Lüghausen, Tel. 0 22 46 - 56 75.
Frauen treffen sich zum Kochen vollwertiger Gerichte.

Wahlscheid, Ev. Altenheim

Mittwoch, 1. April, 19:00 Uhr: Gesprächsrunde für pflegende Angehörige
Demenzkranker, Info: 0 22 41 - 80 49 25

Wahlscheid, Forum, Nebeneingang

jeden Montag, 14:30 Uhr: AWO – Kaffee- und Spielenachmittag,
Info: Annemarie van Allen, 0 22 46 - 74 33

Do., 2./23./30. April, 15:00 Uhr:
»Ganzheitliches Gedächtnstraining« (auch für Nichtmitglieder).
Info: Lydia Hardt, 0 22 06 - 91 08 01



Wissen oder Interesse

Reporter fragt einen Passanten: „Was ist das Problem der heutigen Gesellschaft, mangelndes Wissen oder mangelndes Interesse?“

Daraufhin der Passant: „Weiß ich nicht, ist mir auch scheißegal ...“

Schneeglöckchen

Noch kein mildes Lüftchen spürst du.
Winter bringt manch eis'ge Böh.
Nur ein winzig kleines Glöckchen
streckt sein Köpfchen in die Höh.

Frierend steht's im Schnee und zittert.
Wind umbraust es mächtig kalt.
Doch läßt's sich nicht unterkriegen,
nun kommt ja der Frühling bald.

Wird die Luft ein wenig wärmer,
Vögel singen's erste Lied.

Legt sich unser Glöckchen nieder,
traurig wird ihm sein Gemüt.

Wenn die andern Blumen blühen
ist des Glöckchens Zeit vorbei.
Denn der Schnee ist sein Gefährte
und den gibt's nicht mehr im Mai.

Glöckchen ist ein Kind des Winters
und doch ist es wunderschön.
Jedes Jahr im tiefen Winter
können wir es wiedersehen.

Christina Telker

Rätselecke

Die Lichtschalter

Im Keller sind drei Lichtschalter, einer davon schaltet das Licht im ersten Stock ein, man weiß aber nicht, welcher.

Man darf nur ein einziges Mal in den ersten Stock gehen, um nachzusehen.

Wie findet man heraus, welcher der drei Schalter die Lampe im ersten Stock einschaltet?

Lösung des März-Rätsels

		☀				
	☀	4	☀			
0		☀		1		☀
			1	☀		
☀		1			☀	
		☀				☀
1	☀					

Impressum:

SINFO, Senioreninformation, Villa Friedlinde, Bachstraße 12, 53797 Lohmar
Verantwortlich für den redaktionellen Teil: Rudolf Dille, Telefon: 0 22 46 / 62 78
eMail: dille.r@t-online.de

Redaktionsschluss für die Mai-Ausgabe: 2. April 2009

Satz und Layout: Heinrich Imbusch – Eigendruck

In Zusammenarbeit mit der Stadt Lohmar, der Bürgermeister

Ansprechpartnerin: Johanna Manz, Sozialarbeiterin für Seniorenaktivitäten