

### **Die Seniorenvertretung informiert: Neuer Begleit- und Besuchsdienst in Lohmar**

Das Interesse war groß: Zahlreiche Pressevertreter waren am 12. Oktober zum Pressetermin mit Bürgermeister Wolfgang Röger und der Vorsitzenden der Seniorenvertretung, Ursula Kirschbaum-Fitzek, erschienen. Vorgestellt wurde der von der Seniorenvertretung ins Leben gerufene Begleit- und Besuchsdienst für die in Lohmar lebenden Senioren. Damit soll vor allem für die ländlich lebenden Senioren eine Möglichkeit geschaffen werden, stärker am gesellschaftlichen Geschehen teilzunehmen.

„Viele ältere Menschen können heute nicht mehr so die Dinge des täglichen Lebens alleine bewältigen“, erklärte die Projektleiterin Ursula Kirschbaum-Fitzek. „Daher möchten wir mit dem Begleit- und Besuchsservice eine Möglichkeit schaffen, der stetig steigenden Isolation dieser Menschen entgegenzuwirken.“

Auch Bürgermeister Wolfgang Röger, der sofort die Schirmherrschaft für das Projekt übernommen hat, ist vom Nutzen für die Senioren überzeugt: „Das Begleit- und Besuchsprogramm der Stadt Lohmar ist ein weiteres Angebot, soll aber nicht in Konkurrenz zu anderen Konzepten dieser Art stehen, wie beispielsweise dem der Caritas. Nur mit einem breiten Angebot können wir wirklich etwas bewegen. Ich würde mich also sehr über viele Meldungen freuen.“

Bereits zum Start des Projekts am 12.10.2011 stellten sich vier Freiwillige der Presse vor. Weitere Interessierte und Senioren können sich an Ursula Kirschbaum-Fitzek per E-Mail ([seniorenvertretung.lohmar@web.de](mailto:seniorenvertretung.lohmar@web.de)) oder per Telefon (02206-7579) wenden.

Wer selber keine Möglichkeit hat, ehrenamtlich tätig zu werden, das Projekt aber unterstützen möchte, kann eine Spende an den „Verein zur Förderung der Seniorenarbeit in Lohmar e.V.“ richten: Stichwort „Senioren Begleit- und Besuchsdienst“, Kreissparkasse Köln, BLZ 370 502 99, Konto Nr. 00 23 00 60 07. Ein Zuwendungsnachweis wird gerne ausgestellt.

Peter Winterberg



**Gemeinsam  
statt einsam**



### **Die Nachfolge von Frau Manz**

Sie haben bestimmt schon mitbekommen, dass meine Arbeit in der Villa Friedlinde allmählich zu Ende geht. Erfreulicherweise hat die Stadt Lohmar beschlossen, diese Stelle auch weiterhin mit der gleichen Stundenzahl zu vergeben.

Eduard van der Maas bleibt uns für ein weiteres Jahr stundenweise in der Villa erhalten und Albert Seemann wird ebenfalls bis März 2012 zeitweise in der Villa Friedlinde arbeiten. Das stimmt mich sehr zuversichtlich. So kann die neue Kraft einige Wochen von mir eingearbeitet werden und hat von Anfang an erfahrene Helfer zur Seite.

Was den oder die Bewerber/Bewerberin angeht, sind schon mehrere Kandidaten/Kandidatinnen da, die sich ernsthaft für diese schöne Arbeit interessieren.

Natürlich werde ich nicht sang- und klanglos verschwinden. Im Februar werde ich mich noch offiziell von Ihnen verabschieden!

Johanna Manz

### **Albert Seemann bleibt uns noch erhalten!**

Liebe Senioren und Seniorinnen, liebe Besucher und Besucherinnen der Villa Friedlinde. Ich freue mich, Ihnen oder Euch mitteilen zu können, dass ich ein weiteres halbes Jahr in der Villa Friedlinde bleiben kann. Für die kommenden sechs Monate stehe ich wie gewohnt gerne bei Fragen zur Verfügung. Mein Vertrag geht bis zum 31. März 2012. Damit kann ich auch dem/der Nachfolger/in von Frau Manz noch zur Seite stehen.

Ich bedanke mich auch bei der Stadt Lohmar für ihre Unterstützung. Es motiviert zu wissen, dass meine Arbeit so gewürdigt wird.

Albert Seemann

### **Die Seniorenvertretung informiert**

Ansprechpartner/-partnerinnen in den jeweiligen Lohmarer Stadtteilen:

Donrath, Lohmar Nord,  
Heppenberg

Karl-Heinz Bayer, Tel.: 02246-300222  
[Bayer.lohmar@t-online.de](mailto:Bayer.lohmar@t-online.de)

Lohmar Mitte

Ellen Hartig, Tel.: 02246-2906

Lohmar Süd

Bernd Cramer, Tel.: 02246-3154  
[ma-cramer@web.de](mailto:ma-cramer@web.de)

Scheid, Scheiderhöhe  
Honrath, Agger

Hermann Fischer, Tel.: 02205-84626  
[hertha.fischer@googlemail.com](mailto:hertha.fischer@googlemail.com)

Kreuznaaf bis Kern

Peter Flier, Tel.: 02206-869739  
[peterflier@gmx.de](mailto:peterflier@gmx.de)

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 Lohmar lud zum Vortrag: Gefahren und Fallen im Internet**

Kriminalhauptkommissar (KHK) Michael Kohlhaw merkte es schnell: Alle, die der Einladung der Lohmarer Seniorenvertretung gefolgt waren, kannten sich ziemlich gut mit dem Thema aus. Eigentlich das falsche Publikum also. Dafür diskutierte es von Anfang an engagiert mit und zwei Stunden vergingen wie nichts.

KHK Kohlhaw ließ kein Thema aus. Die Realitätsverschiebung bei Facebook zum Beispiel – weil man natürlich nur gute Seiten von sich selbst verkauft. Und was man da über sich ausplaudert, ist auch dann noch da, wenn man längst ein Anderer geworden ist.

Oder Passwörter. Sie sollten mindestens acht Zeichen lang sein und nicht gerade den Namen eines Verwandten oder das eigene Geburtsdatum enthalten. Sondern etwa so: „FwvmP-05“. Kann man sich nicht merken? Doch: „Finger weg von meinem PC-05“!

Neu war sicher den Meisten die Information über „ixquick“, eine Suchmaschine, die – anders als Google – sich freiwillig verpflichtet, private Daten von Nutzern nicht zu erfassen oder zu speichern.

Natürlich informierte KHK Kohlhaw auch über die Gefahren beim Online-Banking und anderen Online-Geschäften und wie man sich davor schützen oder im Ernstfall dagegen wehren kann. Die vielleicht wichtigste Information kam zum Schluss: der Hinweis auf die Internet-Adresse [www.pfiffige-senioren.de](http://www.pfiffige-senioren.de). Denn dort gibt es neben einer Fülle von Tipps („Wir kaufen und unterschreiben nichts an der Haustür“) vor allem dies: „Senioren sind alt, aber nicht doof. Tricks durchschauen und selbstbewusst 'Nein' sagen. Senioren haben Lebenserfahrung. Sie können sich behaupten und zur Wehr setzen. Wer die miesen Tricks der Betrüger kennt, ist besser gegen Betrug und Abzocke gewappnet.“

Die miesen Tricks der Betrüger kennen jetzt alle, die beim Vortrag der Lohmarer Seniorenvertretung dabei waren.

*Peter Winterberg, Seniorenvertreter  
Presse- und Öffentlichkeitsarbeit*

### **Menschen mit Behinderung in Lohmar**

Am 13. Oktober lud der Arbeitskreis Lebensstile zu einer Veranstaltung in den Ratssaal zu diesem Thema ein. Frau Nolting begrüßte die zahlreich erschienenen Gäste und erläuterte kurz die Überlegungen des Arbeitskreises. Man sei zu der Überzeugung gekommen, dass es gut wäre, in Lohmar eine ähnliche Einrichtung wie die Seniorenvertretung zu schaffen, damit die Interessen der Behinderten sach- und fachkundig vertreten werden können. Die weitere Moderation übernahmen Herr Reuter und Herr Fischer.

Zunächst stellte sich Herr Jung von der Stadtverwaltung Lohmar vor. Er ist der Behindertenbeauftragte und in dieser Funktion der offizielle Vertreter des Bürgermeisters in Sachen Schwerbehinderung. Er hat darauf hinzuwirken, dass die Pflichten aus den besonderen Regelungen zur Teilhabe schwer behinderter Menschen des Sozialgesetzbuches IX erfüllt werden. Der Beauftragte stellt für behinderte Menschen eine Anlaufstelle vor Ort mit Wegweiserfunktion dar, um Rat suchenden Menschen an die für sie zuständige Stelle weiterzuleiten.

Das heißt mit anderen Worten: Die Eltern eines behinderten Kindes sollten erst dann seinen Rat einholen, wenn sie z.B. bei der Einschulung des Kindes auf Grund seiner Behinderung auf Schwierigkeiten stoßen. Herr Jung sagte seine volle Unterstützung bei der Einrichtung einer eventuell geplanten Behindertenvertretung zu.

Herr Ohm vom VdK referierte dann über die UN-Konvention über die Rechte von Menschen mit Behinderungen vom Dezember 2006. Die Ratifizierung in Deutschland erfolgte 2009. Grundidee ist die Abkehr vom Denken in den Kategorien „behindert“ und „nicht behindert“. Jeder Mensch ist anders. Es ist normal, verschieden zu sein. Alle staatlichen Ebenen werden verpflichtet, die Gleichstellung und die Teilhabe von Behinderten in allen gesellschaftlichen Belangen sicherzustellen. Ein Aktionsplan der Bundesregierung liegt vor, die ressortübergreifende Zusammenarbeit der Fachministerien ist geplant.

Frau Vohwinkel von der KoKoBe (Koordinierungs-, Kontakt- und Beratungsstelle für Menschen mit geistiger Behinderung) referierte dann über die vom Landschaftsverband Rheinland getragene Einrichtung. Herr Klein, als betroffener Angehöriger, berichtete aus seiner täglichen Erfahrung im Zusammenleben mit seiner erkrankten Frau und gab praktische Tipps.

Die abschließende Diskussion ließ erkennen, dass die Idee des Arbeitskreises Lebensstile, in Lohmar möge sich eine Gruppe von behinderten und nicht behinderten Menschen finden, die sich für die Belange der Betroffenen einsetzt, auf

fruchtbaren Boden gefallen ist. Eine Folgeveranstaltung findet am 10. November 2011 um 19.30 Uhr im ev. Gemeindezentrum an der Christus-Kirche statt. Interessierte Lohmarer Bürger sind hierzu herzlich eingeladen.

Wie heißt es so schön: „Es gibt viel zu tun. Packen wir's an!“

*Heinrich Imbusch*

### **Fotomotive mit jungen und alten Menschen**

Der Verein zur Förderung der Seniorenarbeit (FöS) veranstaltet in diesem Jahr 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. Eine weitere Beschränkung der Motive wird nicht vorgegeben. Teilnahmeberechtigt sind alle Lohmarer Schüler der Jahrgangsstufen 5 bis 13.

Bis 15. Dezember können die Fotos als Papierabzug im Format 30x40 cm in den Sekretariaten der Schulen oder beim Vorsitzenden des Vereins abgegeben werden. Mit der Teilnahme am Fotowettbewerb gilt die Zustimmung zur Veröffentlichung der eingereichten Bilder als erteilt. Die Schüler lassen sich die Zustimmung zur Veröffentlichung von den fotografierten Personen bestätigen. Unterstützen Sie das Projekt und erteilen Sie die Zustimmung, wenn Sie fotografiert wurden.

Vom FöS werden Geldpreise im Wert von 1.000,00 Euro zur Verfügung gestellt. Erster Preis: 500,00 €, zweiter Preis 200,00 Euro und 3. bis 5. Preis jeweils 100,00 Euro. Außerdem sind alle Preisträger zum Fotoshooting bei der PR-Agentur HF-Consulting, Düsseldorf, eingeladen. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Die Siegerehrung findet am 3.2.2012 im Ratssaal statt. Alle eingereichten Fotos werden danach im Foyer des Rathauses ausgestellt.

*Franz König*

### **„Advent neu (er)leben“**

#### **Nostalgischer Weihnachtsbasar in der Villa Friedlinde am Sonntag, 4.12.2011 von 14:00 Uhr bis 18:00 Uhr**

In diesem Jahr haben sich viele Menschen Gedanken gemacht, wie man die Adventszeit in Lohmar etwas anders, etwas besinnlicher gestalten kann.

Dazu haben sich der Stadtmarketingverein, die katholische- und evangelische Kirche sowie die Stadtverwaltung in Lohmar überlegt, möglichst viele verschiedene Veranstaltungen anzubieten, die die Vorweihnachtszeit zu einem besonderen Erlebnis machen.

Auch die Villa Friedlinde unterstützt gerne diese Idee und wird am zweiten Adventssonntag einen Weihnachtsbasar ausrichten. Dieser Basar steht unter dem

Motto „Weihnachten, wie es früher einmal war.“ Es sollen selbst gefertigte Produkte, die in diesen Rahmen passen, angeboten und verkauft werden.

Eine gemütliche Atmosphäre wird an die Weihnachtszeit vor vielen Jahren erinnern. Damals, als der Weihnachtsbaum noch mit Äpfeln und Nüssen geschmückt wurde, als es Strohsterne und echte Wachskerzen gab. Als es nach Bratäpfeln und Apfelsinen roch, als gemeinsam Weihnachtslieder gesungen wurden und Alt und Jung gemeinsam musizierten.

Das ausführliche Programm wird in der Dezember-SINFO veröffentlicht. Aber soviel ist schon bekannt: die Musikschule Lohmar wird sich an dem Programm beteiligen und zeigen, dass Jung und Alt gerne zusammen Musik machen. Der Singkreis aus der Villa Friedlinde wird zum Singen von altbekannten Weihnachtsliedern einladen und die Tanzgruppe wird mit einigen Lichtertänzen den Basar beenden. Zwischendurch können kleine Geschenke gekauft werden und gemütlich eine Tasse Kaffee getrunken und selbst Gebackenes verzehrt werden. Hoffentlich werden mit diesem Weihnachtsbasar viele schöne Erinnerungen geweckt. Sie sind herzlich willkommen.

*Johanna Manz*

### **Dienstag ist Boules-Tag**

Die Jeu-de-Boules-Gruppe der Villa Friedlinde trifft sich ab sofort nicht mehr, wie gewohnt, mittwochs um 14:30 Uhr, sondern dienstags um 14:30 Uhr in der Villa Friedlinde. Wir laden alle Senioren und Seniorinnen, die Interesse an Jeu de Boules haben, recht herzlich ein, unsere Gruppe zu besuchen und mit uns die ein oder andere Runde Jeu de Boules zu spielen.

*Eduard van der Maas*

### **Herbstlesung des Senioren-Schreibclubs in der Villa Friedlinde**

Am Freitag, dem 4. November 2011, um 14:30 Uhr veranstaltet der Senioren-Schreibclub seine diesjährige Herbstlesung in der Villa Friedlinde. Wie gewohnt werden die neuesten Geschichten und Texte bei Kaffee und Kuchen vorgetragen. Die Mitglieder des Schreibclubs freuen sich auf Ihren Besuch.

*Gisela Steimel*

### **Tanzen 50+ in Birk**

In einer der letzten SINFO wurde über das neue Tanzangebot mittwochs von 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr im Bürgerhaus Birk berichtet. Damals in der Hoffnung, dass viele sich durch dieses Angebot angesprochen fühlen.

Dass sich bis jetzt 50 Tänzer und Tänzerinnen gemeldet haben, hat alle Erwartungen übertroffen. Das zeigt immer mehr, ältere Menschen machen sich um ihre Gesundheit Gedanken und werden aktiv.

Hoffentlich entdecken noch viel mehr Menschen das Tanzen für sich als ideale Sportart, die man bis ins hohe Alter ausüben kann.  
Infos bei Johanna Manz unter 02246-301630

Johanna Manz

### **Die Homepage [www.senioren-in-lohmar.de](http://www.senioren-in-lohmar.de) wurde deaktiviert**

Überraschung zum Monatsanfang: Als ich, wie jeden Monat, die PDF-Datei der SINFO für den Monat Oktober an den Betreuer der Seite, Benedikt Schmitz, weiterleitete, erfuhr ich, dass die Seite abgeschaltet wurde. Hier wäre eine frühere Information sicher angebracht gewesen. Wenn die Seite jetzt aufgerufen wird, landet der Besucher auf der Homepage der Stadt Lohmar, und zwar auf der Seite [www.lohmar.de/kinder-jugend-familie-senioren/senioren/](http://www.lohmar.de/kinder-jugend-familie-senioren/senioren/). Und, oh Schreck, das bisherige Informationsangebot war größtenteils verschwunden, die SINFO nicht mehr zu finden. Auf Nachfrage bei Kulturamtsleiter Michael Klein war zu erfahren, dass die Pflege jetzt Fa. Langen & Reiß übernommen hat. Durch die kurzfristige Maßnahme waren die Informationen der bisherigen Seiten noch nicht eingepflegt. Inzwischen sind viele Einträge wieder erreichbar. Bei einigen Seiten geht der Klick noch ins Leere und die SINFO ist jetzt versteckt unter dem Link Lohmar-Ort, dort unter Villa Friedlinde. Wenn Sie ganz nach unten scrollen, finden Sie das Archiv der SINFO.

Bitte überprüfen Sie Eintragungen auf Aktualität, denn nichts ist schlimmer im Internet als veraltete Nachrichten. Ich schlage vor, Änderungswünsche direkt an [Michael.Klein@Lohmar.de](mailto:Michael.Klein@Lohmar.de) zu senden.

Franz König

### **„Houck on Tour“ – Herbstfahrt nach Köln**

Die dritte Tour mit Gisela Houck für Senioren, die noch mobil sind, aber alleine keine Ausflüge mehr machen können, ging am 13. Oktober als Herbstfahrt von Lohmar nach Köln.

Gisela Houck und ihr Helferteam begleiteten 45 Seniorinnen und Senioren von der Villa Friedlinde aus mit dem Bus nach Köln. Am Dom stieg dann die Gruppe in die Bimmelbahn um. Eine Stunde lang führte die Fahrt am Rhein entlang bis zur Flora und zurück durch die Gassen der Altstadt. Ende der interessanten Bimmelbahntour war dann in der Mühlengasse vor Peters Brauhaus, wo schon für jeden ein kölsches Gedeck (1 Kölsch und „Halve Hahn“ oder „Kölsch Kaviar“) bereit stand. Beim Kölsch erinnerten sich einige Teilnehmer an ihre früheren Erlebnisse in Köln und erzählten die eine oder andere lustige Geschichte. Nach gemütlichen zwei Stunden spazierte die Gruppe durch das „Martinsveedel“, über den Buttermarkt am Händeschen-Theater vorbei wieder zum Bus, der alle wohlbehalten und gut gelaunt nach Lohmar brachte.

Die nächste Veranstaltung von „Houck on Tour“ wird diesmal keine Fahrt, sondern am 15. Dezember wird das „Lühhmere Senioren-Weihnachtsspektakel“ in der Villa Friedlinde, Bachstraße 12, besucht. Karten gibt es ab dem 15. November in der Villa Friedlinde, Tel: 02246-301630, bei Gisela Houck und bei Erich Wiemer, Tel: 02246-7837.

Erich Wiemer

### **Die Kräfte des Herbstes nutzen „Qigong -Kurs in Birk“**

Der Herbst ist die Zeit des Sammelns und Erntens. Wie die Natur, lenken wir unsere Energie langsam nach innen. Die Lunge ist das Organ des Herbstes und sollte in dieser Jahreszeit besonders gepflegt werden.

Qigong besteht aus Körperübungen, die in langsamen, harmonisch fließenden Bewegungen ausgeführt werden. Die Übungen lösen Verspannungen und Erstarung. Sie führen zur Kräftigung und Gesunderhaltung des Körpers, zur Vorbeugung von Krankheiten.

Das Erlernen von Qigong fördert darüber hinaus das Einüben eines liebevollen und achtsamen Umgangs mit sich selbst.

Das Besondere an Qigong liegt darin, dass in harmonischer Weise Geist, Körper und Atmung gleichermaßen aktiviert werden. Eine Qigong-Übende darf ihre Kräfte nur entsprechend ihrer 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.

Kursdauer: **Freitag, 11.11.2011 – 16.12.2011, Beginn um 10:15 Uhr**  
6 Treffen 78,00 Euro (Informationen zur Kostenerstattung erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse)

Ort: Bürgerzentrum, Birk  
Anmeldung und Information: Karin Lenz, Telefon: 02205-897544

### **Workshop – Alles Windows oder was ?**



Im Unterschied zu einem EDV-Kurs bestimmen bei einem Workshop die Teilnehmenden selbst den Inhalt. Im Vorfeld wurden aber bereits einige Fragen an den Leitenden gestellt, so dass er diese schon einmal zum vorläufigen Einstieg nutzen wird.

### **Vorläufige Inhaltsangabe:**

- Download und Installation von Add-ons in Firefox
- Download von kostenloser Software aus dem Internet
- Konfiguration von installierter Software (Internetbrowser, MS Office, Windows)
- Software Upgrades durchführen
- Alternativen zu Adobe Acrobat Reader
- Sicherung von Windows/Dateien auf einem externen Datenträger (Festplatte)
- Datenträgerorganisation
- Speichern auf USB Sticks
- Emailkonto einrichten
- u.s.w.

Die Unterweisung findet auf PCs statt, auf denen Windows 7, Office 2010 und Firefox installiert sind.

Teilnehmende, die über einen Laptop mit dem Betriebssystem Windows 7 verfügen, können diesen zum Unterricht mitbringen.

Kursdauer: 08.11.11 – 29.11.11, jeweils von 10:00 – 12:00 Uhr  
Kursleiter: Rudolf Dickersbach, staatlich geprüfter Techniker  
Kosten: 16,00 Euro

### ***Gedanken einer Seniorin***

(Verfasserin unbekannt)

Es fiel mir auf, dass alles weiter entfernt ist als vor einigen Jahren.

Es ist sogar zweimal so weit zur Straßenecke, und ein Hügel war früher auch nicht da.

Das Rennen zum Bus habe ich ganz aufgegeben, er fährt ja immer zu früh ab.

Die Treppen sind auch höher als in den „goldenen“ Jahren.

Auch werden Bücher und Zeitschriften mit immer kleineren Buchstaben gedruckt.

Es hat aber auch keinen Sinn, jemanden ums Vorlesen zu bitten, da jeder so leise spricht, dass man es kaum hören kann.

Zu den Kleidern wird zu wenig Stoff verwendet, besonders um die Hüften herum.

Auch fallen die angegebenen Größen kleiner aus als früher.

Sogar die Menschen verändern sich:

Sie sind viel jünger als wir es in ihrem Alter waren; andererseits sind die Leute unseres Alters so viel älter als wir.

Ich traf neulich eine Klassenkameradin – die war so alt, dass sie mich nicht mehr erkannte.

Und als ich heute Morgen meine Haare kämmte und dabei in den Spiegel sah, fiel mir auf:

Auch Spiegel sind nicht mehr das, was sie einmal waren!

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

Nach wie vor veranstaltet das Cineplex-Kino in Siegburg, in Zusammenarbeit mit den Stadtbetrieben Siegburg, Kino für Seniorinnen und Senioren. Zur Vorführung gelangen moderne, aktuelle Filme.

Am 2.11. wird der Film „Another Year“ gezeigt.

Beginn 15:00 Uhr, Einlass ab 14:00 Uhr. Eintritt inklusive Kaffee und Kuchen 5,00 €.

### ***Eine Kaffeeahrt ist nicht billig***

Nachdem regelmäßig bei uns Prospekte für erstaunlich günstige Kaffeefahrten eingeworfen wurden, will ich es wissen: Wie verkauft man meist minderwertige Ware zu übersteuerten Preisen an ein Publikum, das sich das möglicherweise nicht leisten kann?

An einem herrlichen Samstag treffen wir uns an der Bushaltestelle. Einige Senioren sind schon da. Der Busfahrer kassiert € 14,90 pro Person und ab geht die Fahrt in den Westerwald. Die Fahrt, das Mittagessen und ein umfangreiches Mitnahmepaket sind im Preis enthalten.

Am Ziel, einem Hotel, das die besten Tage schon gesehen hat, werden wir in Empfang genommen und busweise auf die Räumlichkeiten verteilt. Insgesamt mögen wohl 400 Personen in den verschiedenen Konferenzräumen zusammengekommen sein. Die ca. 200 Leute in unserem Raum werden sehr charmant von einem überaus freundlichen jungen Mann begrüßt und er stellt seine beiden Assistentinnen in einer sympathischen Art vor.

Dann macht er den Anwesenden ein schlechtes Gewissen. Detailliert erfahren die Gäste, was so eine Fahrt den Veranstalter kostet. Früher habe man in Nobelhäusern verkauft, wolle aber jetzt das Geld in Direktmarketing stecken und deshalb lieber die Gäste bewirten. Der Applaus ist ihm sicher.

Es geht um Matratzen und Bettwäsche. Die Frage, wer von den Anwesenden denn noch geerbte Bettdecken und Matratzen hat, wird von vielen positiv beantwortet. Dann folgt ein kurzweiliger Vortrag über biologische Zusammenhänge. Rhetorisch geschickt geht der Smarte der Frage nach, was denn passiere, wenn man eine Krankheit „ausschwitzt“. In großformatigen Bildern werden u.a. Milben dargestellt, dass es den Leuten graust.

Als nächstes wird die Keule „Rheuma“ hervorgeholt; nur in unseren Breitengraden soll diese Krankheit vor allem deshalb so verbreitet sein, weil man das falsche Bettzeug habe. Etliche Anwesende haben Rheuma, wie eine Schnellumfrage zeigt. Wir lernen: Mit der Gesundheit könne man gar nicht früh genug anfangen. Eine Investition lohne sich noch in jedem Alter.

Jetzt ist es an der Zeit, 50 Berechtigungskarten durch die Assistentinnen zu verteilen. Der Hersteller sei nun 50 Jahre am Markt und da wolle man einen kleinen Kreis mit Sonderkonditionen überraschen. Die Annahme der Karten ist völlig unverbindlich, aber es wird deutlich gesagt, wenn man hinterher zum absoluten Vorzugspreis kaufen möchte und keine Karte besitze, könne man den Sonderpreis nicht bekommen. Auf Wunsch des Moderators suchen dann die Assistentinnen geschickt in diversen Katalogen die Preise für solche Produkte heraus. Rund 1.100 Euro sollen diese in Versandhäusern kosten. Nein, soviel kostet es hier ja nicht und es kommt noch eine Anti-Magnetunterlage dazu. Keine 1.099, keine 999, keine 899. Die Leute halten den Atem an. Keine 699 und einige greifen schon vorsichtig nach ihrer Berechtigungskarte, keine 649 und viele haben ihre Berechtigungskarte fest im Griff. Misstrauische Blicke zum Nachbarn. 599 ist der Endpreis und es sind zu wenig Karten im Raum. Tumultähnliche Zustände. Der smarte Moderator verspricht, in der Pause seine Kollegen zu fragen, ob die noch Karten übrig hätten.

Dann natürlich noch der Hinweis, dass man diese Wunderprodukte selbstverständlich heute mitnehmen darf, aber das Vertrauen so groß sei, dass man erst in sechs Monaten bezahlen müsse. Auch die Rücknahmegarantie wird erläutert und es gibt keinen, der hier Schwindel vermutet.

Während die Assistentinnen die Bestellungen aufnehmen, kümmert sich der smarte Moderator, als guter Mensch beklatscht, um die fehlenden Karten. Und oh Wunder, er kann jeden Wunsch zufrieden stellen. Die Füße werden ihm aber nicht geküsst.

Später ist man sehr mit eifrigem Personal behilflich, die gekauften Sachen im Bus zu verstauen: Riesige Bündel, die man nach dem Verlassen des Busses wohl nicht in einen PKW bekommt. Wie will man dann die Rückgabe innerhalb von vier Wochen organisieren, wenn die Ware nur unter Problem zu transportieren ist? Dazu muss man donnerstags von 14:00-18:00 Uhr an der Halle 13 der Produktionsstätte im Westerwald sein. Clever gemacht!

Franz König



## Programm der Villa Friedlinde-November 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

### Mittwoch, 02. November

- 09:00-10:30** Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)
- 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

### Donnerstag, 03. November

- 09:00-10:30** Gesprächskreis Gehirnjogging
- 10:30-11:30** Offenes Singen mit Hildburg Papenfus
- 13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock
- 15:00** Öffentliche Sitzung der Seniorenvertretung
- 15:45-17:45** Acrylmalgruppe mit Elke Bock

### Freitag, 04. November

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rolf 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** Herbstlesung des Schreibclubs Villa Friedlinde. Ansprechpartnerin ist Gisela Steimel.

### Montag, 07. November

- 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** Schreibclub Villa Friedlinde mit Gisela Steimel
- 14:30-17:30** Betreuungsgruppe für Demenzerkrankte Menschen SPZ
- 18:30-20:00** Line Dance/Folklore-Tanzgruppe in der Jabachhalle

### **Dienstag, 08. November**

- 10:00** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dening  
**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, 09. November**

- 09:00-10:30** Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)  
**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

### **Donnerstag, 10. November**

- 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, 11. November**

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rolf 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 Breugelmanns.

### **Montag, 14. November**

- 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, 15. November**

- 10:00** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dening  
**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, 16. November**

- 09:00-10:30** Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)  
**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

### **Donnerstag, 17. November**

- 10:30-11:30** Offenes Singen mit Hildburg Papenfus  
**13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**14:30** Bingonachmittag mit Hilde Hennemann und Gisela Houck  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock

### **Freitag, 18. November**

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rolf 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** Die Gruppe „Allerlei und auch Kaffee“ mit Ilse Schneider und Ingrid Jeckel lädt zum gemütlichen Nachmittag ein. Thema: „Geschichten am Kamin“. Kostenbeitrag für Kaffee und Kuchen beträgt 2,50 Euro

### **Montag, 21. November**

- 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  
**18:30-20:00** Line Dance/Folklore-Tanzgruppe in der Jabachhalle

### **Dienstag, 22. November**

- 10:00** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dening  
**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, 23. November**

- 9:00-10:30** Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)  
**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

### **Donnerstag, 24. November**

- 09:00-10:30** Redaktionsbesprechung SINFO  
**13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**14:30** Seniorendisco  
**15:45-17:45** Acrylmalgruppe mit Elke Bock

### **Freitag, 25. November**

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rolf Dickersbach. Leider ist keine telefonische Beratung möglich. Bitte persönlich erscheinen.  
**10:00** Seniorengerechte Wanderung mit Herbert Frielingsdorf und Bernard Couturier. Startpunkt ist die Villa Friedlinde. Die Wanderung erfolgt auf eigene Verantwortung und dauert ca. zwei Stunden.  
**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** Computerkursleiterrunde  
**14:30** **Erzählcafé mit Stefanie Enterlein, Ilse Schneider, Hilde Hennemann und Gilberte Breugelmans fällt aus.**

### **Montag, 28. November**

- 09:00-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**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, 29. November**

- 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, Jospeh Orth und Monika Denecke.  
**17:30** Konversation auf Englisch (ZWAR)  
**18:15** Tanzen 40+/Line Dance Folklore in der Jabachhalle

### **Mittwoch, 30. November**

- 09:00-10:30** Tanzen 50+ (kein Gesellschaftstanz)  
**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.  
**14:30** Die Kindergartenkinder des Kindergartens „Waldgeister“ schmücken den Weihnachtsbaum der Villa Friedlinde und bieten eine kleine Einstimmung in die Adventszeit.  
**17:00** Niederländische Konversation

## **Hinweise auf Veranstaltungen in anderen Einrichtungen im Stadtgebiet Lohmar**

### **Sprechstunden**

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

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

Donnerstag, 17.11., 10 – 12 Uhr mit dem Vorstand der Seniorenvertretung

#### **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, 02.11., 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**

Donnerstag, 03.11., 10 – 12 Uhr mit Monika Barabasch

Das H ist deutsch

Das H ist deutsch bis auf die Knochen,  
denn anderswo wird's nicht gesprochen.  
Die Russen kommen in die Chölle,  
Franzosen kommen in die Ölle  
und nur wir Deutschen in die Hölle.

*Peter Ensikat/Klaus Ensikat*



**SINFO November 2011**  
**Wiederkehrende Termine**

---

**Birk, Ev. Kirchengemeinde, Gemeindehaus**

Mittwoch, 02.11. 15:00 Uhr Frauenkreis  
Info: Ursula Buhl, 02246-5976

Montag, 07.11. 15:00 Uhr Seniorenkreis

Dienstag, 08. und 22.11. 09:00 Uhr Frauentreff  
Info: Ursula Buhl, 02246-5976

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

Montag, 14.11. 09:00 Uhr Frauenmesse mit anschließendem Frühstück im Jugendzentrum (vorm. kath. Pfarrheim)  
Info: Brigitte Hallberg, 02246-301538

Montag, 21.11. 15:00 Uhr Seniorennachmittag (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

Do., 10., 17. und 24.11. 09:45 Uhr Gehirnjogging  
Info: VHS, 02241-309717

Fr., 11., 18. und 25.11. 10:15 Uhr Qigong mit Karin Lenz  
Info: 02205-897544

Sonntag, 20.11. 10:30 Uhr Adventsbasar

**Donrath, Kolping-Jugendheim**

Donnerstag, 17.11. 15:00 Uhr Gruppentreff der Kolping-Senioren-Gruppe  
Info: Helga Kreuzer, 02246-2525

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

Mittwoch, 02.11. 09:30 Uhr Frauenforum  
Info: Gemeidebüro, 02206-900930

Freitag, 04.11. 10:00 Uhr Seit 10 Jahren Kochen für und mit Senioren – Überraschungskochen!  
Info: Regina Reichelt, 02206-7577

Mittwochs, 09:30 Uhr Qigong mit Harriet Henning  
Info: 02206-3829

Mittwochs, 17:00 Uhr Skatrunde

Mittwoch, 16.11. 14:30 Uhr Frauentreff

Do., 10., 17. und 24.11. 09:00 Uhr Qigong mit Edith de Bruyn  
Info: 02266-2459

Do., 10. und 24.11. 16:30 Uhr Tanzgruppe der Lohmarer Landfrauen  
Info: Karin Große Entrup, 02246-7066

Freitag, 11. und 25.11. 16:00 Uhr Stunde der Männer  
Info: Volker Haase, 02206-6707

**Honrath, Alte Schule „Zum Kammerberg“, Nebengebäude Kindergarten**

Dienstag, 08. und 22.11. 14:30 Uhr AWO-Seniorengruppe  
Info: Inge Rausch, 02206-910717

**Lohmar, Ev. Christuskirche – Gemeindezentrum**

Mittwoch, 02.11. 15:00 Uhr Frauenhilfe  
Info: Gertrude Schäning, 02246-2969

Faszination Moor  
Diavortrag mit Herrn Blum (Lohmar)

Mittwochs, 09:30 Uhr Frauentreff  
Info: Smilja Piehl, 02246-4308

09.11. Johann Heinrich Wiechern – Leben und Wirken des Theologen.  
Referent: Pfarrer Schulze

16.11. Lesestunde mit Annemarie Lob

23.11. Kindererziehung und die Rolle der Frau und Mutter im Wandel der Zeit.  
Referentin: Alik Gnieser

30.11. Lucas Cranach – der Schnellmaler von Wittenberg, Wie Lucas Cranachs Bilder zur Ausbreitung der Reformation beitragen.  
Referentin: Eva Sippel

Mittwochs, 19:45 Uhr Chorprobe des Kirchenchors  
Info: Ingrid Spoth, 02246-3442

Mittwoch, 16.11. 14:00 Uhr Männertreff - Offener Treff für Männer in der nachberuflichen Phase  
 Info: Winfried Niere, 02246-4200  
 Sicherheit beim Online-Banking.  
 Referent: Herr KHK Michael Kohlhaw,  
 Kommissariat Kriminalprävention, Kreispolizeibehörde Siegburg

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

Samstag, 05.11. 14:30 Uhr Treffen des Altenclubs

**Neuhonrath, Kath. Pfarrheim St. Mariä Himmelfahrt**

Mittwoch, 02.11. 15:00 Uhr Hl. Messe mit anssl. gemütlichen Beisammensein der Senioren  
 Info: Renate Beyer, 02246-7576

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

Mittwoch, 02.11. 13:15 Uhr Frauentreff, Besuch des Seniorenkinos im Cineplex Siegburg, gezeigt wird der Film „Another Year“.  
 Info: Christel Mundt, 02206-5803

Mittwoch, 16.11. 15:00 Uhr Frauenhilfe  
 Info: Wilma Frackenpohl, 02206-5803

Freitag, 18.11. 09:00 Uhr Vita-Treff  
 Info: Renate Lüghausen, 02246-5675

**Wahlscheid, Ev. Altenheim**

Mittwoch, 02.11. 19:00 Uhr Gesprächsrunde für pflegende Angehörige Demenzerkrankter  
 Info: Hilde Kirschbaum, 02241-806013

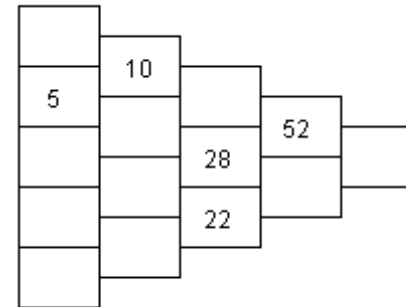
**Wahlscheid, Forum, Nebeneingang**

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

Donnerstags, 15:00 Uhr Ganzheitliches Gedächtnistraining  
**Auch für Nicht-Mitglieder!**  
 Info: Lydia Hardt, 02206-910801

**Rätselecke**

Können Sie durch Rechnen alle Felder füllen? Ein Feld enthält die Summe der beiden angrenzenden Felder links daneben.



**Lösung des Oktober-Rätsels**

- a) Lachen ist die beste Medizin. Ein gutes Gewissen ist ein sanftes Ruhekissen.
- b) Das Problem der überflüssigen Buchstaben

SPRIN\_G\_EN  
 REV\_OL\_T\_E  
 \_ZE\_IT\_UNGSJAR\_GO\_N  
 \_F\_L\_UCHT\_SCHIF\_F

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 Dezember-Ausgabe: Mittwoch, 16. November 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