

### **Die „Waldgeister“ zauberten Adventsstimmung in die Villa Friedlinde**

Fast 20 Kinder im Alter von drei bis sechs Jahren aus dem städtischen Kindergarten „Waldgeister“ trotzten Wind und Wetter und machten sich mit ihren Erzieherinnen Anke Skirke, Bärbel Brombach und Sonja Schlembach kurz vor dem ersten Advent auf den Weg zur Villa Friedlinde. Ihre Taschen waren voll mit selbst gebasteltem Adventsschmuck, den sie mit viel Elan an den noch kahlen Villa-Weihnachtsbaum hängten. Zeitgleich fand im Saal der wöchentliche Spielernachmittag statt, und die Seniorinnen und Senioren unterbrachen gern ihr Skat-, Doppelkopf- und Bridge-Spiel, um dem munteren Treiben zuzusehen. Als die Kinder schließlich nach getaner Arbeit einen einstudierten fröhlichen Adventstanz aufführten, war der Applaus groß. Zum Abschluss sangen Jung und Alt zusammen vor dem bunten, strahlenden Weihnachtsbaum *Schneeflöckchen Weißröckchen*, *Dicke Rote Kerzen* und *In der Weihnachtsbäckerei*. In ausgelassener Stimmung genossen die unterschiedlichen Generationen frisch gebackene Waffeln, bevor die Kleinen dann so langsam wieder ihren Weg in die Tagesstätte antraten.

Dank der kreativen Waldgeister verzauberte der Weihnachtsbaum während der gesamten Adventszeit die vielen Besucher der Villa Friedlinde und sorgte für besinnliche und festliche Stimmung.

*Susan Dietz*

*Begrüße das neue Jahr vertrauensvoll und ohne Vorurteile,  
dann hast du es schon halb zum Freunde gewonnen.*

*Novalis*



**Gemeinsam  
statt einsam**



### **„Houck on Tour“ auch im Jahr 2013!**

### **Ein dicker Dank geht an Emitec, Sulzer und die Kreissparkasse Lohmar**

Im Jahre 2010 zeichnete der Förderverein der Seniorenarbeit Lohmar e.V. (FöS) Gisela Houck als Ehrenamtlerin des Jahres aus. Sie erhielt ein Preisgeld von 1000 Euro, das sie zweckgebunden als Finanzierung für ein Seniorenprojekt nutzen sollte. Frau Houck entschied sich für eine viermal jährlich stattfindende Ausflugsveranstaltung für Seniorinnen und Senioren, die ohne Hilfe ihr Haus nicht verlassen können. Mit tatkräftiger Unterstützung eines ehrenamtlichen Teams sind ihr fröhliche und interessante Ausflüge unter dem Veranstaltungstitel „Houck on Tour“ gelungen. Im Anschlussjahr 2012 ermöglichte die BürgerStiftung Lohmar eine Förderungsfortsetzung, die jetzt jedoch auslief.

Dank der spontanen und großzügigen Spendenbereitschaft der Firmen Emitec, Sulzer und der Kreissparkasse Lohmar ist nun auch das Jahr 2013 gesichert. Zahlreiche Seniorinnen und Senioren, die ansonsten keine Möglichkeit haben, ihr Haus zu verlassen, können sich wieder auf abwechslungsreiche, auf sie zugeschnittene Highlights freuen.

Ganz herzlichen Dank!

*Susan Dietz*

### **Jahresrückblick mit Kaffee und Kuchen**

#### **3. öffentliche Sitzung der Seniorenvertretung 2012**

Eine vorweihnachtliche Sitzung in großer Tischrunde, da geht man gerne möglichst bald zur wichtigsten Tagesordnung über – zu Kaffee und Kuchen. Dabei beeindruckte der Jahresrückblick mit den zahlreichen Aktivitäten der Seniorenvertretung. Aus der Fülle dessen, was die Vorsitzende Ursula Kirschbaum-Fitzek vortrug, verdient Einiges noch einmal festgehalten zu werden.

Im Oktober kamen auf Einladung der Lohmarer Seniorenvertretung zum ersten Mal die verantwortlichen Vertreter des Rhein-Sieg-Kreises zum Thema Senioren zusammen. Insgesamt folgten 11 von 19 Städten und Gemeinden des Kreises der Einladung, deren vorrangiges Ziel die gegenseitige Vorstellung und der Austausch über Projekte im Bereich Senioren war.

Die Ehrenamtlichen des erfolgreichen Seniorenbesuchsdienstes absolvierten im November ein umfangreiches Fortbildungsprogramm, das sie für ihre Arbeit nahezu professionell qualifizierte (siehe Seite 5).

Die Taschengeldbörse, die Jugendlichen Jobs vor allem bei älteren Menschen vermittelt, ist auf inzwischen 172 Teilnehmer angewachsen. Der Wegfall der Gartenarbeiten braucht in den Wintermonaten allerdings dringend Ersatzangebote. Vielleicht wird ja zum Beispiel Hilfe bei fälligen Aufräumarbeiten im Keller oder auf dem Speicher gebraucht.

Der Soziale Runde Tisch, an dem die Seniorenvertretung beteiligt ist, richtet einen Soziallotsen-Dienst für Menschen ein, die mit Ämtern oder sozialen Einrichtungen nicht klar kommen. Ein Informationsabend am 29. Januar 2013 steht allen offen, die sich eine Mitarbeit vorstellen können.

Der Senioreneinkaufsdienst Birk fährt freitags weiter planmäßig, während der Senioren-Einkaufs-Express Wahlscheid für die Dauer der Bauarbeiten in der Wahlscheider Straße ruht.

Über Vorschlägen zu Themen, die 2013 in Vorträgen behandelt werden sollten, ging man schnell zu „Näherliegendem“ über – den Auge und Nase schon länger beschäftigenden reichhaltigen Kuchenplatten.

*Peter Winterberg*

### **„Soziallotsen“ gesucht für Menschen in sozialer Not**

Beratungsstellen, soziale Einrichtungen, Ämter und Institutionen – sie alle können helfen in sozialer Not. Aber meist sind da Anträge auszufüllen, Papiere beizubringen und Ansprechpartner zu ermitteln. Wer mit all dem überfordert ist, braucht Unterstützung – einen „Soziallotsen“. Ein entsprechendes Angebot hat der „Soziale Runde Tisch“ beschlossen.

Wer 2-4 Stunden Zeit in der Woche und entweder schon Kenntnisse hat oder interessiert ist, sich solche anzueignen (eine Schulung wird angeboten), möchte sich bitte melden bei Peter Flier (Seniorenvertretung), Telefon: 02206-863739.

*Peter Winterberg*

### **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>

Sind Sie schon Mitglied im Seniorenförderverein (FÖS)? Unterstützen auch Sie die Seniorenarbeit in Lohmar mit nur 12,00 € jährlich. Mitgliedsanträge erhalten Sie in der Villa Friedlinde. Danke!

### **Jetzt anmelden für den nächsten Töpferkurs in der Villa Friedlinde – Anfänger und Fortgeschrittene sind herzlich willkommen!**

Am Mittwoch, dem 9. Januar, beginnt um 10:00 Uhr der neue Töpferkurs mit Anja Helfen in der Villa Friedlinde. Anfänger sowie Fortgeschrittene sind herzlich willkommen. Der 10-Wochen-Kurs kostet 60 Euro inklusiv Material. (Anmeldung unter: 02246-30163)

*Susan Dietz*

### **Die Villa Friedlinde lädt ein zu einer karnevalistischen Revue „Däm Schmitz sing Frau eß durchgebrannt“ - Lieder und Anekdoten von und um Willi Ostermann**

Willi Ostermann gehört zu den überregional bekannten Kölner Liederdichtern und -sängern von vor dem Zweiten Weltkrieg. Sein Durchbruch auf der Kölner Karnevalsbühne gelang ihm 1908 mit dem Lied „Däm Schmitz sing Frau eß durchgebrannt“, und seitdem hielten viele seiner Lieder Einzug in das kölnsche Liedgut. Im Ersten Weltkrieg und der Besatzungszeit entstanden die weltweit verbreiteten Rhein- und Weinlieder wie „Einmal am Rhein“ und „Rheinlandmädel“. Auf seinem Sterbebett verabschiedete er sich 1936 von seiner Stadt, indem er „Ich mööch zo Foß noh Kölle jonn“ textete.

Dr. Engelbert Decker singt für uns am 24. Januar um 15:00 Uhr im Rahmen des monatlichen Themennachmittags Ostermannlieder und lässt dabei das Gemüt und die Kölner Seele sprechen. Unterstützt wird er dabei am Klavier von Gero Meißner. Im echt kölschen Sinne wird wieder üppig für kulinarische Leckerbissen gesorgt sein. (Kostenbeitrag 3 Euro pro Person inklusive Verzehr; Anmeldung bitte unter 02246-301630)

*Susan Dietz*

## **Ehrenamtliche Profis Erfolgreicher Kurs des Seniorenbesuchsdienstes**

Von Ende Oktober bis Ende November, einen Monat lang, ließen sich Ehrenamtliche für ihre Aufgaben beim Seniorenbesuchsdienst fortbilden. Nicht genug damit, dass sie sich um alte Menschen kümmern, die Hilfe benötigen. 23 Kurs-Stunden legten sie noch oben drauf, um noch besser zu werden.

Eingeladen zu dem Kurs hatten die Lohmarer Seniorenvertretung und das Sozialpsychiatrische Zentrum (SPZ) Troisdorf der Diakonie „An Sieg und Rhein“. Das Ev. Altenheim Wahlscheid stellte die Räume zur Verfügung. Und so konnte es losgehen – mit Themen wie Krankheitsbilder im Alter, Kommunikation mit alten Menschen, Umgang mit Verlusten, Aktivierung alter Menschen und rechtlichen Aspekten. Keine leichte Kost, aber unentbehrlich für die ehrenamtliche Arbeit, wie Teilnehmer meinten: „Beim Ehrenamt springt man immer ins kalte Wasser. Da ist Qualifizierung nötig.“ „Der Kurs gibt einem Sicherheit. Dazu tragen auch die Erfahrungen Anderer bei.“ „Wenn mal etwas daneben geht, zieht mich das runter. Die Fortbildung hilft, das zu vermeiden.“

Und das Motiv, sich um alte Menschen zu kümmern? Die Antworten waren einhellig: „Dankbarkeit ist der Hauptanreiz, die deutliche Freude, wenn man kommt – ich profitiere davon auch, das baut mich auf“. „Literatur gemeinsam lesen und darüber diskutieren – das gibt einem selbst ja auch etwas.“ „Was macht man im letzten Drittel des Lebens – nach dem Beruf? So viele sitzen dann herum und beklagen sich, nicht mehr gebraucht zu werden“, meint der einzige männliche Teilnehmer des Kurses: „Die Freude, die Dankbarkeit, die man in diesem Ehrenamt von den alten Menschen erfährt – das kann man in keinem Job so erleben.“

Der Kurs war ein Experiment mit Glatteisgefahr, wie die Veranstalter vom SPZ und von der Seniorenvertretung, Jutta Spoddig und Ursula Kirschbaum-Fitzek, meinten. Aber am Ende hatten alle offenbar sehr festen Boden unter den Füßen.

*Peter Winterberg*

## **Interimssprecher für die Computergruppe**

Wolfgang Arndt, der Sprecher der Computergruppe, möchte aus persönlichen Gründen die Sprecherfunktion der Gruppe nicht mehr wahrnehmen. Da Näheres nicht bekannt ist, hat die Gruppe entschieden, dass die Funktion bis auf Weiteres Rudolf Dickersbach wahrnehmen soll. Sowohl Arndt als auch Dickersbach gehören zu den Gründungsmitgliedern dieser aktiven Gruppe, deren Mitglieder seit vielen Jahren die Senioren in Lohmar ehrenamtlich in die Bedienung der Computer und verschiedener Programme einweisen. Der Gruppe gehören zurzeit noch zwölf Mitglieder an. Verstärkung wird dringend gebraucht. Wer Interesse

daran hat, Senioren in kleinen Schritten in die Computerwelt einzuweisen, wird gebeten, sich mit Rudolf Dickersbach in Verbindung zu setzen. Er ist jeden Freitag von 10:00 bis 12:00 Uhr in der Villa Friedlinde anzutreffen.

*Franz König*

## **Textgestaltung mit Sprüchen und Zitaten**

**"Man schreibt nicht mehr, man schreibt ab".**

Geronimo Cardano

Beim Erstellen von Einladungen, Danksagungen und ähnlichen Anlässen fehlen manchen Mitmenschen oft die passenden Worte. Viele „kluge“, aber auch weniger kluge Köpfe haben in der Vergangenheit Äußerungen von sich gegeben, auf die immer wieder gerne zurückgegriffen wird. Ein passendes Zitat bzw. ein „lockerer Spruch“ an der richtigen Stelle in einem Brief wertet das Schriftstück beim Leser auf.

Dieser Kurs möchte Kenntnisse vermitteln, wo und wie man an die entsprechenden Sprüche bzw. Zitate im Internet kommt. Mithilfe des überarbeiteten Grafikpaketes innerhalb von Word 2010 lassen sich diese Zitate auch optisch recht gut in ein Word Dokument integrieren.

Bei Teilnehmern, die diesen Kurs buchen, werden Bedienung des Betriebssystems Windows und eines Schreibprogrammes vorausgesetzt.

Internetfähige Laptops mit Windows XP bzw. Windows 7 und Office 2010, Works oder Libre Office können im Unterricht verwendet werden.

Termine: dienstags, 05.02.13 – 26.02.13

Uhrzeit: 10:00 – 12:00 Uhr

Kursleiter: Rudolf Dickersbach

Preis: 16,00 Euro

## **Mit Qigong in das neue Jahr starten!**

**Für Fröhlichkeit, Körperglück und eine stabile Gesundheit selbst sorgen**

Qigong steht für eine sanfte und heilsame Bewegungskunst aus China. Seit Jahren üben Seniorinnen begeistert Qigong in Birk. Kommen Sie vorbei und machen mit!

Kurse: freitags 01.02 – 22.03.2013 10:15 Uhr (08.02.13 entfällt)

7 Treffen 91,00 Euro

Infos zur Kostenerstattung erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse.

Ort: Bürgerzentrum Birk

Anmeldung und Information bei Karin Lenz, Telefon: 02205-897544

## Kino für Senioren im Januar 2013 im Cineplex in Siegburg

Am 2. Januar wird der Film „Ausgerechnet Sibirien“ gezeigt. Beginn 15:00 Uhr, Einlass ab 14:00 Uhr. Eintritt inklusiv Kaffee und Kuchen 5 €.

Matthias Bleuel (Joachim Król), Logistiker eines Modeversandhauses in Leverkusen, wird nach der Scheidung von seiner Frau (Katja Riemann) von seinem Chef (Michael Degen) in die Niederlassung der Firma nach Sibirien geschickt. Dort soll er den Betrieb nach westlichem Standard auf Vordermann bringen. Dieser unterhaltsame Film lebt von seinen Schauspielern. Bis in die Nebenrollen ist diese Komödie hervorragend besetzt, überwiegend mit russischen Darstellern vom Theater in Sankt Petersburg.

Christel Mundt

## „In unserem Alter - Begegnungen und Informationen“

Hörfunktipp; jeden Samstag von 8.05 - 8.55 Uhr auf WDR 4

Redaktion: Dr. Ulla Foemer und Martina Kippels

- |            |   |
|------------|---|
| 05.01.2013 | Suchen nach den Wurzeln – Mit modernen und bewährten Mitteln Ahnen aufspüren        |
| 12.01.2013 | Älter werden mit Behinderung – Teilhabe am Leben trotz Einschränkung                |
| 19.01.2013 | Raus aus der Tretmühle ... und dann? – Der Übergang von der Arbeit in den Ruhestand |
| 26.01.2013 | Vermögensanlage nach Maß – Tipps für den Umgang mit dem lieben Geld                 |

## Schließzeiten der Villa Friedlinde im Jahr 2013

Kein „Offenes Frühstück“ im Februar

Das Team der Villa Friedlinde hat für das Jahr 2013 folgende Schließzeiten beschlossen:

- 2. bis 4. Januar
- 7. bis 12. Februar (Karneval – Kein „Offenes Frühstück“ im Februar)
- 15. Juli bis 2. August
- 23. Dezember 2013 bis 3. Januar 2014

Susan Dietz

*Betrachte immer die helle Seite der Dinge!*

*Und wenn sie keine haben?*

*Dann reibe die dunkle, bis sie glänzt.*

*Sprichwort aus Skandinavien*



## Programm der Villa Friedlinde Januar 2013

Begegnungszentrum der Stadt Lohmar „Villa Friedlinde“,  
Bachstraße 12, 53797 Lohmar

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

Ansprechpartnerin: Susan Dietz: Tel. 02246-301630

Mailadresse: dietz\_susan@web.de

**Herzlich willkommen sind alle über 50-Jährigen sowie all' diejenigen, die Lust haben, mit Gleichgesinnten aktiv zu sein!**

**Die Villa Friedlinde ist bis einschließlich 4. Januar geschlossen**

### Montag, 07. Januar

**09:30-11:00** VHS-Englisch-Kurs mit Sandra Clever-Schwall

**09:30-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak (entfällt)

**10:00-12:00** Sprechstunde Susan Dietz (02246-301630)

**14:30-16:30** „Schreibclub der Villa Friedlinde“ mit Gisela Steimel

**14:00-17:30** Betreuungsgruppe für an Demenz erkrankte Menschen (SPZ) mit Maria Tschiesche

**14:30-17:30** „Op ne Kaffee un e Verzällche“ mit Erich Wiemer und Christa Kellershohn

### Dienstag, 08. Januar

**09:30** Offenes Frühstück für Jung und Alt (bitte Voranmeldung unter 02246-301630)

**09:30** 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

**16:00** Englische Konversation (ZWAR)

### Mittwoch, 09. Januar

**09:00-10:30** Tanzen 50+ (Anfänger) mit Ed van der Maas und Johanna Manz

**10:00-12:00** Töpfern mit Anja Helfen

**10:45-12:15** Tanzen 50+ (Fortgeschrittene) mit Ed van der Maas und Johanna Manz

**14:30-16:30** Kreativ-Gruppe mit Wilma Vierheilig und Theresia Wiemer

**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. Januar**

- 09:00-10:30** VHS-Gehirnjogging mit Susan Dietz  
**10:45-11:45** Offenes Singen mit Susan Dietz (FRICHOLO)  
**13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**14:30** Gemütlicher Nachmittag der AWO mit Annemarie van Allen  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**19:00** Seniorengruppenleitendenrunde

### **Freitag, 11. Januar**

- 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  
**14:00-16:30** Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde. Ansprechpartnerin ist Inge Karau.  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein und Ilse Schneider.

### **Montag, 14. Januar**

- 09:30-11:00** VHS-Englisch-Kurs mit Sandra Clever-Schwall  
**09:30-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**10:00-12:00** Sprechstunde Susan Dietz (02246-301630)  
**14:00-17:30** Betreuungsgruppe für an Demenz erkrankte Menschen (SPZ) mit Maria Tschiesche  
**14:30-17:30** „Op ne Kaffee un e Verzällche“ mit Christa Kellershohn und Erich Wiemer  
**17:45** ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand)

### **Dienstag, 15. Januar**

- 09:30** 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  
**16:00** Englische Konversation (ZWAR)

### **Mittwoch, 16. Januar**

- 09:00-10:30** Tanzen 50+ (Anfänger) mit Ed van der Maas und Johanna Manz  
**10:00-12:00** Töpfern mit Anja Helfen  
**10:45-12:15** Tanzen 50+ (Fortgeschrittene) mit Ed van der Maas und Johanna Manz  
**14:30** Großer Spielnachmittag! Sie werden begleitet von Dieter Trube, Rolf Schrupp, Monika Gelfert, Ursula Quester und Uta Koch.  
**14:30-16:30** Kreativ-Gruppe mit Wilma Vierheilig und Theresia Wiemer  
**17:00** Niederländische Konversation

### **Donnerstag, 17. Januar**

- 09:00-10:30** VHS-Gehirnjogging mit Susan Dietz  
**10:45-11:45** Offenes Singen mit Susan Dietz (FRICHOLO)  
**14:30** Bingonachmittag mit Gisela Houck und Hilde Hennemann  
**13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock

### **Freitag, 18. Januar**

- 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  
**14:00-16:30** Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde. Ansprechpartnerin ist Inge Karau.  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein und Ilse Schneider.

### **Montag, 21. Januar**

- 09:00** Redaktionssitzung SINFO  
**09:30-11:00** VHS-Englisch-Kurs mit Sandra Clever-Schwall  
**10:00-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**10:00-12:00** Sprechstunde Susan Dietz (02246-301630)  
**14:00-17:30** Betreuungsgruppe für an Demenz erkrankte Menschen (SPZ) mit Maria Tschiesche  
**14:30** „Schreibclub Villa Friedlinde“ mit Gisela Steimel  
**14:30-17:30** „Op ne Kaffee un e Verzällche“ mit Christa Kellershohn und Erich Wiemer

### **Dienstag, 22. Januar**

- 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  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**17:00** Supervision für ehrenamtliche Gruppenleitende – bitte Voranmeldung im Villa-Büro  
**16:00** Englische Konversation (ZWAR)

### **Mittwoch, 23. Januar**

- 09:00-10:30** Tanzen 50+ (Anfänger) mit Ed van der Maas und Johanna Manz  
**10:00-12:00** Töpfern mit Anja Helfen  
**10:45-12:15** Tanzen 50+ (Fortgeschrittene) mit Ed van der Maas und Johanna Manz  
**14:30** Großer Spielnachmittag! Sie werden begleitet von Dieter Trube, Rolf Schrupp, Monika Gelfert, Ursula Quester und Uta Koch.

### **Donnerstag, 24. Januar**

- 09:00-10:30** VHS-Gehirnjogging mit Susan Dietz

- 13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**15:00-17:00** Themennachmittag: „Däm Schmitz sing Frau eß durchgebrannt“ –  
 Eine Ostermann-Revue mit Dr. Engelbert Decker, Gero Meißner  
 und köstlichem Kölschen Buffet – Kostenbeitrag 3 Euro –  
 Voranmeldung unter Tel.: 02246-301630  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock

### **Freitag, 25. Januar**

- 10:00-12:00** Sprechstunde der Computergruppe mit Rudolf 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  
**14:00-16:30** Spielzeit für Bridgegruppen im Mehrzweckraum der Villa Friedlinde.  
 Ansprechpartnerin ist Inge Karau.  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein und Ilse Schneider

### **Montag, 28. Januar**

- 09:30-11:00** VHS-Englisch-Kurs mit Sandra Clever-Schwall  
**10:00-12:00** Sprechstunde Susan Dietz (02246-301630)  
**10:00-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**14:00-17:30** Betreuungsgruppe für an Demenz erkrankte Menschen (SPZ) mit  
 Maria Tschiesche  
**14:30-17:30** „Op ne Kaffee un e Verzällche“ mit Christa Kellershohn und  
 Erich Wiemer  
**17:45-19:30** ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand)

### **Dienstag, 29. Januar**

- 09:30** 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  
**16:00** Englische Konversation (ZWAR)

### **Mittwoch, 30. Januar**

- 09:00-10:30** Tanzen 50+ (Anfänger) mit Ed van der Maas und Johanna Manz  
**10:00-12:00** Töpfern mit Anja Helfen  
**10:45-12:15** Tanzen 50+ (Fortgeschrittene) mit Ed van der Maas und  
 Johanna Manz  
**14:30** Großer Spielnachmittag! Sie werden begleitet von Dieter Trube,  
 Rolf Schrupp, Monika Gelfert, Ursula Quester und Uta Koch.  
**17:00** Niederländische Konversation

**Die Villa Friedlinde hält über den Jahreswechsel vom 24. Dezember 2012 bis  
 einschließlich 4. Januar 2013 Winterschlaf und ist in dieser Zeit geschlossen.**

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

### **Sprechstunden**

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

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

Donnerstag 17.01. 10 – 12 Uhr mit dem Vorstand der Senioren-  
 vertretung

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

Donnerstag 03.01. 10 – 12 Uhr mit Monika Barabasch

-----

Für alle Fragen den **Senioren-sport** betreffend steht Siegi Klingshirn telefonisch  
 unter 02246-6234 zur Verfügung.

### **Wiederkehrende Termine**

#### **Birk, Ev. Kirchengemeinde, Gemeindehaus**

Freitags		14:00 Uhr	Senioreneinkaufsdienst (SEB) Abfahrt ev. Kirche
Montag	07.01.	15:00 Uhr	Seniorenkreis
Dienstag	08.01.	09:00 Uhr	Männerfrühstück Anmeldung / Info: Heinz Schiffgen, 02246-3757 Hubert Simon, 02246-7480
Dienstag	08. und 22.01.	09:00 Uhr	Frauentreff Info: Ursula Buhl, 02246-5976
Mittwoch	09.01.	15:00 Uhr	Frauenkreis Info: Ursula Buhl, 02246-5976

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

Mittwoch	09.01.		Krippenfahrt nach Köln
Montag	14.01.	09:00 Uhr	Frauenmesse mit anschließendem Frühstück im Jugendzentrum (vormals kath.Pfarrheim) Info: Brigitte Hallberg, 02246-301538
Montag	21.01.	15:00 Uhr	Seniorenachmittag (im evangelischen Gemeindehaus) Info: Johanna Oberscheid, 02246-4420
Donnerstag	24.01.	15:00 Uhr	Karnevalistisches Kaffeestündchen im Bürgerhaus Birk

### **Birk, Bürgerzentrum**

Montags		14:30 Uhr	Spielenachmittag Info: Johanna Oberscheid, 02246-4420
Dienstags		16:15 Uhr	Line-Dance (für alle Altersgruppen) Info: 02246-100590
Mittwochs		14:30 Uhr	Seniorentanz (Tanzen 50+) mit Johanna Manz und Ed van der Maas Info: 02246-100590
Kurs beginnt im Februar			Qigong mit Karin Lenz Info: 02205-897544

### **Donrath, Kolping-Jugendheim**

Donnerstag	17.01.	14:30 Uhr	Gruppentreff der Kolping-Senioren-Gruppe
Donnerstag	31.01.	14:30 Uhr	Karneval Info: Helga Kreuzer, 02246-2525

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

Mittwochs		17:00 Uhr	Skatrunde
Mittwoch	02.01.	09:30 Uhr	Frauenforum Info: Gemeindebüro, 02206-900930
Freitag	04.01.	10:00 Uhr	Kochen für und mit Senioren Info: Regina Reichelt, 02206-7577
Freitag	11. und 25.01.	16:00 Uhr	Stunde der Männer Info: Volker Haase, 02206-6707
Mittwoch	16.01.	14:30 Uhr	Frauentreff
Donnerstag	31.01.	16:30 Uhr	Tanzgruppe der Lohmarer Landfrauen Info: Karin Große Entrup, 02246-7066

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

#### **Kindergarten**

Dienstag	08. und 22.01.	14:30 Uhr	AWO-Seniorengruppe Info: Inge Rausch, 02206-910717
----------	----------------	-----------	---

### **Lohmar, Ev. Christuskirche – Gemeindezentrum**

Mittwochs		19:45 Uhr	Chorprobe des Kirchenchors Info: Ingrid Spoth, 02246-3442
Mittwoch	02.01.	15:00 Uhr	Frauenhilfe Info: Gertrude Schäning, 02246-2969 Reformation und Musik Mit dem Flötenensemble aus St. Augustin und Frau Steger als Referentin
Mittwochs		09:30 Uhr	Frauentreff Info: Smilja Piehl, 02246-4308
	09.01.		„Wir haben keine bleibende Stadt, sondern die zukünftige suchen wir“ Hebräer 13,14 Referent: Pfarrer Jochen Schulze
	16.01.		„Warum gerade ich“ Glaube, Leiden und Krisenbewältigung Referentin: Liselotte Starken
	23.01.		Chronik der Familie Liebermanns durch 200 Jahre Referentin: Gabi Bergmann
	30.01.		Das Leben der Christen in der ehemaligen DDR Referentin: Trude Selig
Mittwoch	16.01.	14:00 Uhr	Männertreff - Offener Treff für Männer in der nachberuflichen Phase Info: Winfried Niere, 02246-4200 Wachstum oder Glück? Welche Welt sollen unsere Enkel erben? Aus der Arbeit des Instituts Südwind, Siegburg Referent: Dr. Jörg Baumgarten, Pfr. i.R.

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

Samstag	05.01.	11:00 Uhr	Treffen des Altenclubs - Brunch
---------	--------	-----------	---------------------------------

### **Lohmar, Jabachhalle,**

Montags		19:00 – 20:30 Uhr	40+ Line Dance und Folklore-Tanz mit Ed van der Maas und Johanna Manz
Dienstags		18:15 – 19:45 Uhr	Anmeldung unter Tel. 02246-100590

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

Mittwoch	02.01.	15:00 Uhr	Hl. Messe mit anschl. gemütlichen Beisammensein der Senioren Info: Renate Beyer, 02246-7576
----------	--------	-----------	--

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

Mittwoch 09.01. 15:00 Uhr Frauentreff  
Info: Christel Mundt, 02206-7327  
Mittwoch 16.01.. 15:00 Uhr Frauenhilfe  
Info: Wilma Frackenpohl, 02206-5803  
Freitag 18.01. 09:00 Uhr Vita-Treff - Frauen treffen sich zum Kochen vollwertiger Gerichte.  
Info: Renate Lüghausen, 02246-5675

### Wahlscheid, Ev. Altenheim

Mittwoch 09.01. 19:00 Uhr Gesprächsrunde für pflegende Angehörige Demenzerkrankter  
Info: Jutta Spoddig  
02241-2503133

### Wahlscheid, Forum, Nebeneingang

Montags 14:30 Uhr AWO – Kaffee- und Spielenachmittag  
Info: Annemarie van Allen,  
02246-7433  
Do. (außer 03.01.) 15:00 Uhr Ganzheitliches Gedächtnistraining  
Auch für Nicht-Mitglieder! Schnupper-  
gäste sind herzlich willkommen.  
Info: Lydia Hardt, 02206-910801

*Wo ist die Zeit vom letzten Jahr  
als ich mit dir so fröhlich war*

*Wo ist die Zeit vom vergangenen Tag  
Wo ist die Zeit die dazwischen lag*

*Wo ist die Zeit die man vergisst  
weil da nicht viel gewesen ist*

*Wo ist die Zeit von morgen  
Was hält sie mir verborgen?*

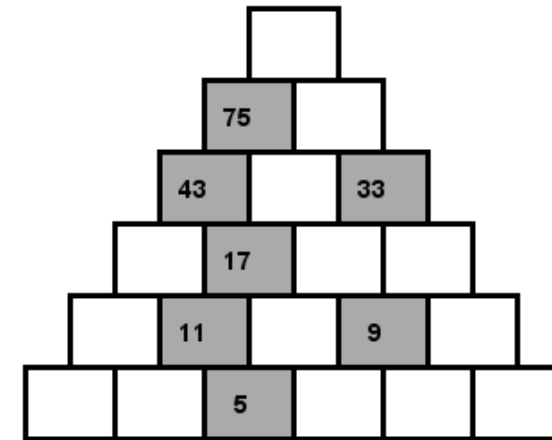
*Jürgen Spohn*

**Das SINFO-Redaktionsteam wünscht allen**

**Leserinnen und Lesern ein frohes und gesundes neues Jahr!**

### Rätselecke

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



### Lösung des Dezember Rätsels

Die Abbildung ‚F‘ passt nicht zu den anderen. Die Figur ist gespiegelt.

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 Februar Ausgabe: Mittwoch, 16. Januar 2013  
Satz und Layout: Christel Mundt, Rudolf Dille und Franz König - Eigendruck  
In Zusammenarbeit mit der Stadt Lohmar, der Bürgermeister  
Ansprechpartnerin: Susan Dietz, Sozialarbeiterin für Seniorenaktivitäten, Telefon: 02246-301630