

### **Unser erstes Jahr in der Villa Friedlinde - Ein Rückblick auf das Jahr 2012**

Frau Vierheilig und ich lösten im Februar 2012 Frau Manz mit Team ab und blicken nun auf ein gemeinsames Jahr zurück. Mit Freude haben wir das Begegnungszentrum übernommen und mit Hilfe der vielen Ehrenamtler und Besucher einen guten Start gehabt. Ihnen allen möchten wir an dieser Stelle noch einmal ganz kräftig danken. Ohne Ihr Engagement hätten wir das alles nicht so gut stemmen können! Die Zeit ist im Flug vergangen. Wir sind erstaunt, wie viel im vergangenen Jahr passiert ist:

- Im **Februar** fand in den Räumen der Villa Friedlinde im Rahmen von „Houck on Tour“ ein musikalisch-karnevalistischer Nachmittag mit Käpt'n James Cook in Kooperation mit dem Sozial-Psychiatrischen Zentrum statt.

- Weiterhin freuten wir uns, die vielen Ehrenamtler begrüßen zu dürfen, die von unserem Bürgermeister für ihre unermüdlichen Tätigkeiten im abgelaufenen Jahr entsprechend geehrt wurden.

- Frau Dietz wurde als neue Leiterin der Villa Friedlinde öffentlich vorgestellt.

- Frau Johanna Manz feierte ihren Abschied, um in den wohlverdienten „Halb“-Ruhestand überzuwechseln.

- Im **März** veranstaltete die Stadt Lohmar spannende Kulturtage. Musikalisch, gestalterisch und dabei unerschöpflich vielfältig präsentierte sich unsere Stadt mit vielen kreativen Angeboten. In der Villa Friedlinde fand u.a. die Preisverleihung des ausgeschriebenen Krimi-Wettbewerbs statt. Zu unserer großen Freude machte hier die Villa-Bufdi Wilma Vierheilig mit ihrer in kölscher Mundart geschriebenen Kriminalgeschichte „Dä Hahn is duud oder Einmol Prinz zo sinn“ den ersten Platz.

- Die Initiative „Lohmar an der Leine“ mobilisierte die diversen Villa-Friedlinde-Gruppen, sich mittels fotografischer Darstellungen sowie literarischen und künstlerisch-kreativen Ideen zu einem Gesamtkunstwerk zusammenzufügen, das vor den Türen der Villa Therese ausgestellt wurde.

- Im **April** stellte unsere engagierte Seniorenvertretung zusammen mit der Bürgerinitiative zum Erhalt des Naafbachtals e.V. eine Wanderung durch das schöne Naafbachtal auf die Beine. Diese Tour wird vielen noch in Erinnerung sein.

- Weiterhin startete der erste SE-EX (Senioren-Einkaufs-Express) in Wahlscheid. – Ebenfalls eine Initiative der Seniorenvertretung.

- Der Schreibclub der Villa Friedlinde legte sein viertes Buch „Gestern und heute“ auf und lud zur Frühjahrslesung in die Villa Friedlinde ein.

- Nach dem Modenschau-Erfolg im Jahr 2011 hieß es nun noch einmal: Laufsteg frei für die Generation 50+.

- Im **Mai** machte sich die Gruppe „Houck on Tour“ nach Remagen auf, um ein Straußenparadies zu besuchen. Es war wieder einmal sehr interessant und fröhlich sowie zielgruppenorientiert organisiert.

- Die Seniorenvertretung startete die Taschengeldbörse „TaBoeLo“, die bis heute äußerst erfolgreich läuft.

- Lohmar organisiert die Seniorenmesse „Mitten im Leben“. Neben Infoständen und Vorträgen gab es einige Mitmachaktionen zum Ausprobieren und interessante Workshops. Der Stand 50+ wurde intensiv von den Besucherinnen und Besuchern angesteuert. Als Ehrengast schaute auch Ludwig Sebus vorbei.

- Bei „Allerlei und auch Kaffee“ lag Musik in der Luft. Mit flotten Schlagern der 50er Jahre begeisterte Norbert Duve das zahlreich erschienene Publikum in der Villa Friedlinde.

- Im **Juni** hat sich der fröhliche Singkreis der Villa Friedlinde unter Leitung von Hildburg Papefus hat sich jetzt als Chor den Namen FRICHOLO gegeben (entstanden aus: Friedlinde Chor Lohmar). Er probt jetzt einmal mehr im Monat: jeden ersten, zweiten und dritten Donnerstag um 10:45 Uhr.

- Das Lohmarer Stadtfest wartete auf mit Kirmesflair und diversen Vereinsaktivitäten. Die Villa Friedlinde öffnete ihre Tore und lud bei schönstem Sonnenschein die Besucher ein zu Kaffee und Kuchen auf ihre im Park gelegene Außenterrasse. Erstmals fand in den Villa-Räumen eine Vernissage der hauseigenen Malgruppen statt. Für ein musikalisches Rahmenprogramm sorgten die verschiedenen Bands der Musikschule, das Jugendblasorchester sowie die Chöre UHUs und FRICHOLO.

- Das „Sommerfest der guten Laune“, organisiert von der Seniorengruppenleiterinrunde, hat die verschiedenen Lohmarer Seniorengruppen miteinander verbunden. Organisatoren blickten zurück auf eine gut besuchte Veranstaltung in der Jabachhalle mit Käpt'n Cook und vielen weiteren interessanten Lohmarer Darbietern.

- Der Verein zur Förderung der Seniorenarbeit in Lohmar beteiligte sich mit seinem „Newsletter“ an einem von dem Internet-Portal „Vital in Deutschland“ veranstalteten Wettbewerb. Sehr viele Menschen unterstützten das Projekt. Für ein Preisgeld hat es leider nicht gereicht.

- Im **Juli** überraschte der Jonglierkünstler Knut Prinzen die Besucher des Erzählcafés mit einer gelungenen Zirkusnummer.



**Gemeinsam  
statt einsam**



- „Houck on Tour“ war unterwegs mit Bus und Planwagen zur Gammersbacher Mühle. Es war ein warmer, schöner Sommertag, der wieder vielen, die allein ihr Haus nicht verlassen können, einen abwechslungsreichen Tag ermöglichte.

- Franz König referierte über „Recherchen im Internet“. In den Gesichtern der Besucher war die Irritation über die dargebotene Transparenz so mancher Privatsphäre im Internet zu erkennen.

- Im **August** lud Ilse Schneider mit Team wieder ein zu „Allerlei und auch Kaffee“. Diesmal ging es um die „Faszination des Regenbogens“. – Ein Nachmittag voller Zauber und berührender Momenten.

- Der 100. Teilnehmer wurde bei der Taschengeldbörse registriert!

- Der Förderverein für die Seniorenarbeit (FöS) ermöglichte der Villa Friedlinde den Kauf eines Töpferofens, so dass der Kreativ-Bereich ausgebaut werden konnte.

- Im **September** startete die Villa Friedlinde mit neuen Angeboten: Das „Gemeinsame offene Frühstück“ findet an jedem zweiten Dienstag im Monat statt, die „Kreativ-Gruppe“ mit Wilma Vierheilig und Theresia Wiemer trifft sich zweimal monatlich, der Töpferkurs unter Leitung von Anja Helfen ist erfolgreich angelaufen, und der neue Themennachmittag wartet an jedem vierten Donnerstagnachmittag mit interessanten Themen auf. Bei seinem Start im September informierte die Allgemeinmedizinerin Monika Rettinger über „Homöopathie“.

- Im **Oktober** lud die Seniorenvertretung zu dem Vortrag „Gewalt im Alter“ ein.

- Eine Bücherbörse wurde im großen Saal eingerichtet.

- Der Krätzchensänger Ludwig Sebus brachte im Rahmen des Themennachmittags die Besucher in fröhliche Schunkelstimmung.

- „Houck on Tour“ besuchte diesmal die äußerst humorvolle Theateraufführung „Schmusekätzchen sucht Schmusekater“ in Breidt, gespielt von „WieverSpell“.

- Die Seniorenvertretung hat ihren „Seniorenwegweiser“ durch Mithilfe von Franz König und Hubert A. Stütz aktualisiert. Man kann ihn über das Internet herunterladen.

- Der Senioren-Schreibclub zog mit seiner „Herbstlesung“ im **November** viele Besucher in seinen Bann und sorgte bei Kaffee und Kuchen sowie neuen Geschichten für einen gemütlichen Nachmittag.

- Auch die Gruppe „Allerlei und auch Kaffee“ gestaltete den Besuchern mit ihrem Thema „Geschichten am Kamin“ einen behaglichen Nachmittag.

- Die Kinder des Kindergartens „Waldgeister“ verzauberten den Weihnachtsbaum der Villa Friedlinde mit selbst gefertigtem Adventsschmuck und verbrachten den Nachmittag gemeinsam mit den Senioren des Spielnachmittags.

- Der Weihnachtsmonat **Dezember** startete mit dem Themennachmittag unter dem Titel „Tschaikowsky“. Unter Regie des Schreibclubs der Villa Friedlinde erfuhren die Gäste viel über das Leben des Komponisten und den Zeitgeist des 19. Jahrhunderts. Die Musik- und Kunstschule wartete mit musikalischen Vorträgen

auf, und die Ballettschule „Im Hofgarten“ verwöhnte die Gäste mit einer wunderschönen tänzerischen Darbietung.

- Das „Gemeinsame Frühstück“ war diesmal im adventlichen Flair gedeckt und - beim Bummel über den weihnachtlichen Kreativ-Basar in der Villa Friedlinde am 3. Advent wurde deutlich, wie viele begabte Kleinkünstler Lohmar zu bieten hat. Als musikalische Highlights sangen die Kinder des Kindergartens Scheiderhöhe, der Chor FRICHOLO und ein Ensemble der Musik- und Kunstschule präsentierten ein gelungenes Flötenstück.

- Die Finanzierung von „Houck on Tour“ ist auch im Jahr 2013 gesichert! Dank der großzügigen Spenden der Lohmarer Firmen Emitec, Sulzer und der Kreissparkasse Lohmar kann nun wieder kräftig geplant werden.

- Ed van der Maas verlässt die Villa Friedlinde zum Jahresende und folgt damit Johanna Manz in den wohlverdienten Ruhestand.

*Susan Dietz*

### **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  
[ullakirschbaum@t-online.de](mailto:ullakirschbaum@t-online.de)

Birk, Inger, Algert

Wilhelm Klinkenberg, Tel.: 02246-2137  
[e.w.klinkenberg@t-online.de](mailto:e.w.klinkenberg@t-online.de)

Breidter Rücken

Karl Manfred Schröder, Tel.: 02246-301481  
[makischroeder@t-online.de](mailto:makischroeder@t-online.de)

Heide, Albach

Hubert Antonius Stütz, Tel.: 02241-9768595  
[ha.stuetz@iprsmail.de](mailto:ha.stuetz@iprsmail.de)

Dahlhaus, Durbusch, Honrath

Peter Winterberg, Tel.: 02206-84139  
[peterwinterberg@tele2.de](mailto:peterwinterberg@tele2.de)

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!

## **KG KAZI mit Funkencorps „Rut-Wiess“ Lohmar e.V. Seniorensitzung in der Jabachhalle**

Herzliche Einladung zur Seniorensitzung am Samstag, dem 2. Februar 2013, um 15:00 Uhr in der Jabachhalle. Einlass ab 14:00 Uhr, der Eintritt ist frei. Bitte besorgen Sie sich jedoch unbedingt vorher eine Karte in der Linden-Apotheke, Hauptstraße 55 in Lohmar.

## **KG „Ahl Jecke“ e.V. Lohmar 1946 – Seniorenkarneval am Karnevals-sonntag im Festzelt der KG „Ahl Jecke“**

Die KG „Ahl Jecke“ e.V. lädt Sie herzlich zum karnevalistischen Seniorennachmittag am 10. Februar 2013 in das gut geheizte Festzelt am Frouardplatz ein. Der Nachmittag wird seit vielen Jahren von den „Ahl Jecke“-Frauen gestaltet, die Sie bei einem bunten Programm mit Kaffee und Kuchen verwöhnen. Beginn ist um 15:00 Uhr, Einlass ab 14:00 Uhr. Der Eintritt ist frei. Die KG „Ahl Jecke“ freut sich auf Ihren Besuch.

## **Thomas Morus: „Utopia“ – Ein spannender Vortrag von Dr. Peter Wieners**

Am Donnerstag, dem 28. Februar, um 15.00 Uhr wartet der monatliche Themenachmittag mit einer philosophischen Besonderheit auf: „Utopia“, ein Werk von Thomas Morus. 1478 geboren, beschreibt Thomas Morus in seinem Werk eine fiktive, auf Arbeitsamkeit und dem Streben nach Bildung basierende Gesellschaft mit demokratischen Grundzügen. – Für die damalige Zeit eine undenkbar erscheinende Gesellschaftsform. Das Buch war so prägend, dass man fortan jeden Roman, in dem eine erfundene, positive Gesellschaft dargestellt wird, als Utopie oder utopischen Roman bezeichnete.

Ich selbst habe diesen Vortrag schon einmal gehört und kann ihn nur weiter empfehlen. Auf erfrischende und spannende Art und Weise bringt der Referent, Dr. Peter Wieners, den Klassiker seinem Publikum nahe. Es mutet erstaunlich an, wie vorausschauend der von der katholischen Kirche selig gesprochene Morus mehrere Jahrhunderte in die Zukunft schauen konnte ...

*Susan Dietz*

## **Ein fröhlich entspannter Töpferkurs!**

Kaum hat der erste Töpferkurs in einer fröhlich entspannten Atmosphäre stattgefunden, läuft auch schon der nächste. Die Teilnehmer des Kurses waren überrascht, wie schnell sie ihre Ideen umsetzen konnten. Es sind in dieser (gefühlte kurzen) Zeit wunderschöne Werke entstanden: Von Kugeln und Schalen über Würmer und Vögel bis hin zu lustigen Figuren.

Für jeden Anspruch und jedes Vorhaben gebe ich weiterhin Tipps, Hinweise und Hilfestellung. Das Gelingen und die Freude bei der Gestaltung von Werkstücken eines jeden Teilnehmenden liegen mir sehr am Herzen. Daher bin ich gespannt, welche Kunstwerke die Teilnehmer in dem schon laufenden Kurs herstellen werden. Weiterhin frohes Gelingen.

*Anja Helfen*

## **Workshop – Kurz nachgefragt!**

Ein Workshop ist **kein** EDV-Kurs im eigentlichen Sinne. Der Kursinhalt orientiert sich ausschließlich an den Problemstellungen der einzelnen Teilnehmer. Der entsprechende Lösungsweg wird dann vom Kursleiter aufgezeigt.

Dieser Workshop richtet sich an Personen, die bereits PC-Kenntnisse besitzen. Um den Workshop sinnvoll zu gestalten, beschränken sich die Fragen auf Themen rund um das Betriebssystem Windows 7, Office 2007/2010, Bildbearbeitung (keine Videobearbeitung) und Heimnetzwerke. Fragen über „Exotenprogramme“ können leider nicht beantwortet werden.

Teilnehmer, die über ein eigenes Notebook mit entsprechender Software verfügen, können dieses Gerät beim Workshop nutzen. Reparaturen instabiler Betriebssysteme und Softwareinstallationen auf dem Notebook sind nicht Gegenstand des Kurses. Bitte notieren Sie sich Ihre Fragen vor Beginn des Kurses auf einem Zettel, den wir dann im Kurs zügig abarbeiten.

Termine: dienstags, 05.03.13 – 26.03.13 von 10:00 – 12:00 Uhr  
Kursleiter: Rudolf Dickersbach  
Kursgebühr: 16,00 €

## **Chi Gong im Peter-Lemmer-Haus in Honrath**

Erlebtes und praktiziertes Chi Gong führt uns zum Ausgleich der Yin-Yang-Energien, führt uns zur eigenen Mitte und einem achtsamen Umgang mit dem eigenen Körper. Durch regelmäßiges Üben verhilft es uns zu mehr Gelassenheit, Ruhe und Geduld. Mit seinen langsamen und runden Bewegungen kann es in jedem Alter geübt werden.

Da ich durch einen Autounfall oft Rückenschmerzen hatte, machte ich vor etwa 25 Jahren meine ersten Erfahrungen im Chi Gong und Taiji. Ich praktizierte zunächst 10 Jahre in regelmäßigen Kursen. Meine ersten Schüler waren Freunde und Nachbarn, bis ich dann ein Jahr später meinen eigenen Kurs in Wipperfürth übernahm.

Seit einigen Monaten leite ich eine Chi Gong-Gruppe in Honrath.

Da wir, außer in den Schulferien, ganzjährig üben und das Chi Gong keine komplizierten Bewegungsabläufe beinhaltet, ist der **Einstieg jederzeit** möglich.

Termine: donnerstags von 9:30 – 11:00 Uhr  
Kosten 60,00 € für 10 Kurstage

Für weitere Information und/oder Anmeldung stehe ich Ihnen gerne zur Verfügung unter Tel.: 02206-82 20

Ihre Anna Weiß, Heilpraktikerin, Taiji und Chi Gong Kursleiterin

### **Die Seniorenvertretung informiert:**

#### **„Bündnis für gute Pflege“: Klare Wahlaussagen zur Pflege gefragt**

Im Jahr 2030 könnte laut Statistischem Bundesamt schon jeder 20. Deutsche pflegebedürftig sein – und schon jetzt bezahlen Betroffene laut Barmer-Studie die Hälfte der Kosten selbst. Darauf verweist das „Bündnis für gute Pflege“, in dem sich vor einem Jahr 10 Verbände zusammengeschlossen haben. Inzwischen ist das Bündnis bereits auf 21 Mitgliedsverbände und 12 Unterstützer angewachsen, darunter Verbände der Interessenvertretung pflegebedürftiger Menschen und pflegender Angehöriger, Wohlfahrts- und Sozialverbände und Gewerkschaften. Sie repräsentieren insgesamt 13,6 Millionen Einzelmitglieder, zu denen hunderttausende Pflegebedürftige und Menschen aus Pflegeberufen gehören. Sie fordern, dass die Bundesregierung langfristig Vorsorge für ein würdevolles Leben im Falle der Pflegebedürftigkeit trifft. Für die politischen Parteien heißt das: Die Pflege wird im Bundestagswahlkampf 2013 ein prominentes Thema sein.

Das Bündnis wird im Auge behalten, ob die Parteien der Pflege in ihren Wahlprogrammen einen wichtigen Platz einräumen. Die Bündnispartner haben die Parteispitzen zu Gesprächen eingeladen, in denen sie deren Vorstellungen zu ihren Forderungen abfragen werden:

1. Maßgeschneiderte Leistungen für Pflegebedürftige
2. Unterstützung und Anerkennung für pflegende Angehörige
3. Bessere Lohn- und Arbeitsbedingungen für beruflich Pflegenden
4. Gerechte Finanzierung

Wer Wähler gewinnen will, muss hier klare Ansagen machen. Darauf werden die Bündnispartner achten. Und darauf sollten auch die Bürgerinnen und Bürger in Wahlveranstaltungen dringen.

Informationen über das Bündnis und Details zu seinen Forderungen finden Interessierte im Internetauftritt unter [www.buendnis-fuer-gute-pflege.de](http://www.buendnis-fuer-gute-pflege.de). Hier kann Jeder auch seinen „Wunsch-Satz für die Pflege“ veröffentlichen.

*Peter Winterberg*

Die Jugend wäre eine schöne Zeit, wenn sie erst später käme.  
(Charly Chaplin)

### **Programm der Villa Friedlinde Februar 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!**

#### **Freitag, 01. Februar**

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

#### **Montag, 04. Februar**

- 09:30-11:00** VHS-Englisch-Kurs mit Sandra Clever-Schwall
- 09:30-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak
- 14:30-16:30** „Schreibclub der Villa Friedlinde“ mit Gisela Steimel
- 14:30-17:30** 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, 05. Februar**

- 09:30** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dienen
- 10:00-12:00** Sprechstunde Susan Dietz (02246-301630)
- 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, 06. Februar**

- 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



Von Weiberfastnacht, 07. Februar, bis einschl. Karnevalsdienstag, den 12. Februar, ist die Villa Friedlinde geschlossen.

### **Mittwoch, 13. Februar**

#### **Redaktionsschluss SINFO**

- 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

### **Donnerstag, 14. Februar**

- 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

### **Freitag, 15. Februar**

- 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 bzw. Helga Türk.  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein und Ilse Schneider.

### **Montag, 18. Februar**

- 09:00** Redaktionssitzung SINFO  
**09:30-11:00** VHS-Englisch-Kurs mit Sandra Clever-Schwall  
**09:30-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**14:30-17:30** 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, 19. Februar**

- 09:30** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dienening  
**10:00-12:00** Sprechstunde Susan Dietz (02246-301630)  
**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

- 16:00** Englische Konversation (ZWAR)

### **Mittwoch, 20. Februar**

- 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

### **Donnerstag, 21. Februar**

- 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** Bingonachmittag mit Gisela Houck und Hilde Hennemann  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock

### **Freitag, 22. Februar**

- 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 bzw. Helga Türk.  
**14:30** Erzählcafé mit Stefanie Enterlein und Ilse Schneider

### **Montag, 25. Februar**

- 09:30-11:00** VHS-Englisch-Kurs mit Sandra Clever-Schwall  
**09:30-12:00** Acrylmalerei mit Regina Reichelt und Monika Lutschak  
**14:30-17:30** 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, 26. Februar**

- 09:30** Handarbeitsgruppe mit Gisela Houck und Hanni Dienening  
**10:00-12:00** Sprechstunde Susan Dietz (02246-301630)  
**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, 27. Februar**

- 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

### **Donnerstag, 28. Februar**

- 09:00-10:30** VHS-Gehirnjogging mit Susan Dietz  
**13:30-15:30** Acrylmalerei mit Elke Bock  
**15:00-17:00** Themennachmittag: „Thomas Morus: Utopia“ – Eine spannende Zeitreise ins 16. Jahrhundert, vorgetragen von Dr. Peter Wieners (siehe Seite 5)  
**15:45-17:45** Acrylmalerei mit Elke Bock

### **Neu: Ein Brauchtums-Kreativ-Kurs mit „Inspirationen zu Ostern“ in der Villa Friedlinde**

Ab März startet an vier Mittwochnachmittagen, jeweils von 14:30 bis 16:30 Uhr, ein neuer Kreativ-Kurs in der Villa Friedlinde. Unter dem Motto „Inspirationen zu Ostern“ können sich die Teilnehmerinnen und Teilnehmer kreativ und phantasievoll auf die Osterzeit einstellen. Wer Lust hat, hier mitzumachen, ist herzlich willkommen.

Termine: 13.03., 20.03. und 27.03. Bitte Voranmeldung unter der Tel.-Nr. 02246-301630.  
*Susan Dietz*

### **Rezeptvorschlag zum Nachkochen**

Man nehme:  
12 Monate, putze sie ganz sauber von Bitterkeit, Geiz, Pedanterie und Angst und zerlege jeden Monat in 30 oder 31 Teile, so dass der Vorrat genau für ein Jahr reicht.

Es wird jeder Tag einzeln angerichtet aus:  
1 Teil Arbeit und 2 Teilen Frohsinn und Humor.

Man füge 3 gehäufte Esslöffel Optimismus hinzu,  
1 Teelöffel Toleranz,  
1 Körnchen Ironie  
und 1 Prise Takt.

Dann wird die Masse sehr reichlich mit Liebe übergossen.  
Das fertige Gericht schmücke man mit Sträußchen kleiner Aufmerksamkeiten und serviere es täglich mit Heiterkeit.

*Katharina Elisabeth Goethe (1731-1808)*

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

### **Sprechstunden**

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

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

Donnerstag 21.02. 10 – 12 Uhr mit dem Vorstand der Seniorenvertretung

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

Donnerstag 07.02. 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	04.02.	15:00 Uhr	Seniorenkreis
Dienstag	05.02.	09:00 Uhr	Männerfrühstück Anmeldung / Info: Heinz Schiffgen, 02246-3757 Hubert Simon, 02246-7480
Mittwoch	06.02.	15:00 Uhr	Frauenkreis Info: Ursula Buhl, 02246-5976
Dienstag	12. und 26.02.	09:00 Uhr	Frauentreff Info: Ursula Buhl, 02246-5976

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

Montag	04.02.	09:00 Uhr	Frauenmesse mit anschließendem Frühstück im Jugendzentrum (vormals kath.Pfarrheim) Info: Brigitte Hallberg, 02246-301538
--------	--------	-----------	---

Montag 18.02. 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: 02246-100590) und Ed  
van der Maas

Fr. 01., 15, und 22.02. 10:15 Uhr Qigong mit Karin Lenz  
Info: 02205-897544

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

Do. 14. und 28.02. 14:30 Uhr Gruppentreff der Kolping-Senioren-Gruppe  
14.02. 14:30 Uhr Hl. Messe mit Aschenkreuz  
Info: Helga Kreuzer, 02246-2525

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

Mittwochs 17:00 Uhr Skatrunde

Donnerstags 09:30 Uhr Chi Gong mit Anna Weiß  
Info 02206-82420

Freitag 01.02. 10:00 Uhr Kochen für und mit Senioren  
Info: Regina Reichelt, 02206-7577

Mittwoch 06.02. 09:30 Uhr Frauenforum  
Info: Gemeindebüro, 02206-900930

Freitag 08. und 22.02. 16:00 Uhr Stunde der Männer  
Info: Volker Haase, 02206-6707

Do. 14. und 28.02. 16:30 Uhr Tanzgruppe der Lohmarer Landfrauen  
Info: Karin Große Entrup, 02246-7066

Mittwoch 20.02. 14:30 Uhr Frauentreff

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

Dienstag 05. und 19.02. AWO-Seniorengruppe  
05.02. 14:30 Uhr Karnevals-Kaffee  
19.02. 12:30 Uhr Heringessen  
Info: Inge Rausch, 02206-910717

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

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

Mittwoch 06.02. 15:00 Uhr Frauenhilfe

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

06.02. bis 27.02. Ich war fremd, ihr habt mich aufgenommen.  
Informationen über das Weltgebetstags  
Land Frankreich. Überblick über  
Geschichte, Gesellschaft und Religion in  
unserem Nachbarland

Mittwoch 20.02. 14:00 Uhr Männertreff - Offener Treff für  
Männer in der nachberuflichen Phase  
Info: Winfried Niere, 02246-4200  
Alles über Tee. Wir besichtigen das Tee-  
Handelsunternehmen Gschwendner in  
Meckenheim

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

Samstag 02.02. 14:00 Uhr Treffen des Altenclubs  
Karnevalsveranstaltung

### **Jabachhalle, Lohmar**

Montags 19:00 – 20:30 Uhr Line Dance und Folklore-Tanz mit Ed  
van der Maas und Johanna Manz  
Entfällt Rosenmontag 11.02.

Dienstags 18:15 – 19:45 Uhr Anmeldung unter Tel. 02246-100590

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

Mittwoch 06.02. 15:00 Uhr Hl. Messe mit anschl. gemütlichen  
Beisammensein der Senioren  
Info: Renate Beyer, 02246-7576

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

Mittwoch 06.02. 09:30 Uhr Frauentreff – zusammen mit Frauenforum  
Honrath in Honrath – Weltgebetstagsvor-  
bereitung 2013  
Info: Christel Mundt, 02206-7327

Freitag 15.02. 09:00 Uhr Vita-Treff - Frauen treffen sich zum  
Kochen vollwertiger Gerichte.  
Info: Renate Lüghausen, 02246-5675

Mittwoch 20.02. 15:00 Uhr Frauenhilfe  
Info: Wilma Frackenhohl, 02206-5803

## Wahlscheid, Ev. Altenheim

Entfällt im Februar

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. 14. und 21.02 15:00 Uhr Ganzheitliches Gedächtnistraining  
**Auch für Nicht-Mitglieder!**  
Info: Lydia Hardt, 02206-910801

**Hörfunktipp: „In unserem Alter – Begegnungen und Informationen“**  
jeden Samstag von 8.05 - 8.55 Uhr auf WDR 4  
Redaktion: Dr. Ulla Foemer und Martina Kippels

02.02.2013 Zwischen Sonntagsspaziergang und Geocaching  
Geschichten vom Gehen  
09.02.2013 Liebe im Karneval  
Vom ersten Bützje bis zur goldenen Hochzeit  
16.02.2013 Sparen  
Dies- und jenseits von Seniorenpass und Schnäppchenjagd  
23.02.2013 Wenn die Liebe auf der Strecke bleibt  
Scheidung nach der Silberhochzeit

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

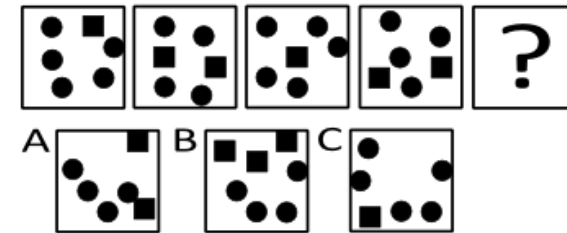
Am 6. Februar wird der Film „Kochen ist Chefsache“ gezeigt. Beginn 15:00 Uhr,  
Einlass ab 14:00 Uhr. Eintritt inklusiv Kaffee und Kuchen 5 €.

Bei den Fernsehzuschauern stehen Kochshows hoch im Kurs. Aus Frankreich,  
dem Mutterland der Feinschmecker, kommt die Komödie „Kochen ist Chefsache“,  
zur rechten Zeit in die Kinos. Alexandre Lagarde, erfolgreicher Sternekoch bangt  
um sein Restaurant, weil der neue Besitzer Platz für die Molekular-Küche  
schaffen will. Kann ihm Jacky, der unkonventionelle neu eingestellte Koch,  
helfen?

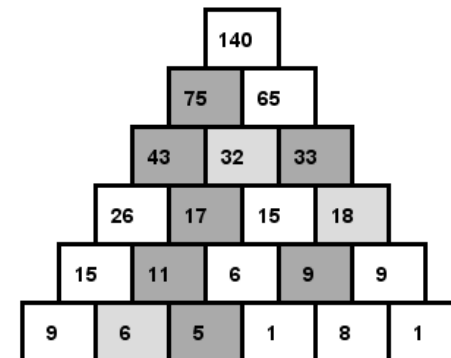
Christel Mundt

## Rätselecke

Welche der Alternativen (A, B, C, ...) setzt die Folge der  
Abbildungen logisch fort?



## Lösung des Januar-Rätsels



Impressum:  
SINFO, Senioreninformation, Villa Friedlinde, Bachstr. 12, 53797 Lohmar  
Verantwortlich für den redaktionellen Teil: Christel Mundt, Telefon 02206-7327,  
E-Mail: mundt.chris@web.de  
Redaktionsschluss für die März-Ausgabe: Mittwoch, 13. Februar 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  
E-Mail: dietz\_susan@web.de