Stadt Bergisch Gladbach

Kulturwoche ... 2021

... für Seniorinnen und Senioren und solche, die es werden wollen

4. bis 19. September 2021

Stadt Bergisch Gladbach

Gesamtkoordination:

Kulturbüro
Bergisch Gladbach

Petra Weymans
(02202) 14 25 54
Doris Diewald
(02202) 14 25 79
kulturbuero@stadt-gl.de

Seniorenbüro
Bergisch Gladbach

Lisa Klemt
(02202) 14 24 67
l.klemt@stadt-gl.de

Gefördert durch:

Kultur- und Umweltstiftung
der Kreissparkasse Köln

Die Möglichkeit der Durchführung der geplanten Veranstaltungen hängt von der weiteren Entwicklung der Pandemie ab. Eventuell kann es zu kurzfristigen Absagen oder zu Teilnahmebeschränkungen an den Veranstaltungen kommen.

Bitte haben Sie darüber hinaus Verständnis dafür, dass wir Ihre persönlichen Daten ausschließlich zur ggfs. erforderlichen Kontaktverfolgung vorübergehend erfassen werden.

Bitte bringen Sie einen Mund-Nasen-Schutz mit und beachten Sie die Hygiene- und Abstandsregelungen.

Die Jugend ist die Zeit,
die Weisheit zu lernen.

Das Alter ist die Zeit,
sie auszuüben.

Jean-Jacques Rousseau

Dafür bietet die Stadt Bergisch Gladbach in Zusammenarbeit mit zahlreichen Organisationen und Institutionen zur 9. Kulturwoche für Seniorinnen und Senioren einen vollen Schatz an unterschiedlichen Angeboten für Sie. Sie können sich ausprobieren, lernen und an Neues herantasten. Überall im Stadtgebiet, egal ob zentral oder ländlich gelegen, Sie finden vielfältige Angebote, um miteinander ins Gespräch zu kommen und Neues zu entdecken.

Machen Sie sich auf die kulturelle Reise und erleben Sie die abwechslungsreichen Angebote. Gehen Sie auf Wanderung, hören Sie bei Lesungen zu oder nehmen Sie an einem Workshop teil. Zusätzlich gibt es die Möglichkeit, sich zu verschiedenen Themen zu informieren. All das und noch mehr erwartet Sie in der diesjährigen Seniorenkulturwoche.

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim kulturellen Erleben.

Inhaltsverzeichnis

Erreichbarkeit der Veranstaltungsorte 6

Samstag, 4. September 2021 10
Sonntag, 5. September 2021 13

Montag, 6. September 2021 15
Dienstag, 7. September 2021 18
Mittwoch, 8. September 2021 22
Donnerstag, 9. September 2021 26
Freitag, 10. September 2021 30
Samstag, 11. September 2021 33
Sonntag, 12. September 2021 35

Montag, 13. September 2021 37
Dienstag, 14. September 2021 41
Mittwoch, 15. September 2021 45
Donnerstag, 16. September 2021 48
Freitag, 17. September 2021 53
Samstag, 18. September 2021 56
Sonntag, 19. September 2021 56

Auflage: 5.000 Stück

Gestaltung: thurm-design | Titelfoto: Martina Heuer

Angaben zu den Parkmöglichkeiten ohne Gewähr
Eine Übersicht über Behindertenparkplätze finden Sie auf der Internetseite der Stadt Bergisch Gladbach unter:
www.bergischgladbach.de/behindertenparkplaetze-in-bergisch-gladbach.aspx

Veranstaltungsort/Treffpunkt	Parkmöglichkeiten	Öffentliche Verkehrsmittel
Alte Kirche, Alt Refrath, 51427 Bergisch Gladbach	Parkstreifen vor der Kirche	Bus: Refrath Kicke (451, 452)
Atelier KLKS – Atelier für Kunst, Kultur und Soziales, Dechant-Müller-Str. 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	Parkstreifen entlang der Hauptstraße	Bus: Dechant-Müller-Str. (436, 451, 452, 455)
Bechener Esel, 51515 Kürten, Bechen	Parkplätze in unmittelbarer Nähe	Bus: Bechen Mitte (427, 454)
Begegnungs-Café Himmel un Ääd, Altenberger-Dom-Str. 125, 51467 Bergisch Gladbach, Schildgen	Parkstreifen an der Altenberger-Dom-Straße und vor der katholischen Herz-Jesu-Kirche	Bus: Schildgen Kirche (222, 227, 434)
Begegnungsstätte PRO Treff im PROgymnasium, Schlossstr. 84, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg	auf der Schlossstraße, im Parkhaus am Bensberger Busbahnhof (Park & Ride), Parkplatz Ecke Friedrich-Offermannstraße / Overather Straße	Bus: Bensberg (227, 400, 420, 421, 423, 454, 455, 457, – Bensberger Stadthüpfer bis Haltestelle „PROgymnasium“ Bahn: Bensberg (Linie 1)
Bergischer Löwe, Konrad-Adenauer-Platz, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	Parkhaus Bergischer Löwe (nicht barrierefrei), öffentliche Parkplätze An der Gohrsmühle und Schnabelsmühle	Bus: Markt (227, 400, 426, 427, 434, 436, 439, 451, 452, 453, 455)
Bergisches Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe, Burggraben 19, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg	Parken vor dem Museum und am Rathaus Bensberg	Bus: Bensberg Rathaus (455, 457)
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp	vor dem Gebäude in der Straße	Bus: Wiesenstraße (455)
Caritas Begegnungsstätte Mittendrin Treff für Alt & Jung, Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	öffentliche Parkplätze in der Umgebung und einige wenige Parkplätze vor der Bücherei	Bus: Forum (335, 426, 427, 434, 439)
Caritas Seniorenbegegnungsstätte TREFFpunkt Annahaus / STUNDENWEISE, Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath	Parktaschen und Parkstreifen im Wohngebiet	Bus: Carl-Sonnenschein-Str. (435, 437)
CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe, Margaretenhöhe 24, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	Parkplätze beim Gebäude	Bus: Margaretenhöhe (439)
CBT-Wohnhaus St. Raphael, Paffrather Str. 261, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath	Parkplätze direkt vor dem Gebäude	Bus: Von-Ketteler-Straße (222, 227, 437) Carl-Sonnenschein-Str. (435, 437)
DoreaFamilie Bergisch Gladbach, Helene-Stöcker-Str. 1–12, 51429 Bergisch Gladbach, Lückerath	Parkplätze vor und hinter dem Haus DoreaFamilie	Bus: Milchborntal (227, 400)
Einfach gemeinsam e.V., Bensberger Str. 180, 51465 Bergisch Gladbach, Heidkamp	wenige Parkplätze in der Umgebung	Bus: Lerbacher Weg (227, 400) Heidkamp, Kirche (455)
Evangelische Zeltkirche Kippekausen, Am Rittersteg 1, 51427 Bergisch Gladbach	Burgplatz Parkstreifen, Am Rittersteg	Bus: Burgplatz (452)
Evangelische Begegnungsstätte, August-Kierspel-Str. 96, 51469 Bergisch Gladbach, Hand	Parkplätze vor dem Haus und in unmittelbarer Nähe	Bus: Peter-Walterscheidt-Str. (435) Heideweg (435)
Friedhofskapelle St. Laurentius, Überm Rost, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	wenige Parkplätze in der Umgebung, Parkhaus Marien-Krankenhaus	Bus: Markt (227, 400, 426, 427, 434, 436, 439, 450, 451, 452, 453, 455) Forum (335, 426, 427, 434, 439)
Haus Quirlsberg und Haus An der Jüch, An der Jüch 45–49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	unter anderem am Quirlsberg	Bus: An der Jüch (453)

Veranstaltungsort/Treffpunkt	Parkmöglichkeiten	Öffentliche Verkehrsmittel
Hospiz am Vinzenz Pallotti Hospital, Vinzenz-Pallotti-Straße 20 – 24, 51429 Bergisch Gladbach, Bockenberg	vor und hinter dem Krankenhaus ca. 70 m entfernt; Direktanfahrt über Feuerwehrzufahrt möglich	Bus: Bensberg, Krankenhaus (227)
Kath. Bildungswerk Rheinisch-Bergischer Kreis, Laurentiusstr. 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	auf der Laurentiusstraße, Buchmühlenparkplatz oder in den umliegenden Parkhäusern	Bus: Markt (227, 400, 426, 427, 434, 436, 439, 451, 452, 453, 455)
Kath. Kirche St. Antonius Abbas Herkenrath, Im Fronhof 28, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath	Parkplätze gegenüber der Kirche	Bus: Kierdorf (335 453) Ball (454, 455)
Kath. Kirche St. Joseph Heidkamp, Lerbacher Weg 2, 51465 Bergisch Gladbach, Heidkamp	Parkplätze in der Umgebung und hinter der Kirche an der Richard-Zanders-Straße	Bus: Lerbacher Weg (227, 400) Heidkamp, Kirche (455)
Kindergartenmuseum NRW, Quirlsberg 1 (im Jugend- und Kulturzentrum „Q1“), 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	an der Gnadenkirche und in der Umgebung (kurzer steiler Anstieg bzw. Treppen)	Bus: Forum (335, 426, 427, 434, 439)
Kindertagesstätte St. Josef, Pestalozzistr. 2b, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath	Parkplätze in der Umgebung	Bus: Junkersgut (451, 452)
Kombibad Paffrath, Borngasse 2, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath	Parkplatz Kombibad Paffrath	Bus: Paffrath Kombibad (437)
Konrad-Adenauer-Platz / Markt / Rathaus Bergisch Gladbach, 51465 Bergisch Gladbach	Parkhaus Bergischer Löwe (nicht barrierefrei), öffentliche Parkplätze An der Gohrsmühle und Schnabelsmühle	Bus: Markt (227, 400, 426, 427, 434, 436, 439, 451, 452, 453, 455)
Kunstmuseum Villa Zanders, Konrad-Adenauer-Platz 8, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	Parkhaus Bergischer Löwe (nicht barrierefrei), öffentliche Parkplätze An der Gohrsmühle und Schnabelsmühle	Bus: Markt (227, 400, 426, 427, 434, 436, 439, 451, 452, 453, 455)
Markt in Refrath, Dolmanstr., 51427 Bergisch Gladbach, Refrath	öffentliche Parkplätze in der Umgebung	Bus: Steinbreche (451, 452)
Refrather Treff, Steinbrecher Weg 2, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath	vor dem Haus und in unmittelbarer Nähe	Bus: Bernhard-Eyberg-Straße (451) Steinbreche (451, 452)
Schlossstraße, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg	auf der Schlossstraße, im Parkhaus am Bensberger Busbahnhof (Park & Ride), Parkplatz Ecke Friedrich-Offermannstraße / Overather Straße	Bus: Bensberg (227, 400, 420, 421, 423, 454, 455, 457, – Bensberger Stadthüpfer bis Haltestelle „PROgymnasium“ Bahn: Bensberg (Linie 1)
Senioren-Park carpe diem Bensberg, Overather Straße 32, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg	neben dem Gebäude, im Wohngebiet oder gegen Entgelt im Kardinal Schulte Haus	Bus: Thomas-Morus-Akademie (227, 420, 454, 457)
Stadtbücherei im forum, Hauptstr. 250, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	öffentliche Parkplätze in der Umgebung und einige wenige Parkplätze vor der Bücherei	Bus: Forum (335, 426, 427, 434, 439)
Städtische Max-Bruch-Musikschule, Langemarckweg 14, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	Parkplätze direkt vor dem Gebäude	Bus: Langemarkweg (222, 227, 435, 456)
Stiftung II – Won, Meditationszentrum, Igeler Mühle 1, 51465 Bergisch Gladbach, Herrenstrunden	in unmittelbarer Nähe	Bus: Dombach (426)
St. Josefshaus Refrath, Junkersgut 10 – 14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath	Parkplätze Junkersgut begrenzt und öffentliche Parkplätze in der Umgebung	Bus: Junkersgut (451, 452)
Volkshochschule Bergisch Gladbach, Buchmühlenstr. 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	öffentliche Parkplätze in der Umgebung Buchmühlenparkplatz	Bus: Markt (227, 400, 426, 427, 434, 436, 439, 451, 452, 453, 455) Forum (335, 426, 427, 434, 439) Am Mühlenberg (427, 434, 439)
Yeni Camii Moschee, Refrather Weg 24, 51469 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	vor der Moschee und in unmittelbarer Nähe	Bus: Gronau Fachhochschule (451, 452) Richard-Zanders-Str. (451, 452, 455)
Zanders-Gelände, An der Gohrsmühle 25, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte	öffentliche Parkplätze auf dem Zanders-Gelände und in der Umgebung	Bus: Poststr. (436, 451, 452, 455)

Programm

Samstag, 4. September 2021

13.00 Uhr bis 14.00 Uhr

Rumba – großer Tanzspaß ohne Tanzpartner/in
Basis-Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Rumba?
Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331818E

14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Salsa – großer Tanzspaß ohne Tanzpartner/in
Basis-Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Salsa?
Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331815E

14.30 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

„Flausenzeit" – Weil Flausen kein Alter kennen
Kleiner Vortrag mit Michaela Winkler
Flausen beflügeln Menschen – unabhängig von Alter und Lebenssituation. Es gibt Flausen, die spuken schon lange im Kopf herum. Manche Flause begleitet einen Menschen schon ein ganzes Leben lang. Die ein oder andere Flause hat das Zeug, für sich und andere ein Gewinn zu sein. Alle Flausen bergen eine große Kraft in sich: manchmal braucht es nur eine zündende Idee, eine Ermutigung oder einen hilfreichen Tipp, um endlich aktiv zu werden. Bei gemütlichem Kaffeetrinken und einem leckeren Stückchen Kuchen werden die Flausen nur so fliegen.
In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk Rhein Berg.
Ort: Himmel un Ääd Begegnungscafé,
Altenberger-Dom-Str. 125, 51467 Bergisch Gladbach, Schildgen
Anmeldung Online erforderlich (ab August möglich)
und weitere Informationen:
www.himmel-un-aeaed.de/anmeldung
Voranmeldungen haben Vorrang beim Einlass
E-Mail: kontakt@himmel-un-aeaed.de

15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Discofox Schnupperworkshop für Paare
Mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Discofox?
Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331813E

15.30 Uhr

Kostenfrei

Spätsommerliches Konzert
Offenes Singen im Innenhof für Seniorinnen und Senioren und deren Angehörige mit Herrn Willi Potthoff.
Ort: CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe,
Margaretenhöhe 24, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe
Frau Christensen, Tel.: (02202) 10 70
E-Mail: a.christensen@cbt-gmbh.de

19.30 Uhr

Kultkino zeigt „Der Flohmarkt von Madame Claire"
Moderation Doro Dietsch
Madame Claire (Catherine Deneuve) erwacht am ersten Sommertag des Jahres mit dem Gefühl, dass es ihr letzter sein wird. Sie stellt ihren über die Jahre angesammelten Besitz in den Garten ihres Landhauses, um ihn bei einem Flohmarkt los zu werden. Von einer alten Freundin alarmiert, kehrt Claires Tochter Marie (Chiara Mastroianni) zum ersten Mal nach 20 Jahren in ihr Zuhause zurück. Und Claire zieht mit jedem Erinnerungsstück Resümee über die Episoden ihres Lebens.
Ort: Bergischer Löwe
Konrad-Adenauer-Platz, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 5 €
Kartenreservierung Theaterkasse: Tel.: (02202) 29 46 18
(Vorverkauf an der Theaterkasse und eine Stunde vor dem Film im Foyer)
Veranstalter: Bergischer Löwe / Brunotte Filmtheater

Sonntag, 5. September 2021

13.30 Uhr bis 14.30 Uhr

Bachata – großer Tanzspaß ohne Tanzpartner/in
Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Bachata? Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331817E

- **14.00 Uhr**
- **15.00 Uhr**

Führung durch die ständige Ausstellung
Das Kindergartenmuseum dokumentiert die Geschichte der familienergänzenden Kindertagesbetreuung in ihren unterschiedlichen Formen wie Kindergarten, Hort und OGS.
Damit will das Museum im Blick zurück zugleich den Blick nach vorn ermöglichen und wichtige Anregungen vermitteln für die zukünftige Arbeit in Kindertageseinrichtungen.
Ort: Kindergartenmuseum NRW,
Quirlsberg 1 (im Jugend- und Kulturzentrum „Q1")
51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: Kinder 2 €, Erwachsene 4 €
Max. 2 Personen gleichzeitig
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kindergartenmuseum NRW
Frau Watermann, Tel.: (02202) 24 36 40
Mail: info@kindergarten-museum.de

14.30 Uhr bis 15.30 Uhr

Boogie Schnupperworkshop für Paare
Mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Boogie? Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach, Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331821E

15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Kostenfrei

1000 Jahre Kirche in Herkenrath – St. Antonius Abbas
Führung in und um die Kirche mit Ursula Wenzel
Die Kirche St. Antonius Abbas in Herkenrath gibt es seit über 1000 Jahren. Ebenso lang ist die Geschichte Herkenraths. Diese lange Zeit hat Spuren hinterlassen. Einige davon lassen sich in der Kirche und in ihrer Umgebung entdecken.
Ort: Kirchplatz Herkenrath, Im Fronhof, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius
Frau Wurth, Tel.: (02204) 832 73 oder 0163 55 33 911
E-Mail: christine-wurth@online.de

Montag, 6. September 2021

ganztägig

Die Farbe Blau wird lebendig in der Mode und Ästhetik
Dies betrifft sowohl Blau in Textilform als auch in der Innenausgestaltung. Die Seniorinnen und Senioren gehen auf die Suche nach dem modischen Blau in der Kleidung und der Farbgestaltung im Raum, Dekoration …
Die Veranstaltung findet hausintern statt.
Weitere Informationen:
Altenheim St. Josefshaus,
Junkersgut 10 – 14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Eckl, Tel.: (02204) 47 12 05
E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

9.00 Uhr bis 10.00 Uhr

Kostenfrei

Funktionsgymnastik 60plus
Ausdauernde Beweglichkeit, Vitalitätsgewinn und der Spaß in der Gruppe stehen hier im Vordergrund.
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

15.00 Uhr (ca. 1 bis 2 Std.)

Mit Rollator möglich

Kostenfrei
Spenden erbeten

Alte Kirche in Refrath
Führung mit Herrn Müller, Bürger- und Heimatverein Refrath
Die Alte Kirche St. Johann Baptist in Alt-Refrath blickt auf eine tausendjährige Geschichte zurück. Bis 1872 war sie noch katholische Pfarrkirche Refraths. Sie steht unter Denkmalschutz, wird aber noch für Gottesdienste genutzt.
Treffpunkt: Alte Kirche
Alt Refrath 16, 51427 Bergisch Gladbach
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Herr Müller, Tel.: (02204) 66 355
E-Mail: hpmueller06@web.de

15.00 Uhr
bis 16.30 Uhr

Kostenfrei

Informationsveranstaltung für engagierte Seniorinnen und Senioren in der Arbeit mit neu Zugewanderten
Das Engagement für Geflüchtete und neu zugewanderte Menschen stellt Ehrenamtlerinnen und Ehrenamtler vor große Herausforderungen, da zahlreiche Hürden und Fallstricke im Alltag ihrer Schützlinge bewältigt werden müssen. Auch Menschen, die über viel Lebenserfahrung verfügen, stoßen hierbei immer wieder an ihre Grenzen.
In dieser Veranstaltung erfahren Sie, welche Hilfestellung die Verbraucherzentrale hier konkret geben kann und lernen unsere Materialien kennen, mit denen Zugewanderte gezielt mit notwendigen Informationen versorgt werden, damit sie einen Überblick über das hiesige Konsumsystem entwickeln können.
Referentinnen: Frau Vogt, Beraterin der Verbraucherzentrale Bergisch Gladbach
Frau Hesse, Bildungstrainerin der Verbraucherzentrale Bergisch Gladbach, Projekt „Get in!"
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

15.00 Uhr
bis 16.30 Uhr

Die Farbe Blau wird lebendig im Klang
Die Seniorinnen und Senioren von Haus Hildegard erstellen gemeinsam mit den Mitarbeitenden des Sozialen Dienstes eine Klanginstallation aus selbst aufgenommenen Geräuschen rund um die Farbe Blau.
Die Veranstaltung findet hausintern statt.
Weitere Informationen:
Altenheim St. Josefshaus,
Junkersgut 10 – 14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Eckl, Tel.: (02204) 47 12 05
E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

18.00 Uhr
bis 19.30 Uhr

Kostenfrei

Ernährung bei Demenz
Unsere Ernährung hat einen großen Einfluss auf die körperliche und geistige Gesundheit. Sie ist daher in zweifacher Hinsicht wichtig für die Alzheimer-Vorbeugung und Begleitung. Gesunde Ernährung bietet nicht nur Schutz fürs Gehirn. Sie hat gleichzeitig einen positiven Einfluss auf Herzkreislauferkrankungen, auf einen zu hohen Cholesterinspiegel und Diabetes – allesamt Krankheiten, die im Verdacht stehen, eine Demenz zu begünstigen. Referentin Sabine Karpe (Ernährungsberaterin und Heilpraktikerin) informiert über die vielfältigen Möglichkeiten, den eigenen Körper durch die richtige Ernährung bei Demenz zu unterstützen.
Online-Veranstaltung: Die Teilnahme ist mit dem Computer, Laptop, Tablet oder dem Smartphone möglich. Eine stabile Internetverbindung sowie ein Mikrofon und eine Kamera sollten vorhanden sein.
Anmeldung erforderlich bis zum 1. 9. 2021
und weitere Informationen:
Der Paritätische NRW, Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPs)
Rhein.-Berg. Kreis, Paffrather Str. 70, 51465 Bergisch Gladbach
Frau Harbeke, Tel.: (02202) 93 68 930
E-Mail: pflegeselbsthilfe-rbk@paritaet-nrw.org

18.45 Uhr
bis 19.30 Uhr

Kostenfrei

Beckenbodentraining
Mit gezielten Kräftigungsübungen den Beckenboden trainieren, um natürliche Belastungen im Alltag entgegenzuwirken und um bestehende Beckenbodenprobleme zu beheben.
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Dienstag, 7. September 2021

10.00 Uhr bis 11.00 Uhr

Kostenfrei

Wirbelsäulengymnastik
Ein präventives Programm, um Rückenschmerzen, Verspannungen und einseitigen Belastungen im Alltag vorzubeugen.
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

Smartphone-Kurs-Grundlagen (Android)
Der Kurs findet am 7. 9., 8. 9. und am 9. 9. 2021 statt und baut aufeinander auf.
Mit Roswitha Wirtz
Bluetooth, WLAN, Apps … Wenn Jugendliche über ihr Smartphone und ihren Tablet-Computer reden, verstehen ältere Menschen oft nur „Bahnhof". Das muss aber nicht so sein! In unseren Workshops werden die wichtigsten Möglichkeiten und Funktionen eines „Smartphone" oder „Tablets" erläutert sowie deren Anwendung eingeübt. Sie lernen die Grundfunktionen kennen (SMS, Telefonieren, Kalender usw.) und werden auch schon per WLAN im Internet surfen, ein Google-Konto einrichten und praktische Apps herunterladen. Gearbeitet wird ausschließlich mit Android-Smartphones, andere Betriebssysteme können leider nicht berücksichtigt werden. Sie üben im Kurs mit Ihren eigenen Smartphones, diese sollten mit aufgeladenem Akku mitgebracht werden.
Ort: Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis, Medienwerkstatt, Laurentiusstraße 4 – 12,
51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 15 €, Kursnummer: 3301008
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis
Tel.: (02202) 93 63 950
E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

10.00 Uhr bis 12.30 Uhr

Kostenfrei

Schach für Hobbyspieler/innen
In Zusammenarbeit mit den Bergischen Schachfreunden von 1923 e.V. wird Ihnen in geselliger Atmosphäre Schachwissen vermittelt und das Gelernte in Schachpartien angewendet.
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

10.30 Uhr

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Eröffnung der Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner. Die Ausstellungen können bis zum 19.09.2021 besichtigt werden.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus An der Jüch,
An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Weitere Informationen:
Evangelische Altenpflege Bergisch Gladbach
Frau Garstka, Tel.: (02202) 122 59 03
E-Mail: senioreneinrichtungen@evk.de

11.00 Uhr bis 12.30 Uhr

Die Veranstaltung ist nur im ersten Teil der Führung barrierefrei.

Kostenfrei
Spenden erbeten

Rendezvous mit der Königin – Orgelführung
Von Männerdorf nach Bergisch Gladbach: die Kuhn-Orgel in St. Joseph, Heidkamp. Interaktive Orgelführung und Gelegenheit, selbst alle 32 Register zu ziehen.
Ort: Kirche St. Joseph,
Lerbacher Weg 2, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich (bis 5. 9. 2021) und weitere Informationen:
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius
Frau Mandelartz, Tel.: (02205) 92 05 82
E-Mail: Claudia.Mandelartz@joseph-und-antonius.de

11.00 Uhr

Kostenfrei

Fahrradtour von der Strunde zum Rhein
Auf fast autofreien Wegen führt uns der Strunderadweg nach Köln-Mülheim zum Rhein; von dort geht es nach Porz zur Groov. Nach der Mittagspause durch Felder und kleinen Ortschaften erreichen wir Gut Leidenhausen und fahren weiter über den Königsforst nach Bergisch Gladbach – mit erzielten ca. 55 Km – zurück.
Treffpunkt: Konrad-Adenauer-Platz,
51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Frau Biesenbach, Tel.: 0160 315 63 04
E-Mail: seniorenbeirat-bgl@web.de

14.00 Uhr
bis 15.00 Uhr

Kostenfrei

Geh-Meditation
Ort: Stiftung Il – Won, Meditationszentrum,
Igeler Mühle 1, 51465 Bergisch Gladbach, Herrenstrunden
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Stiftung Il – Won
Frau Lee, Tel.: (02202) 97 90 751

14.00 Uhr
bis 15.00 Uhr

Die Farbe „Blau" wird lebendig in der Begegnung Jung & Alt
In uns allen steckt ein Künstler; Impressionen in Blau auf Leinwand mit Farbe, Pinsel und anderen Materialien. Die Kinder der Kindertagesstätte St. Josef treffen die Seniorinnen und Senioren des St. Josefshaus zum gemeinsamen Gestalten.
Weitere Informationen:
Kindertagesstätte St. Josef,
Pestalozzi Str. 2b, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Spohr Windelschmidt, Tel.: (02204) 615 92
E-Mail: st.josefkita@t-online.de
Altenheim St. Josefshaus,
Junkersgut 10 – 14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Eckl, Tel.: (02204) 47 12 05
E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

15.00 Uhr
bis 16.00 Uhr

Kostenfrei

Sich befreien durch die richtige Atmung
Ein Schnupperkurs für alle Interessierten, besonders geeignet für Menschen mit COPD, Asthma oder Kurzatmigkeit. Durch eine richtige Atmung lässt sich viel Positives für unsere Gesundheit erreichen. Besonders für Patienten mit Atemwegserkrankungen, wie Asthma oder COPD ist es wichtig, sich bewusst mit ihrer Atmung zu beschäftigen. Die richtigen Atemtechniken können hier zur Kontrolle und Linderung der Beschwerden und zu mehr Lebensenergie beitragen. Zu diesem Schnupperkurs sind alle Interessierten sehr herzlich eingeladen, die sich gerne über das richtige Atmen informieren und effektive Übungen kennenlernen möchten.
Ort: Caritas Seniorenbegegnungsstätte TREFFpunkt Annahaus,
Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
TREFFpunkt Annahaus
Frau Schültingkemper und Frau Delling, Tel.: (02202) 59 210
E-Mail: treff.annahaus@caritas-rheinberg.de

15.00 Uhr
bis 17.00 Uhr

Kostenfrei

Teatime and Board Games
As part of the 9th Senior Culture Week, we would like to invite you to an English teatime with board games. Try your hand at Scrabble while sipping tea or coffee and pastries.
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF406954E

15.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Die Farbe Blau ist lebendig in der Natur
Die Seniorinnen und Senioren erkunden das Blau mit all seinen Tönen in der Natur – Fauna und Flora
Die Veranstaltung findet hausintern statt.
Weitere Informationen:
Altenheim St. Josefshaus,
Junkersgut 10-14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Eckl, Tel.: (02204) 47 12 05
E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

Mittwoch, 8. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

13.30 Uhr

Ausflug mit einer gemütlichen Wanderung an der Dhünn
Von Nittum führt uns der Wanderweg zur Dhünn, über den Freudenthaler Hammer weiter nach Schlebusch; Rückkehr mit dem Linienbus.
Leichte Wanderung, knapp zwei Stunden mit Pause, mit stabilem Rollator möglich. Selbstverpflegung oder Einkehr auf Wunsch.
Treffpunkt: Bushaltestelle am Markt/Berg. Gladb. Stadtmitte, Bus 227 um 13:44 Uhr nach Nittum
Teilnahmebeitrag: Fahrtkosten ca. 4 bis 5 € je nach Teilnehmerzahl
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Frau Biesenbach, Tel.: 0160 315 63 04
Frau Kampelmann-Cöln, Tel.: 0157 706 200 54
E-Mail: seniorenbeirat-bgl@web.de

14.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Coffee table book
This coffee table book was published by Niamh Cooper. „Lights on the Horizon" is a collection of prose, poems and photographie in aid of frontliners workers during the Pandemics. Presents from Eillen Cooper.
Ort: Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN Treff für Alt & Jung, Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung telefonisch erforderlich u. weitere Informationen:
Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN
Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel.: (02202) 18 90 60
E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de

14.30 Uhr

Kostenfrei

Sicher leben im Alltag: Sicherheitstipps für Seniorinnen und Senioren aus der Kriminalprävention
Ein Vortrag von Kriminalhauptkommissarin Claudia Kammann, Leiterin KK Kriminalprävention/Opferschutz/Rhein.-Berg. Kreis. Frau Kammann gibt in ihrem Vortrag Seniorinnen und Senioren Tipps, wie sie sich vor Betrug und Trickdiebstahl schützen können und beantwortet Fragen zum Thema.
Ort: Stadtbücherei Bergisch Gladbach,
Hauptstr. 250, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Veranstaltung im barrierefreien Erdgeschoss
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Stadtbücherei Bergisch Gladbach
Frau Kuffner, Tel.: (02202) 14 22 58 / 14 22 81
E-Mail: info@stadtbuecherei-gl.de

15.00 Uhr (ca. 1 bis 2 Std.)

Die Veranstaltung ist nur teilweise barrierefrei.

Kostenfrei
Spenden erbeten

Motte Kippekausen und Ev. Zeltkirche Kippekausen
Führung mit Herrn Müller, Bürger- und Heimatverein Refrath
Die Motte Kippekausen war eine Fluchtburg des frühen Mittelalters. Als die Parksiedlung Kippekausen Anfang der sechziger Jahre gebaut wurde, wurde sie ausgegraben. Sie ist heute eine Insel und von einem Wassergraben umgeben.
Ort: Evangelische Zeltkirche Kippekausen,
Am Rittersteg 1, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Herr Müller, Tel.: (02204) 66 355
E-Mail: hpmuellero6@web.de

15.00 Uhr

Kostenfrei

Seniorenmesse in St. Joseph, Heidkamp
Sollten es die Pandemiebeschränkungen möglich machen, sind Sie anschließend zum geselligen Beisammensein mit Kaffee und Kuchen in den gegenüberliegenden Pfarrsaal eingeladen. Kommen Sie miteinander ins Gespräch und lassen Sie den Heiligen Geist, Kaffee und Kuchen auf sich wirken. Es ist auch für Begleitpersonen genug Platz vorhanden.
Ort: Kirche St. Joseph,
Lerbacher Weg 2, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius
Frau Wurth, Tel.: (02204) 83273 oder 0163 55 33 911
E-Mail: christine-wurth@online.de

15.00 Uhr
bis 18.30 Uhr

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei

Kostenfrei

Die Wahner Heide im September.
Eine Fotoexkursion in den Hühnerbruch
Wir machen eine Foto-Tour in die Wahner Heide mit der Gelegenheit, in Ruhe zu fotografieren. Sowohl die kleinen Motive im Makrobereich, wie auch stimmungsvolle Landschaftsaufnahmen sind das Thema. Beginnen werden wir dieses gemeinsame Erlebnis im Treff mit einer kleinen Einführung in die Kameratechnik und den sich bietenden Möglichkeiten. Dann fahren wir gemeinsam zum Hühnerbruch und fangen das Gesehene optisch digital ein.
Treffpunkt: Refrather Treff,
Steinbrecher Weg 2, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Refrather Treff
Frau Wies, Tel.: (02204) 678 14
E-Mail: info-treff@treff-refrath.de

17.00 Uhr
bis 18.30 Uhr

„Die Seele geht zu Fuß“
Ein literarischer Spaziergang rund um die Grube Cox in Bergisch Gladbach

Das Angebot besteht aus mehreren Terminen: Zoom-Sitzungen am 8. 9. und 10. 9. jeweils von 17.00 bis 18.30 Uhr und dem Spaziergang am 14. 9. wetterbedingt alternativ 16. 9. von 15.00 bis 17.30 Uhr.

Bewegungsmodus „per pedes“, das Zu-Fuß-unterwegs-sein, hat seit der Pandemie an Beliebtheit zugenommen. Gehen, Denken, Schreiben: Philosophinnen und Philosophen und Schriftstellerinnen und Schriftsteller aus alter und neuer Zeit üben sich darin. Vorbereiten werden wir unseren Rundgang in zwei Zoom-Sitzungen. Wenn die Pandemielage es zulässt, können Sie für diese Einstimmungen bei vorheriger Anmeldung ins Laurentiushaus kommen. Die Textauszüge werden Ihnen vorab per Mail zugesandt, damit wir sie gemeinsam besprechen können und diejenigen auswählen, die wir uns dann unterwegs erneut in Erinnerung rufen und prüfen, ob die Texte beim Gehen in der Natur eine andere Bedeutung gewinnen. Wir lesen Textauszüge von: Johann Gottfried Seume, Jane Austen, Robert Walser, Max Frisch, Peter Handke und Christoph Simon.
Treffpunkt am 14. 9. 2021: Bushaltestelle,
An den Braken (Bensberger Straße), Buslinien: 227, 400, 455
Spaziergang: ca. 1 Stunde reine Gehzeit; nur leichte Steigung, festes Schuhwerk erforderlich.
Teilnahmebeitrag: 17,50 €, Kursnummer: 7601091
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis
Laurentiusstraße 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 93 63 950
E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

Donnerstag, 9. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!“
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt“ zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

11.00 Uhr

Kostenfrei

Wanderung auf dem Max Bruch Weg entlang der Strunde bis zur Quelle
Sie möchten ein Stück des Bergischen Landes kennenlernen? Der Max Bruch Weg, genannt nach dem Komponisten, führt ganz idyllisch durch den Wald entlang der Strunde und ist gut begehbar. Die Strecke bis zur Quelle der Strunde ist ca. 5 km, dort machen wir bei schönem Wetter ein kleines Picknick. Auf Wunsch Einkehr im Gasthaus „Zur Quelle der Strunde“. Rückkehr mit dem Linienbus alle 20 Minuten möglich. Mit Rollator bedingt möglich bzw. mit Begleitung, da es eine kleine Steigung gibt. Der Integrationsrat in Kooperation mit dem Seniorenbeirat lädt alle herzlich ein, die an einem internationalen kulturellen Austausch interessiert sind.
Treffpunkt: vor dem Rathaus/Brunnen, Konrad-Adenauer-Platz, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Frau Biesenbach, Tel.: 0160 315 63 04
E-Mail: seniorenbeirat-bgl@web.de
Frau Dr. Bollen, E-Mail: integrationsratgl@web.de

14.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Doras purple Markt
Die DoreaFamilie Bergisch Gladbach überrascht Sie auf dem Parkplatz vor dem Haus mit Bastelarbeiten, Informationen zum Haus, einem Stand des Vereins Trostteddy e.V. und leckeren Waffeln. Kommen Sie vorbei und lernen Sie die DoreaFamilie persönlich kennen.
Ort: Doreafamilie Bergisch Gladbach,
Helene-Stöcker-Str. 1-12, 51429 Bergisch Gladbach, Lückerath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Frau Malz und Frau Petersdorf, Tel.: (02204) 48 150
E-Mail: wlw@margarethenhof-gmbh.de

14.30 Uhr bis 16.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Bingo mit Astrid
Wer schon immer wissen wollte, welchen Reiz das Spielen von Bingo hat, ist herzlich eingeladen. Jede / jeder, ob Jung oder Alt, ist willkommen. Aber nicht nur das gemeinsame Spiel ist wichtig, auch der Austausch bringt Schwung in die Runde.
Ort: Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN Treff für Alt & Jung, Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung telefonisch erforderlich u. weitere Informationen:
Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN
Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel.: (02202) 18 90 60
E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de

14.45 Uhr bis 16.30 Uhr

Friesland
Vortrag von Herrn Riedel über genügsame Stunden auf einem Boot – kreuz und quer durch die Niederländische Provinz Friesland.
Ort: Evangelische Begegnungsstätte,
August-Kierspel-Str. 96, 51469 Bergisch Gladbach, Hand
Teilnahmebeitrag: 2,50 €
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Frau Pohl, Tel.: (02202) 560 11
E-Mail: senioren-begegnung@web.de

- 15.00 Uhr bis 16.00 Uhr
- 17.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Pflegeberatung RBK präsentiert: Märchen erzählen für Menschen mit Demenz und deren Angehörige
Märchen faszinieren Kinder, Jugendliche, Erwachsene, Seniorinnen und Senioren, Menschen mit Behinderung und demenziell erkrankte Menschen gleichermaßen. Die Märchenerzählerin Silvia Knapp nimmt Sie mit auf eine märchenhafte Reise und erweckt mit Sprachmelodie, Mimik und Gestik ein Märchen zum Leben. Junge Menschen werden ins Reich der Phantasie entführt und ältere Menschen schwelgen in Erinnerungen an die Zeit, wo Mutter oder Oma ihnen vorgelesen haben und sie gemeinsam kuschelnd und geborgen in eine Welt voller Abenteuer gereist sind. Denn Märchen gehören zu den tiefsten und nachhaltigsten Dingen in unserem Leben. Sie sind Nahrung für die Seele. Im Anschluss besteht die Möglichkeit zum Austausch.
Ort: Begegnungsstätte PRO Treff im PROgymnasium,
Schlossstr. 84, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Anmeldung erforderlich bis 27. 8. 2021
und weitere Informationen:
Pflegeberatung RBK – Bergisch Gladbach,
Refrather Weg 30, 51469 Bergisch Gladbach
Frau Pospich, Tel.: (02202) 13 64 35
E-Mail: Pflegeberatung@rbk-online.de

15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Minigolf spielen in Paffrath – für Menschen mit Demenz
Wir wollen gemeinsam mit Ihnen eine schöne Zeit erleben. Es geht zu dem nahegelegenen Park in Paffrath zur Minigolfanlage am Kombibad. Bewegung ist wichtig und tut gut und das nicht nur in jungen Jahren. Bei Spiel und Spaß werden die Sinne angeregt und der Kreislauf in Schwung gebracht.
Mit einem Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee – zwischendurch – wird sich für die neue Runde gestärkt.
Treffpunkt: am Kombibad Paffrath,
Borngasse 2, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath
Teilnahmebeitrag: 5 €
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Caritasverband für den Rhein.-Berg. Kreis e.V. / Stundenweise
Frau Knop, Tel.: (02202) 25 180 18
E-Mail: stundenweise@caritas-rheinberg.de

15.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Die Farbe Blau ist lebendig in der Natur
Fortsetzung der Veranstaltung vom 7. 9. 2021
Die Veranstaltung findet hausintern statt.

16.00 Uhr bis 17.30 Uhr

Kostenfrei

Rendezvous mit der Königin – Orgelführung
Von Bonn nach Bergisch Gladbach: die Klais-Orgel in St. Antonius Abbas. Interaktive Orgelführung und Gelegenheit, selbst alle Register zu ziehen.
Ort: Kirche St. Antonius Abbas,
Im Fronhof 8, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath
Anmeldung erforderlich bis 7. 9. 2021
und weitere Informationen:
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius
Frau Mandelartz, Tel.: (02205) 92 05 82
E-Mail: Claudia.Mandelartz@joseph-und-antonius.de

Freitag, 10. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45–49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

10.30 Uhr bis 11.30 Uhr

Die Farbe „Blau" wird lebendig in der Begegnung Jung & Alt
Fortsetzung der Veranstaltung vom 7. 9. 2021
Die Kinder der Kindertagesstätte St. Josef treffen die Seniorinnen und Senioren des St. Josefshaus zum gemeinsamen Gestalten.

13.00 Uhr bis 14.15 Uhr

Yoga auf und am Stuhl
Mit Susanne Franken
Sie möchten ausprobieren, ob Yoga Ihnen guttut, üben aber nicht gerne auf dem Boden?! Dann erfahren Sie hier, wie wunderbar man Yoga auf bzw. am Stuhl machen kann. Der Stuhl erleichtert die Aufrichtung der Wirbelsäule und macht Yoga auch mit körperlichen Einschränkungen möglich. Die Übungsreihen dehnen, strecken und kräftigen Ihren ganzen Körper, und die Konzentration auf Ihren Atem während der Übungen führt zu mehr Körperbewusstsein. Eine abschließende Meditation und tiefe Entspannung lassen Sie mit neuer Energie in den Tag starten.
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 15 € (bei mind. 7 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF310140E

15.00 Uhr

Kostenfrei

Trostteddys – Lassen Sie sich überraschen!
Der Verein Trostteddys ist im TREFFpunkt Annahaus zu Gast. Herr Stumpf stellt in einem Film dar, wie die bunten Häkel- und Strickgeschöpfe bei Jung und Alt ankommen und was es mit dem Verein auf sich hat. Auf Sie wartet an diesem Nachmittag eine kleine Überraschung aus dem Trostteddy-Fundus.
Bei Kaffee und Kuchen gibt es die Möglichkeit ins Gespräch zu kommen oder sich einfach von der großartigen Arbeit dieses Vereins weiter inspirieren zu lassen. Wir laden alle Interessierten sehr herzlich ein, vor allem auch Menschen, die gerne häkeln oder stricken!
Ort: Caritas Seniorenbegegnungsstätte TREFFpunkt Annahaus, Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
TREFFpunkt Annahaus
Frau Schültingkemper und Frau Delling, Tel.: (02202) 59 210
E-Mail: treff.annahaus@caritas-rheinberg.de

15.00 Uhr bis 16.30 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Essen gegen Vergessen
„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen" sagt man – doch bleibt das immer so?
Mit über einer Million Betroffenen ist die Alzheimer Demenz eine Erkrankung, deren Anzahl stetig steigt, deren Ursachen allerdings noch nicht vollständig erforscht sind.
Dieser Vortrag möchte Impulse zu möglichen vorbeugenden Ernährungsmöglichkeiten, auch für akut betroffene, pflegende Angehörige geben, sowie zum Austausch über persönliche Erfahrungen anregen.
Ort: Begegnungsstätte PRO Treff im PROgymnasium,
Schlossstr. 84, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Begegnungsstätte PRO Treff im PROgymnasium
Frau Singer, Tel.: (02204) 95 48 15
E-Mail: pro.treff@progymnasium.de

16.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Senioren Smartphone Kurztraining (Android & Apple) für Neulinge
Zwei Mitglieder, die in der IT-Branche tätig sind/waren, werden die wichtigsten „Tipps" für Senioreninnen und Senioren zur Bedienung des eigenen Handys erklären. Dazu gehört das Menü, die Kontakte/Kontaktpflege und das Bedienen der Kamera. Auch wird über das wichtige Thema Sicherheit und die Verwendung von App-Anwendungen gesprochen, z.B. Whats App. Leider kann in dieser kurzen Zeit nur das Nötigste aufgezeigt werden. Unterlagen zum Thema, die mit nach Hause genommen werden können, helfen das Erlernte noch einmal nachzuvollziehen. Es werden zwei Gruppen mit jeweils bis zu 8 Teilnehmenden angeboten. Die Gruppenzugehörigkeit ergibt sich aus der Art des Handys Android oder Apple.
Selbstverständlich gibt es auch Kaffee/Tee und Kuchen.
Ort: Treff „einfach gemeinsam e.V.",
Bensberger Str. 180, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
„einfach gemeinsam e.V."
Tel.: (02202) 272 84 67
E-Mail: info@einfachgemeinsam.gl

17.00 Uhr bis 18.00 Uhr

Kostenfrei

„Ich bin das ganze Jahr vergnügt"
Intergeneratives Mitsingkonzert mit Rhythm in Church
Direkt mitgesungen oder manchmal ein wenig eingeübt werden ca. 8 mehr oder weniger bekannte Lieder zu den Jahreszeiten, in denen Gott für die Erde und ihrer Vielfalt gedankt wird. Natur, Jahreszeiten und Ernte sind das Thema. Sollte das Corona bedingt nicht möglich sein, wird die Veranstaltung aus der Kirche übertragen oder aufgezeichnet.
Ort: Kirche St. Antonius Abbas,
Im Fronhof 8, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Musikgruppe Rhythm in Church der Kath. Kirchengemeinde
St. Joseph und St. Antonius
Frau Wurth, Tel.: (02204) 832 73 oder 0163 55 33 911
E-Mail: christine-wurth@online.de

18.30 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Magie und Heiterkeit in Geschichten und Märchen aus aller Welt
Ein Märchen-Abend mit dem Rheinischen Märchenkreis.
Die Geschichten und Märchen zeigen uns ideenreich menschliche Schwächen und Erfahrungen. Und sie überraschen oft mit ungewöhnlichen Pointen, trickreich und originell.
Für das leibliche Wohl wird durch ein kleines Büffet gesorgt.
Ort: Himmel un Ääd Begegnungscafé,
Altenberger-Dom-Str. 125, 51467 Bergisch Gladbach, Schildgen
Anmeldung Online erforderlich (ab August möglich) und weitere Informationen:
www.himmel-un-aeaed.de/anmeldung
Voranmeldungen haben Vorrang beim Einlass
E-Mail: kontakt@himmel-un-aeaed.de

Samstag, 11. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

13.00 Uhr bis 14.00 Uhr

Cha Cha Cha für Paare
Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Cha Cha Cha? Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331862E

14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Rumba für Paare
Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Rumba? Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach, Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331819E

14.00 Uhr bis 14.45 Uhr

Kostenfrei

Steinerne Glaubenszeugnisse
Spaziergang zu Wegekreuzen mit Ursula Wenzel
In Herkenrath gibt es eine große Anzahl von Wegekreuzen. Sie erzählen vom Leben und Glauben der Menschen, die sie errichtet haben. Einige dieser Wegekreuze sollen auf einem Spaziergang besucht und erläutert werden.
Treffpunkt: Auf dem Parkplatz gegenüber der Kirche St. Antonius Abbas in Herkenrath, Im Fronhof, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius
Frau Wurth, Tel.: (02204) 832 73 oder 0163 55 33 911
E-Mail: christine-wurth@online.de

14.30 Uhr

Der Laurentiusfriedhof – ein Stück Stadtgeschichte
Auf diesem Rundgang mit Roswitha Wirtz gibt es nicht nur Natur zu erleben, sondern viel über unsere Sitten, Gebräuche und unsere Bergisch Gladbacher Geschichte zu erfahren. Priester, Nonnen, Bürgermeister, Kriegsopfer, berühmte und weniger bekannte Menschen haben dort ihre letzte Ruhestätte gefunden. Auf dem Spaziergang sollen einige darunter ihre Geschichte preisgeben.

Treffpunkt: Friedhofskapelle St. Laurentius, Überm Rost, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 7 €, Kursnummer: 7701060
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis
Laurentiusstraße 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 936 39 50
E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Langsamer Walzer für Paare
Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen
Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Walzer? Probieren Sie es einfach einmal aus!
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach, Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331867E

Sonntag, 12. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

13.00 Uhr bis 15.30 Uhr

Madison – großer Tanzspaß ohne Partner/in
Basis Workshop mit Erik van Spauwen
Der Madison ist ein mitreißender Gruppentanz aus den späten 50er Jahren und hat bis heute nichts an seiner Lebensfreude eingebüßt. Madison wird in einer oder mehreren Reihen getanzt. Der Grundschritt und die einzelnen Elemente sind simple und daher einfach zu erlernen. Die verschiedenen Tanzkombinationen bestehen meist aus abzulaufenden Mustern und nehmen spielerisch Bezug auf große Berühmtheiten dieser Zeit. Durch das Musical „Hairspray" bekam der Madison neue Popularität und er macht einfach großen Spaß.
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 19 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF331811E

14.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Wanderung mit Petra
Wanderung durch die historische Gartensiedlung Gronauer Wald bis zum Saaler (Refrather) See und zurück. Wanderzeit ca. 2,5 bis 3 Stunden (ca. 11 km).
Auf Wunsch Schlusseinkehr.
Ort: Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN Treff für Alt & Jung, Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung telefonisch erforderlich u. weitere Informationen:
Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN
Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel.: (02202) 18 90 60
E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de

15.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

„Benefizkonzert DuoSeeU"
DuoSeeU, (Iris Zehe, Akkordeon und Schlaginstrumente, und Helmut Zehe, Gesang und Gitarre) spielen Hits der 60er, 70er und aktuelle Hits. Helmut wird sich auch einige kleine Anekdötchen nicht verkneifen können.
Ort: Hospiz am Vinzenz Pallotti Hospital, Aufenthaltsraum und Wintergarten ggf. auch im Gartenbereich (Situationsbedingt), Vinzenz-Pallotti-Straße 20 – 24, 51429 Bergisch Gladbach, Bockenberg
Veranstalter: Hits fürs Hospiz e.V., Hospiz des Vinzenz Pallotti Hospitals
Besucherzahl auf ca. 40 Personen begrenzt
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Herr Stammler, Tel.: 0175 159 12 80
E-Mail: a.stammler@hospizhits.de

Montag, 13. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

9.00 Uhr bis 10.00 Uhr

Kostenfrei

Funktionsgymnastik 60plus
Ausdauernde Beweglichkeit, Vitalitätsgewinn und der Spaß in der Gruppe stehen hier im Vordergrund.
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

10.00 Uhr
bis 11.30 Uhr

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Schnuppern im Frauenchor „Silbertöne“
unter Leitung von Birgit Bendfeld
Ort: Städtische Max-Bruch-Musikschule,
Raum 217, Langemarckweg 14, 51465 Berg. Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Städtische Max-Bruch-Musikschule
Tel.: (02202) 25 03 70
E-Mail: musikschule@stadt-gl.de

11.00 Uhr
bis 13.00 Uhr

Kostenfrei

„Sicher Leben im Alter“ – Tipps der Kriminalprävention
Kriminalhauptkommissarin Frau Claudia Kammann erklärt die Tricks, mit denen Betrügerinnen und Betrüger es besonders auf Senioreninnen und Senioren abgesehen haben. Nach einem ca. 1-stündigen Vortrag haben Sie die Gelegenheit, Fragen zu stellen und miteinander zu diskutieren.
Ort: Pfarrsaal der Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius, Lerbacher Weg, gegenüber der Pfarrkirche St. Joseph, 51465 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius
Frau Wurth, Tel.: (02204) 832 73 oder 0163 55 33 911
E-Mail: christine-wurth@online.de

14.30 Uhr
bis 16.00 Uhr

Kostenfrei

Die Farbe „Blau“ wird lebendig in der Begegnung von Jung & Alt
| *Die Ausstellung kann bis zum 17. 9. 2021 besichtigt werden.*
Kinder der Kindertagesstätte St. Josef der Vinzenz Pallotti Stiftung und die Bewohnerinnen und Bewohner des Altenheims St. Josefshaus Refrath präsentieren ihre Werke.
Orte: Kindertagesstätte St. Josef,
Pestalozzi Str. 2b, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
und Altenheim St. Josefshaus,
Junkersgut 10 – 14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath

Weitere Informationen:
Kindertagesstätte St. Josef
Frau Spohr Windelschmidt, Tel.: (02204) 615 92
E-Mail: st.josefkita@t-online.de
Altenheim St. Josefshaus
Frau Eckl, Tel.: (02204) 47 12 05
E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

14.30 Uhr
bis 16.00 Uhr

Kostenfrei

Die Farbe „Blau“
| *Die Ausstellung kann bis zum 17. 9. 2021 besichtigt werden.*
Unter den Themen „Die Farbe Blau wird lebendig im Klang“ und „Die Farbe Blau wird lebendig in der Mode“ präsentieren die Bewohnerinnen und Bewohner des Altenheims St. Josefshaus Refrath ihre Werke.
Ort: Altenheim St. Josefshaus,
Junkersgut 10-14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Altenheim St. Josefshaus
Frau Eckl, Tel.: (02204) 47 12 05
E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

15.30 Uhr
bis 17.00 Uhr

Kostenfrei

Die Farbe Blau ist lebendig in der Natur
| *Die Ausstellung kann bis zum 17. 9. 2021 besichtigt werden.*
Bewohnerinnen und Bewohner des Altenheims St. Josefshaus Refrath präsentieren ihre Werke der Farbvielfalt in der Natur mit unterschiedlichen Materialien
Ort: Altenheim St. Josefshaus,
Junkersgut 10-14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Altenheim St. Josefshaus
Frau Eckl, Tel.: (02204) 47 12 05
E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

15.00 Uhr
bis 17.00 Uhr

Kostenfrei

Pedelec-Kurs für Seniorinnen und Senioren
Mobil bleiben bis ins hohe Alter

Der Kurs findet vom 13. 9. bis 16. 9. 2021 statt und baut aufeinander auf. Eine Teilnahme nur an einem Tag ist nicht möglich.

In Zusammenarbeit mit den ADFC RheinBerg/Oberberg und der Polizei des Rheinisch-Bergischen-Kreises bietet die Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH auch in diesem Jahr einen Pedelec-Kurs für Anfängerinnen / Anfänger und Fortgeschrittene an. Nähere Infos erhalten Sie auf der Homepage der Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach, www.svb-gl.de.
Ort: Parkplatz der Firma Zanders,
An der Gohrsmühle/Hauptstraße (Nähe Driescher Kreisel, Eingang An der Gohrsmühle), 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Kaution: 25,00 € pro Person, die Kaution ist mit der Anmeldung zu zahlen und wird bei vollständiger Absolvierung des Kurses erstattet.
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH,
Wilhelm-Wagener-Platz, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Herr Schmitz, Tel.: (02202) 14 13 26
E-Mail: info@svb-gl.de

18.45 Uhr
bis 19.30 Uhr

Kostenfrei

Beckenbodentraining
Mit gezielten Kräftigungsübungen den Beckenboden trainieren, um natürliche Belastungen im Alltag entgegenzuwirken und um bestehende Beckenbodenprobleme zu beheben.
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Dienstag, 14. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

9.00 Uhr
bis 12.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Senioren-Internet-Café
In Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW-Beratungsstelle Bergisch Gladbach
10.00 Uhr: Digitalen Nachlass frühzeitig regeln, Vortrag von Frau Vogt
Ort: Evangelische Begegnungsstätte,
August-Kierspel-Str. 96, 51469 Bergisch Gladbach, Hand
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Frau Pohl, Tel.: (02202) 560 11
E-Mail: senioren-begegnung@web.de

10.00 Uhr
bis 11.00 Uhr

Kostenfrei

Wirbelsäulengymnastik
Ein präventives Programm, um Rückenschmerzen, Verspannungen und einseitigen Belastungen im Alltag vorzubeugen.
Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

10.00 Uhr
bis 11.30 Uhr

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Schnuppern im Seniorenchor „Intermelodie Dreiklang"
unter Leitung von Babrak Wassa, Dipl. Chorleiter, Musikdirektor FDB
Ort: Städtische Max-Bruch-Musikschule,
Raum 217, Langemarckweg 14, 51465 Berg. Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Städtische Max-Bruch-Musikschule
Tel.: (02202) 250 370, E-Mail: musikschule@stadt-gl.de

10.00 Uhr bis 11.30 Uhr

„Zoomen" für Anfängerinnen und Anfänger

Der Kurs findet am 14. 9., 15. 9. und am 16. 9. 2021 statt und baut aufeinander auf.

Mit Roswitha Wirtz

Der „Corona-Lockdown" 2020 kam überraschend: Plötzlich musste man in den eigenen vier Wänden bleiben, das gesellschaftliche Leben lag brach – Freunde, Familie und Verwandte durften sich nicht mehr besuchen. In dieser Zeit erlebten Videoplattformen einen regelrechten „Boom". Mit ihnen war es möglich, über Videositzungen in Bild und Ton mit Menschen in Kontakt zu bleiben. Doch welche Plattformen gibt es? Wie funktionieren die Programme? Was gibt es zu beachten? Anhand von Zoom werden wir mit Ihnen diese Fragen klären.

Ort: Online, die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden rechtzeitig vor dem Seminar bekannt gegeben.

Teilnahmebeitrag: 15 €, Kursnummer: 3301009

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis
Tel.: (02202) 93 63 950
E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

10.00 Uhr bis 12.30 Uhr

Kostenfrei

Schach für Hobbyspieler/innen

In Zusammenarbeit mit den Bergischen Schachfreunden von 1923 e.V. wird Ihnen in geselliger Atmosphäre Schachwissen vermittelt und das Gelernte in Schachpartien angewendet.

Ort: Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt,
Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt
Frau Dr. Callegari, Tel.: (02202) 24 52 96 / 24 52 97
E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

10.30 Uhr

Kostenfrei

9. Mini-Marathonlauf Margaretenhöhe

Seniorinnen und Senioren laufen wieder Runden durch den Park des Wohnhauses. Beteiligung auch mit Rollator oder Rollstuhl möglich.

Ort: CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe,
Margaretenhöhe 24, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe
Frau Christensen, Tel.: (02202) 10 70
E-Mail: a.christensen@cbt-gmbh.de

14.00 Uhr

Kostenfrei

„Kleine Runde um den Bechener Esel"

Eine Wanderung für pflegende und sorgende Angehörige und Interessierte.

Diese geführte, ca. 5 km lange, Wanderung rund um die Bronzestatue „Bechener Esel" bietet pflegenden und sorgenden Angehörigen eine kleine Auszeit, vom oftmals herausfordernden Pflegealltag und die Möglichkeit, der eigenen Gesundheit durch Bewegung etwas Gutes zu tun. Im Anschluss ist eine optionale Einkehr für alle Interessierten zu Kaffee und Kuchen im Restaurant Kalyva (mit Selbstbeitrag) im Ortskern von Bechen geplant. Das Angebot richtet sich schwerpunktmäßig an pflegende Angehörige sowie weitere Personen, die sich in der Pflege und Begleitung ihrer Mitmenschen engagieren. Gerne wird anschließend ein regelmäßiges Wanderangebot für Interessierte weitergeführt.

Treffpunkt: Bechener Esel,
gegenüber Restaurant Kalyva, Kölner Str. 375, 51515 Kürten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Der Paritätische NRW, Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe (KoPs)
Rhein.-Berg. Kreis, Paffrather Str. 70, 51465 Bergisch Gladbach
Frau Harbeke, Tel.: (02202) 93 68 930
E-Mail: pflegeselbsthilfe-rbk@paritaet-nrw.org

14.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Lernen Sie Bergisch Gladbach kennen – Citytour für Seniorinnen und Senioren mit dem „Bensberger Stadthüpfer"
Ihr Touristenführer ist Herr Hermann-Josef Rodenbach
Treffpunkt: Busbahnhof Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Abfahrt: 14.30 Uhr und
Ankunft: 16:30 Uhr Bushaltestelle Markt
Mit anschließendem Kaffee und Kuchen im „Theater-Café"
Teilnahmebetrag: 15 € (inkl. Kaffee und Kuchen)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH,
Wilhelm-Wagener-Platz. 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Herr Schmitz, Tel.: (02202) 14 13 26
E-Mail: info@svb-gl.de

15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Kaffee, Kuchen, Erzbergbau: Ein Bensberger in England – Die ungewöhnliche Geschichte des Theodor Prumbaum
Ein Vortrag von Peter Lückerath, Berg. Geschichtsverein e.V. / Abteilung Rhein-Berg.
Begleitend zur aktuellen Sonderausstellung „Querfeldein – bewegende(n) Geschichten" stellt der Historiker Peter Lückerath die Lebensgeschichte des Bergmanns vor, der 1870 geboren wurde und im Nordosten Englands sein persönliches Glück fand. Anhand Prumbaums bewegenden Lebens vermittelt der Vortrag einen Eindruck der engen internationalen Verknüpfungen des Bensberger Erzreviers am Vorabend des Ersten Weltkriegs.
Ort: Bergisches Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe, Burggraben 19, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Teilnahmebeitrag: 5 € (inkl. Kaffee und Kuchen)
Anmeldung erforderlich bis 11. 9. 2021
und weitere Informationen:
Bergisches Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe
Telefon: (02202) 14 15 55
E-Mail: kontakt@bergisches-museum.de

19.00 Uhr bis 20.30 Uhr

Kostenfrei

„Damals war's und heute" – Lesung mit Sylvia Schwarzer
„Ein Blick zurück in die Kindheit. Wie war Kindheit damals, vor sechzig oder siebzig Jahren? Wie war die Kindheit in den 1970er-Jahren? Was ist Kindern heute wichtig? Die Bewohner der Service Residenz Schloss Bensberg erzählen ihre Erinnerungen an die Kindheit, die bei den meisten während des Krieges stattfand. Im Vergleich lesen wir die Antworten der Kinder von heute. Sind die Spiele damals anders als die heutigen? Wir reisen gemeinsam in der Zeit zurück und springen wieder in die Gegenwart, und erleben, wie nah sich durch alle Zeiten Kinderherzen sind."
Ort: Caritas Seniorenbegegnungsstätte TREFFpunkt Annahaus, Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
TREFFpunkt Annahaus
Frau Schültingkemper und Frau Delling, Tel.: (02202) 59 210
E-Mail: treff.annahaus@caritas-rheinberg.de

Mittwoch, 15. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

14.00 Uhr

Erinnerungsreise in die Kindheit
Führung für eine/n Demenzerkrankte/n mit einer Begleitperson
Angeregt durch die verschiedenen Spielobjekte, taucht die Kindheit wieder auf.
Ort: Kindergartenmuseum NRW, Quirlsberg 1 (im Jugend- und Kulturzentrum „Q1"), 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: Erwachsene 4 € (max. 2 Personen gleichzeitig)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen unter:
Kindergartenmuseum NRW
Frau Watermann, Tel.: (02202) 24 36 40
Mail: info@kindergarten-museum.de

14.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Kostenfrei

„Sicher Leben im Alter"
Vortragsveranstaltung der Kriminalprävention
Seniorinnen und Senioren leben grundsätzlich sehr sicher in unserem Kreis. Es gibt aber bestimmte Arten von Straftaten von denen Seniorinnen und Senioren eher betroffen sind, als andere Altersgruppen. Worum es sich hierbei dreht und wie sie sich davor schützen können, wird in einem rund 60minütigen Vortrag anschaulich erläutert.
Ort: Zanders-Gelände, Gebäude A, 1. OG,
An der Gohrsmühle 25, 51465 Berg. Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen unter:
Polizei Rheinisch-Bergischer Kreis,
Kommissariat für Kriminalprävention/Opferschutz
Frau Kriminalhauptkommissarin Kammann,
Tel.: (02202) 205 -430 bis -434
Mail: gl.kriminalpraevention@polizei.nrw.de

15.00 Uhr

Kostenfrei

Kunigunde von Bilstein: das Schicksal einer bergischen Gräfin.
Autorenlesung mit Dr. Lothar Speer
Der Historiker und ehemalige Fachbereichsleiter für Bildung, Kultur, Schule und Sport der Stadt Bergisch Gladbach Dr. Lothar Speer schildert in seinem ersten Roman aus dem Leben einer interessanten geschichtlichen Persönlichkeit. Historisch belegte Fakten in einer fiktionalen Rahmenhandlung vermitteln den Zuhörenden ein spannendes Bild der hiesigen Lebensverhältnisse im Mittelalter.
Ort: Stadtbücherei Bergisch Gladbach, Hauptstr. 250, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Veranstaltung im barrierefreien Erdgeschoss
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Stadtbücherei Bergisch Gladbach
Frau Kuffner, Tel.: (02202) 14 22 58 / 14 22 81
E-Mail: info@stadtbuecherei-gl.de

15.00 Uhr bis 16.30 Uhr

Tabletnutzung von Anfang an – Dank Leihtablets der Stiftung Digitale Chancen das Internet kennen lernen
Geplant sind 4 Treffen, erster Termin 15. 9. 2021 Übergabe der Geräte, letzter Termin 10. 11. 2021, Einzeltermine sind möglich.
In Kooperation mit der Stiftung Digitale Chancen können die Teilnehmenden Dank Leihtablets der Stiftung, die Tablet Nutzung und den Einstieg ins Internet von Anfang an üben. Alle Fragen werden individuell beantwortet, Anfangshürden werden gemeinsam genommen. Ziel ist es, ein Tablet unverbindlich kennen zu lernen, auszuprobieren und sich selbständig und sicher im Internet bewegen zu können.
Ort: Refrather Treff,
Steinbrecher Weg 2, 51427 Berg. Gladbach, Refrath
und Digital
Teilnahmebeitrag: 35 €
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Refrather Treff
Frau Wies und Herr Patzer, Tel.: (02204) 67 814
E-Mail: info-treff@treff-refrath.de

15.00 Uhr

Kostenfrei

Das allerzierlichste Theater
Gerd J. Pohl führt durch die Puppentheaterausstellung im Bergischen Löwen und erzählt aus seinem Puppenspielerleben. Seit über 30 Jahren ist Gerd J. Pohl – selbst Puppenspieler und Schauspieler von Beruf – Sammler von Memorabilia aus dem Bereich des Figurentheaters. Aus dieser Leidenschaft heraus ist eine der wertvollsten Privatsammlungen Deutschlands entstanden, teilweise ausgestellt im Bürgerhaus Bergischer Löwe.
Ort: Bergischer Löwe,
Konrad-Adenauer-Platz, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kulturbüro
Frau Weymans, Tel.: (02202) 14 25 54
E-Mail: kulturbuero@stadt-gl.de

16.00 Uhr

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Führung durch die Yeni Camii Moschee
Ort: Refrather Weg 24, 51469 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Veranstalter: BFBI
Hinweis: Die Schuhe müssen am Eingang ausgezogen werden.
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kulturbüro
Frau Weymans, Tel.: (02202) 14 25 54
E-Mail: kulturbuero@stadt-gl.de

Donnerstag, 16. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

9.30 Uhr bis 13.00 Uhr

Kostenfrei

7. Rollatortag NRW
Rollator-Check und -Parkour, Bustraining, Informationsstände
Ort: Schlossstraße (zwischen Hausnummer 70 und 82), 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Veranstalter: Zukunftsnetz Mobilität NRW / Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH
Weitere Informationen:
Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH,
Wilhelm-Wagener-Platz, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Herr Schmitz, Tel.: (02202) 14 13 26
E-Mail: info@svb-gl.de

9.30 Uhr bis 13.00 Uhr

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung – die Betreuungsstelle informiert
Die Betreuungsstelle der Stadt Bergisch Gladbach informiert und berät zu der Möglichkeit, eine Vorsorgevollmacht zu erteilen und ist per Gesetz befugt, öffentliche Beglaubigungen von Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen vorzunehmen.
Ort: Stand auf dem Rollatortag,
Schlossstraße (zwischen den Hausnummern 70 u. 82),
51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Weitere Informationen:
Stadt Bergisch Gladbach – Betreuungsstelle
Frau Hammerschmidt, Tel.: (02202) 14 28 56
E-Mail: c.hammerschmidt@stadt-gl.de

14.30 Uhr

Kostenfrei

„Zwischen Papier, Pickel und Posaune"
Rundgang für neue Nachbarn in einfacher Sprache
Seit 150 Jahren wird in Bergisch Gladbach Papier hergestellt. Die Papierfabrik Zanders bot für viele Familien in Bergisch Gladbach den Lebensunterhalt. Wer ist die Familie Zanders, wer hat die Villa am Markt gebaut, warum hat das Rathaus drei Teile und was ist eigentlich ein Bürgerbüro? Stadtführerin Roswitha Wirtz und Deutschlehrerin Anke Kleinschmidt bieten einen Rundgang durch die Gladbacher Stadtgeschichte von der Vergangenheit bis zur Gegenwart.
Treffpunkt: vor dem Rathaus Bergisch Gladbach,
Konrad-Adenauer-Platz 1, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis
Laurentiusstraße 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 93 63 950
E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de
Kursnummer: 770 10 61

14.30 Uhr bis 16.00 Uhr

„Das Flimmern der Wahrheit über der Wüste“ von Philipp Schwenke
Ein literarischer Nachmittag
Old Shatterhand und Kara Ben Nemsi kennt jedes Kind, doch was Karl May während seiner ersten Orientreise widerfährt, übertrifft alles, was sich der Autor selbst je ausgedacht hat. Vorgestellt von Ingeborg Schwenke.
Ort: Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN Treff für Alt & Jung, Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 5 €
Anmeldung telefonisch erforderlich u. weitere Informationen:
Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN
Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel.: (02202) 18 90 60
E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de

15.00 Uhr bis 16.00 Uhr

Kunstgenuss – Die Villa Zanders früher und heute
Einstündige Führung zur Historie der Villa und der Ausstellung „Something to live for – Peter Tollens, Gemälde – Künstlerbücher – Zeichnungen – Aquarelle“
Mit Sabine Elsa Müller M.A.
Ort: Kunstmuseum Villa Zanders, Konrad-Adenauer-Platz 8, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 3 € (Eintritt und Führung)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Kunstmuseum Villa Zanders
Tel.: (02202) 14 23 56
E-Mail: info@villa-zanders.de

15.00 Uhr bis 17.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Bastelnachmittag – für Menschen mit Demenz
Mit kreativen Ideen und Bastelarbeiten möchten wir gemeinsam den Nachmittag verbringen. Es gibt kaum etwas Schöneres, voller Stolz die fertige Bastelarbeit in den Händen zu halten. Natürlich gibt es Unterstützung und gemeinsam mit Freude und Spaß werden wir schöne Dinge basteln.
Mit Kaffee und Kuchen ist für das leibliche Wohl gesorgt.

Ort: Caritas STUNDENWEISE,
Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Caritasverband für den Rhein.-Berg. Kreis e.V. / Stundenweise
Frau Knop, Tel.: (02202) 251 80 18
E-Mail: stundenweise@caritas-rheinberg.de

16.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

„Spätsommerzauber mit beliebten Melodien“
Konzert mit den Bergischen Ohrwürmern
Ort: CBT-Wohnhaus St. Raphael,
Paffrather Str. 261, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
CBT-Wohnhaus St. Raphael, Tel.: (02202) 95 52 60
E-Mail: st.raphael@cbt-gmbh.de
Bergische Ohrwürmer, Herr Gebele, Tel.: (02202) 384 32
E-Mail: klaus.gebele@gmx.de

16.00 Uhr bis 18.30 Uhr

Kostenfrei

Arbeiten und Reisen für eine bessere Welt
Ehrenamtlicher Einsatz in Entwicklungs- und Schwellenländern
Vortrag mit Diskussion und Einzelgespräche mit Interessierten mit Dr. Klaus Daiger
Sie haben Lebenserfahrung. Sie haben lange Berufserfahrung. Sie haben Lust, mit Menschen anderer Länder Ihr Wissen zu teilen. Dann sollten Sie den Senior Experten Service (SES), Bonn, kennenlernen. Der SES ist die führende deutsche Entsendeorganisation für ehrenamtliche Fach- und Führungskräfte im Ruhestand oder in einer beruflichen Auszeit (Weltdienst 30+). Die Einsätze werden komplett vom SES finanziert und sind für die entsandten Experteninnen und Experten mit keinerlei Kosten verbunden.
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF141002E

16.00 Uhr bis 17.30 Uhr

Fotovortrag: Da ist es schön....
Inszenierte Naturbilder, der Wörlitzer Park in Bildern und Geschichten
Ein herausragendes Beispiel historischer Gartenkunst, ein Landschaftsgarten nach englischem Vorbild des 18. Jahrhunderts. Damals wie heute ein Publikumsmagnet. Mit seinem Bildungsanspruch gilt der Garten mit seiner Kleinarchitektur, seinen Denkmälern und Inschriften als eine frühe Form eines Freilichtmuseums bzw. Volksparks. Begleiten Sie in stimmungsvollen Bildern und kurzweiligen Geschichten Annette Voigt bei einem Spaziergang durch dieses Gartenparadies.
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 8 €
Anmeldung erforderlich bis 9. 9. 2021
und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63, E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF201020E

16.30 Uhr

Kostenfrei

Stillllleben
Führung und Gespräche mit Künstlern des AdK Arbeitskreis der Künstler Bergisch Gladbach e.V. durch die Ausstellung mit zeitgenössischem Stillleben.
Die Kunstgattung Stillleben hatte ihre Blütezeit im 17. und 18. Jahrhundert. Es ging um die Darstellung der Schönheit der Objekte und um verschlüsselte, oft moralische Botschaften. Was sagen heute die Dinge unseres alltäglichen Lebens über uns aus und welchen Wert haben für uns die Dinge?
Zum Erholen Getränke und Gebäck.
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich bis 12. 9. 2021
und weitere Informationen:
AdK Arbeitskreis der Künstler Bergisch Gladbach e.V.
Frau Voos-Kaufmann, Tel.: (02204) 85 218
E-Mail: b.voos-kaufmann@web.de

Freitag, 17. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

8.00 Uhr bis 13.00 Uhr

Kostenfrei

Seniorenbüro und Kommissariat für Kriminalprävention auf dem Markt in Refrath
Gemeinsam mit dem Kommissariat für Kriminalprävention der Kreispolizeibehörde bietet das Seniorenbüro der Stadt Bergisch Gladbach Informationen rund um das Thema Sicherheit und Versorgung für Seniorinnen und Senioren und deren Angehörige. Sie erfahren, wo die Gefahren für Seniorinnen und Senioren lauern und wie Sie sich wirksam davor schützen können. Wo Sie Unterstützung im eigenen Umfeld erfahren. Welche Freizeitangebot es für Sie gibt, und wo Sie Kontakte knüpfen können. Und Sie erhalten Antworten auf Ihre Fragen zu Freizeit, Versorgung und Hilfen.
Das Angebot richtet sich an alle Interessierte. Es werden Kontaktpersonen und Erreichbarkeiten genannt und Informationsmaterial ausgehändigt.
Ort: auf dem Wochenmarkt in Refrath,
Dolmanstraße, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Weitere Informationen:
Stadt Bergisch Gladbach – Seniorenbüro
Herr Grothe, Tel.: (02202) 14 24 93
E-Mail: a.grothe@stadt-gl.de

8.30 Uhr bis 13.00 Uhr

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung – die Betreuungsstelle informiert
Die Betreuungsstelle der Stadt Bergisch Gladbach informiert und berät zu der Möglichkeit, eine Vorsorgevollmacht zu erteilen und ist per Gesetz befugt, öffentliche Beglaubigungen von Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen vorzunehmen.
Ort: auf dem Wochenmarkt in Refrath,
Dolmanstraße, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Weitere Informationen:
Stadt Bergisch Gladbach – Betreuungsstelle
Frau Hammerschmidt, Tel.: (02202) 14 28 56
E-Mail: c.hammerschmidt@stadt-gl.de

13.00 Uhr bis 14.15 Uhr

Yoga auf und am Stuhl
Mit Susanne Franken
Sie möchten ausprobieren, ob Yoga Ihnen guttut, üben aber nicht gerne auf dem Boden?! Dann erfahren Sie hier, wie wunderbar man Yoga auf bzw. am Stuhl machen kann. Der Stuhl erleichtert die Aufrichtung der Wirbelsäule und macht Yoga auch mit körperlichen Einschränkungen möglich. Die Übungsreihen dehnen, strecken und kräftigen Ihren ganzen Körper, und die Konzentration auf Ihren Atem während der Übungen führt zu mehr Körperbewusstsein. Eine abschließende Meditation und tiefe Entspannung lassen Sie mit neuer Energie in den Tag starten.
Ort: Volkshochschule Bergisch Gladbach,
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 15 € (bei mind. 7 Teilnehmenden)
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Volkshochschule Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 14 22 63
E-Mail: info@vhs-gl.de
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de
Kursnummer: FF310140E

16.00 Uhr

Kostenfrei
Spenden erbeten

Selbstbestimmt vorsorgen – den eigenen Willen festlegen
Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht. Grundlagen, Hinweise und Erstellung.
Möchte man am Lebensende weitestgehend selbstbestimmt sterben macht es Sinn in einer Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht festzulegen, was ich mir wünsche oder ablehne. Was kann und was sollte darin enthalten sein. Welche Wertvorstellungen habe ich und wer soll für mich entscheiden, wenn ich es nicht mehr kann? Anhand von Beispielen möchten wir Ängste nehmen sich dem Thema zu stellen.
Ort: Online über Zoom
Anmeldung erforderlich mit E-Mail-Adresse und weitere Informationen:
Ambulantes Hospiz Die Brücke Bergisch Gladbach
Frau Reher, Tel.: (02202) 186 77 28
E-Mail: info@hospiz-diebruecke.de

18.30 Uhr

Eine kleine Nachtmusik zum Thema „Herbstzauber“
Ort: Senioren-Park carpe diem Bensberg
Overather Straße 32, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg
Diese Veranstaltung ist eine geschlossene Veranstaltung, nur für die Bewohnerinnen und Bewohner sowie Mieterinnen und Mieter des Betreuten Wohnens.
Weitere Informationen:
Senioren-Park carpe diem Bensberg
Herr Schönig, Tel.: (02204) 830 85 16
E-Mail: ergotherapie-bb@senioren-park.de

Samstag, 18. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Sonntag, 19. September 2021

ganztägig

Kostenfrei

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!"
Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner.
Ort: In der „Außenwelt" zwischen dem Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg sowie im Parkhaus, An der Jüch 45 – 49, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

- **10.00 Uhr bis 11.00 Uhr**
- **11.30 Uhr bis 12.30 Uhr**

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Kreativ im Atelier – freies künstlerisches Arbeiten für Großeltern mit ihren Enkelkindern
Das Atelier KLKS steht Großeltern und deren Enkelkindern offen für gemeinsames künstlerisches Arbeiten. Die vielseitigen Materialien im Atelier stehen frei zu Verfügung und laden zum spielerischen Experimentieren, Ausprobieren und kreativ sein ein.
Ort: Atelier KLKS-Atelier für Kunst, Kultur und Soziales, Dechant-Müller-Str. 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Frau Biscan, Tel.: 0163 23 55 119
E-Mail: atelierklks@gmx.de

14.30 Uhr

„Die Königin von Gladbach"
Maria-Zanders-Stadtrundgang mit Lesung
Papierfabrikantin, Kulturmäzenin, soziale Wohltäterin: das weitreichende Engagement von Maria Zanders hat in Bergisch Gladbach bis heute sichtbare Spuren hinterlassen. Zahlreiche Briefe, Tagebucheinträge und Gedichte dokumentieren zudem ihre Freundschaften zu bedeutenden Persönlichkeiten sowie ihre eigenen künstlerischen Talente und ermöglichen einen sehr persönlichen Blick auf die noch eher unbekannten Seiten dieser außergewöhnlichen Frau. Zusammen mit Gästeführerin Petra Bohlig erkunden Sie an Original-Schauplätzen das Leben und Wirken der „Königin von Gladbach" und hören dabei ausgewählte Passagen aus ihrer Biografie.
Treffpunkt: vor dem Rathaus Bergisch Gladbach, Konrad-Adenauer-Platz 1, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte
Teilnahmebeitrag: 7 €, Kursnummer: 7701064
Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:
Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis
Laurentiusstraße 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach
Tel.: (02202) 93 639 50
E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

EVANGELISCHE ALTENPFLEGE BERGISCH GLADBACH

AWO Bildungswerk Bergisch Gladbach

PRO PROgymnasium Bensberg e.V.

CINEPLEX IN DER SCHLOSSPASSAGE BENSBERG

TREFFpunkt Anna Haus Bildungs- und Begegnungsstätte für Senioren

STUNDENWEISE

Deutsches Rotes Kreuz Refrather Treff

KATHOLISCHES BILDUNGSWERK Rheinisch-Bergischer Kreis

CBT Wohnhaus St. Raphael

CBT - Wohnhaus Margaretenhöhe

BÜRGER- u. HEIMATVEREIN REFRATH e.V.

Senioren-Park carpe diem®

Caritasverband für den Rheinisch-Bergischen Kreis e.V.

caritas Caritas RheinBerg Der Mensch zählt

Evangelische Begegnungsstätte Bergisch Gladbach Das Leben gestalten

Wir bleiben MITTENDRIN

SES Senior Experten Service DER WELT EXPERTEN DIENST

HOSPIZ • DIE BRÜCKE Ambulantes Hospiz Bergisch Gladbach im Diakonischen Werk e.V.

St. Josefshaus Refrath Alten- und Pflegeheim

St. Joseph und St. Antonius Bergisch Gladbach

DER PARITÄTISCHE KONTAKTBÜRO PFLEGESELBSTHILFE

doreaFAMILIE

POLIZEI Nordrhein-Westfalen Rheinisch-Bergischer Kreis

Arbeitskreis der Künstler Bergisch Gladbach e.V.

KINDERGARTENMUSEUM Nordrhein-Westfalen

Stadt Bergisch Gladbach

Volkshochschule Bergisch Gladbach

Seniorenbeirat der Stadt Bergisch Gladbach

Städtische Max-Bruch-Musikschule Bergisch Gladbach

Bergisches Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe

Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH

Stadtbücherei Bergisch Gladbach

Kunstmuseum Villa Zanders

Integrationsrat Bergisch Gladbach

galerie + SCHLOSS e.V.

verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen

ATELIER KLKS

einfach gemeinsam e.V. Verein für Menschen mit und ohne Behinderungen und chronischen Erkrankungen

Rheinischer Märchenkreis

Begegnungs-Café in Schildgen Himmel un Äad

Hits FÜRS HOSPIZ

PROMEDICA PLUS Betreuung und Pflege daheim

GFO Kliniken Rhein-Berg Betriebsstätte Vinzenz Pallotti Hospital Bergisch Gladbach-Bensberg

GFO Ja zur Menschenwürde.

Stiftung Meditation ILWON

Bergische Ohrwürmer Seniorenorchester seit 2006

stadtverband KULTUR

Rheinisch-Bergischer Kreis

Seniorenbüro der Stadt Bergisch Gladbach

Lisa Klemt / Zimmer 127
Telefon: (02202) 14 24 67
Telefax: (02202) 14 70 24 67
E-Mail: l.klemt@stadt-gl.de

Christiane Cichy-Betten / Zimmer 129
Telefon: (02202) 14 23 19
Telefax: (02202) 14 70 23 19
E-Mail: c.cichy-betten@stadt-gl.de

Martina Odenthal / Zimmer 123
Telefon: (02202) 14 24 21
Telefax: (02202) 14 70 24 21
E-Mail: m.odenthal@stadt-gl.de

Alexander Grothe/ Zimmer 125
Telefon: (02202) 14 24 93
Telefax: (02202) 14 70 24 93
E-Mail: a.grothe@stadt-gl.de

Seniorenbüro
Bergisch Gladbach
Stadthaus, Konrad-Adenauer-Platz 9
51439 Bergisch Gladbach

Bürozeiten: Montag, Mittwoch, Donnerstag und Freitag von 9.00 bis 12.00 Uhr und nach Vereinbarung. Dienstag geschlossen. Bei Bedarf und nach vorheriger Absprache werden Hausbesuche durchgeführt.