



KULTUR**TICKER**

Kultur-Ticker

14. August 2021

Sehr geehrte Damen und Herren,
herzlich willkommen zur Sonderausgabe unserer Kulturnachrichten



Seniorenkulturwoche 2021

vom 4. September bis 19. September

Kino - Führungen - Ausflüge -
Ausstellungen - Spiele - Tanzen -
Konzerte - Vorträge und vieles mehr
erwarten Sie.

Foto: © Martina Heuer

*„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.

Hinweis:

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.

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

Veranstaltungen

Das Programmheft können Sie auch [hier herunterladen \(PDF\)](#). Weitere Informationen auch unter: www.bergischgladbach.de/seniorenkulturwoche

Gefördert durch:



Samstag, 4. September 2021

Rumba - großer Tanzspaß ohne Tanzpartner/in

Samstag, 04.09.2021 | 13 bis 14 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Basis-Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen. Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Rumba? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331818E

Salsa - großer Tanzspaß ohne Tanzpartner/in

Samstag, 04.09.2021 | 14 bis 15 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Basis-Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen. Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Salsa? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331815E



„Flausenzeit“ – Weil Flausen kein Alter kennen

Samstag, 04.09.2021

14.30 Uhr

[Himmel un Ääd Begegnungscafé](#)

Altenberger-Dom-Str. 125

51467 Bergisch Gladbach, Schildgen

Kostenfrei, Spenden erbeten

© *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.

Kleiner Vortrag mit Michaela Winkler, Begeistern für Gutes – unabhängiges Beratungsangebot für gemeinnütziges Engagement, Stiften und gemeinnütziges Vererben, Stiftungsmanagerin Bundesverband Dt. Stiftungen.

In Kooperation mit dem Katholischen Bildungswerk Rhein-Berg.

Anmeldung Online erforderlich (ab August möglich) und weitere Informationen:

<https://himmel-un-aeaed.de/anmeldung/>. Voranmeldungen haben Vorrang beim Einlass.

E-Mail: kontakt@himmel-un-aeaed.de

Discofox Schnupperworkshop für Paare

Samstag, 04.09.2021 | 15 bis 16 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Mit Erik van Spauwen. Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Discofox? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331813E

Spätsommerliches Konzert

Samstag, 04.09.2021 | 15.30 Uhr | [CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe](#), Margaretenhöhe 24, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Offenes Singen im Innenhof für Seniorinnen und Senioren und deren Angehörige mit Herrn Willi Potthoff.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe, Frau Christensen, Tel. (02202) 1070,

E-Mail: a.christensen@cbt-gmbh.de



Kultkino zeigt „Der Flohmarkt von Madame Claire“

Moderation Doro Dietsch

Samstag, 04.09.2021

19.30 Uhr

[Bürgerhaus Bergischer Löwe](#)

Konrad-Adenauer-Platz

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

© Neue Visionen Filmverleih GmbH

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.

Teilnahmebeitrag: 5 €, Kartenreservierung Theaterkasse: Tel. (02202) 294618

(Vorverkauf an der Theaterkasse und eine Stunde vor dem Film im Foyer).

Veranstalter: Bergischer Löwe / Brunotte Filmtheater

Sonntag, 5. September 2021

Bachata – großer Tanzspaß ohne Tanzpartner/Tanzpartnerin

Sonntag, 05.09.2021 | 13.30 bis 14.30 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen. Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Bachata? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331817E



Führung durch die ständige Ausstellung

Sonntag, 05.09.2021

- 14 Uhr
- 15 Uhr

[Kindergartenmuseum NRW](#)

Quirlsberg 1 (im Jugend- und Kulturzentrum „Q1“)

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

© Georg Geist

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.

Teilnahmebeitrag: Kinder 2 €, Erwachsene 4 €. Max. 2 Personen gleichzeitig

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Kindergartenmuseum NRW, Frau Watermann, Tel. (02202) 243640,

E-Mail: info@kindergarten-museum.de

Boogie Schnupperworkshop für Paare

Sonntag, 05.09.2021 | 14.30 bis 15.30 Uhr, [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Mit Erik van Spauwen. Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Boogie? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331821E

1000 Jahre Kirche in Herkenrath – St. Antonius Abbas

Sonntag, 05.09.2021 | 15 bis 16 Uhr | Kirchplatz Herkenrath, Im Fronhof, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius](#), Frau Wurth, Tel. (02204) 83273 oder 0163 5533911, E-Mail: christine-wurth@online.de

Montag, 6. September 2021

Die Farbe Blau wird lebendig in der Mode und Ästhetik

Montag, 06.09.2021 | ganztägig | die Veranstaltung findet hausintern statt
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 ...

Weitere Informationen:

[Altenheim St. Josefshaus](#), Junkersgut 10 –14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Eckl, Tel. (02204) 471205, E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

Funktionsgymnastik 60plus

Montag, 06.09.2021 | 9 bis 10 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Ausdauernde Beweglichkeit, Vitalitätsgewinn und der Spaß in der Gruppe stehen hier im Vordergrund.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297, E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de



Alte Kirche in Refrath

Führung mit Herrn Müller, Bürger- und Heimatverein Refrath

Montag, 06.09.2021

15.00 Uhr (ca. 1 bis 2 Std.)

Treffpunkt:

Alte Kirche in Alt-Refrath 16,
51427 Bergisch Gladbach

Die Alte Kirche St. Johann Baptist in Alt-Refrath blickt auf eine tausendjährige Geschichte zurück. Bis 1872 war sie noch kath. Pfarrkirche Refraths. Sie steht unter Denkmalschutz, wird aber noch für Gottesdienste genutzt.

Kostenfrei, Spenden erbeten.

Mit Rollator möglich.

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Herr Müller, Tel. (02204) 66355, E-Mail: hpmueller06@web.de

Informationsveranstaltung für engagierte Seniorinnen und Senioren in der Arbeit mit neu Zugewanderten

Montag, 06.09.2021 | 15 bis 16.30 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Vielen neu zugewanderten Menschen fällt es schwer, sich im Konsumalltag in Deutschland zurechtzufinden. Welche Problembereiche sind hier besonders zu nennen und wie kann die Verbraucherzentrale NRW sowohl Ihre Schützlinge, als auch Sie in Ihrem Engagement für Zugewanderte unterstützen?

An diesem Abend gibt Frau Carmen Hesse vom Projekt „Get in!“ der Verbraucherzentrale NRW zunächst einen Überblick über alltägliche Hürden im Leben von zugewanderten Menschen und stellt speziell für diese Zielgruppe entwickelte kostenlose Workshops sowie Fortbildungsangebote und Materialien für haupt- und ehrenamtlich Tätige vor.

Außerdem berichtet Frau Stefanie Vogt von der Verbraucherzentrale Bergisch Gladbach aus ihrem Beratungsalltag und steht Ihnen bei Fragen gerne zur Seite.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297, E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Die Farbe Blau wird lebendig im Klang

Montag, 06.09.2021 | 15 bis 16.30 Uhr | die Veranstaltung findet hausintern statt.

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.

Weitere Informationen:

[Altenheim St. Josefshaus](#), Junkersgut 10 –14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Eckl, Tel. (02204) 471205, E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

Ernährung bei Demenz

Montag, 06.09.2021 | 18 bis 19.30 Uhr | Online-Veranstaltung

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 Herz-Kreislauferkrankungen, 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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich bis zum 1.9.2021 und weitere Informationen:

[Der Paritätische NRW, Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe \(KoPs\) Rheinisch-Bergischer Kreis](#), Paffrather Str. 70, 51465 Bergisch Gladbach, Frau Harbeke, Tel. (02202) 9368930, E-Mail: pflugeselbsthilfe-rbk@paritaet-nrw.org

Beckenbodentraining

Montag, 06.09.2021 | 18.45 bis 19.30 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Mit gezielten Kräftigungsübungen den Beckenboden trainieren, um natürliche Belastungen im Alltag entgegenzuwirken und um bestehende Beckenbodenprobleme zu beheben.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297,

E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Dienstag, 7. September 2021

Wirbelsäulengymnastik

Dienstag, 07.09.2021 | 10 bis 11 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Ein präventives Programm, um Rückenschmerzen, Verspannungen und einseitigen Belastungen im Alltag vorzubeugen.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297,

E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Smartphone-Kurs - Grundlagen (Android)

Di-Do, 07.-09.09.2021 | 10 bis 11.30 Uhr | [Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis](#), Laurentiusstraße 4-12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Der Kurs findet am 07.09., 08.09. und am 09.09.2021 statt und baut aufeinander auf. Eine Teilnahme nur an einem Tag ist nicht möglich.

Teilnahmebeitrag: 10 €, Kursnummer: 3301008

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Katholisches Bildungswerk, Laurentiusstraße 4-12, 51465 Bergisch Gladbach,

Tel. (02202) 9363950, E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

Schach für Hobbyspieler/innen

Dienstag, 07.09.2021 | 10 bis 12.30 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

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

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297,

E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!“

Dienstag, 07.09.2021 | 10.30 Uhr | 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

Eröffnung der Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner von Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg.

Die Ausstellungen können bis zum 19.09.2021 besichtigt werden.

Weitere Informationen:

[Evangelische Altenpflege Bergisch Gladbach](#), Frau Garstka, Tel. (02202) 1225903

Rendezvous mit der Königin – Orgelführung

Dienstag, 07.09.2021 | 11 bis 12.30 Uhr | Kirche St. Joseph, Lerbacher Weg 2, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Die Veranstaltung ist nur im ersten Teil der Führung barrierefrei.

Von Männerdorf nach Bergisch Gladbach: die Kuhn-Orgel in St. Joseph, Heidkamp.

Interaktive Orgelführung und Gelegenheit, selbst alle 32 Register zu ziehen.

Flöte, Trompete, Posaune, Streicher: ein ganzes Orchester steht dem/der Organist/in zur Verfügung. In Gottesdiensten begleitet die Orgel häufig die Wendepunkte im Leben der Menschen. Dieser Nachmittag ist Aufbau, Funktionsweise, Klang und Geschichte dieser besonderen Orgel gewidmet. Wer möchte, nimmt auf der Orgelbank Platz und spielt selbst.

Die Führung beginnt im Kirchenschiff. Sollte die aktuelle Situation eine Präsenzführung nicht möglich machen, findet die Führung virtuell statt.

Die Führung beginnt im Kirchenschiff. Sollte die aktuelle Situation eine Präsenzführung nicht möglich machen, findet die Führung virtuell statt.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich (bis 5.9.2021) und weitere Informationen:

[Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius](#), Frau Mandelartz, Tel. (02205) 920582,

E-Mail: claudia.mandelartz@joseph-und-antonius.de



Fahrradtour von der Strunde zum Rhein

Dienstag, 07.09.2021

11 Uhr

Treffpunkt: Konrad-Adenauer-Platz,
51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Kostenfrei

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.

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Frau Biesenbach, Tel. 0160 3156304, E-Mail: seniorenbeirat-bgl@web.de

Geh-Meditation

Dienstag, 07.09.2021 | 14 bis 15 Uhr | [Stiftung Il–Won](#), Meditationszentrum, Igeler Mühle 1,
51465 Bergisch Gladbach, Herrenstrunden

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Stiftung Il–Won, Frau Lee, Tel. (02202) 9790751

Die Farbe „Blau“ wird lebendig in der Begegnung Jung & Alt

Dienstag, 07.09.2021 | 14 bis 15 Uhr

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) 61592, E-Mail: st.josefkita@t-online.de

[Altenheim St. Josefshaus](#), Junkersgut 10–14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath
Frau Eckl, Tel. (02204) 471205, E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

Sich befreien durch die richtige Atmung

Dienstag, 07.09.2021 | 15 bis 16 Uhr | Caritas Seniorenbegegnungsstätte [TREFFpunkt Annahaus](#), Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

TREFFpunkt Annahaus, Frau Schültingkemper und Frau Delling, Tel. (02202) 59210,

E-Mail: treff.annahaus@caritas-rheinberg.de

Teatime and Board Games

Dienstag, 07.09.2021 | 15 bis 17 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF406954E

Die Farbe Blau ist lebendig in der Natur

Dienstag, 07.09.2021 | 15.30 bis 17 Uhr | die Veranstaltung findet hausintern statt.

Die Seniorinnen und Senioren erkunden das Blau mit all seinen Tönen in der Natur – Fauna und Flora.

Weitere Informationen:

[Altenheim St. Josefshaus](#), Junkersgut 10-14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath

Frau Eckl, Tel. (02204) 471205, E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

Mittwoch, 8. September 2021



Ausflug mit einer gemütlichen Wanderung an der Dhünn

Mittwoch, 08.09.2021

13.30 Uhr

Treffpunkt: Bushaltestelle am Markt/Bergisch Gladbach Stadtmitte,
Bus 227 um 13:44 Uhr nach Nittum

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.

Teilnahmebeitrag: Fahrtkosten (ca. 4 € - 5 € je nach Teilnehmerzahl)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Frau Biesenbach, Tel. 0160 3156304

Frau Kampelmann-Cöln, Tel. 0157 70620054

E-Mail: seniorenbeirat-bgl@web.de

Coffee table book

Mittwoch, 08.09.2021 | 14.30 bis 16 Uhr | [Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN Treff für Alt & Jung](#), Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung telefonisch erforderlich und weitere Informationen:

Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN, Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel. (02202)

189060, E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de

Sicher leben im Alltag: Sicherheitstipps für Seniorinnen und Senioren aus der Kriminalprävention

Mittwoch, 08.09.2021 | 14.30 Uhr | [Stadtbücherei Bergisch Gladbach](#), Hauptstr. 250, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Kriminalhauptkommissarin Claudia Kammann, Leiterin KK Kriminalprävention/ Opferschutz/ Rheinisch-Bergischer Kreis gibt in ihrem Vortrag Seniorinnen und Senioren Tipps, wie sie sich vor Betrug und Trickdiebstahl schützen können und beantwortet Fragen zum Thema.

Veranstaltung im barrierefreien Erdgeschoss

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Stadtbücherei Bergisch Gladbach, Frau Kuffner, Tel. (02202) 142258 / 142281

E-Mail: info@stadtbuecherei-gl.de



Zeltkirche und Motte Kippekausen

Führung mit Herrn Müller, Bürger- und Heimatverein Refrath

Mittwoch, 08.09.2021

15.00 Uhr (ca. 1 bis 2 Std.)

Evangelische Zeltkirche Kippekausen

Am Rittersteg 1

51427 Bergisch Gladbach,

Kippekausen

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 von einem Wassergraben umgeben.

Die Veranstaltung ist nur teilweise barrierefrei.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Herr Müller, Tel. (02204) 66355, E-Mail: hpmueller06@web.de

Seniorenmesse in St. Joseph, Heidkamp

Mittwoch, 08.09.2021 | 15 Uhr | Kirche St. Joseph, Lerbacher Weg 2, 51469 Bergisch Gladbach, 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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius](#), Frau Wurth, Tel. (02204) 83273 oder 0163 5533911, E-Mail: christine-wurth@online.de



Die Wahner Heide im September. Eine Foto Exkursion in den Hühnerbruch

Mittwoch, 08.09.2021

15 bis 18.30 Uhr

Treffpunkt: [Refrather Treff](#),

Steinbrecher Weg 2, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath

Foto: Winfried Patzer

Wir machen eine Fototour in die Wahner Heide mit der Gelegenheit, in Ruhe zu fotografieren. Sowohl die kleinen Motive im Makrobereich, wie auch stimmungsvolle Landschaftsaufnahmen sind das Thema.

Daneben gibt es viel „Sehens“-wertes. Nicht nur die einmaligen Blicke auf Heide und Landschaft animieren uns zu fotografieren, auch vor unseren Füßen sind Pflanzen und Insekten ergiebige Motive.

Beginnen werden wir dieses gemeinsame Erlebnis im Treff mit einer kleinen Einführung in die Kameratechnik und den sich bietenden Möglichkeiten.

Anfahrt wird bei der Anmeldung geklärt

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Refrather Treff, Frau Wies, Tel. (02204) 67814, E-Mail: info-treff@treff-refrath.de

„Die Seele geht zu Fuß“

Ein literarischer Spaziergang rund um die Grube Cox in Bergisch Gladbach

Mittwoch, 08.09.2021 | 17 bis 18.30 Uhr | Treffpunkt am 14.9.2021: Bushaltestelle, An den Braken (Bensberger Straße)

Das Angebot besteht aus mehreren Terminen: Zoom-Sitzungen am 8.9. und 10.9. jeweils von 17 bis 18.30 Uhr und dem Spaziergang am 14.9. wetterbedingt alternativ 16.9. von 15 bis 17.30 Uhr.

Der 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 Einstimmung bei vorheriger Anmeldung ins Laurentiushaus kommen. Die Textauszüge werden Ihnen vorab per Mail zugesandt, damit 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.

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) 9363950, E-Mail: info@bildungswerk-qladbach.de

Donnerstag, 9. September 2021



Wanderung auf dem Max Bruch Weg entlang der Strunde bis zur Quelle

Donnerstag, 09.09.2021

11 Uhr

Treffpunkt: vor dem Rathaus/ Brunnen,
Konrad-Adenauer-Platz, 51465
Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Der Integrationsrat in Kooperation mit dem Seniorenbeirat lädt alle herzlich ein, die an einem internationalen kulturellen Austausch interessiert sind.

Mit Rollator bedingt möglich bzw. mit Begleitung, da es eine kleine Steigung gibt.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Frau Biesenbach, Tel. 0160 3156304, E-Mail: seniorenbeirat-bgl@web.de

Frau Dr. Bollen, E-Mail: integrationsratgl@web.de

Doras purple Markt

Donnerstag, 09.09.2021 | 14 bis 17 Uhr | [Doreafamilie Bergisch Gladbach](#), Helene-Stöcker-Str. 1-12, 51429 Bergisch Gladbach, Lückeraath

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.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Frau Malz und Frau Petersdorf, Tel. (02204) 48150, E-Mail: [wlv@margarethenhof-gmbh.de](mailto:wlw@margarethenhof-gmbh.de)

Bingo mit Astrid

Donnerstag, 09.09.2021 | 14.30 bis 16 Uhr | [Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN Treff für Alt & Jung](#), Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Kostenfrei, Spende erbeten

Anmeldung telefonisch erforderlich und weitere Informationen:

Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN, Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel. (02202) 189060, E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de

Friesland

Donnerstag, 09.09.2021 | 14.45 bis 16.30 Uhr | [Evangelische Begegnungsstätte](#), August-Kierspel-Str. 96, 51469 Bergisch Gladbach, Hand

Vortrag von Herrn Riedel über genügsame Stunden auf einem Boot - kreuz und quer durch die Niederländische Provinz Friesland

Teilnahmebeitrag: 2,50 €

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Evangelische Begegnungsstätte, Frau Pohl, Tel. (02202) 56011,
E-Mail: senioren-begegnung@web.de



**Pflegeberatung RBK präsentiert:
Märchen erzählen für Menschen mit
Demenz und deren Angehörige**

Donnerstag, 09.09.2021

- 15 bis 16 Uhr
- 17 bis 18 Uhr

Begegnungsstätte PRO Treff im
PROgymnasium, Schlossstr. 84,
51429 Bergisch Gladbach, Bensberg

Foto: © Randolph Vastmans

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.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich bis 27.08.2021 und weitere Informationen:

Pflegeberatung RBK – Bergisch Gladbach, Refrather Weg 30, 51469 Bergisch Gladbach,
Frau Pospich, Tel. (02202) 136435, E-Mail: pflgeberatung@rbk-online.de

Minigolf spielen in Paffrath - für Menschen mit Demenz

Donnerstag, 09.09.2021 | 15 bis 17.00 Uhr | Treffpunkt: am Kombibad Paffrath, Borngasse 2, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath

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.

Teilnahmebeitrag: 5 €

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Caritasverband für den Rhein.-Berg. Kreis e.V.](http://Caritasverband-für-den-Rhein-Berg-Kreis-e.V.) / Stundenweise, Frau Knop, Tel. (02202) 2518018, E-Mail: stundenweise@caritas-rheinberg.de

Rendezvous mit der Königin - Orgelführung

Donnerstag, 09.09.2021 | 16 bis 17.30 Uhr | Kirche St. Antonius Abbas, Im Fronhof 8, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath

Von Bonn nach Bergisch Gladbach: die Klais-Orgel in St. Antonius Abbas. Interaktive Orgelführung und Gelegenheit, selbst alle Register zu ziehen. Mit dabei: Philipp Schmitz (Orgel).

Flöte, Trompete, Posaune, Streicher: ein ganzes Orchester steht dem/der Organist/in zur Verfügung. In Gottesdiensten begleitet die Orgel häufig die Wendepunkte im Leben der Menschen. Dieser Nachmittag ist Aufbau, Funktionsweise und Klang der Klais-Orgel gewidmet. Wer möchte, nimmt auf der Orgelbank Platz und spielt selbst. Die Führung beginnt im Kirchenschiff. Sollte die aktuelle Situation eine Präsenzführung nicht möglich machen, findet die Führung virtuell statt.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich (bis 07.09.2021) und weitere Informationen:

[Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius](#), Frau Mandelartz, Tel. (02205) 920582, E-Mail: claudia.mandelartz@joseph-und-antonius.de

Freitag, 10. September 2021

Yoga auf und am Stuhl

Freitag, 10.09.2021 | 13 bis 14.15 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#), Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Teilnahmebeitrag: 15 € (bei mind. 7 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de. Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF310140E

Trostteddys - Lassen Sie sich überraschen!

Freitag, 10.09.2021 | 15 Uhr | [Caritas Seniorenbegegnungsstätte TREFFpunkt Annahaus](#), Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath

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!

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

TREFFpunkt Annahaus, Frau Schültingkemper, und Frau Delling, Tel. (02202) 59210,

E-Mail: treff.annahaus@caritas-rheinberg.de

Essen gegen Vergessen

Freitag, 10.09.2021 | 15 bis 16.30 Uhr | [Begegnungsstätte PRO Treff im PROgymnasium](#), Schloßstr. 84, 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg

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.

Gibt es Möglichkeiten zur Prävention über die Ernährung? Vor welchen Schwierigkeiten stehen wir in der Versorgung dementer Angehöriger und wie gehen wir damit um?

Dieser Vortrag möchte Impulse zu möglichen vorbeugenden Ernährungsmöglichkeiten, auch für akut betroffene, pflegende Angehörige geben, sowie zum Austausch über persönliche Erfahrungen anregen.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Begegnungsstätte PRO Treff im PROgymnasium, Frau Singer, Tel. (02204) 954815,

E-Mail: pro.treff@progymnasium.de

Senioren Smartphone Kurztraining (Android & Apple) für Neulinge

Freitag, 10.09.2021 | 16 bis 18 Uhr | [Treff „einfach gemeinsam e.V.“](#), Bensberger Str. 180, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Zwei Mitglieder, die in der IT-Branche tätig sind/waren, werden die wichtigsten „Tipps“ für Seniorinnen 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.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

„einfach gemeinsam e.V.“, Tel. (02202) 2728467, E-Mail: info@einfachgemeinsam.gl

„Ich bin das ganze Jahr vergnügt“

Intergeneratives Mitsingkonzert mit Rhythm in Church

Freitag, 10.09.2021 | 17 bis 18 Uhr | Ort: Kirche St. Antonius Abbas, Im Fronhof 8, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Musikgruppe Rhythm in Church der [Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius](#), Frau Wurth, Tel. (02204) 83273 oder 0163 5533911, E-Mail: christine-wurth@online.de

Magie und Heiterkeit in Geschichten und Märchen aus aller Welt

Ein Märchen-Abend mit dem Rheinischen Märchenkreis.

Freitag, 10.09.2021 | 18.30 Uhr | [Himmel un Ääd Begegnungscafé](#), Altenberger-Dom-Str. 125, 51467 Bergisch Gladbach, Schildgen

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.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung Online erforderlich (ab August möglich) und weitere Informationen:

<https://himmel-un-aeaed.de/anmeldung/>, Voranmeldungen haben Vorrang beim Einlass.

E-Mail: kontakt@himmel-un-aeaed.de

Samstag, 11. September 2021

Cha Cha Cha für Paare

Samstag, 11.09.2021 | 13 bis 14 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen. Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Cha Cha Cha? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331862E

Rumba für Paare

Samstag, 11.09.2021 | 14 bis 15 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen. Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Rumba? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.
Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331819E

Steinerne Glaubenszeugnisse

Samstag, 11.09.2021 | 14 bis 14.45 Uhr | Treffpunkt: Auf dem Parkplatz gegenüber der Kirche St. Antonius Abbas in Herkenrath, Im Fronhof, 51429 Bergisch Gladbach, Herkenrath

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius](#), Frau Wurth, Tel. (02204) 83273 oder 0163 5533911, E-Mail: christine-wurth@online.de

Der Laurentiusfriedhof – ein Stück Stadtgeschichte

Samstag, 11.09.2021 | 14.30 Uhr | Treffpunkt: Friedhofskapelle St. Laurentius, Überm Rost, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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, Kriegsoffer, berühmte und weniger bekannte Menschen haben dort ihre letzte Ruhestätte gefunden. Auf dem Spaziergang sollen einige darunter ihre Geschichte preisgeben.

Teilnahmebeitrag: 7 €, Kursnummer: 7701060

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis](#), Laurentiusstraße 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 9363950, E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

Langsamer Walzer für Paare

Samstag, 11.09.2021 | 15 bis 16 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#), Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Schnupperworkshop mit Erik van Spauwen

Tanzen ist für alle da. Haben Sie Interesse an Walzer? Probieren Sie es einfach einmal aus!

Teilnahmebeitrag: 8 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331867E

Sonntag, 12. September 2021

Madison – großer Tanzspaß ohne Partner/in

Sonntag, 12.09.2021 | 13 bis 15.30 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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 Grundschrift 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.

Teilnahmebeitrag: 19 € (bei mind. 6 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF331811E



Wanderung mit Petra

Sonntag, 12.09.2021

14 Uhr

[Caritas Begegnungsstätte](#)

[MITTENDRIN Treff für Alt & Jung](#),

Hauptstr. 249, 51465 Bergisch
Gladbach, Stadtmitte

Kostenfrei, Spenden erbeten

© Michael Thomys

Wanderung durch die historische Gartensiedlung Gronauer Wald bis zum Saaler (Refrather) See und zurück. Wanderzeit ca. 2 ½ bis 3 Stunden (~11 km).

Auf Wunsch Schlusseinkehr.

Anmeldung telefonisch erforderlich und weitere Informationen:

Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN, Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel. (02202) 189060, E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de

„Benefizkonzert DuoSeeU“

Sonntag, 12.09.2021 | 15 Uhr | [Hospiz am Vinzenz-Pallotti-Hospital](#), Aufenthaltsraum und Wintergarten ggf. auch im Gartenbereich (Situationsbedingt), Vinzenz-Pallotti-Straße 20 - 24, 51429 Bergisch Gladbach, Bockenberg

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

Anekdotchen nicht verkneifen können.

Kostenfreie, Spenden erbeten

Veranstalter: Hits fürs Hospiz e.V., Hospiz des Vinzenz-Pallotti-Hospitals

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Besucherszahl auf ca. 40 Personen begrenzt

Herr Stammler, Tel. 0175 1591280, E-Mail: a.stammler@hospizhits.de

Montag, 13. September 2021

Funktionsgymnastik 60plus

Montag, 13.09.2021 | 9 bis 10 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Ausdauernde Beweglichkeit, Vitalitätsgewinn und der Spaß in der Gruppe stehen hier im Vordergrund.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297,

E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Schnuppern im Frauenchor „Silbertöne“

unter Leitung von Birgit Bendfeld

Montag, 13.09.2021 | 10 bis 11.30 Uhr | [Städtische Max-Bruch-Musikschule](#), Raum 217, Langemarckweg 14, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Städtische Max-Bruch-Musikschule, Tel. (02202) 250370, E-Mail: musikschule@stadt-gl.de

„Sicher Leben im Alter“ – Tipps der Kriminalprävention

Montag, 13.09.2021 | 11 bis 13 Uhr | Pfarrsaal der Kath. Kirchengemeinde St. Joseph u. St. Antonius, Lerbacher Weg, gegenüber der Pfarrkirche St. Joseph, 51465 Bergisch Gladbach, Heidkamp

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Kath. Kirchengemeinde St. Joseph und St. Antonius](#), Frau Wurth, Tel. (02204) 83273 oder 0163 5533911, E-Mail: christine-wurth@online.de

Die Farbe „Blau“ wird lebendig in der Begegnung von Jung & Alt

Montag, 13.09.2021 | 14.30 Uhr

Kindertagesstätte St. Josef, Pestalozzi Str. 2b, 51427 Bergisch Gladbach
und Altenheim St. Josefshaus, Junkersgut 10 – 14, 51427 Bergisch Gladbach

Die Ausstellung kann bis zum 17.09.2021 besichtigt werden.

Kinder der Kindertagesstätte St. Josef der Vinzenz Pallotti Stiftung und die Bewohnerinnen und Bewohner des Altenheims St. Josefshaus Refrath präsentieren ihre Werke.

Kostenfrei

Weitere Informationen:

[Kindertagesstätte St. Josef](#), Frau Spohr Windelschmidt, Tel. (02204) 61592, E-Mail: st.josefkita@t-online.de

[Altenheim St. Josefshaus](#), Frau Eckl, Tel. (02204) 471205, E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

Die Farbe „Blau“

Montag, 13.09.2021 | 14.30 bis 16 Uhr | [Altenheim St. Josefshaus](#), Junkersgut 10-14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath

Die Ausstellung kann bis zum 17.09.2021 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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Altenheim St. Josefshaus, Frau Eckl, Tel. (02204) 471205, E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org

Die Farbe Blau ist lebendig in der Natur

Montag, 13.09.2021 | 5.30 bis 17 Uhr | [Altenheim St. Josefshaus](#), Junkersgut 10-14, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath

Die Ausstellung kann bis zum 17.09.2021 besichtigt werden.

Bewohnerinnen und Bewohner des Altenheims St. Josefshaus Refrath präsentieren ihre Werke der Farbvielfalt in der Natur mit unterschiedlichen Materialien.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Altenheim St. Josefshaus, Frau Eckl, Tel. (02204) 471205, E-Mail: m.eckl@stjosefshaus.org



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

Mo-Do, 13. - 16.09.2021

jeweils 15 bis 17 Uhr

Parkplatz der Firma Zanders, An der Gohrmühle/Hauptstraße (Nähe Driescher Kreisel, Eingang An der Gohrmühle), 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Der Kurs findet vom 13.09. – 16.09.2021 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.

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) 141326, E-Mail: info@svb-gl.de

Beckenbodentraining

Montag, 13.09.2021 | 18.45 bis 19.30 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Mit gezielten Kräftigungsübungen den Beckenboden trainieren, um natürliche Belastungen im Alltag entgegenzuwirken und um bestehende Beckenbodenprobleme zu beheben.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297, E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Dienstag, 14. September 2021

Senioren-Internet-Café

Dienstag, 14.09.2021 | 9 bis 12 Uhr | [Evangelische Begegnungsstätte](#), August-Kierspel-Str. 96, 51469 Bergisch Gladbach, Hand

In Kooperation mit der Verbraucherzentrale NRW-Beratungsstelle Bergisch Gladbach

10.00 Uhr: Digitalen Nachlass frühzeitig regeln, Vortrag von Frau Vogt, Verbraucherzentrale
Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Evangelische Begegnungsstätte, Frau Pohl, Tel. (02202) 56011, E-Mail: senioren-begegnung@web.de

Wirbelsäulengymnastik

Dienstag, 14. September 2021 | 10 bis 11 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

Ein präventives Programm, um Rückenschmerzen, Verspannungen und einseitigen Belastungen im Alltag vorzubeugen.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297, E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

Schnuppern im Seniorenchor „Intermelodie Dreiklang“

unter Leitung von Babrak Wassa, Dipl. Chorleiter, Musikdirektor FDB

Dienstag, 14.09.2021 | 10 bis 11.30 Uhr | [Städtische Max-Bruch-Musikschule](#), Raum 217, Langemarckweg 14, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Städtische Max-Bruch-Musikschule, Tel. (02202) 250370, E-Mail: musikschule@stadt-gl.de

„Zoomen“ für Anfängerinnen und Anfänger

Di-Do, 14.09. - 16.09.2021 | 10 bis 11.30 Uhr | Online, die Zugangsdaten werden den Teilnehmenden rechtzeitig vor dem Seminar bekannt gegeben.

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.

Teilnahmebeitrag: 15 €, Kursnummer: 3301009

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis](#), Tel. (02202) 9363950, E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

Schach für Hobbyspieler und Hobbyspielerinnen

Dienstag, 14.09.2021 | 10 bis 12.30 Uhr | [Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt](#), Am Birkenbusch 59, 51469 Bergisch Gladbach, Heidkamp

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

angewendet.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Bildungswerk der Arbeiterwohlfahrt, Frau Dr. Callegari, Tel. (02202) 245296 oder 245297,

E-Mail: bildungswerk@awo-rhein-oberberg.de

9. Mini-Marathonlauf Margaretenhöhe

Dienstag, 14.09.2021 | 10.30 Uhr | [CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe](#), Margaretenhöhe 24, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Seniorinnen und Senioren laufen wieder Runden durch den Park des Wohnhauses.

Beteiligung auch mit Rollator oder Rollstuhl möglich.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

CBT-Wohnhaus Margaretenhöhe, Frau Christensen, Tel. (02202) 107-0,

E-Mail: a.christensen@cbt-gmbh.de

„Kleine Runde um den Bechener Esel“

Eine Wanderung für pflegende und sorgende Angehörige und Interessierte.

Dienstag, 14.09.2021 | 14 Uhr | Treffpunkt: Bechener Esel, gegenüber Restaurant Kalyva, Kölner Str. 375, 51515 Kürten

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Der Paritätische NRW, Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe \(KoPs\) Rheinisch-Bergischer Kreis](#),

Paffrather Str. 70, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Frau Harbeke, Tel. (02202) 9368930, E-Mail: pflugeselbsthilfe-rbk@paritaet-nrw.org



Lernen Sie Bergisch Gladbach kennen - Citytour für Seniorinnen und Senioren

Ihr Touristenführer ist Herr Hermann-Josef Rodenbach

Dienstag, 14.09.2021

14.30 bis 17 Uhr

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) 141326, E-Mail: info@svb-gl.de



Kaffee, Kuchen, Erzbergbau: Ein Bensberger in England - Die ungewöhnliche Geschichte des Theodor Prumbaum

Dienstag, 14.09.2021

15 bis 17 Uhr

[Bergisches Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe](#)

Burggraben 19

51429 Bergisch Gladbach, Bensberg

Ein Vortrag von Peter Lückerath, Bergischer 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.

Die Sonderausstellung findet im Rahmen des Themenjahrs „Alles in Bewegung“ des Arbeitskreises Bergische Museen statt. Mehr Informationen finden Sie unter www.bergischemuseen.de.

Uhrzeit: 15 bis 17 Uhr

Teilnahmebeitrag: 5 € (inkl. Kaffee und Kuchen)

Anmeldung erforderlich bis 11.09.2021 und weitere Informationen:
Bergisches Museum für Bergbau, Handwerk und Gewerbe, Tel. (02202) 141555, E-Mail:
kontakt@bergisches-museum.de

„Damals war's und heute“ - Lesung mit Sylvia Schwarzer

Dienstag, 14.09.2021 | 19 bis 20.30 Uhr | [Caritas Seniorenbegegnungsstätte TREFFpunkt Annahaus](#), Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath

"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.“

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

TREFFpunkt Annahaus, Frau Schültingkemper, und Frau Delling, Tel. (02202) 59210, E-Mail: treff.annahaus@caritas-rheinberg.de

Mittwoch, 15. September 2021



Erinnerungsreise in die Kindheit

Mittwoch, 15.09.2021

14 Uhr

[Kindergartenmuseum NRW](#)

Quirlsberg 1 (im Jugend- und Kulturzentrum „Q1“)

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

© Georg Geist

Führung für eine/n Demenzerkrankte/n mit einer Begleitperson

Angeregt durch die verschiedenen Spielobjekte, taucht die Kindheit wieder auf.

Teilnahmebeitrag: Erwachsene 4 € (max. 2 Personen gleichzeitig)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen unter:

Kindergartenmuseum NRW, Frau Watermann, Tel. (02202) 243640, Mail:

info@kindergarten-museum.de

„Sicher Leben im Alter“

Vortragsveranstaltung der Kriminalprävention

Mittwoch, 15.09.2021 | 14 bis 15 Uhr | Zanders-Gelände, Gebäude A, 1. OG, An der Gohrsmühle 25, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

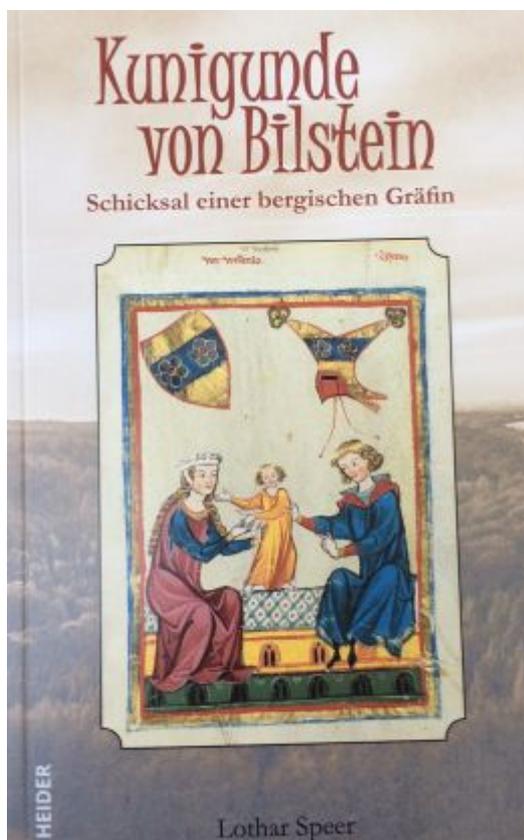
Seniorinnen und Senioren leben grundsätzlich sehr sicher in unserem Kreis. Es gibt aber bestimmte Arten von Straftaten von denen Seniorinnen und Senioren eher betroffen sind, als andere Altersgruppen. Worum es sich hierbei dreht und wie sie sich davor schützen können, wird in einem rund 60minütigen Vortrag anschaulich erläutert.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen unter:

Polizei Rheinisch-Bergischer Kreis, Kommissariat für Kriminalprävention/ Opferschutz, Frau Kriminalhauptkommissarin Kammann, Tel. (02202) 205-430 bis -434, E-Mail:

gl.kriminalpraevention@polizei.nrw.de



Kunigunde von Bilstein: das Schicksal einer bergischen Gräfin.

Autorenlesung mit Dr. Lothar Speer

Mittwoch, 15.09.2021

Uhrzeit: 15 Uhr

[Stadtbücherei Bergisch Gladbach](#)

Hauptstr. 250

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Veranstaltung im barrierefreien Erdgeschoss

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Stadtbücherei Bergisch Gladbach

Frau Kuffner, Tel. (02202) 142258 oder 142281

E-Mail: info@stadtbuecherei-gl.de

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.

Tabletnutzung von Anfang an – Dank Leih-tablets der Stiftung Digitale Chancen das Internet kennen lernen

Mittwoch, 15.09.2021 | 15 bis 16.30 Uhr | [Refrather Treff](#), Steinbrecher Weg 2, 51427 Bergisch Gladbach, Refrath und Digital

Die Stiftung Digitale Chancen stellt dem Refrather Treff acht Wochen lang Tablets zur Verfügung. Im Refrather Treff lernen Sie die Grundfunktionen kennen und „wischen“ sich durch das Internet. Das Leih-tablet können Sie acht Wochen lang zu Hause und unterwegs nutzen. Internetnutzung ist durchgängig gewährleistet, das heißt Sie können den gesamten Zeitraum über das Internet nutzen.

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.

Geplant sind vier Gruppentreffen, Einzeltermine sind möglich, telefonische Unterstützung jederzeit gewährleistet. Erster Termin und Übergabe der Geräte am 15.9.2021. Letzter Termin 10.11.2021

Teilnahmebeitrag: 35 €

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Refrather Treff, Frau Wies und Herr Patzer, Tel. (02204) 67814, E-Mail: info-treff@treff-refrath.de



Das allerzierlichste Theater

Gerd J. Pohl führt durch die Puppentheaterausstellung im Bergischen Löwen und erzählt aus seinem Puppenspielerleben.

Mittwoch, 15.09.2021

15 Uhr

[Bürgerhaus Bergischer Löwe](#)

Konrad-Adenauer-Platz

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Kostenfrei

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.

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Kulturbüro, Frau Weymans, Tel. (02202) 142554, E-Mail: kulturbuero@stadt-gl.de

Führung durch die Yeni Camii Moschee

Mittwoch, 15.09.2021 | 16 Uhr | Refrather Weg 24, 51469 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Veranstalter: BFBI

Hinweis: Die Schuhe müssen am Eingang ausgezogen werden.

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Kulturbüro, Frau Weymans, Tel. (02202) 142554, E-Mail: kulturbuero@stadt-gl.de

Donnerstag, 16. September 2021



7. Rollator-Tag NRW

Rollator-Check, Rollator-Parkour,
Bustraining, Informationsstände

Donnerstag, 16.09.2021

9.30 bis 13 Uhr

Schlossstraße (zwischen Hausnummer
70 und 82)

51429 Bergisch Gladbach, Bensberg

Veranstalter: Zukunftsnetz Mobilität NRW / Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH

Kostenfrei

Weitere Informationen:

[Stadtverkehrsgesellschaft Bergisch Gladbach mbH](#), Wilhelm-Wagener-Platz, 51429 Bergisch Gladbach, Herr Schmitz, Tel. (02202) 141326, E-Mail: info@svb-gl.de

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung – die Betreuungsstelle informiert

Donnerstag, 16.09.2021 | 9.30 bis 13 Uhr | Stand auf dem Rollatortag, Schlossstraße
(zwischen den Hausnummern 70 u. 82), 51429 Bergisch Gladbach, Bensberg

Wenn ein lieb gewonnener Mensch plötzlich seine Angelegenheiten aufgrund von Alter, Krankheit oder eines Unfalls nicht mehr selbst erledigen kann, stellen sich den Angehörigen viele wichtige Fragen. Aber die wenigsten wissen, dass sie eine Vollmacht benötigen, um wichtige Entscheidungen für eine Person treffen zu können. Noch nicht einmal die eigenen Kinder oder die Eltern für ihr volljähriges Kind dürfen ohne dieses Dokument für ihre Angehörigen entscheiden und das Amtsgericht muss wegen der Bestellung einer

rechtlichen Betreuung eingeschaltet werden. Um die Bestellung einer rechtlichen Betreuung zu vermeiden, ist es sinnvoll, eine solche Vollmacht frühzeitig auszustellen.

Die Betreuungsstelle der Stadt Bergisch Gladbach informiert und berät zu der Möglichkeit, eine Vollmacht zu erteilen und ist per Gesetz befugt, öffentliche Beglaubigungen von Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen vorzunehmen, womit im Einzelfall entsprechenden Formvorgaben im Rechtsverkehr entsprochen werden kann.

Weitere Informationen:

[Stadt Bergisch Gladbach - Betreuungsstelle](#), Frau Hammerschmidt, Tel. (02202) 142856, E-Mail: c.hammerschmidt@stadt-gl.de



**„Zwischen Papier, Pickel und Posaune“
Rundgang für neue Nachbarn in einfacher Sprache**

Donnerstag, 16.09.2021

14.30 Uhr

Treffpunkt: vor dem Rathaus Bergisch Gladbach, Konrad-Adenauer-Platz 1, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis](#), Laurentiusstraße 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 9363950, E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de, Kursnummer: 7701061

„Das Flimmern der Wahrheit über der Wüste“ von Philipp Schwenke

Ein literarischer Nachmittag

Donnerstag, 16.09.2021 | 14.30 bis 16 Uhr | [Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN Treff für Alt & Jung](#), Hauptstr. 249, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Old Shatterhand und Kara Ben Nemsî 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.

Teilnahmebeitrag: 5 €

Anmeldung telefonisch erforderlich und weitere Informationen:

Caritas Begegnungsstätte MITTENDRIN, Frau Hagl und Frau Van Assel, Tel. (02202) 189060, E-Mail: mittendrin@caritas-rheinberg.de



Kunstgenuss – Die Villa Zanders früher und heute

Donnerstag, 16.09.2021

15 bis 17 Uhr

[Kunstmuseum Villa Zanders](#)

Konrad-Adenauer-Platz 8

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

© Michael Wittassek

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.

Teilnahmebeitrag: 3 € (Eintritt, Führung)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Kunstmuseum Villa Zanders, Tel. (02202) 142356, E-Mail: info@villa-zanders.de

Bastelnachmittag - für Menschen mit Demenz

Donnerstag, 16.09.2021 | 15 bis 17 Uhr | Caritas STUNDENWEISE, Schmidt-Blegge-Straße 18, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath

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.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Caritasverband für den Rheinisch-Bergischen Kreis e. V. / Stundenweise](#)

Frau Knop, Tel. (02202) 2518018, E-Mail: stundenweise@caritas-rheinberg.de

„Spätsommerzauber mit beliebten Melodien“

Konzert mit den Bergischen Ohrwürmern

Donnerstag, 16.09.2021 | 16 Uhr | [CBT-Wohnhaus St. Raphael](#), Paffrather Str. 261, 51469 Bergisch Gladbach, Paffrath

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

CBT-Wohnhaus St. Raphael, Tel. (02202) 95526-0, E-Mail: st.raphael@cbt-gmbh.de

Bergische Ohrwürmer, Herr Gebele, Tel. (02202) 38432, E-Mail: klaus.gebele@gmx.de



Weltweit im Einsatz - die Experten des SES

Donnerstag, 16.09.2021

16 bis 18.30 Uhr

[Volkshochschule Bergisch Gladbach](#)

Buchmühlenstraße 12

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

Foto: Senior Experten Service

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, kennen lernen.

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 Expertinnen und Experten mit keinerlei Kosten verbunden. Er wird von den Spitzenverbänden der deutschen Wirtschaft getragen und von der deutschen Bundesregierung gefördert.

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de. Online

Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF141002E

Fotovortrag: Da ist es schön....

Inszenierte Naturbilder, der Wörlitzer Park in Bildern und Geschichten

Donnerstag, 16.09.2021 | 16 bis 17.30 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),

Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Teilnahmebeitrag: 8 €

Anmeldung erforderlich bis 09.09.2021 und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de. Online

Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF201020E



„stillleben“

Führung und Gespräche mit Künstlern des AdK Arbeitskreis der Künstler Bergisch Gladbach e.V. durch die Ausstellung mit zeitgenössischem Stillleben.

Donnerstag, 16.09.2021

16.30 Uhr

[Volkshochschule Bergisch Gladbach](#)

Buchmühlenstraße 12

51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

.....
Foto: Werk von Eneka Krämer-Razquin

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?

Kostenfrei. Zum Erholen Getränke und Gebäck.

Anmeldung erforderlich bis 12.09.2021 und weitere Informationen:

[AdK Arbeitskreis der Künstler Bergisch Gladbach e.V.](#), Frau Voos-Kaufmann, Tel. (02204)

85218, E-Mail: b.voos-kaufmann@web.de

Freitag, 17. September 2021

Seniorenbüro und Kommissariat für Kriminalprävention auf dem Markt in Refrath

Freitag, 17.09.2021 | 8 bis 13 Uhr | auf dem Wochenmarkt in Refrath, Dolmanstraße, 51427 Bergisch Gladbach, 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.

Kostenfrei

Weitere Informationen:

[Stadt Bergisch Gladbach - Seniorenbüro](#), Herr Grothe, Tel. (02202) 142493,

E-Mail: a.grothe@stadt-gl.de

Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung – die Betreuungsstelle informiert

Freitag, 17.09.2021 | 8.30 bis 13 Uhr | auf dem Wochenmarkt in Refrath, Dolmanstraße,
51427 Bergisch Gladbach, Refrath

Wenn ein lieb gewonnener Mensch plötzlich seine Angelegenheiten aufgrund von Alter, Krankheit oder eines Unfalls nicht mehr selbst erledigen kann, stellen sich den Angehörigen viele wichtige Fragen. Aber die wenigsten wissen, dass sie eine Vollmacht benötigen, um wichtige Entscheidungen für eine Person treffen zu können. Noch nicht einmal die eigenen Kinder oder die Eltern für ihr volljähriges Kind dürfen ohne dieses Dokument für ihre Angehörigen entscheiden und das Amtsgericht muss wegen der Bestellung einer rechtlichen Betreuung eingeschaltet werden. Um die Bestellung einer rechtlichen Betreuung zu vermeiden, ist es sinnvoll, eine solche Vollmacht frühzeitig auszustellen.

Die Betreuungsstelle der Stadt Bergisch Gladbach informiert und berät zu der Möglichkeit, eine Vollmacht zu erteilen und ist per Gesetz befugt, öffentliche Beglaubigungen von Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen vorzunehmen, womit im Einzelfall entsprechenden Formvorgaben im Rechtsverkehr entsprochen werden kann.

Weitere Informationen:

[Stadt Bergisch Gladbach - Betreuungsstelle](#), Frau Hammerschmidt, Tel. (02202) 142856,
E-Mail: c.hammerschmidt@stadt-gl.de

Yoga auf und am Stuhl

Freitag, 17.09.2021 | 13 bis 14.15 Uhr | [Volkshochschule Bergisch Gladbach](#),
Buchmühlenstraße 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Teilnahmebeitrag: 15 € (bei mind. 7 Teilnehmenden)

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Volkshochschule Bergisch Gladbach, Tel. (02202) 142263, E-Mail: info@vhs-gl.de.

Online Anmeldung unter: www.vhs-gl.de, Kursnummer: FF310140E

Selbstbestimmt vorsorgen - den eigenen Willen festlegen

Freitag, 17.09.2021 | 16 Uhr | Online über Zoom

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.

Kostenfrei, Spenden erbeten

Anmeldung erforderlich mit E-Mail-Adresse und weitere Informationen:

[Ambulantes Hospiz Die Brücke Bergisch Gladbach](#), Frau Reher, Tel. (02202) 1867728,
E-Mail: info@hospiz-diebruecke.de

Eine kleine Nachtmusik zum Thema "Herbstzauber"

Freitag, 17.09.2021 | 18.30 Uhr | Senioren-Park carpe diem Bensberg

Diese Veranstaltung ist eine geschlossene Veranstaltung und nur für die Bewohnerinnen und Bewohner sowie Mieterinnen und Mieter des Betreuten Wohnens.

Weitere Informationen:

[Senioren-Park carpe diem Bensberg](#), Herr Schönig, Tel. (02204) 8308-516

Sonntag, 19. September 2021

Open Air Galerie „Farbenfroh – Hauptsache bunt!“

Sonntag, 19.09.2021 | Ganztägig | 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

Letzter Tag der Ausstellungen auf der Ausstellungsallee und dem Parkhaus mit Kunstwerken der Bewohnerinnen und Bewohner von Haus An der Jüch und dem Haus Quirlsberg.

Kostenfrei

Kreativ im Atelier – freies künstlerisches Arbeiten für Großeltern mit ihren Enkelkindern

Sonntag, 19.09.2021 | 10 bis 11 Uhr und 11.30 bis 12.30 Uhr | [Atelier KLKS-Atelier für Kunst, Kultur und Soziales](#), Dechant-Müller-Str. 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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.

Die Veranstaltung ist nicht barrierefrei zu erreichen.

Kostenfrei

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

Frau Biscan, Tel. 0163 2355119, E-Mail: atelierklks@gmx.de

„Die Königin von Gladbach“ - Maria-Zanders-Stadtrundgang mit Lesung

Sonntag, 19.09.2021 | 14.30 Uhr | Treffpunkt: vor dem Rathaus Bergisch Gladbach, Konrad-Adenauer-Platz 1, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte

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 ermög-

lichen einen sehr persönlichen Blick auf die noch eher unbekanntes 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.

Teilnahmebeitrag: 7 €, Kursnummer: 7701064

Anmeldung erforderlich und weitere Informationen:

[Katholisches Bildungswerk im Rheinisch-Bergischen Kreis](#), Laurentiusstraße 4 – 12, 51465 Bergisch Gladbach, Stadtmitte, Tel. (02202) 9363950, E-Mail: info@bildungswerk-gladbach.de

IMPRESSUM

Stadt Bergisch Gladbach
Der Bürgermeister
Konrad-Adenauer-Platz 1
51465 Bergisch Gladbach

Redaktion
Kulturbüro der Stadt Bergisch Gladbach
Scheidtbachstr. 23, 51469 Bergisch Gladbach
Tel.: 02202 14-2554
Fax: 02202 14-2575
E-Mail: kulturbuero@stadt-gl.de

Die Stadt Bergisch Gladbach ist eine Körperschaft des öffentlichen Rechts.
Sie wird vertreten durch Bürgermeister Lutz Urbach. Umsatzsteuer-Identifikationsnummer gemäß § 27 a Umsatzsteuergesetz: DE 121978025

Hinweis:

Für den Inhalt von Angeboten, zu denen eine Verbindung per Link möglich ist und die nicht von der Stadt Bergisch Gladbach stammen, wird keine Verantwortung und Haftung übernommen. Alle Angaben dienen nur der Information.