

Begegnen / Vielfalt / Freude



1. Hj. 2023

# PROGRAMM



gefördert von

**Altenstiftung**

der Sparkasse Leverkusen

**DER TREFFPUNKT FÜR ALLE  
LEVERKUSENER SENIOR\*INNEN**

[www.treffpunkt-rheindorf.de](http://www.treffpunkt-rheindorf.de)

---

# Über uns

## Öffnungszeiten:

Montag–Donnerstag 8:30 – 16:30 Uhr

Freitag 8:30 – 12:00 Uhr

## Öffnungszeiten Büro:

Montag–Freitag 10:00 – 12:00 Uhr

Montag–Donnerstag 14:00 – 16:30 Uhr

**Anmeldungen zu allen Veranstaltungen werden im Büro der Begegnungsstätte und unter Tel.: 0214 / 2 31 53 angenommen, ebenso wie die Anmeldungen zum Mittagstisch. Gebühren für Veranstaltungen und Kurse müssen bei der Anmeldung bezahlt werden.**

## Schaukasten und Informationswand:

Über das aktuelle Programm informieren unsere Aushänge.

## Stationärer Mittagstisch:

Das Essen ist den besonderen Bedürfnissen älterer Menschen angepasst und auch für Diabetiker geeignet. Bis spätestens 11:00 Uhr am Vortag können Sie sich zum Mittagstisch anmelden.

## Ansprechpartnerin für Beratungen im Haus:

Anke Hartmann

## Hausbesuche und Beratungen nach Terminvereinbarung

Tel.: 0214 / 820 25 97



gefördert von

**Altenstiftung**

der Sparkasse Leverkusen

## Herausgeber:

AWO Begegnungsstätte und Beratungsstelle für Senioren und ihre Angehörigen  
Königsberger Platz 28, 51371 Leverkusen

Tel.: 0214 / 2 31 53

Fax: 0214 / 260 62 81

E-Mail: [begegnungsstaette@awo-lev.de](mailto:begegnungsstaette@awo-lev.de)

# Vorwort

**Liebe Besucherinnen und Besucher,  
liebe Freundinnen und Freunde,**

Nach den gesellschaftlichen Herausforderungen im letzten Jahr lernen wir immer besser damit zu leben. Doch ist die eine verdaut, steht die nächste im Türrahmen. Das ist schwierig für viele von uns. Umso erfreulicher ist es, dass die Begegnungsstätte mit all seinen Angeboten wieder aktiv ist und die Menschen wieder unser vielfältiges Angebot annehmen.

Wir stellen Ihnen und euch unsere Angebote, die Ihnen Impulse bieten sowie einen Austausch mit anderen ermöglichen hier vor. Neue Angebote, wie den Discotanzabend Ü 55 und unser Interkultureller Frauentreff wurden sehr gut angenommen. Dabei berücksichtigen wir gerne Ihre Rückmeldungen und nehmen aktuelle Trends in unserem Programm auf, wie z.B. Walken und das Projekt „Garten für Alle“.

Manche Themen kommen nie aus der Mode und sind für gemeinschaftliches Zusammensein ein Dauerbrenner. Aktuelle Themen haben wir neu aufgenommen. Wir wünschen Ihnen, dass Sie etwas Interessantes finden. Etwas, das Sie ganz neu anspricht, neugierig macht oder dass sie bei alt bewährtem bleiben. Der Sparkasse danken wir für die Unterstützung, die es uns ermöglicht das vielfältige Programm hier in den Räumen anzubieten. **Wir freuen uns auf Sie und Ihre Anmeldungen.**



Lydia Rauch  
Leiterin der Begegnungsstätte  
Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leverkusen e.V.

- 
- Genauere Informationen zu unseren Angeboten können Sie/Ihr auch auf unserer Homepage nachlesen oder persönlich und am Telefon zu unseren Öffnungszeiten erfragen.
  - Die Teilnahme an den Angeboten erfolgt in eigener Verantwortung und unter den geltenden Corona-Schutzbestimmungen.
  - Die Veranstaltungen in der AWO Begegnungsstätte sind barrierefrei.
  - Parkplätze stehen im öffentlichen Raum zur Verfügung.

# Inhaltsverzeichnis

|                                       |         |
|---------------------------------------|---------|
| Über uns . . . . .                    | 2       |
| Handy- & Computerkurse . . . . .      | 5 – 6   |
| Gesundheit & Sport . . . . .          | 7 – 14  |
| Taschengeldbörse . . . . .            | 13      |
| Geselligkeit & Gruppen . . . . .      | 15 – 22 |
| Musisches & Kreatives . . . . .       | 23 – 24 |
| Informationsveranstaltungen . . . . . | 25 – 29 |
| Hausnotruf . . . . .                  | 30      |
| Beratung & Begleitung . . . . .       | 32 – 35 |
| Mittagstisch . . . . .                | 35      |
| Kulinarisches . . . . .               | 36 – 37 |
| Ausflüge . . . . .                    | 38 – 44 |
| Tagespflege . . . . .                 | 42      |
| Reisen . . . . .                      | 43      |
| Initiative Ehrenamt . . . . .         | 44 – 45 |
| Wohnen für Hilfe . . . . .            | 46      |
| Organisation . . . . .                | 47      |

## COMPUTERKURS



Sie möchten sich stressfrei und in angenehmer Atmosphäre Computer-Kenntnisse aneignen? Dann sind Sie bei uns richtig!

Wir erstellen Briefe, Texte sowie Tabellen und schreiben und versenden E-Mails. Auch mit dem Surfen im Internet beschäftigen wir uns.

**(Info: Das Thema Bildbearbeitung behandeln wir nicht!)**

|             | 1. Kurs / 5 Termine                  | 2. Kurs / 5 Termine                  | 3. Kurs / 5 Termine                  |
|-------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Kursnummer  | <b>EDV 138</b>                       | <b>EDV 139</b>                       | <b>EDV 140</b>                       |
| Datum       | <b>Mittwoch, 25.01. - 22.02.2023</b> | <b>Mittwoch, 08.03. - 05.04.2023</b> | <b>Mittwoch, 19.04. - 17.05.2023</b> |
| Uhrzeit     | 11:45 - 13:15 Uhr                    | 11:45 - 13:15 Uhr                    | 11:45 - 13:15 Uhr                    |
| Kursleitung | Doris Fasel                          | Doris Fasel                          | Doris Fasel                          |
| Ort         | Gruppenraum G3/4                     | Gruppenraum G3/4                     | Gruppenraum G3/4                     |
| Gebühr      | 40,00 EUR                            | 40,00 EUR                            | 40,00 EUR                            |

## TABLET SCHNUPPERKURS: „TABLET STATT LAPTOP“

Von App bis Zoom – Tabletkurs für ältere jung gebliebene Menschen mit und ohne Vorkenntnisse.



Lernen Sie hier, wie Sie mit dem Tablet umgehen. Sie lernen unter anderem E-Mails zu schreiben, Apps zu installieren oder im Internet zu surfen. Ein Tablet können Sie überall mitnehmen und unterwegs nutzen. Falls Sie kein eigenes Gerät besitzen, stellen wir Ihnen gerne Leihgeräte (Tablets) zur Verfügung.

|             | 1. Kurs / 5 Termine                 | 2. Kurs / 5 Termine                 | 3. Kurs / 5 Termine                 |
|-------------|-------------------------------------|-------------------------------------|-------------------------------------|
| Kursnummer  | <b>EDV 141</b>                      | <b>EDV 142</b>                      | <b>EDV 143</b>                      |
| Datum       | <b>Freitag, 27.01. - 24.02.2023</b> | <b>Freitag, 10.03. - 14.04.2023</b> | <b>Freitag, 21.04. - 19.05.2023</b> |
| Uhrzeit     | 10:30 - 12:00 Uhr                   | 10:30 - 12:00 Uhr                   | 10:30 - 12:00 Uhr                   |
| Kursleitung | Doris Fasel                         | Doris Fasel                         | Doris Fasel                         |
| Ort         | Gruppenraum G3/4                    | Gruppenraum G3/4                    | Gruppenraum G3/4                    |
| Gebühr      | 45,00 EUR                           | 45,00 EUR                           | 45,00 EUR                           |

## SMARTPHONEKURS FÜR BEGINNERS



**Im Grundkurs „Das kleine 1x1 des Mobiltelefonierens“ lernen Sie die wichtigsten Funktionen Ihres Handys zu benutzen. Ziel ist es, dass Sie selbstständig und selbstverständlich Ihr Smartphone benutzen.**

Gemeinsam mit anderen Teilnehmer\*innen üben Sie u. a. die Tastensperre Ihres Handys ein- und auszuschalten und Telefonnummern zu speichern. Fortgeschrittene surfen im Internet, laden praktische Apps herunter, versenden Nachrichten und lernen etwas über Sicherheit im Netz. Dieser Kurs ist konzeptioniert für komplette Neulinge aber auch für Fortgeschrittene, die vielleicht schon einmal einen Kurs besucht haben.

|              |                            |
|--------------|----------------------------|
| Kursnummer   | <b>V1 WB 404</b>           |
| <b>Datum</b> | <b>09.01. - 24.01.2023</b> |
| Uhrzeit      | 18:00 – 19:30 Uhr          |
| Laufzeit     | 6 x 1,5 Std.               |
| Gebühr       | 42,50 EUR                  |
| Gruppenraum  | AWO Begegnungsstätte G3/4  |
| Kursleitung  | Joachim Weber              |

**In Kooperation mit dem AWO Familienseminar  
Anmeldung und nähere Auskunft unter Tel.: 02171 / 14 51**

## HEITERE GEDÄCHTNISPIELE



### Möchten Sie einmal wieder etwas für Ihre geistige Fitness tun?

Ohne Herzklopfen? Ohne Pauken? Mit Spiel und Spaß in lockerer und heiterer Runde? Dann machen Sie mit!

|              | 1. Kurs                                  | 2. Kurs                                  |
|--------------|--|--|
| Kursnummer   | <b>GS 313</b>                            | <b>GS 314</b>                            |
| <b>Datum</b> | <b>Montag, 16.01. - 03.04.2023</b>       | <b>Montag, 17.04. - 26.06.2023</b>       |
| Uhrzeit      | 9:30 – 11:00 Uhr                         | 9:30 – 11:00 Uhr                         |
| Laufzeit     | 11 x 1,5 Std.                            | 8 x 1,5 Std.                             |
| Gebühr       | 55,00 EUR                                | 40,00 EUR                                |
| Ort          | AWO Begegnungsstätte<br>Gruppenraum G3/4 | AWO Begegnungsstätte<br>Gruppenraum G3/4 |
| Kursleitung  | Andrea Bigalke                           | Andrea Bigalke                           |

## MEDIZINISCHES QIGONG



Sofern die dann gültigen Corona-Richtlinien es erlauben, bietet ab dem 09. Januar 2023 Frau Dr. med. Psyk an 10 Abenden im 1. Halbjahr 2023 medizinisches Qigong für Anfänger und Fortgeschrittene in der AWO Begegnungsstätte „Treffpunkt Rheindorf“ an.

**Anmeldung im Hausarztzentrum  
Königsberger Platz 5, 51371 Leverkusen  
Tel.: 0214 / 2 17 39**

|                    |   |
|--------------------|---|
| <b>Kursinhalte</b> | <b>Die 4 Regulationsmethoden, Das gesundheitsschützende Qigong</b>                                    |
| <b>Datum</b>       | <b>Montags, 09.01., 16.01., 23.01., 30.01., 06.02., 13.02., 27.02., 06.03., 27.03. und 03.04.2023</b> |
| <b>Uhrzeit</b>     | Anfänger-Kurs von 18:15 – 19:15 Uhr<br>Fortgeschrittenen-Kurs von 19:15 – 19:45 Uhr                   |
| <b>Gebühr</b>      | 3,00 Euro pro Abend, jeweils eine halbe Stunde  |
| <b>Ort</b>         | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2   |
| <b>Kursleitung</b> | Dr. med. Ursula Psyk  |

## TIEFENENTSPANNUNG MIT YIN YOGA



**Im Yin Yoga werden die Übungen hingegen passiv und ganz ohne Kraft ausgeführt.**

Die tieferen Schichten im Körper, wie z.B. die Faszien sollen angesprochen werden und Verklebungen im Faszien-gewebe gelöst werden.

|                    | <b>1. Kurs</b>                       | <b>2. Kurs</b>                       |
|--------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| <b>Kursnummer</b>  | <b>GS 315</b>                        | <b>GS 316</b>                        |
| <b>Datum</b>       | <b>Mittwoch, 11.01. – 08.03.2023</b> | <b>Mittwoch, 03.05. – 07.06.2023</b> |
| <b>Uhrzeit</b>     | 18:00 – 19:15 Uhr                    | 18:00 – 19:15 Uhr                    |
| <b>Laufzeit</b>    | 9 x 1,5 Std.                         | 6 x 1,5 Std.                         |
| <b>Gebühr</b>      | 54,00 EUR                            | 36,00 EUR                            |
| <b>Ort</b>         | AWO Begegnungsstätte Saal 1+2        | AWO Begegnungsstätte Saal 1+2        |
| <b>Kursleitung</b> | Ulrike Wartberg                      | Ulrike Wartberg                      |



## YOGA FÜR SENIOREN\*INNEN



Mit Hilfe von Haltungs-, Entspannungs- und Atemübungen können die Teilnehmer\*innen ihr Körperbewusstsein und ihre Konzentrationsfähigkeit schulen. Yoga hilft dabei, die Einheit von Körper, Seele und Geist zu erfahren.

|          | 1. Kurs                                | 2. Kurs                                |
|----------|--|--|
| Kursnr.  | <b>GS 316a</b>                         | <b>GS 316 b</b>                        |
| Datum    | <b>Donnerstag, 19.01. – 02.03.2023</b> | <b>Donnerstag, 13.04. – 15.06.2023</b> |
| Uhrzeit  | 14:00 – 15:15 Uhr                      | 14:00 – 15:15 Uhr                      |
| Laufzeit | 6 x 1,25 Std.                          | 8 x 1,25 Std.                          |
| Gebühr   | 27,00 EUR                              | 36,00 EUR                              |
| Ort      | AWO Begegnungsstätte Saal 1+2          | AWO Begegnungsstätte Saal 1+2          |

**Dieser Kurs kommt nur mit mind. 10 Teilnehmer\*innen zustande**

## GESUNDHEIT BEGINNT IN DER KÜCHE



**Dieses Seminar wendet sich an Menschen jeden Alters, die an der Stärkung ihrer Gesundheit interessiert sind.**

Wechseljahre, Ruhestand, Pflegebedürftigkeit – jede Lebensphase fordert uns und unsere Gesundheit auf spezielle Weise heraus.

- Was können wir tun, um uns in diesen Phasen entsprechend zu stärken?
- Welche Unterstützung kann die Naturheilkunde bieten?
- Wie können wir viralen oder bakteriellen Infekten vorbeugen?
- Wie können wir durch den Einsatz von (Wild-)Kräutern und Gemüsesorten die einzelnen Organsysteme unterstützen?

Während des praxisbezogenen Seminars können selbsthergestellte Aufstriche, Hustensäfte, Tees etc. gekostet werden.

|            |                                      |
|------------|--------------------------------------|
| Datum      | <b>Samstag, 25.03.2023</b>           |
| Uhrzeit    | 10:00 – 13:00 Uhr                    |
| Gebühr     | 15,00 EUR pro Person                 |
| Ort        | AWO Begegnungsstätte Cafeteria 1 + 2 |
| Referentin | Sylvia Blümke, Heilpraktikerin       |

**Dieser Kurs kommt nur mit mind. 10 Teilnehmer\*innen zustande**

## YOGA AKTIV – TREFFPUNKT RHEINDORF



**In diesem Kurs wird in der Tradition von B.K.S. Iyengar unterrichtet. Dieser Yoga-Stil zeichnet sich durch intensive und detailgenaue Körperarbeit aus.**

Wir entwickeln so mehr Beweglichkeit und ein besseres Gespür für den eigenen Körper. Konzentriertes Üben lässt den Kopf frei werden und beruhigt den Geist. Jede Übungsstunde endet mit einer Entspannung. Yoga-Einsteiger\*innen sind in diesem Kurs ebenso willkommen wie Menschen mit Yoga-Erfahrung.

**Bitte Decke, Handtuch, warme Socken und bequeme aber anliegende Kleidung (z.B. T-Shirt und Leggings) mitbringen!**

|             | 1. Kurs                              | 2. Kurs                         |
|-------------|--------------------------------------|---------------------------------|
| Kursnummer  | <b>U2 FA 416</b>                     | <b>V1 FA 417</b>                |
| Datum       | <b>Dienstag, 10.01. – 21.03.2023</b> | <b>25.04. – 13.06.2023</b>      |
| Uhrzeit     | 18:00 – 19:30 Uhr                    | 18:00 – 19:30 Uhr               |
| Laufzeit    | 11 x 1,15 Std.                       | 7 x 1,15 Std.                   |
| Gebühr      | 110,00 EUR                           | 70,00 EUR                       |
| Ort         | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2      | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2 |
| Kursleitung | Angela Raffel                        | Angela Raffel                   |

**In Kooperation mit dem AWO Familienseminar  
Anmeldung und nähere Auskunft unter Tel.: 02171 / 14 51**

## TANZ MIT – BLEIB FIT



**Ein Tanzvergnügen für alle. Vorkenntnisse sind nicht nötig. Alle Schritte und Bewegungen werden ausführlich erklärt. Sie können jederzeit einsteigen und ohne Partner kommen. Alle Tänze werden gemeinschaftlich in der Gruppe getanzt und sind leicht erlernbar.**

Ohne Leistungsdruck und Perfektionsanspruch, aber mit sehr viel Spaß tun wir etwas für Körper, Gehirn und Seele als aktive Gesundheitsvorsorge durch Tanzen und Freude an der Bewegung.

|              | <b>1. Kurs</b>                     | <b>2. Kurs</b>                     |
|--------------|------------------------------------|------------------------------------|
| Kursnummer   | <b>GS 317</b>                      | <b>GS 318</b>                      |
| <b>Datum</b> | <b>Montag, 16.01. – 03.04.2023</b> | <b>Montag, 17.04. – 19.06.2023</b> |
| Uhrzeit      | 15:00 – 16:30 Uhr                  | 15:00 – 16:30 Uhr                  |
| Laufzeit     | 11 x 1,5 Std.                      | 8 x 1,5 Std.                       |
| Gebühr       | 33,00 EUR                          | 24,00 EUR                          |
| Ort          | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2    | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2    |
| Kursleitung  | Ursula Schneider                   | Ursula Schneider                   |

**Jeder Kurs kommt nur mit 12 Teilnehmer\*innen zustande.**

## SENIORENGYMNASTIK



**Auch im fortgeschrittenen Alter kann man noch leichte Gymnastikübungen machen und den Körper damit in Schwung halten.**

Ohne Kraftakte, mit Rücksicht auf Kreislauf und Konstitution wollen wir versuchen, die Elastizität zu erhöhen und das Wohlbefinden zu verbessern. Der Spaß, das gemeinsame Vergnügen und Lachen sollen dabei nicht zu kurz kommen.

|             | 1. Kurs                              | 2. Kurs                              | 3. Kurs                              |
|-------------|--------------------------------------|--------------------------------------|--------------------------------------|
| Kursnummer  | <b>GS 319</b>                        | <b>GS 320</b>                        | <b>GS 321</b>                        |
| Datum       | <b>10.01. – 14.03.2023</b>           | <b>28.03. – 23.05.2023</b>           | <b>20.06. – 01.08.2023</b>           |
| Uhrzeit     | 9:00 – 9:45 Uhr                      | 9:00 – 9:45 Uhr                      | 9:00 – 9:45 Uhr                      |
| Laufzeit    | 9 x 45 Minuten                       | 8 x 45 Minuten                       | 7 x 45 Minuten                       |
| Gebühr      | 27,00 EUR                            | 24,00 EUR                            | 21,00 EUR                            |
| Ort         | AWO Begegnungs-<br>stätte Saal 1 + 2 | AWO Begegnungs-<br>stätte Saal 1 + 2 | AWO Begegnungs-<br>stätte Saal 1 + 2 |
| Kursleitung | Heike Schaaf                         | Heike Schaaf                         | Heike Schaaf                         |

# AWO TASCHENGELDBÖRSE



**Einkaufen | Schnee räumen | PC-Hilfe | Gassi gehen  
Aufräumen | Gartenpflege | Straße fegen | Bügeln  
Spazieren gehen u.v.m.**

Taschengeldbörsen dienen als Kontaktstelle zwischen älteren und/oder mobilitäts-  
eingeschränkten Menschen und Jugendlichen, die für die nachfragenden Haushalte  
einfache und gelegentliche Unterstützungsleistungen gegen ein Taschengeld erbringen.

Wir stellen unbürokratisch und kostenfrei Kontakt zwischen Jugendlichen (14 – 20 Jahre)  
und Privatpersonen mit Unterstützungsbedarf (insbesondere ältere oder mobilitätseinge-  
schränkte Menschen) für einfache, unregelmäßige und ungefährliche Hilfstätigkeiten her.

**Ihre Ansprechpartnerin:**  
N.N.

Viele weitere Informationen auch unter:  
[www.taschengeldboerse-lev.de](http://www.taschengeldboerse-lev.de)

## EINE RUNDE WALKEN



**Walken ist gesund, ob mit oder ohne Stöcke.**

Gemeinsam sind wir draußen an der frischen Luft und genießen die Natur. Wer Lust hat, sich anzuschließen, ist jederzeit herzlich willkommen.

|              |  |
|--------------|--|
| <b>Datum</b> | <b>ab dem 21.03.2023 dienstags wöchentlich</b> |
| Uhrzeit      | 9:30 – 10:30 Uhr                               |
| Ort          | AWO Begegnungsstätte                           |
| Kursleitung  | Conni Coiffard und Lydia Rauch                 |



## WANDERUNGEN

|              |  |
|--------------|--|
| <b>Datum</b> | <b>Dienstag, 03.01., 07.02. und 07.03.2023</b> |
| Uhrzeit      | 09:30 Uhr                                      |
| Gebühr       | 2,50 EUR, adfc Mitglieder frei                 |
| Treffpunkt   | Wupsi Center am neuen Busbahnhof Opladen       |

## RADTOUREN

**Unsere ersten Radtouren starten wir in Kooperation mit dem adfc Leverkusen**

Wir fahren durch Leverkusen und angrenzende Städte. Eine Einkehrpause ist während oder am Ende der Tour möglich. Bis zu ca. 20 / 25 km sind für die einfache Tour für jung gebliebene Senior\*innen geplant.

|              |  |
|--------------|--|
| <b>Datum</b> | <b>Dienstag, 14.03., 11.04., 09.05., 13.06. und 11.07.2023</b> |
| Uhrzeit      | immer 10:00 – 14:00 Uhr  |
| Gebühr       | Freiwillige Spende   |
| Treffpunkt   | AWO Begegnungsstätte Rheindorf, Königsberger Platz 28          |

## OFFENER SPIELKREIS FÜR ALLE IM CAFÉ



**Jeden Donnerstagnachmittag treffen sich die Spielbegeisterten in der Begegnungsstätte.**

Vor allem Brett- und Kartenspiele bringen an den Tischen Vergnügen. Weitere Mitspieler\*innen für die Eröffnung neuer Tische sind herzlich willkommen! Unsere Ansprechpartnerin kümmert sich darum, dass Sie Mitspieler\*innen finden.

| Datum             | Jeden Donnerstag                |
|-------------------|---------------------------------|
| Uhrzeit           | 14:30 – 17:00 Uhr               |
| Ort               | AWO Begegnungsstätte Café 1 + 2 |
| Ansprechpartnerin | Helga Schmidt                   |

## SENIORENCLUB TREFF

Das abwechslungsreiche Programmangebot des Seniorenclubs liegt in der Begegnungsstätte aus. In der Regel besuchen die Teilnehmer\*innen des Seniorenclubs unsere Infoveranstaltungen; ansonsten gibt es Bingo, Rate-, Sing- und Spielerunden und auch die jahreszeitlichen Feste werden in dieser Runde gerne gefeiert.

**Sie sind herzlich willkommen!**

| Datum   | Jeden Dienstag                                 |
|---------|--|
| Uhrzeit | 14:30 Uhr                                      |
| Ort     | AWO Begegnungsstätte Café 1 + 2                |
| Leitung | Andrea Bigalke, Susanne Horn, Monika Schminkel |

# Unser Café – ein Raum für schöne Stunden.



## Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag 8:30 – 11:00 Uhr

Montag bis Donnerstag 14:00 – 16:30 Uhr

Wir bieten Kuchen, Kaffee, verschiedene Teesorten, Cappuccino und Kaltgetränke an.



## NOSTALGIE-CAFÉ

Wir laden Sie wieder herzlich zu unseren nostalgisch gestalteten Sonntagscafés ein.

Sie können von besonderem Geschirr aus unseren Sammeltassen – duftenden Kaffee genießen und leckeren Kuchen essen.

|         |  |
|---------|--|
| Datum   | Sonntag, 05.02., 05.03., 02.04., 07.05. und 04.06.2023 |
| Uhrzeit | Einlass ab 14:15 Uhr                                   |
| Ort     | AWO Begegnungsstätte Café 1 + 2                        |
| Kosten  | je Gedeck 3,50 EUR                                     |



## !NEU! BINGO



Wer schon immer wissen wollte, welchen Reiz das Spielen von Bingo hat, ist herzlich eingeladen. Gemeinsam spielen, in Kontakt kommen und sich austauschen.

**Das Spiel ist leicht zu erlernen und macht viel Spaß!**

|                |   |
|----------------|---|
| <b>Datum</b>   | <b>alle 14 Tage mittwochs, 18.01., 1.02., 15.02.2023 usw.</b> |
| <b>Uhrzeit</b> | <b>14:30 – 16:30 Uhr</b>                                      |
| <b>Ort</b>     | <b>AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2</b>                        |
| <b>Leitung</b> | <b>Marianne Halm</b>  |



## MULTIKULTI – WIR L(I)EBEN VIELFALT – INTERKULTURELLER FRAUENTREFF

Bei Tee, Gebäck und in gemütlicher Atmosphäre lernt man sich kennen und kommt ins Gespräch.

Verschiedene Sprachen, spannende Geschichten – seien Sie dabei, wir freuen uns!

|                          |  |
|--------------------------|--|
| <b>Datum</b>             | <b>Montag, ab dem 16.01.2023</b>       |
| <b>Uhrzeit</b>           | <b>9:30 – 11:00 Uhr</b>                |
| <b>Ort</b>               | <b>AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2</b> |
| <b>Ansprechpartnerin</b> | <b>Lydia Rauch und Uschi Geldery</b>   |



## SENIOREN-AUSTAUSCHTREFF

Einmal im Monat treffen sich **russisch sprechende Senior\*innen** zum geselligen Beisammensein auf der Kegelbahn. Es wird gefeiert, gesungen und gelacht.

Gegessen wird, was jeder so mitbringt: Salzgurken, Vareniki und andere traditionelle Leckereien.

**Jeder kann ohne Voranmeldung an den Treffen teilnehmen.**

|                   |   |
|-------------------|---|
| Datum             | Donnerstag, 19.01., 16.02., 16.03., 20.04., 04.05. und 15.06.2023 |
| Uhrzeit           | 13:00 - 15:00 Uhr   |
| Raum              | Kegelbahn   |
| Ansprechpartnerin | Olga Noetzel  |

## FRAUENGRUPPEN



Unsere beiden Frauengruppen treffen sich abwechselnd zum selbst zusammengestellten Programm und im Café zum gemütlichen Kaffeepauschen. Neue Teilnehmerinnen sind nach Absprache (Tel.: 0214 / 2 31 53) herzlich willkommen.

Darüber hinaus gibt es eine Vielzahl von Gelegenheiten, sich auch zwischendurch zu sehen, zum Spaziergang am Sonntag oder zum Kinobesuch.

|                      |  |
|----------------------|--|
| Datum                | jeden 1./3. oder 2./4. Montag im Monat |
| Ort                  | Café                                   |
| Ansprechpartnerinnen | Petra Jennen oder Andrea Bigalke       |

## ZWAR GRUPPE RHEINDORF / ZWAR GRUPPE HITDORF

### ZWISCHEN ARBEIT UND RUHESTAND FÜR MENSCHEN Ü55

Das kann ich in meiner Freizeit alles machen.

EINFACH MAL KLÖNEN

NEUE HOBBIES FINDEN

ESSEN GEHEN

NETTE LEUTE KENNENLERNEN

SPASS ZUSAMMEN HABEN

EINFACH GEMEINSAM ETWAS UNTERNEHMEN

MENSCHEN MIT GLEICHEN INTERESSEN FINDEN

### LUST DABEI ZU SEIN? WIR FREUEN UNS AUF DICH/EUCH!

|         | Rheindorf  | Hitdorf  |
|---------|--|--|
| Datum   | Donnerstag, 05.01., 19.01.,<br>02.02., 16.02. (Weiberfastnacht)<br>02.03.2023 usw. | Donnerstag, 05.01., 19.01.,<br>02.02., 16.02. (Weiberfastnacht)<br>02.03.2023 usw. |
| Uhrzeit | 18:30 Uhr  | 19:00 Uhr  |
| Ort     | AWO Begegnungsstätte,<br>Königsberger Platz 28<br>51371 Leverkusen, Rheindorf Nord | Villa Zündfunke e.V.,<br>Hitdorfer Str. 196<br>51371 Hitdorf                       |
| Kontakt | Anke Hartmann 0214 / 82 02 597   | Anke Hartmann 0214 / 82 02 597   |

## TRÖDELMARKT

Wir veranstalten einen Trödelmarkt am Sonntag, den 07.05.2023 in unserer AWO Begegnungsstätte. Sie möchten gerne Sachen anbieten und trödeln?

Der Beitrag für die Standgebühr beträgt 7,00 EUR und eine Kuchenpende für unser Kuchenbuffet. **Um besser planen zu können, bitten wir um eine verbindliche Anmeldung bis zum 27.04.2023.**

|         |                      |
|---------|----------------------|
| Datum   | 07.05.2023           |
| Uhrzeit | 12:00 – 17:00 Uhr    |
| Ort     | AWO Begegnungsstätte |

## !NEU! STRICKTREFF – STRICKNADELN KLAPPERN



Du hast Freude am Stricken oder Häkeln und möchtest dies gerne in netter Gesellschaft bei Kaffee oder Tee machen? Du möchtest gerne stricken, Strickanleitungen austauschen oder mit Gleichgesinnten gemeinsam stricken? Dann bist du bei uns richtig.

|                             |   |
|-----------------------------|---|
| <b>Datum</b>                | <b>Jeden Mittwoch ab dem 18.01.2023</b> |
| <b>Uhrzeit</b>              | 15:00 Uhr                               |
| <b>Ort</b>                  | AWO Begegnungsstätte, Cafeteria 1       |
| <b>Ansprechpartnerinnen</b> | Silvia Peters und Lydia Rauch           |



## ZEICHNEN UND MALEN

**Entdecken Sie Ihre Kreativität beim Zeichnen und Malen!** Ob mit oder ohne Vorlagen werden Ihnen in diesem Kurs Kenntnisse in Aquarell-, Acryl-, Tusch- und Pastelltechniken vermittelt.

**Der Kurs kommt nur mit 6 Teilnehmer\*innen zustande.**

|                    |                                       |
|--------------------|---------------------------------------|
| <b>Kursnummer</b>  | <b>MK 033</b>                         |
| <b>Datum</b>       | <b>Montag, 16.01. – 27.03.2023</b>    |
| <b>Uhrzeit</b>     | 15:00 – 17:00 Uhr                     |
| <b>Laufzeit</b>    | 10 x 1,5 Std.                         |
| <b>Gebühr</b>      | 45,00 EUR                             |
| <b>Ort</b>         | AWO Begegnungsstätte Gruppenraum G3/4 |
| <b>Kursleitung</b> | Maria Jaschik                         |

# WILLKOMMEN BEI UNSEREM DISCOTANZABEND

**FÜR ALLE, DIE EINFACH GERNE TANZEN!**

Wir laden tanzbegeisterte Menschen zu unserem Tanzabend ein, frei nach dem Motto „Lust zu tanzen“, Spaß miteinander haben.

Tanzbegeisterte jeden Alters können sich zu abwechslungsreicher Musik aus den 70er, 80er, 90er Jahren bewegen. Es wird eine interessante Musikmischung geben, modernes trifft Oldies but Goldies. Überraschung!

Als Gast erwartet dich: eine große Tanzfläche, eine kleine Bar mit Sekt und Bier sowie viele nette Leute jeden Alters ab Ü 55 und ein lockerer Tanzabend.

|         |  |
|---------|--|
| Datum   | Freitag, 10.03. und 23.06.2023                                   |
| Uhrzeit | ab 19:00 Uhr   |
| Preis   | 7,50 EUR für die Technik   |
| Ort     | AWO Begegnungsstätte Treffpunkt Rheindorf, Königsberger Platz 28 |

DISCO

PARTY



## TISCHKEGELN

Beim Tischkegeln entfällt das lästige Bücken, es wird auf dem Tisch gekegelt. Die hölzerne Kegelbahn mit kleineren Kegeln und Kugeln wird mit Hilfe eines Queues bedient.

Das Tischkegeln macht mindestens so viel Spaß wie das Kegeln auf der Kegelbahn! Dazu gibt es – wenn gewünscht – Kaffee und Kuchen.

Hier lädt der Ortsverein West unter Leitung von **Elisabeth Nathaniel** ein.

|                   |   |
|-------------------|---|
| Datum             | Mittwoch, 11.01., 25.01., 08.02., 22.02., 08.03., 22.03., 05.04., 19.04., 03.05., 17.05., 31.05., 14.06., 28.06. und 12.07.2023 |
| Uhrzeit           | 15:00 Uhr   |
| Gebühr            | kostenfrei  |
| Ort               | AWO Begegnungsstätte Saal 1   |
| Ansprechpartnerin | Elisabeth Nathaniel   |



# Kegelbahn-Vermietung

Unsere Kegelbahn steht kegelfreudigen Seniorengruppen und Gruppen zur Verfügung. Der Zugang zur Kegelbahn ist barrierefrei. So können auch Rollstuhlfahrer problemlos mitmachen.

**Buchung im Büro der AWO Begegnungsstätte (Tel.: 0214 / 2 31 53)**

## AWO SINGERS



**Auf vielfachen Wunsch von Besucher\*innen und ehrenamtlichen Helfer\*innen haben wir einen Singkreis gegründet.**

Im Vordergrund stehen bekannte Volkslieder, Schlager und alte Weisen! Der Spaß beim Singen in der Gruppe soll die Hauptsache sein, Auftritte gibt es bei einem unserer Hausfeste oder z.B. bei Weihnachtsfeiern unserer Gäste. Wer Lust hat mitzumachen, ist herzlich eingeladen! Also: „...drum singe, wem Gesang gegeben! ...“

|                    |  |
|--------------------|--|
| <b>Datum</b>       | <b>Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat</b> |
| Uhrzeit            | 16:00 – 17:30 Uhr                          |
| Gebühr             | kostenfrei                                 |
| Ort                | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2            |
| Ansprechpartner*in | Christa und Josef Hackmann                 |



### AWO Gutschein

Wenn Sie Ihren Lieben zum Geburtstag oder zu Weihnachten einen Gutschein zu einer unserer Veranstaltungen, einen Kurs, Mittagessen oder ein Stadtteilfrühstück schenken möchten, so kommen Sie in unser Büro, wir informieren Sie gerne!

**!NEU! NÄHKURS**

**Ob Hose im Fertigschnitt oder Karnevalskostüm im Eigendesign – unter fachlicher Anleitung nähen die Teilnehmer\*innen hier alles von der Tischdecke bis zum Blazer.**

Sie lernen, wie man ein Schnittmuster in der passenden Größe auskopiert, den Stoff exakt zuschneidet und die Schnittteile richtig zusammensetzt. Nach der ersten Anprobe werden bei Bedarf die erforderlichen Änderungen gemacht, anschließend wird das Modell mit der eigenen Nähmaschine fertiggestellt. Tipps und Hilfen zum Umgang mit der Nähmaschine runden den Kurs ab.

**Bitte Nähutensilien mitbringen.**

|              |  |   |
|--------------|--|---|
| Kursnummer   | <b>GS 322</b>                                | <b>V1 MK 101</b>  |
| <b>Datum</b> | <b>Donnerstag, 19.01. – 25.05.2023</b>       | <b>Montag, 06.02. – 15.05.2023</b>  |
| Uhrzeit      | 19:00 – 22:00 Uhr                            | 18:00 – 21:00 Uhr   |
| Laufzeit     | 15 x 3 Std.                                  | 40 UStd.  |
| Gebühr       | 150,00 EUR                                   | 100,00 EUR  |
| Ort          | AWO Begegnungsstätte                         | AWO Begegnungsstätte  |
| Kursleitung  | Claudia Seegers                              |   |
| Anmeldung    | AWO Begegnungsstätte<br>Tel.: 0214 / 2 31 53 | In Kooperation mit dem AWO<br>Familienseminar. Anmeldung<br>und weitere Auskunft unter<br>Tel.: 02171 / 14 51 |



## STADTTEIL-SENIORENFOREN

In einigen Leverkusener Stadtteilen gibt es sogenannte **Seniorenforen**. Dies sind Arbeitsgruppen, bestehend aus allen an der Seniorenarbeit im jeweiligen Stadtteil Beteiligten – ob ehren- oder hauptamtlich, die sich um die Belange von Senioren\*innen in ihrem Stadtteil kümmern.

Sie treffen sich ca. viermal im Jahr um die Situation von Senior\*innen ihres Stadtteils zu besprechen, Bedarfe festzuhalten, Projekte und Veränderungen anzuschließen, zu diskutieren und sich auszutauschen.

**Alle Senioren der Stadtteile sind dazu herzlich willkommen!**

|                      | Rheindorf  | Hitdorf  |
|----------------------|--|--|
| <b>Datum</b>         | <b>Dienstag, 06.06. und<br/>Mittwoch, 29.03.2023</b> | <b>Mittwoch,<br/>22.03. und 21.06.2023</b>                         |
| Uhrzeit              | 15:00 Uhr  | 15:00 Uhr  |
| Ort                  | AWO Begegnungsstätte<br>Treffpunkt Rheindorf         | Villa Zündfunke Hitdorf<br>Hitdorfer Str. 196,<br>51371 Leverkusen |
| Ansprechpartnerinnen | Andrea Bigalke                                       | Lydia Rauch  |



## KOSTENLOSE RENTENBERATUNG

Auskunft zu allen Fragen der **gesetzlichen Rentenversicherung** und Hilfe bei der Aufnahme von Anträgen gibt **Herr Ernst-Otto Radcke**, Versichertenältester der Deutschen Rentenversicherung.

|                 | 1. Veranstaltung  | 2. Veranstaltung  |
|-----------------|---|---|
| <b>Datum</b>    | <b>2. Mittwoch: 11.01., 08.02.,<br/>08.03., 12.04., 10.05. und<br/>14.06.2023</b> | <b>4. Mittwoch: 25.01., 22.02.,<br/>22.03., 26.04., 24.05. und<br/>28.06.2023</b> |
| Uhrzeit         | 13:00 - 16:00 Uhr   | 11:00 - 16:00 Uhr   |
| Ort             | AWO Begegnungsstätte  | AWO Begegnungsstätte  |
| Ansprechpartner | Ernst-Otto Radcke   | Ernst-Otto Radcke   |



## ALTES LEVERKUSEN

### 90 Jahre Leverkusen – Die Stadtfilme zur Stadtgeschichte

Zum 90. Geburtstag unserer Stadt im Jahr 2020 zeigen wir noch einmal die vier „Stadtfilme“ aus den 60er und 70er Jahren. Die „Imagefilme“, die damals von der Stadt Leverkusen in Auftrag gegeben wurden, erinnern an eine wichtige Zeit der Leverkusener Stadtgeschichte. Sie illustrieren die Entwicklung unserer Stadt und werden von unserem ehemaligen Oberbürgermeister Ernst Küchler kommentiert.

Als Mitbürgerin bzw. Mitbürger haben Sie diese Zeit noch erlebt und werden sich an das eine oder andere Ereignis sicher noch erinnern.

|              |                               |
|--------------|-------------------------------|
| <b>Datum</b> | <b>Dienstag, 07.02.2023</b>   |
| Uhrzeit      | 15:00 Uhr                     |
| Ort          | AWO Begegnungsstätte Saal 1+2 |
| Referentin   | Dieter Muschan                |

## ERSTE HILFE IM SENIORENALTER



**Akute Erkrankungen erkennen und allgemeine Verhaltensregeln bei Notfällen. Hier werden in Kleingruppen in form von Fallbeispielen Herzinfarkt, Schlaganfall und Atemwegsverlegung bearbeitet und praktische Maßnahmen eingeübt.**

Es wird alles angesprochen, was im Notfall wichtig sein könnte. Im Fall eines Falles neben den allgemeinen Verhaltensregeln wäre auch das

Notfallgepäck, die Hausapotheke, der Lebensmittelvorrat, Energievorrat, der Rauchmelder und vieles mehr wichtig.

|                   |  |
|-------------------|--|
| <b>Datum</b>      | <b>Dienstag, 04.04.2023</b>            |
| <b>Uhrzeit</b>    | <b>15:00 Uhr</b>                       |
| <b>Ort</b>        | <b>AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2</b> |
| <b>Referentin</b> | <b>Annemarie Tschense</b>              |

## GEDÄCHTNISTRAINING



**Wer wünscht sich nicht, dass die eigene geistige Fitness erhalten bleibt?**

Dafür kann man etwas tun: stressfreie Übungen fördern die Konzentrationsfähigkeit, das abstrakte Denken und die Merkfähigkeit.

|                   |  |
|-------------------|--|
| <b>Datum</b>      | <b>Dienstag, 02.05.2023</b>            |
| <b>Uhrzeit</b>    | <b>15:00 Uhr</b>                       |
| <b>Ort</b>        | <b>AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2</b> |
| <b>Referentin</b> | <b>Andrea Bigalke</b>                  |

## ROLLATORENTAG



### **Keine Angst vor dem Einstieg mit dem Rollator in den Bus.**

Wie kann ich mit dem Rollator sicher Bus fahren? Das fragen sich viele Senioren\*innen. Aus diesem Anlass bietet die WUPSI an diesem Tag mit dem Seniorenforum Rheindorf und andere ansässige Firmen ein Busfahrtraining an.

**Auch Teilnehmer\*innen ohne Rollator sind herzlich willkommen.  
Ohne Anmeldung und kostenfrei!**

|              |                                       |
|--------------|---------------------------------------|
| <b>Datum</b> | <b>Montag, 28.08.2023</b>             |
| Uhrzeit      | 15:00 Uhr                             |
| Ort          | Außengelände der AWO Begegnungsstätte |

## !NEU! GARTENPROJEKT



### **Ein Garten für uns alle.**

Wir holen den Garten in die Stadt. In Kooperation mit einem Kleingartenverein planen wir im Frühjahr rund um unsere Begegnungsstätte einen Gemüse- und Obstgarten zum „ernten und pflücken“ anzulegen.

Wir suchen für unser neues Projekt ehrenamtliche Gartenfreunde mit denen wir diesen Garten planen, anlegen und bepflanzen. Auch über Spenden von Saatgut- und Setzlingen freuen wir uns sehr.

**Bei Interesse melden Sie sich bitte bei Anke Hartmann Tel.: 0214 / 820 25 97  
E-Mail: [hartmann@awo-lev.de](mailto:hartmann@awo-lev.de)**



# HAUSNOTRUF – SICHERHEIT IM ERNSTFALL

**Ein Knopfdruck am Funkfinger, der als Kette oder Armband getragen wird, genügt und schon sind Sie mit der Notrufzentrale verbunden, die nachfragt, was passiert ist und sofort Hilfe schickt.**

Der Hausnotruf bietet Sicherheit zuhause. Unsere Mitarbeiter\*in kommt zu Ihnen nach Hause, schließt das Gerät an, erläutert die Funktionen und notiert alle Angaben über Ihre Person für die Notrufzentrale.

**Die AWO bietet in Leverkusen zwei Arten von Notrufsystemen an:**

Sie können wählen, ob im Notfall Ihre Angehörigen oder Nachbar\*innen von der Notrufzentrale alarmiert werden, oder ob ein professioneller Dienst zu Ihnen nach Hause kommt und nach Ihnen sieht.

Im ersten Fall entstehen monatliche Kosten von 25,50 EUR, die bei bestehendem Pflegegrad von der Pflegeversicherung übernommen werden. Sollte ein professioneller Dienst eingeschaltet werden, entstehen zusätzliche Kosten von 19,50 EUR pro Monat (inklusive zwei Einsätzen), die nicht von der Pflegeversicherung übernommen werden.

Der Hausnotruf gibt in einer Zeit, in der die Menschen immer älter werden und oft alleine leben, Sicherheit und den Angehörigen Beruhigung.

**Hausnotruf – eine sinnvolle Sache, ebenso wie Hörgerät und Brille**



# Ihre Vorteile im Überblick:

- Rund um die Uhr ganzjährig erreichbar.
- Wir schicken genau die Hilfe, die Sie benötigen.
- Einfache und leicht zu bedienende Technik.
- Inkl. Installation und Wartung.
- Monatlicher Fixpreis ohne versteckte Kosten.
- Jederzeit monatlich kündbar.



**Haben wir Ihr Interesse geweckt? Haben Sie Fragen?**

Unsere Mitarbeiter\*innen, **Karin Kapito** und **Silvia Peters** sind unter der Rufnummer **0214 / 2 31 53** zu erreichen und beraten Sie gerne.

## GESPRÄCHSGRUPPE FÜR ANGEHÖRIGE VON MENSCHEN MIT DEMENZ



Angehörige von Menschen mit Demenz treffen sich jeden 1. Donnerstag im Monat um 17:00 Uhr im Café der Begegnungsstätte. Neben dem persönlichen Austausch der Angehörigen über die oft schwierige Pflegesituation werden auch Fachreferenten zu Vorträgen eingeladen.

Geleitet wird die Gruppe von der Mitarbeiterin der Beratungsstelle für Senioren\* innen und ihrer Angehörigen.

|                  |  |
|------------------|--|
| Datum            | Donnerstag, 05.01., 02.02., 02.03., 06.04., 04.05. und 01.06.2023<br><b>Anmeldung nicht erforderlich, die Teilnahme ist kostenfrei</b> |
| Uhrzeit          | 17:00 Uhr  |
| Ort              | AWO Begegnungsstätte Rheindorf   |
| Gesprächsleitung | Anke Hartmann,<br>Diplomsozialpädagogin / Examierte Altenpflegerin   |



## BETREUUNGS-CAFE „SCHÖNE STUNDEN ERLEBEN“ FÜR MENSCHEN MIT DEMENZ



Immer dienstags und mittwochs finden, begleitet durch geschulte, ehrenamtliche und hauptamtliche Mitarbeiter\*innen, verschiedene Aktivitäten in einer angenehmen Atmosphäre statt. Geselligkeit, Kommunikation, das Anknüpfen an Vergangenes und die Förderung von Sinneswahrnehmungen, Spielen und Singen prägen diese Nachmittage.

An beiden Tagen bieten wir Ihnen auch einen Fahrdienst an. Preise und weitere Informationen nach Absprache. Es handelt sich hierbei um ein Entlastungsangebot für pflegende Angehörige, dessen Kostenbeitrag bei bereits bestehendem Pflegegrad durch die Pflegekasse erstattet wird.

|                  |   |
|------------------|---|
| <b>Datum</b>     | <b>jeweils Dienstag und Mittwoch</b>                                |
| Uhrzeit          | 14:00 – 16:30 Uhr   |
| Ort              | AWO Begegnungsstätte Rheindorf                                      |
| Gesprächsleitung | Anke Hartmann<br>(Diplomsozialpädagogin / Examierte Altenpflegerin) |

**Nur mit Anmeldung möglich: Anke Hartmann Tel.: 0214 / 820 25 97**

## AWO BERATUNGSSTELLE FÜR SENIOREN UND IHRE ANGEHÖRIGEN

### Wir sind für Sie da wenn Sie:

- mit Ihrer Situation unzufrieden sind und etwas verändern wollen
- sich überlastet fühlen
- nicht wissen, wie es weiter geht und wo Sie Hilfe bekommen



### Wir beraten und unterstützen zu folgenden Themen:

- Leben in den eigenen vier Wänden: welche Hilfen gibt es, wie werden sie bezahlt?
- Informationen zu Hausnotruf, häusliche Pflege, altersgerechtem Wohnen, Tagespflege, Heimunterbringung etc.
- Information zu Rente und Pflegeversicherung
- Information über Freizeitangebote, Kultur und Sport
- Beratung in schwierigen Lebenssituationen z. B. Verlust des Partners, Eheschwierigkeiten, Konflikte in der Familie
- Unterstützung und Beratung von pflegenden Angehörigen
- Unterstützung und Beratung pflegender Angehöriger von Menschen mit Demenz
- Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

### Termine für Beratungen und Hausbesuche nach Vereinbarung.

Ihre Gesprächspartnerin ist Anke Hartmann unter 0214 / 820 25 97

**JETZT AUCH IN HITDORF! Beratung zu allen Seniorenfragen.**

**Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat ab dem 19.01., 02.02. und 16.02.23 usw. jeweils um 15:00 Uhr**



## BESUCHSDIENST FÜR SENIOREN UND SENIORINNEN ZUR UNTERSTÜTZUNG PFLEGENDER ANGEHÖRIGER



In der AWO Begegnungsstätte Rheindorf gibt es einen Besuchsdienst mit ehrenamtlichen Mitarbeiter\*innen.

Sie unterstützen sowohl allein lebende Senior\*innen, als auch pflegende Angehörige, machen kleinere Besorgungen, begleiten bei Arztbesuchen, gehen mit spazieren oder haben ein offenes Ohr bei einer Tasse Kaffee zu Hause.

Die Ehrenamtlichen werden durch Anke Hartmann angeleitet und fortgebildet. Hierzu finden regelmäßige Treffen statt.

|                |  |
|----------------|--|
| <b>Termine</b> | <b>Donnerstag, 26.01., 23.02., 30.03., 27.04., 25.05. und 29.06.2023</b> |
| <b>Uhrzeit</b> | <b>14:00 – 15:00 Uhr</b>   |

**Gesucht werden weitere ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen für den Besuchsdienst! Kontakt: Anke Hartmann (Tel.: 0214 / 820 25 97)**

## AWO MITTAGSTISCH

Immer Montag bis Freitag gibt es zwei Menüs zur Auswahl mit Vorsuppe, Hauptgericht und Nachspeise zum günstigen Preis von 5,50 EUR.

Bestellungen sollten bis 11:00 Uhr am Vortag oder bis zu einer Woche im voraus erfolgen!

### Unser Mittagstisch:

- Täglich frisch gekochtes Essen
- Mittagessen um die Ecke
- In Gesellschaft schmeckt es besser
- Nicht mehr kochen müssen
- Günstiger Preis
- Nette Atmosphäre





## STADTTEILFRÜHSTÜCK

Frühstücken in geselliger Runde in der AWO Begegnungsstätte Rheindorf. Es gibt Kaffee/Tee „satt“ und ein reichhaltiges Frühstücksbuffet!

|         |   |
|---------|---|
| Datum   | Jeden 2. & 4. Mittwoch im Monat: 11.01., 25.01., 08.02., 22.02., 08.03., 22.03., 12.04., 26.04., 10.05., 24.05., 14.06. und 28.06.2023<br><b>Anmeldung erforderlich</b> |
| Uhrzeit | jeweils ab 8:30 Uhr   |
| Gebühr  | 7,00 EUR  |



## WAFFELNACHMITTAG AM MITTWOCH

Ob mit Puderzucker, Sahne oder Kirschen – einmal im Monat bieten wir **frisch gebackene Waffeln** in unserem Café an. Kommen Sie mit Freunden oder Familie zu einem gemütlichen Kaffeenachmittag!

Jeden 3. Mittwoch im Monat

|         |   |
|---------|---|
| Datum   | Mittwoch, 18.01., 15.02., 15.03., 19.04., 17.05. und 21.06.2023 <b>Anmeldung erforderlich</b> |
| Uhrzeit | jeweils 15:00 – 16:30 Uhr   |

## WAFFELBACKEN IN HITDORF

**Wir sind auch in Hitdorf im neuen Bürgerzentrum „Villa Zündfunke“ aktiv!**

Alle zwei Wochen gibt es dort leckere, frisch gebackene Waffeln, ob mit Puderzucker oder Sahne und Kirschen. Kommen Sie mit Freunden oder Familie und verbringen einen netten „Kaffee- und Waffelnachmittag“.

|                   |   |
|-------------------|---|
| Datum             | <b>Donnerstag, jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat</b>                |
| Uhrzeit           | ab dem 19.01. , 02.02. und 16.02.23 usw. jeweils um 15:00 Uhr         |
| Ort               | Villa Zündfunke e.V., Hitdorfer Str. 196, 51371 Hitdorf               |
| Ansprechpartnerin | Anke Hartmann<br>Tel. 0214 / 2 31 53 oder E-Mail: hartmann@awo-lev.de |



## GROSSES GRÜNKOHLESSEN

In der Gemeinschaft schmeckt's am besten! Wer diese alte Weisheit noch mit einem leckeren, deftigen Essen verbinden möchte, ist zu unserem Grünkohlessen herzlich eingeladen!! Es gibt Grünkohl mit Mettwurst und Kassler, als Nachtisch Rote Grütze und dazu ein kleines Verdauungsschnäpschen!

|                |                                 |                                 |
|----------------|---------------------------------|---------------------------------|
| <b>Termine</b> | <b>Mittwoch, 25.01.2023</b>     | <b>Anmeldung bis 17.01.2023</b> |
| <b>Uhrzeit</b> | ab 12.00 Uhr                    |                                 |
| <b>Ort</b>     | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2 |                                 |
| <b>Preis</b>   | siehe Aushang                   |                                 |



## HERINGSSTIPP-ESSEN

Heringstipp mit Pellkartoffeln zum satt essen, ein Schnäpschen hinterher – lecker!

|                |                                 |                                 |
|----------------|---------------------------------|---------------------------------|
| <b>Termine</b> | <b>Mittwoch, 22.02.2023</b>     | <b>Anmeldung bis 14.02.2023</b> |
| <b>Uhrzeit</b> | ab 12.00 Uhr                    |                                 |
| <b>Ort</b>     | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2 |                                 |
| <b>Preis</b>   | siehe Aushang                   |                                 |



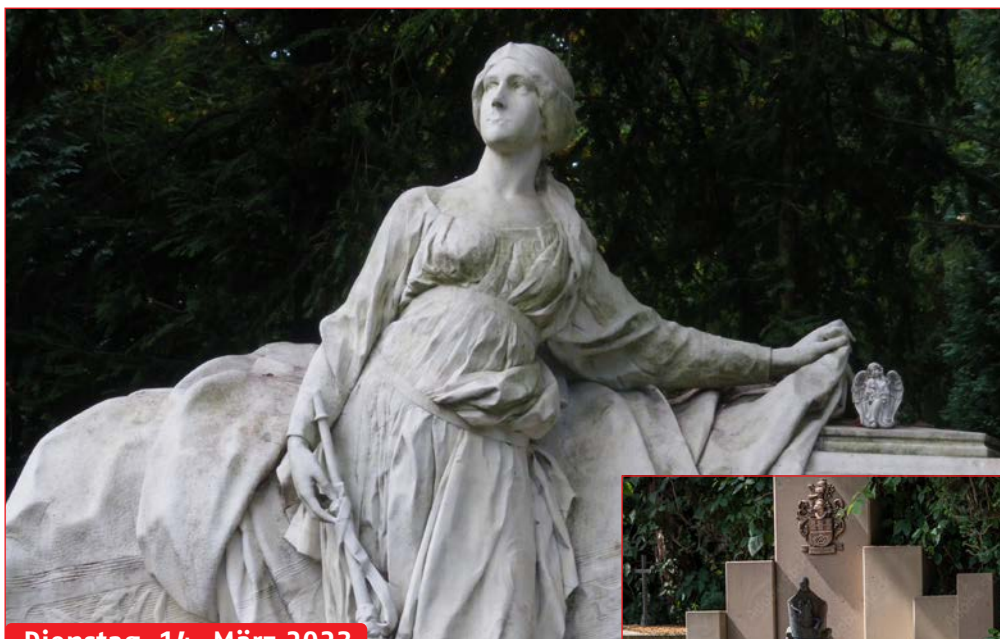
## FESTLICHES SPARGELESSEN

Ein ganz besonderes Essen möchten wir wieder im Mai anbieten: am festlich gedeckten Tisch, in stilvoller Atmosphäre werden Spargel in verschiedenen Variationen und passender Wein serviert.

|                |                                 |                                 |
|----------------|---------------------------------|---------------------------------|
| <b>Termine</b> | <b>Mittwoch, 07.06.2023</b>     | <b>Anmeldung bis 30.05.2023</b> |
| <b>Uhrzeit</b> | ab 18.00 Uhr                    |                                 |
| <b>Ort</b>     | AWO Begegnungsstätte Saal 1 + 2 |                                 |
| <b>Preis</b>   | siehe Aushang                   |                                 |

Anmeldungen & Infos zu den Ausflügen unter: 0214 / 2 31 53. Anmeldung zu den Ausflügen bis jeweils 14 Tage vor dem Veranstaltungsdatum!

Alle Ausflüge finden nur mit einer Mindestteilnehmerzahl von 25 Personen statt!



Dienstag, 14. März 2023

# MELATEN- FRIEDHOF KÖLN

MELATEN ist auf eine besondere Weise nicht nur ein Ort des Todes, sondern einer des prallen Lebens und das macht seine Faszination aus.

Hier sind nicht nur die Ruhestätten der Familie Millowitsch, Willi Ostermann, Jupp Schmitz oder Dirk Bach zu besuchen, auf MELATEN lebt Kunstgeschichte.

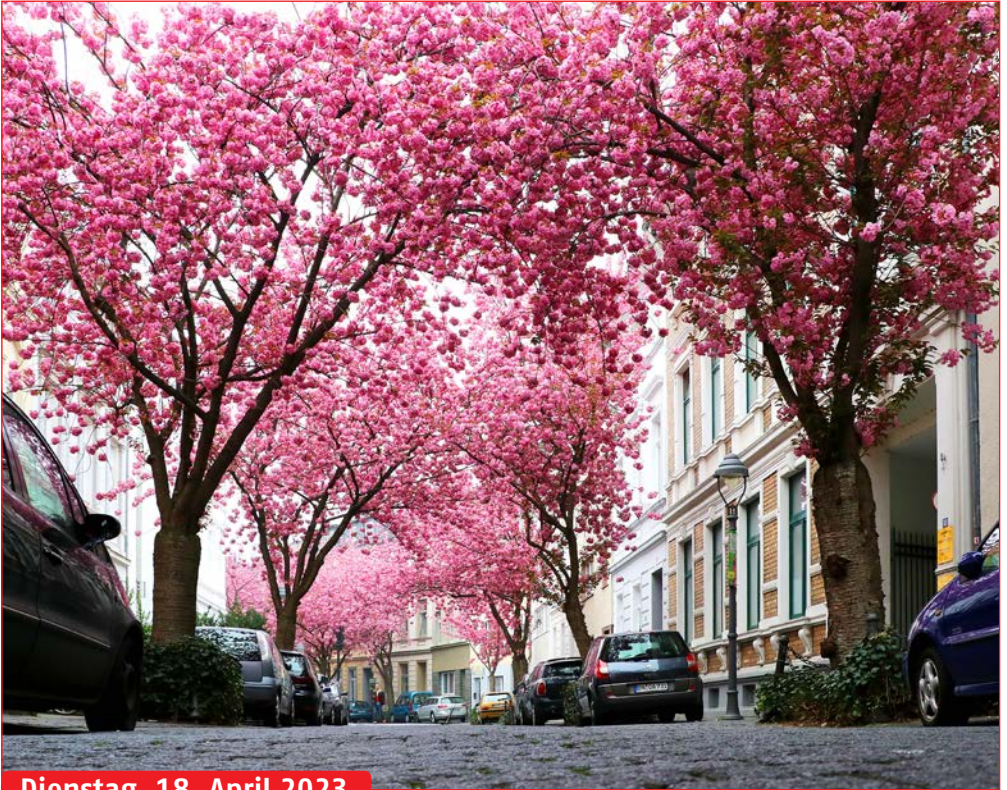
Nicht wie in einem Museum, sondern offen, für jeden zugänglich und im originalen Kontext.

Bitte beachten Sie, dass durch Corona die Preise der Ausflüge von dem angegebenen Preis abweichen können!



## Der Ausflug im Überblick:

- Abfahrt: 12:30 Uhr ab AWO Begegnungsstätte
- Rückfahrt: 16:00 Uhr ab Köln
- Preis **34,00 EUR** inkl. Bus und Führung
- Anmeldung: bis 28.02.2023



**Dienstag, 18. April 2023**

# KIRSCHBLÜTE IN BONN

Im Frühling gibt es in der Bonner Altstadt ein besonderes Naturereignis zu bewundern: Unzählige Kirschblüten entfalten in den ersten wärmeren Apriltagen ihre volle Blütenpracht und verwandeln die Straßen in ein rosa Blütenmeer.

Heerstraße und Breite Straße gleichen regelrechten Kirschblütentunneln. Genießen Sie die Blütenpracht und lassen sich in einem der zahlreichen Cafés und Einkehrmöglichkeiten verwöhnen.

## Der Ausflug im Überblick:

- **Abfahrt:** 11:00 Uhr ab AWO Begegnungsstätte
- **Rückfahrt:** 16:00 Uhr ab Bonn
- **Preis:** 23,00 EUR inkl. Bus
- **Anmeldung:** bis 4.03.2023

Bitte beachten Sie, dass durch Corona die Preise der Ausflüge von dem angegebenen Preis abweichen können!



Bild: Frank Laumen

Dienstag, 09. Mai 2023

# STADTRUNDFAHRT IN LEVERKUSEN

Seit mehr als 15 Jahren bietet der Verein „Leverkusen – ein starkes Stück Rheinland“ die Stadt Leverkusen per Bus näher kennenzulernen.

Innerhalb der ca. vierstündigen Rundfahrt werden viele interessante Eindrücke der Stadt Leverkusen geboten und die zahlreichen Facetten der Region gezeigt.

Natürlich gehören Anekdoten zur Stadtgeschichte und Neuerungen in der Stadtentwicklung; wie zum Beispiel die „Neue Bahnstadt Opladen“ oder Leverkusen als junge Stadt am Rhein mit zu den Inhalten dieser Tour.



## Der Ausflug im Überblick:

- **Abfahrt:** 12:00 Uhr ab AWO Begegnungsstätte
- **Preis:** 25,00 EUR  
inkl. Stadtrundfahrt (mit Führung) Kaffee und Kuchen
- **Anmeldung:** bis 25.04.2023

Bitte beachten Sie, dass durch Corona die Preise der Ausflüge von dem angegebenen Preis abweichen können!





**Dienstag, 06. Juni 2023**

## SCHLOSS BENRATH

Von der AWO Begegnungsstätte fahren wir mit dem Bus nach Schloss Benrath. Schloss Benrath im Süden Düsseldorfs ist mit seinen markanten rosafarbenen Gebäuden, dem großzügigen Parkwald und den üppigen Gärten eines der am besten erhaltenen architektonischen Gesamtkunstwerke aus dem 18. Jahrhundert.

Sie können das Museum und den Park ausgiebig besichtigen und anschließend im Café einkehren oder den Museumsshop besuchen, anschließend erfolgt die gemeinsame Rückfahrt nach Leverkusen.

**Bitte beachten Sie, dass durch Corona die Preise der Ausflüge von dem angegebenen Preis abweichen können!**

### Der Ausflug im Überblick:

- Abfahrt: 11:00 Uhr ab AWO Begegnungsstätte
- Rückfahrt: 15:00 Uhr Benrath
- Preis: **32,00 EUR** inkl. Bus und Eintritt
- Anmeldung: bis 23.05.2023



# DIE AWO TAGESPFLEGE WIE EIN ZWEITES ZUHAUSE.

Mit unseren  
Tagespflegen unterstützen wir den Wunsch vieler  
Menschen, weiter zu Hause wohnen bleiben zu können.

## Unsere Tagespflegen:



### Tagespflege Rheindorf - 24 Plätze

In Rheindorf-Nord direkt am  
Marktplatz gelegen mit einer  
wunderschönen Garten- und  
Terrassenanlage und neuen  
großzügigen Räumlichkeiten.



### Tagespflege Schlebusch - 14 Plätze

In Schlebusch gelegen mit  
einer Terrasse und Zugang zur  
Grünanlage mit Tiergehege.



### Tagespflege Lützenkirchen - 18 Plätze

Direkt am neuen Dorf- und  
Marktplatz von Lützenkirchen  
gelegen. Ein Leuchtturm-  
projekt für den Stadtteil mit einem Quartiersraum  
für Veranstaltungen des Gemeinwesens.

## Unser Angebot:

- Mahlzeiten
- Behandlungspflege
- Aktivierende Hilfen
- Allgemeine Pflegeleistungen
- Persönliche Betreuung der Angehörigen
- Sport- und Entspannung
- Musik- und Unterhaltung
- Gedächtnistraining
- Gemeinsam Feste feiern
- Kognitives Training
- Bewegung- und Motorik
- Spiele und Lektüre
- Kino und Filme
- Tierbesuchsdienst
- Und vieles mehr

Alle weiteren Informationen zu den Tagespflegen, Preisen, Kontakt etc.  
erhalten Sie unter: [www.awo-tagespflege-lev.de](http://www.awo-tagespflege-lev.de)

# FAHRT INS BLAUE

**Wohin es geht, wird wie immer nicht verraten!**

Sicher sind: eine schöne Busfahrt, eine idyllische Landschaft, eine Bergische Kaffeetafel in gemütlicher Atmosphäre. Genießen Sie mit uns ein paar schöne Stunden.

**Dienstag, 11. Juni 2023**

## Der Ausflug im Überblick:

- Abfahrt 13:30 Uhr ab Begegnungsstätte
- Rückfahrt 17:00 Uhr
- **Preis auf Anfrage**
- Anmeldung: bis 27.06.2023

## AWO-Reisen 2023

Auch im Jahr 2023 wird die Arbeiterwohlfahrt wieder auf Reisen gehen. Folgende Reiseziele sind in der Planung, Interessierte können sich die Termine vormerken:

- **Stonsdorf: 07. – 14.05.2023**
- **Thüringen: 12. – 17.09.2023**

Die konkreten Reiseausschreibungen werden ab Mitte Januar 2023 an alle ehemaligen Mitreisenden verschickt. Ab diesem Zeitpunkt liegen die Flyer auch in der Begegnungsstätte Rheindorf zur Abholung bereit.



## DAS AWO EHRENAMT – DENN HELFEN MACHT SPASS!

Das Angebot der AWO Begegnungsstätte lebt durch seine ehrenamtlichen Helfer\*innen. Sie setzen sich in den unterschiedlichen Bereichen mit unterschiedlichem Zeitaufwand jedoch alle mit dem gleichen Engagement ein.

Dabei werden sie durch Fortbildung, Austausch, Beratung aber auch vergnüglichen Treffen durch unsere hauptamtlichen Mitarbeiterinnen begleitet.

**In folgenden Bereichen sind die Ehrenamtlichen in der Begegnungsstätte tätig:**

- Service rund um Café, Mittagstisch und Veranstaltungen
- Betreuungscafe für Menschen mit Demenz
- Besuchsdienst für Senior\*innen
- Begleitung von Ausflügen, Kursen und Gruppen

Ein Flyer gibt Auskunft rund um das Ehrenamt bei der AWO Leverkusen. Auf Wunsch kann er zugesandt werden und wir stehen für ein Informationsgespräch gerne zur Verfügung.

### **Computer Unterstützer gesucht!**

Wir sind alle ü 55 und suchen jemanden, der uns bei Computerfragen in Word, Excel Funktionen etc. regelmäßig zur Seite steht. Jede Art der Unterstützung ist willkommen!

# Datum für Ehrenamtliche

## **Treffen aller ehrenamtlichen Helfer- und Helferinnen:**

04.01., 01.02., 01.03., 05.04., 03.05. und 07.06.2023

## **Treffen der Ehrenamtlichen des Besuchsdienstes:**

26.01., 23.02., 30.03., 27.04., 25.05. und 29.06.2023 jeweils um 14:00 Uhr

## **Treffen für Ehrenamtliche zur Vorbereitung des Betreuungscafe für Menschen mit Demenz:**

jeweils nach dem Betreuungscafé

## **Reiseleitertreffen:**

16.01.2023 um 13:30 Uhr

## **Geburtstagsfeier für alle Geburtstagskinder aus dem Jahr 2022**

20.01.2023 um 15:00 Uhr

## **Ehemaligen-Ehrenamtler Treff:**

24.03., 23.06., 22.09. und 15.12.2023

## **Fortbildung:**

07.03.2023

*Einfach QR-Code mit der Handy-Kamera scannen und direkt zum Ehrenamt gelangen.*



**Was bedeutet überhaupt Ehrenamt? Sie wollten schon immer ehrenamtlich aktiv werden und etwas für sich selbst und andere tun?**

Auf unserer Homepage unter [www.awoleverkusen.de/das-awo-ehrenamt/](http://www.awoleverkusen.de/das-awo-ehrenamt/) finden Sie ausführliche Informationen! **Wir freuen uns auf Sie!**



Bezahlbaren oder kosten-  
freien Wohnraum gegen  
Unterstützung im Alltag.



WOHNEN FÜR HILFE –

**MITEINANDER STATT ALLEIN.**

*Wir bringen Jung und Alt zusammen.*

Weitere Informationen, Kontakt sowie Biet- und Suchangebote unter:  
[www.awo-wohnen-fuer-hilfe-lev.de](http://www.awo-wohnen-fuer-hilfe-lev.de) | Tel.: 0214 / 82 02 597

# Organisation



## Träger:

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Leverkusen e. V.  
Königsberger Platz 26, 51371 Leverkusen-Rheindorf  
Tel.: 0214/2606-0  
E-Mail: kreisverband@awo-lev.de

## Kontoverbindung:

IBAN: DE15 3755 1440 0100 0061 05 | BIC: WELADEDLLEV

**Die AWO hilft – helfen Sie der AWO. Werden Sie Mitglied!**

*Wenden Sie sich an die Mitarbeiter\*innen im Haus.*

## Finanzierung:

Die Begegnungsstätte „Treffpunkt Rheindorf“ wird finanziert durch Mittel der Altenstiftung der Sparkasse Leverkusen, durch Zuschüsse der Stadt Leverkusen, Teilnehmer\*innenbeiträge und Eigenmittel der Arbeiterwohlfahrt.

## Das Team der Begegnungsstätte:



Lydia Rauch  
*Leitung*



Anke Hartmann  
*Beratung*



Andrea Bigalke  
*Gruppen und Kurse*



Silvia Peters  
*Verwaltung,  
Hausnotruf*



Karin Kapito  
*Hausnotruf*



Gülsah Sagir  
*Verwaltung*



Heike Schaaf  
*Hauswirtschaft*



Merijet Limani  
*Hauswirtschaft*



# Wunsch. Los. Glücklich.

**Mit PS – der Lotterie  
der Sparkasse.  
Sparen, gewinnen  
und Gutes tun.**

- ✓ Erfüllen Sie sich und anderen kleine und große Träume.
- ✓ Schon ab 5,00 Euro im Monat sind Sie dabei.
- ✓ Monatlich warten bis zu 250.000 Euro auf Sie\*.
- ✓ Und Sie fördern automatisch gemeinnützige Projekte oder Anschaffungen in Leverkusen.

\* Mehr als jedes 9. Los gewinnt. Die Chance auf den Höchstgewinn liegt bei 1:10 Mio.  
Teilnahme am „PS-Sparen und gewinnen“ ist ab 18 Jahren möglich. Spielen kann süchtig machen!  
Informationen zur Spielsucht, Prävention und Behandlung erhalten Sie unter [www.bzga.de](http://www.bzga.de) oder kostenlos unter Tel.-Nr.: 0800 137 27 00.



**Sparkasse  
Leverkusen**