Angebote der Seniorenbegegnungsstätte der Stadt Sankt Augustin

Unsere Veranstaltungen sind Orte der Begegnung, des gemeinsamen Lernens, des Austauschs und des persönlichen Miteinanders. Wir freuen uns auf Sie!

APRIL - JUNI 2024

Liebe Besucherinnen und Besucher der Seniorenbegegnungsstätte der Stadt Sankt Augustin,

das Team der Begegnungsstätte freut sich, Ihnen das neue Programmheft zu präsentieren.

Wir bitten für alle Veranstaltungen:

1. Die Teilnahme ist nur nach vorheriger Anmeldung möglich (Ausnahme: Wanderungen).

2. Anmeldungen bitte unter der Telefonnummer 02241 243 340 oder unter der Mail-Adresse club@sankt-augustin.de

3. Anmeldungen bitte während der Bürozeiten: Montag – Donnerstag von 10:00 – 12:00 Uhr und von 14:00 – 16:00 Uhr

4. Anmeldungen sind jeweils für sich und eine weitere Person möglich

5. Bei einigen Veranstaltungen gibt es eine Teilnehmerbegrenzung. Wir bitten um Verständnis, dass Sie nicht an allen Veranstaltungen teilnehmen können.

6. Änderungen vorbehalten. Trotz sorgfältiger Planung kann es zu Änderungen kommen. Dafür bitten wir ebenfalls um Verständnis.

Zu Ihrer Information

Für die Teilnahme an Kursen gilt: Bitte beachten Sie die neu geltenden Teilnahmebedingungen und Datenschutzrichtlinien. Diese können Sie bei der Seniorenbegegnungsstätte oder auf der Homepage der Stadt Sankt Augustin einsehen.

Sie erhalten jeweils für jeden Kurs eine Rechnung mit individueller Rechnungsnummer. Bitte überweisen Sie die Kursgebühr erst nach Rechnungserhalt mit Angabe dieser Rechnungsnummer.

Für die Teilnahme an Wanderungen gilt: Eine gute körperliche Verfassung, Trittsicherheit und gutes Schuhwerk sind Voraussetzung. Gesundheitliche Probleme sollten ärztlich abgeklärt werden. Die Teilnahme erfolgt auf eigenes Risiko. Kurzfristige Änderungen, z.B. wegen neuer Wetterlage, sind möglich.

Wir bedanken uns für Ihr Interesse an unseren vielfältigen Angeboten und wünschen Ihnen viel Freude an der Teilnahme!

Haben Sie weitere Wünsche und Anregungen für Angebote der Seniorenbegegnungsstätte? Dann teilen Sie uns dies gern mit! Wir freuen uns über Ihre Vorschläge!

“Gute-Laune-Treff” -
“Immer wieder sonntags”

Wir freuen uns, ein neues und herzliches Angebot anzukündigen!

Ab dem **17. März 2024** wird einmal im Monat von **14:30 bis 16:30 Uhr** der "Gute-Laune-Treff" eröffnet, ein offener Treffpunkt für Menschen jeden Alters und Hintergrunds, die sich einsam fühlen und gemeinsam mit anderen eine schöne Zeit verbringen möchten. Weitere Termine sind geplant am **28. April, 26. Mai und 23. Juni 2024**.

Als Leitziel "Gemeinsam ist man nicht allein" bietet der „Gute-Laune-Treff“ eine Gelegenheit zum Austausch, zum Spaßhaben und dazu, neue Bekanntschaften zu schließen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Für ein geringes Entgelt werden während des Treffens erfrischende Getränke, Kaffee/Tee und Gebäck ausgegeben. Zusätzlich besteht die Möglichkeit für alle, die gerne mitwirken möchten, sich aktiv am „Gute-Laune-Treff“ zu beteiligen. Dies kann beinhalten, selbstgebackenen Kuchen zur Verfügung zu stellen, sich am Programm zu beteiligen, mitzuhelfen bei den Vor- und Nachbereitungen oder für unterhaltsame Momente zu sorgen. Gemeinsam schaffen wir eine positive und einladende Atmosphäre, in der sich jede*r willkommen fühlen kann. Der "Gute-Laune-Treff" ist eine Initiative, die darauf abzielt, Menschen zusammenzubringen und eine positive Gemeinschaft zu fördern. Wir freuen uns darauf, Sie im „Gute-Laune-Treff“ begrüßen zu dürfen.

Für weitere Informationen oder bei Interesse, an dem „Gute-Laune-Treff“ mitzuhelfen, stehen wir gerne zur Verfügung. Kontaktieren Sie uns unter: 02241 243 340 oder club@sankt-augustin.de

Seniorengymnastik mittwochs

Bewegung im Alter: Körper und Geist gemeinsam fördern

Regelmäßige Bewegung im Alltag und körperliche Aktivitäten tragen nachweislich zur Gesundheit und zu einem verbesserten physischen und geistigen Wohlbefinden gerade älterer Menschen bei.

Mit Bewegung wird unter anderem das Gleichgewicht trainiert und die Beweglichkeit von Muskeln und Gelenken gefördert, was beispielsweise hilft, Stürze zu vermeiden. Durch eine gezielte Bewegungsförderung im Alter lassen sich Alltagskompetenzen und alltägliche Bewegungsabläufe länger aufrechterhalten, die ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben ermöglichen. Dies verbessert die Lebensqualität und minimiert die Pflegebedürftigkeit. In einer Gruppe macht die Bewegung mehr Spaß nach dem Motto „Gemeinsam statt einsam.“

In unserer Mittwochsgymnastik im Sitzen und Stehen, die von 13 Uhr bis 13.45 Uhr im Ballettsaal der Musikschule stattfindet, sind Plätze frei.

Haben Sie Lust an diesem Angebot teilzunehmen, dann einfach anrufen unter 02241 243 340 oder eine Mail senden an: club@sankt-augustin.de

Hab’ Sonne im Herzen

“Hab Sonne im Herzen” ist eine gesellige Vorlesestunde mit Gesprächen über die Texte.
Die Ehrenamtlerin Frau Velte wird federführend die Stunde anleiten und Themen und Geschichten und Gedichte vorbereiten. Aber auch aus den Reihen der Teilnehmenden sind mitgebrachte Texte herzlich willkommen. Berührendes, Nachdenkliches, Heiteres und Lustiges soll geteilt und sich darüber ausgetauscht werden. Wir freuen uns auf Sie!

Datum: freitags, und zwar am 19.4.,17.5. und 21.6.24
Uhrzeit: 11.00 Uhr bis 12.00 Uhr
Ort: Begegnungsstätte CLUB

Anmeldung: persönlich oder telefonisch (02241 243 340) während der Bürozeiten oder per Mail (club@sankt-augustin.de)

PC-Treff Sankt Augustin

Profitieren Sie vom Wissen der anderen Teilnehmer*innen und stellen Sie fest, dass Sie mit Ihren Fragen bezogen auf die Nutzung von PCs und dem Internet nicht alleine dastehen.

Der PC-Treff ermöglicht den Teilnehmenden eigene Themen einzubringen und diese intensiv zu behandeln. Er ist ein offenes Angebot für ältere Menschen, das in der Regel ein Mal im Monat (montags vormittags) stattfindet. Dabei unterstützen sich die Teilnehmenden untereinander bei Fragen und Schwierigkeiten und helfen sich gegenseitig weiter. Darüber hinaus werden interessante Anwendungen und Möglichkeiten nach Wunsch und Aktualität besprochen.

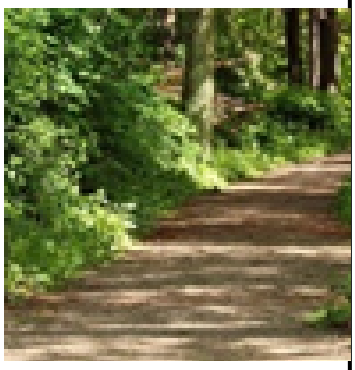
Zurzeit moderiert Herr Güthler den PC-Treff, aktuelles Thema ist die Nutzung von “excel”, als nächstes Thema ist “word” angedacht.

Nächste Termine: 08.04./13.05./10.06.24 , jeweils um 10 Uhr

Bringen Sie bitte Ihr eigenes Gerät mit. Es werden PC-Grundlagenkenntnisse vorausgesetzt. Bitte melden Sie sich zu jedem Termin an. Die Anzahl der Teilnehmenden pro Treffen ist auf 10 Personen begrenzt.

Wir freuen uns auf Sie – also gleich anmelden.

Regelmäßige Veranstaltungen - MONTAG

	**Nordic Walking Treff** im Niederpleiser Wald	**Wöchentlich** **von 10:00 – 11:00 Uhr** Treffpunkt: Waldparkplatz, Alte Heerstraße, St. Augustin Absprache über WhatsApp
	Kurs: Gleichgewichts-training mit Anna Buchholz, Physiotherapeutin „Wer rastet, der rostet!“	**Wöchentlich** **8.4./15.4./22.4./29.4./6.5./13.5./27.5./ 3.6./24.6./1.7.** **10:00 – 11:00 Uhr & 11:00 – 12:00 Uhr** **Je Kurs 60 €** Treffpunkt: Ballettsaal der Musikschule
	Kurs: Tanzen mit Conny Kokott, Tanzsportleiterin „Bewegung, die gute Laune macht!“	Die Tanzkurse mit Conny Kokott finden erst wieder nach den Sommerferien statt
	Treffen pflegender Angehöriger „Offenes Ohr“	**In der Regel 3. Montag im Monat** **15.4., 27.5., 17.6.** **10:30 – 11:30 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte

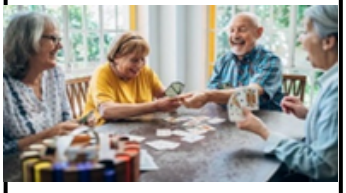
Regelmäßige Veranstaltungen - MONTAG

	Spielenachmittag	**Wöchentlich** **14:00 – 16:30 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte
	Literatur-werkstatt	**22.4./6.5./3.6./17.6.** **17:45 – 19:15 Uhr – Gruppe 1** **mit Chris Nolde** **8.4./22.4./13.5./27.5./10.6./24.6.** **19:30 – 21:45 Uhr – Gruppe 2** **mit Dr. Niowe Bark** Treffpunkt: Begegnungsstätte

Die Aufgaben unserer Begegnungsstätte sind:

- die Förderung von Selbsthilfeaktivitäten und Selbsthilfe-potentialen
- Aktivierung, Kommunikation und das Herstellen von sozialen Beziehungen
- gesellige Aktivitäten und die Vermittlung von ehren-amtlichem Engagement
- Bereitstellen von Information

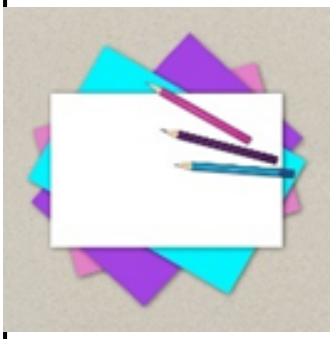
Regelmäßige Veranstaltungen - DIENSTAG

	VHS-Kurs Englisch-konversation Morning Refresher B1	**Wöchentlich** **8:45 – 10:15 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte **Die Anmeldung erfolgt über die VHS Rhein-Sieg!**
	Kurs: Qi-Gong mit Wolfgang Hoffmann, Qi-Gong-Lehrer	**Wöchentlich** **16.4./23.4./30.4./7.5./28.5./ 4.6./11.6./18.6./25.6./2.7.** **10:30 – 11:30 Uhr – Kurs 1 Fortgesch.** **11:45 - 12:45 Uhr – Kurs 2 Anfänger** **Je Kurs 60 €** Treffpunkt: Ballettsaal der Musikschule
	Gedächtnis-training	**Monatlich** **16.4./14.5./11.6.** **11:00 – 12:00 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte
	**Spielenachmittag**	**Wöchentlich** **14:00 – 16:30 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte

Regelmäßige Veranstaltungen - MITTWOCH

	Wandergruppe Details zu den Wanderungen siehe weiter hinten im Heft	**Monatlich** **3.4./8.5./5.6.** **Um 9.00 Uhr** Treffpunkt: vor der Begegnungsstätte
	Radwander-gruppe Details zu den Radwanderungen siehe weiter hinten im Heft	**17.4./15.5./29.5./12.6./26.6.** **Um 10.00 Uhr** Treffpunkt: vor der Begegnungsstätte
	Kurs: Senioren-gymnastik im Sitzen und Stehen mit Hilde Blumenberg, Übungsleiterin	**Wöchentlich** **17.4./24.4./8.5./15.5./22.5./5.6./ 12.6./19.6.** **8 Termine** **13:00 – 13:45 Uhr** **Kosten: 40 €** Treffpunkt: Ballettsaal der Musikschule
	Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr Themen siehe weiter hinten im Heft	**Wöchentlich** **14:00 – 15:00 Uhr Kaffee & Kuchen** **15:00 – ca. 16:30 Uhr Programm** Treffpunkt: Begegnungsstätte

Regelmäßige Veranstaltungen - DONNERSTAG

	Kurs: Yoga mit Monika Schmitz, Yogalehrerin	**Wöchentlich** **11.4./18.4./25.4./2.5./16.5./23.5./ 20.6./27.6.** **9:30 – 10:45 Uhr** **11:00 – 12:15 Uhr** **Je Kurs 56 €** Treffpunkt: Ballettsaal der Musikschule
	Smart-Café Umgang mit dem Smart-Phone, Tablet oder PC	**Wöchentliche 1-zu-1-Betreuung, vorab telefonische Terminvereinbarung erforderlich** **10:00 – 11:00 Uhr oder** **11:30 – 12:30 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte
	**Ideenwerkstatt** jeweiliges Thema siehe weiter hinten im Heft	**Monatlich** **Termine: 11.4./2.5./20.6.** **14:00 – 16:00 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte

Regelmäßige Veranstaltungen - FREITAG

	Frühstück des Senioren-Netz-Werkes	**Monatlich** **5.4./3.5./7.6.** **9:30 – 11:00 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte **Anmeldung unter fjmueller@seniorennetzwerk-sankt-augustin.de**
	Kurz-Wandergruppe Details zu siehe weiter hinten im Heft	**Monatlich** **5.4./3.5./7.6.** **Um 10:45 Uhr** Treffpunkt: vor der Begegnungsstätte
	Wandergruppe Details siehe weiter hinten im Heft	**Monatlich** **19.4./24.5./21.6.** **Um 10:45 Uhr** Treffpunkt: vor der Begegnungsstätte
	Interkultureller Frauentreff mit Shirin Abdul Hanan	**2 Mal im Monat** **12.4./26.4./10.5./24.5./14.6./28.6.** **10:00 – 12:00 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte

Regelmäßige Veranstaltungen - FREITAG

	Kurs: Feldenkrais mit Bettina Heyne, Feldenkrais-Lehrerin	**Wöchentlich** **12.4./19.4./26.4./3.5./24.5./31.5.** **7.6./14.6./21.6./28.6./12.7./19.7.** **11:00 – 12:30 Uhr** **Kosten: 96 €** Treffpunkt: Ballettsaal der Musikschule
	Kurse: Malen mit Margareta Schulz, Malkursleiterin	**Wöchentlich** **Laufende Kurse bis 26.4.,** **neue Kurse ab 4.5.,** **dann wieder 8 Termine** **Kosten: je Kurs 48 €** **14:00 – 16:15 Uhr Malkurs 1** **17:00 – 19:15 Uhr Malkurs 2** Treffpunkt: Begegnungsstätte
	Hab' Sonne im Herzen mit Maria Velte, Beschreibung siehe vorn im Heft	**19.4./17.5.** **11:00 - 12:00 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte

Regelmäßige Veranstaltungen - SONNTAG

	“Gute-Laune-Treff” - “Immer wieder sonntags” Beschreibung siehe vorn im Heft	**Monatlich** **28.4./26.5./23.6.** **14:30 bis 16:30 Uhr** Treffpunkt: Begegnungsstätte

Kooperationsprojekt: “Alt trifft Jung” zusammen mit Schülerinnen und Schülern der Gutenberg-Schule

Die Begegnung von älteren Menschen und Schülerinnen und Schülern kann für beide Gruppen gleichermaßen bereichernd sein. Die Möglichkeiten, gemeinsame Aktivitäten zu erleben sind heutzutage oft selten, da Familien teils weit auseinander wohnen. Wenn Sie Interesse an gemeinsamen Aktionen mit Schülerinnen und Schülern haben, melden Sie sich gerne im Club an.

Donnerstag, 23.5. um 14 Uhr
Unterrichtsbesuch in der Gutenbergschule

Donnerstag, 20.6., 14 Uhr bis 16 Uhr
Ideenwerkstatt: Senior*innen und Schüler*innen gestalten gemeinsam mit Serviettentechnik

Donnerstag, 4.7. um 10 Uhr
kurze gemeinsame Wanderung mit Picknick

Sonderveranstaltungen

Ausflug zum Spargelessen nach Geldern-Walbeck mit Besuch des Freilichtmuseums Grefrath

- Donnerstag, 18.04.2024, ab 9.00 Uhr, Rückkehr ca. 18:30 Uhr/19:30 Uhr

- Tagesreise im Reisebus mit Abholung an verschiedenen Haltestellen im Sankt Augustiner Stadtgebiet (45 Gäste)
- Spargelessen: Spargel, so viel man will (Getränke gehen extra)
- Einkaufsmöglichkeit im Spargelhof Dercks
- Besichtigung mit Führung im Freilichtmuseum Grefrath, anschließend dort Kaffee+Kuchen (Käse-Mandarinen-Kuchen)

- Kosten: 62,50€ pro Person. Bitte zahlen Sie den Ausflug vorab im Büro, dann ist der Platz verbindlich für Sie reserviert

- Anmeldung: Seniorenbegegnungsstätte der Stadt Sankt Augustin, Markt 1, 53757 Sankt Augustin
- 02241 243 340 oder club@sankt-augustin.de

Sonderveranstaltungen

Foto-Vortrag

- Dienstag, 7.6.24 um 17 Uhr in der Begegnungsstätte
- Mit Harald Lydorf aus Sankt Augustin, Mitglied im Fotoclub Troisdorf

Uganda liegt zwar zentral in Afrika, aber den Beinamen „Herz Afrikas“ bekam es vor rund 100 Jahren vom späteren britischen Staatsmann Winston Churchill wegen seiner landschaftlichen Schönheit und seiner reichen Tierwelt.
Einen besonderen Glanzpunkt bieten dabei die östl. Bergorilla, eine Gattung, genauer eine Unterart, aus der Familie der Menschenaffen. D. h., nach den Schimpansen haben die Gorillas die größte genetische Nähe zum Homo sapiens. Ganze 1,75 % vom Erbgut trennen uns !
Kommen Sie mit auf eine kurzweilige bequeme Safari!

- Dauer: ca. 60 Minuten, daran anschließen können sich Diskussion und Fragen
- Anmeldung: 02241 243 340 oder club@sankt-augustin.de
- Spende erbeten

Sonderveranstaltungen

Ukulele-Schnupperworkshop

mit der Musikpädagogin Diane Tausch

Trauen Sie sich und probieren Sie einmal etwas Neues aus.

Die Ukulele, die kleine Schwester der Gitarre, begeistert viele, da sie leicht zu spielen und zu erlenen ist. Die Musikpädagogin Diane Tausch wird Ihnen in einer kleine Gruppe (5-8 Teilnehmer*innen) die Grundkenntnisse des Ukulele-Spiels vermitteln, so dass Sie am Ende des Workshops schon ein paar einfache Lieder begleiten können. Frau Tausch stellt jeder/jeden ein Leihinstrument zur Verfügung, eine eigene Ukulele kann aber auch mitgebracht werden. Bei Interesse von genug Teilnehmer*innen kann anschließend ein Kurs eingerichtet werden.

Datum: Donnerstag, den 16.5.24
Uhrzeit: 14 bis 16 Uhr
Kosten: 20 € inkl. Leihinstrument
Anmeldung: bis 2.5.2024

Sonderveranstaltungen

Führung durch den Kräutergarten der Steyler Mission

Unter fachkundiger Anleitung von den Ehrenamtlerinnen Frau Peters-Lapsien und Frau Burmeister werden wir durch den Kräutergarten der Steyler Missionare geführt. Die Führung dauert insgesamt ca. 2 Stunden.

- Datum: Dienstag, den 21.05.2024
- Uhrzeit: 10.00 Uhr bis ca. 12.00 Uhr
- Treffpunkt: Haupteingang der Steyler Mission (Arnold-Janssen-Str. 30, Sankt Augustin)
- Kosten: keine, um eine Spende für den Kräutergarten wird gebeten
- Anzahl der Teilnehmer*innen: 12 Personen

Anmeldung: telefonisch (02241 - 243 340) oder persönlich während der Bürozeiten oder per Email (Club@sankt-augustin.de)

Sonderveranstaltungen

Angebot des Smart-Cafés:

Workshop zum Thema “Fotos”

mit den Handy-Helfern
Gerhard Schwarzner und Joachim Leidorf

6. Juni 2024, von 10 Uhr bis ca. 12 Uhr
in der Seniorenbegegnungsstätte

Wie können Fotos mit den verschiedenen Handy-Modellen aufgenommen, verschickt und in Ordnern abgespeichert werden? Welche Kniffe gibt es, um Fotos zu bearbeiten?

Die Handy-Helfer werden Ihnen ausführlich zu diesem Thema berichten und Ihre diesbezüglichen Fragen geduldig beantworten. Es gibt auch genug Raum zum Üben.

Bitte melden Sie sich für den Workshop an, es gibt eine begrenzte Teilnehmerzahl.

Sonderveranstaltungen

Ausflug mit einem Linienschiff der Bonner Personen Schifffahrt von Bonn, Alter Zoll nach Bad Honnef und zurück

- Donnerstag, 13.06.2024
- 12.45 Uhr Treffpunkt in Sankt Augustin Zentrum, Haltestelle Linie 66, Fahrt nach Bonn zum Bertha-von Suttner-Platz, Fußweg zum Rhein (Anlegebrücke 9)
- 14:00 Uhr - 15:15 Uhr Schifffahrt nach Bad Honnef zur Insel Grafenwerth
- Dort Gelegenheit zum Biergarten-Besuch und/oder Spaziergang auf der inzwischen zum Park ausgebauten Insel
- 17:05 Uhr - 18:00 Uhr Rückfahrt nach Bonn, Alter Zoll, von da Fußweg zum Bertha-von-Suttner-Platz, dann mit der Linie 66 zurück nach Sankt Augustin

- Kosten: 18€ pro Person für die Schifffahrt (Bahnticket und Verpflegung nicht enthalten). Bitte zahlen Sie den Ausflug vorab im Büro, dann ist Ihr Platz verbindlich für Sie reserviert

Anmeldung: 02241 243 340 oder club@sankt-augustin.de

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen:

Frühstück mit einem Thema

Unter dem Motto „Gemeinsam gesund und aktiv bleiben“ wollen wir in netter und zwangloser Atmosphäre mit Ihnen in den Dialog kommen wobei Erfahrungen ausgetauscht und Gemeinschaft erlebt werden.

Datum: 6.5.24
Uhrzeit: Von 10:00 – 11:30 Uhr
Treffpunkt: Begegnungsstätte
Kosten: 5,00 € pro Person

Thema heute: Kommunikation, die von Herzen kommt
mit Silke Krohne

Marshall Rosenberg und andere haben sich mit der Frage beschäftigt, wie eine Kommunikation mit anderen gelingen kann, gerade wenn es um schwierige Themen, wie z.B. Kritik geht. So kann man eher von eigenen Wünschen und Bedürfnissen sprechen statt zu kritisieren und so die Verbindung zum anderen erhalten und sogar stärken. Mit Beispielen wird die Methode der gewaltfreien Kommunikation dargestellt und dann auch ausprobiert.

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen:

Frühstück mit einem Thema

Unter dem Motto „Gemeinsam gesund und aktiv bleiben“ wollen wir in netter und zwangloser Atmosphäre mit Ihnen in den Dialog kommen wobei Erfahrungen ausgetauscht und Gemeinschaft erlebt werden.

Datum: 3.6.24
Uhrzeit: Von 10:00 – 11:30 Uhr
Treffpunkt: Begegnungsstätte
Kosten: 5,00 € pro Person

Thema heute: Austausch über Tipps zum Gesundwerden und -bleiben

Heute wollen wir unsere Hausrezepte, Tipps und Kniffe zum Gesundwerden und -bleiben miteinander teilen. Ob Geheimrezept von der Großmutter oder eigene Erfahrung, ob irgendwo gelesen oder mal gehört: was hilfreich ist bei verschiedenen Wehwehchen, Unpässlichkeiten oder Erkrankungen kann den anderen Teilnehmer*innen mitgeteilt werden oder erfragt werden. Bestimmt gehen Sie anschließend mit neuen Informationen bereichert und beschwingt nach Hause.

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 3.4.2024
Thema: Film: Mrs. Harris und ein Kleid von Dior - folge deinen Träumen
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 14:30 – ca. 16:30 Uhr Film

“Charmant elegante Literaturverfilmung” (TZ)
“Herzerärmende Feelgood-Zeitreise in die 50er Jahre” (TV Today)

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 10.4.2024
Thema: Bunter Nachmittag mit Angela Schlipköther
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:15 Uhr Programm

Frühling lässt sein blaues Band
wieder flattern durch die Lüfte

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 17.4.24
Thema: Bingo
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:30 Uhr Bingo

Bingo - ein Spiel für Jung und Alt

Bingo wird bei geselligen Nachmittagen sehr gerne gespielt. Denn dabei merken auch Einsteiger*innen schnell, sobald sie das erste Mal selbst gespielt haben, dass diese Spielvariante vor allem eines ist: lustig und abwechslungsreich. Sie brauchen viel Glück, müssen aufmerksam sein und ihr Blatt gut pflegen, dann können sie auch als Gewinner*in aus dem Spiel hervorgehen.

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 24.4.24
Thema: Bunter Nachmittag mit Angela Schlipköther
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:15 Uhr Programm

Das bisschen Haushalt ...

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 24.4.24
Thema: Bunter Nachmittag mit Angela Schlipköther
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:15 Uhr Programm

Der Mai ist gekommen ...

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 15.5.24
Thema: Tanz im Mai
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Uhrzeit: 14 Uhr bis ca. 16.30 Uhr
Eintritt: 8 € (Kaffee, Kuchen, Musik und Kaltgetränke sind im Preis enthalten)

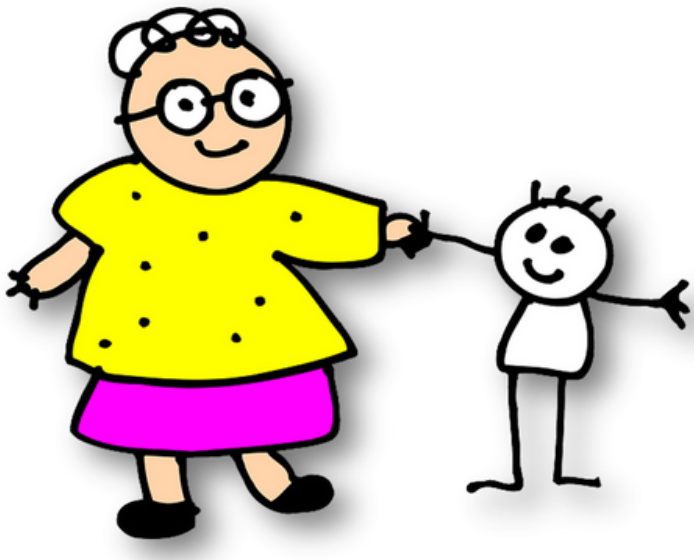
Live-Musiker Heiner Weinberger spielt für Sie tanzbare Songs von früher und heute

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 22.5.24
Thema: Bunter Nachmittag mit Angela Schlipköther
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:15 Uhr Programm

Groß und Klein, Alt und Jung



Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 29.5.24
Thema: Bingo
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:30 Uhr Programm

Bingo - ein Spiel für Jung und Alt

Bingo wird bei geselligen Nachmittagen sehr gerne gespielt. Denn dabei merken auch Einsteiger*innen schnell, sobald sie das erste Mal selbst gespielt haben, dass diese Spielvariante vor allem eines ist: lustig und abwechslungsreich. Sie brauchen viel Glück, müssen aufmerksam sein und ihr Blatt gut pflegen, dann können sie auch als Gewinner*in aus dem Spiel hervorgehen.

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 5.6.24
Thema: Bunter Nachmittag mit Angela Schlipköther
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:15 Uhr Programm

Auf dem Bauernhof

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 12.6.24
Thema: Alte Schlager, Hits und Evergreens mit Manfred Hardes am Klavier
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:15 Uhr Programm
Kosten: 2 € für die Musik

Alte Schlager, Hits und Evergreens

Manfred Hardes spielt für Sie!
Freuen Sie sich auf einen schwungvollen Nachmittag,
Liedwünsche sind willkommen

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 19.6.24
Thema: Bunter Nachmittag mit Angela Schlipköther
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:15 Uhr Programm

Begrüßung und Abschied
“Guten Tag” und “Auf Wiedersehen”

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen: Mittwochsprogramm

Ein Nachmittag mit Kaffee, Kuchen und mehr

Datum: 26.6.24
Thema: Bingo
Treffpunkt: in der Begegnungsstätte
Beginn: 14:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen
anschließend: 15:00 – ca. 16:30 Bingo

Bingo - ein Spiel für Jung und Alt

Bingo wird bei geselligen Nachmittagen sehr gerne gespielt. Denn dabei merken auch Einsteiger*innen schnell, sobald sie das erste Mal selbst gespielt haben, dass diese Spielvariante vor allem eines ist: lustig und abwechslungsreich. Sie brauchen viel Glück, müssen aufmerksam sein und ihr Blatt gut pflegen, dann können sie auch als Gewinner*in aus dem Spiel hervorgehen.

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen:

Wandergruppe - MITTWOCH

3.4.24: Erlebnisweg Sieg “Mäanderweg”
Wanderführung: U. Dörr, M. Heller
Länge: 9 km, Aufstiegshöhe: 180 m
Gehzeit ohne Pause: 3:30 Stunden

8.5.24: Malberghütte - Wiedbrücke, Runde um Hausen
Wanderführung: Karlheinz Staudt
Länge: 12,5 km, Aufstiegshöhe: 380 m
Gehzeit ohne Pause: 4 Stunden

5.6.24: Schloss Eulenbroich
Wanderführung: Herbert Axer
Länge: 11,6 km, Aufstiegshöhe: 275 m
Gehzeit ohne Pause: 3:30 Stunden

Radwandergruppe - MITTWOCH

17.04.: Fahrt in die Groov, Zündorf, 60 km

15.05.: Fahrt zur Forsbacher Mühle, 65 km

29.05.: Fahrt an die Agger, 50 km

12.06.: Fahrt ins Naafbachtal, 60 km

26.06.: Fahrt zum Schloss Falkenlust, Brühl, 60 km

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen:

Ideenwerkstatt - DONNERSTAG

11.4.24: Danuta Kozak, Handarbeitslehrerin i.R., bietet heute an, bei **Häkelarbeiten** zu unterstützen. So können z.B. Schlüsselanhänger oder Hausschuhe hergestellt werden. Wolle ist vorhanden.

2.5.24: Beatrix Immermöhle bereitet heute das **Gestalten von Bilderrahmen** für Sie vor. Wahlweise können auch Karten gestaltet werden

30.6.24: Anita Bamberg bringt heute Ideen für **Servietten-technik** mit. Bitte bringen Sie sowohl Ihre Lieblingsservietten mit (und schneiden Sie die Motive schon aus) als auch einen Gegenstand, den Sie bekleben möchten (z.B. Tonblumentopf, Holzkistchen, Plastikkugel).

Weiterführende Informationen zu den Veranstaltungen:

Kurzwandergruppe - FREITAG

Spaziergänge, Ausflüge von max. 5 km Länge

5.4.24: Gut Leidenhausen
AnsprechpartnerInnen: Helga Wagner und Helga Paulus

3.5.24: Von Brückberg vorbei an der Ulrather Ruine durch den Siegburger Wald
AnsprechpartnerInnen: Helga Wagner und Helga Paulus

7.6.24: Von Hersel am Rhein und Herseler Werth entlang nach Widdig
AnsprechpartnerInnen: Roswitha Feith und Inge Luthringshauser

Wandergruppe - FREITAG

Die Stecken sind in der Regel 8-10 km lang

19.4.24: Auenlangweg bei Wissen (heute schon 9:20 Uhr an der Haltestelle St. Augustin Zentrum der Linie 66)
AnsprechpartnerInnen: Eva Sippel und Roswitha Feith

24.5.24: Durch den Thielenbruch und die Schluchter Heide
AnsprechpartnerInnen: Roswitha Feith und Doris Küsters

21.6.24: Von Beuel an die Siegmündung
AnsprechpartnerInnen: Christa Kurth und Inge Luthringshauser

Kontakt

Name	Silke Krohne
Dienststelle	Seniorenbegegnungsstätte CLUB
Adresse	Markt 1, 53757 Sankt Augustin
Zimmer	Nebengebäude des Rathaus
Telefon	02241 243-340
Telefax	02241 243-77340
E-Mail	club@sankt-augustin.de

Herausgeberin

Stadt Sankt Augustin
Der Bürgermeister
Markt 1
53757 Sankt Augustin

Telefon	02241 243-0
Telefax	02241 243-770
Homepage	www.sankt-augustin.de

Homepage & Socials

www.sankt-augustin.de

Stadt Sankt Augustin

Stadt_Sankt_Augustin

Stadt Sankt Augustin