SENIORENBEIRAT





Gegründet 1981





SENIORENBRIEF Nr. 41

Ausgabe 2. Halbjahr 2017

Zur kostenlosen Mitnahme

Stand 01.07.2017

Inhaltsverzeichnis

2

_	
3	Grußwort des 2.stellvertr. Vorsitzenden des Seniorenbeirats
4	Grußwort des Bürgermeisters
5	Sie helfen weiter

6 Rückblick auf das 1. Halbjahr 2017

Inhaltsverzeichnis, Impressum

- 9 Ein schöner Tag im Mai10 Zukunftsnetz Mobilität NRW
- 12 Quartierstagung in Bochum
- 15 Vorschau auf das 2.Halbjahr 2017
- 18 Fitnesstraining für den Kopf
- 19 Barrierefreies Wohnen
- 23 Altersdiskriminierung
- 24 Mitgliederversammlung Landesseniorenvertretung NRW 2017
- 26 Wandertipp27 Buchtipp
- 28 Präventionstipps der Polizei
- Notrufnummern
- 31 Die Pflegeberatung
- 32 Betreuungsrecht und Vollmacht
- 33 Kerpener Netzwerk55Plus
- 34 Allgemeine Termine
- 38 BSG Kerpen Sindorf

Impressum

Herausgeber: Seniorenbeirat der Kolpingstadt Kerpen

Redaktionsmitglieder: Hans Wendl (verantw.)

Christel Schmidt, Peter Kaatzsch, Angelika Baum, Franz-Jakob Ludwig, Heidrun Schlossmacher,

Arno Marx, Dietrich Wawer

Redaktionsadresse: Rathaus der Kolpingstadt Kerpen Büro des Seniorenbeirats

Jahnplatz 1, 50171 Kerpen

Tel: 02237/58 324 E-Mail: seniorenbeirat@stadt-kerpen.de

Druck: Eigenverlag Bildnachweis: Privat

Erscheinungsweise: Halbjährlich

Verteilung: Der Seniorenbrief wird von den Mitgliedern des Seniorenbeirats direkt an interessierte Senioren verteilt und liegt u. a. öffentlich im Rathaus sowie in Arztpraxen, Apotheken und Geldinstituten aus.

Die Verteilung erfolgt kostenlos

Hinweis: Bilder zu den Veranstaltungen finden Sie auf unserer Internetseite: www.seniorenbeirat-kerpen.de/rückblick

Grußwort des 2. stellvertretenden Vorsitzenden Franz-Jakob Ludwig

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

heute mache ich mit Ihnen eine kleine Zeitreise durch die vielen Jahre meiner Tätigkeit als Literat. Aufgrund dieser 26jährigen Arbeit für den Karnevalsclub Schwarz-Gold Kerpen hat mir der damalige Vorsitzende des Seniorenbeirats unserer Kolpingstadt, Jakob Müller, 2006 das Amt des Literaten für den ausscheidenden Johannes Könen übertragen.



Es war allen bekannt, dass ich mit meiner Band "The Sunbeams" die regionale Szene kräftig aufgemischt habe, egal ob es der Tanzbrunnen in Köln, die Jugenddisco des Festkomitees Kölner Karneval, Veranstaltungen in der Flora, Oldtimer-Treff Rock am Ring mit tausenden Zuschauern, ADAC-Vereinsfeste auf der Köln-Düsseldorfer-Rheinschifffahrt etc. war.

Seit August 2014 fiel mir als berufener Seniorenvertreter im Seniorenbeirat die Aufgabe zu, aus dem Ausschuss für Sport, Freizeit und Kultur zu berichten und dort für den Seniorenbeirat (ohne Stimmrecht) Empfehlungen auszusprechen.

Mit Stolz darf ich sagen, dass es mir aufgrund meines – zwangsläufigen - Bekanntheitsgrades immer wieder erfolgreich gelungen ist, für unsere schönen und sehr begehrten Veranstaltungen alle weithin bekannten Künstler – ob Solisten, Gruppen, Karnevalsgrößen etc. – zu verpflichten. Das waren u. a. "Die drei Colonias", "Dä Blötschkopp", "Marie-Luise Nikuta", "Et fussich Julche", "Et Tussnellche", "Ne Knallkopp", "Ne kölsche Schutzmann", "De Boore", "Blom & Blömcher", "King Size Dick", "Graham Bonney", "Chris Howland", "Bauchredner Perry Paul", "Tina York", "Heino", "Die Schwarzmeer-Kosaken mit Peter Orloff", "Bata Illic", "Mundartautorin Elfie Steickmann", um nur einige zu nennen.

Zum nächsten Seniorentag am 21.09.2017 wird es mit Chris Roberts (11 Mill. verkaufte Tonträger) und seinen bekanntesten Hits wie "Du kannst nicht immer 17 sein" und "Ich bin verliebt in die Liebe" wieder ein Highlight geben.

Inzwischen wünsche ich Ihnen alles erdenklich Gute verbunden mit der Empfehlung, sich bei Alltagsproblemen vom Seniorenbeirat Hilfe zu holen. Bleiben Sie gesund, damit Sie noch viele Jahre unsere schönen Veranstaltungen, die ich mit Herzblut gestalte, besuchen können.

Ihr Franz-Jakob Ludwig
2. stellvertretender Vorsitzende

Grußwort des Bürgermeisters Herrn Dieter Spürck

Liebe Seniorinnen und Senioren,

ab welchem Alter beginnt eigentlich das Alter? Alle reden mit, doch keiner weiß so recht Bescheid. Ist auf die Frage überhaupt eine Antwort möglich? Und vor allem: Ist sie wichtig?

Ich glaube nicht. Jedenfalls ist die Antwort nicht entscheidend. Denn tagtäglich erleben wir es mit: Wo früher das Alter vielleicht begonnen haben mag, fängt heute ein ganz neuer, dynamischer Lebensabschnitt an, voller Selbstbewusstsein und Ideen.



Jeder – so heißt es – ist so alt beziehungsweise so jung, wie er sich fühlt. Das soll besagen, dass nicht das kalendarische, sondern das biologische Lebensalter die entscheidende Rolle spielt.

Jung fühlt sich, wer interessiert ist an den Dingen des Lebens. Wer noch Aufgaben vor sich sieht und bereit ist, sich Herausforderungen zu stellen. Jung ist, wer Spaß am Leben empfindet, bestimmten Ereignissen voller Vorfreude entgegenfiebert und noch mit beiden Beinen mitten im Leben steht.

Wer regen Anteil nimmt an den unterschiedlichsten Dingen, die das Leben mit sich bringt, wer gemeinsam diskutiert, singt, spielt und tanzt, wer Feste feiert, Ausflüge unternimmt und sich immer wieder auf die nächste Zusammenkunft freut, ist ein wertvoller Aktivposten für unsere Gesellschaft, tut sich selbst aber den größten Gefallen: Denn er macht etwas aus seinem Leben, hält sich nicht für überflüssig, weil er im Arbeits- und Erwerbsleben keine Rolle mehr spielt.

Der Seniorenbeirat der Kolpingstadt Kerpen hält seit vielen Jahren unterschiedlichste Angebote für die Kerpener Seniorinnen und Senioren bereit. Machen Sie mit, haben Sie viel Vergnügen und vor allem - bleiben Sie jung!

Ihr

Dieter Spürck Dieter Spürck Bürgermeister

Sie helfen weiter

Mancher Rat ist teuer, keine Frage. Das muss aber nicht sein, zumal der Seniorenbeirat (SBR) sich auch als Dienstleister für Seniorinnen und Senioren versteht. Dienst leisten bedeutet in diesem Falle, älteren Menschen zu helfen, altersbedingte Probleme zu lösen oder Kontakte zu Gruppen, Vereinen, Politiker/innen sowie zur Verwaltung zu vermitteln; Verbindungen mit Experten herzustellen, die sich auf die Seniorenarbeit verstehen, die aber auch wissen, wo der Schuh drückt. Anfragen können an das Seniorenbüro im Rathaus oder an die örtlichen Seniorenbeiratsmitglieder gestellt werden. Oft ist es für die Fragenden wichtig, persönliche Dinge mit jemand zu bereden, den man kennt. Die meisten SBR-Mitglieder, die in der nachfolgenden Liste stehen, sind in ihrem Stadtteil bekannt, weil sie seit Jahrzehnten ehrenamtliche karitative Arbeit leisten. Sie helfen gern und fragen kostet nichts!

Stadtteile Kerpen, Mödrath, Langenich

Franz-Jakob Ludwig, 2. Stellv. Vorsitzender, An der alten Burg 25, 50171 Kerpen, Tel. 02237/51276 Marlies Eulen, Karlsgasse 14, 50171 Kerpen, Tel. 02237/4275

Stadtteile Türnich, Balkhausen, Brüggen

Marlies Messias, Berrenrather Str. 4, 50169 Kerpen, Tel. 02237/62095 Armin Pietzka, Hunsrückstr. 1, 50169 Kerpen, Tel. 02237/1566 Lothar Sill, Burgacker Str. 14, 50169 Kerpen, Tel. 02237/7144

Stadtteil Blatzheim

Klara Küppers, Kunibertusstr. 29, 50171 Kerpen, Tel. 02275/6477

Stadtteil Buir

Wilma Heidbüchel, Am Vogelsang 27, 50170 Kerpen, Tel. 02275/6869

Stadtteil Manheim

Bernd Willbrett, 1. Stellv. Vorsitzender, Zum Dickbusch 10, 50171 Kerpen, Tel. 02275/4331

Stadtteile Horrem, Neu-Bottenbroich

Josef Bacher, Heideweg 28, 50169 Kerpen, Tel. 02273/8514 Paul Nothhelfer, Tannenweg 5, 50169 Kerpen, Tel. 02273/1623

Stadtteil Sindorf

Margarethe Kaselow, Breite Str. 31, 50170 Kerpen, Tel. 02273/54130 Robert Kosanke, August-Macke-Str. 5, 50170 Kerpen, Tel. 02273/54671 Hans Wendl, Vorsitzender, Rauschgraben 30, 50170 Kerpen, Tel. 02273/52730

und Ihr

Büro des Seniorenbeirats, Telefon 02237 - 58 324

Rathaus der Kolpingstadt Kerpen Jahnplatz 1 - Zimmer U32

Sprechzeiten: Mittwoch und Donnerstag jeweils 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr

Rückblick auf das 1.Halbjahr 2017

Karnevalssitzung der Senioren am Montag, den 23.01.2017

Da hatte der langjährige und unschlagbare Literat des Seniorenbeirates, Franz-Jakob Ludwig, wieder seine Professionalität voll unter Beweis gestellt und ein Feuerwerk von Karnevalshöhepunkten gezündet. Moderiert von Johannes Könens Nachfolger, Peter Zöllkau, gab es auf der Bühne ein Highlight nach dem anderen.

Und weil beim "Strüßche-Schmiesse" nie wirklich alle bedacht werden, wurde dieses Mal allen, darüber hocherfreuten, Damen am Eingang zur Begrüßung eine Rose überreicht.



Zur Musik der Sitzungskapelle von Stefan Kryjom marschierte um 17 Uhr der Elferrat des Seniorenbeirates zusammen mit dem ersten Vorsitzenden, Hans Wendl, sowie dem ersten Bürger der Kolpingstadt Kerpen, Bürgermeister Dieter Spürck, in die mit gutgelaunten, erwartungsfreudigen Seniorinnen und Senioren gefüllte Erfthalle ein.

In Kooperation mit dem Sitzungspräsidenten, Peter Zöllkau, begrüßte Hans Wendl die närrischen Gäste, die aus allen Kerpener Ortsteilen gekommen waren und gab dann

das Mikrofon an den Bürgermeister weiter, der seinem Seniorenbeirat wieder höchstes Lob für seine effektive Arbeit zollte. Als Trostpflaster für den etwas in Schieflage geratenen Maastricht-Besuch erinnerte er an seine Bereitschaft, am 9. 2. 2017 mit ihm einen Rundgang durch die Kolpingstadt zu machen. Treffpunkt 10 Uhr am Rat-



haus. Er streifte kurz die Weltpolitik, um es aber letztlich bei dem Fazit des rheinischen

Grundgesetzes zu belassen, bei dem es in der letzten Verszeile heißt: "Et kütt, wie et kütt, un et hätt noch immer jot jejange".



Nach seinen Wünschen für ein gutes Jahr 2017 wurde das Programm mit dem Kindertanzcorps "Wibbelstätzje" der KG Rut-Wies Balkes-Türnich eröffnet, die ihrem Namen alle Ehre machten und dafür mit Süßigkeiten und einem Orden belohnt wurden.



Dann brachte Marita Köllner, sie feiert dieses Jahr als "fussich Julchen" ihr 50jähriges Bühnenjubiläum, den Saal mit ihren beliebten Karnevalsschlagern so richtig in Stimmung und krönte ihren Auftritt mit ihrem neuesten Hit: "Dat kölsche Hätz kütt an d'r Rhing zoröck."

Weiter ging es mit dem allseits bekannten Tussnellche, die mit ihrer naiven Humoristik, in die sie mehrmals den Bürgermeister einbezog, keinen Lachmuskel im Winterschlaf ließ.



Und was gibt es schöneres bei einer solchen

Veranstaltung als einen Bauchredner? Da war Peter Kerscher mit seiner "Sahnedame" genau der Richtige, um – manchmal leicht schlüpfrig - noch einen draufzusetzen.

Die nächste Steigerung war der Einzug des Kerpener Stadtdreigestirns mit seinem

Festkomitee und dem janzen dazugehörigen Jeschmölz, Stadtgarde, Prinzenführer, Adjutanten, Tanztruppe Hänneschen und Bärbelchen, um sich den Seniorinnen und Senioren der Kolpingstadt Kerpen vorzustellen. Alle wussten dann, dass Prinz Reiner, Jungfrau Michaela



und Bauer Willi nicht nur würdevoll daher schreiten, sondern aktives Tanzen und Singen draufhaben.



Zu den Darbietungen des Gesangstrios "Kölsch Fraktion" gab es im Saal kein Halten mehr. Da wurden deren altbekannte, wirklich als Ohrwürmer zu bezeichnenden, Karnevalshits schunkelnd aus vollem Hals mitgesungen.

Beim Auftritt der feschen Tanzgarde der Roten Husaren aus Manheim konnte man den Seniorinnen und Senioren auf der Stirn ablesen, wovon sie gerade träumten, George Clooney und Heidi Klum ließen grüßen. Zwei Zugaben wurden erklatscht, ehe diese Gruppe abtreten durfte.



Zum Abschluss dieser gelungenen Karnevalsveranstaltung hat dann das "Bundesschützen Tambour- & Trompetencorps Edelweiß Kerpen" ordentlich auf die Pauke gehauen und die stehenden Ovationen der Gäste entgegen genommen, ehe man sich bis zum nächsten Jahr voneinander verabschiedet hat.

Angelika Baum

Ein schöner Tag im Mai"am Samstag, den 6. Mai 2017

Wie einen bunten Blumenstrauß präsentierte der Seniorenbeirat der Kolpingstadt Kerpen den – wie immer – zahlreich erschienenen Seniorinnen und Senioren seine Veranstaltung "Ein schöner Tag im Mai" mit einem herrlichen Programm. Dafür hatten die ehrenamtlichen Helferinnen und Helfer die Mensa der Willy-Brandt-Schule wunderschön geschmückt und die Gäste kulinarisch verwöhnt.





Bei DJ Kethchen's dezenter Unterhaltungsmusik aus Franz-Jakob's Musikexpress sowie Kaffee und Kuchen lauschten die Gäste – anmoderiert von unserem Lieblingsmoderator Peter Zöllkau - den Begrüßungsworten des 1. Vorsitzenden Hans Wendl. Auch Bürgermeister Dieter Spürck erhielt das Wort zur Begrüßung der Seniorinnen und Senioren und bedankte sich wieder einmal für die Aktivitäten des Seniorenbeirates seiner Kolpingstadt. Inzwischen hatten sich Ehrengäste aus Landes- und Kommunalpolitik und Gesellschaft eingefunden, und dann ging es los.

Das Programm, für das wieder unser Haus- und Hofliterat Franz-Jakob Ludwig mit der ihm eigenen Vielfalt verantwortlich zeichnete, startete mit einer Salve schönster Lieder des MGV Quartettverein 1930 Königshoven e.V. unter der temperamentvollen Leitung seiner Chorleiterin Daniela Bosenius. Es wurde mit mystischem Flair von "Anjuli" Roswitha Sieger und ihrem orientalischem Tanzteam sensationell fortgesetzt. Beim darauffolgenden "Klimpermännche" Thomas Cüpper haben die Gäste – wie konnte es anders sein – geschunkelt, mitgesungen und kräftig geschmunzelt.

Als dann die "Flippers Revival Band" mit Franz-Jakob Ludwig an der Spitze die Aula mit deren schönsten Schlagern aufmischte, war kein Halten mehr. Sogar Bürgermeister Dieter Spürck schwang das Tanzbein zusammen mit Teilnehmern des beliebten Tanzkaffees

Als Abschluss konnten die Gäste noch einmal "Anjuli" Roswitha Sieger und "Imara" Nicole French mit ihrer orientalischen Sinnlichkeit genießen, ehe sie sich erfüllt von dem schönen Tag im Mai gegen 18 Uhr auf den Heimweg machten.

Zukunftsnetz Mobilität NRW

Der Seniorenbeirat der Kolpingstadt Kerpen wurde von der Landesseniorenvertretung, Münster, zur Fachtagung "Mobilitätsmanagement für Senioren" am 22. März 2017 nach Essen in das Haus der Technik eingeladen. Titel der Veranstaltung lautete: "Öffentliche Räume für Alle": Rückeroberung des öffentlichen Raums und eine fußgängerfreundliche Verkehrsplanung. Die Veranstaltung wurde durchgeführt vom Zukunftsnetz Mobilität NRW und unterstützt vom Ministerium für Bauen, Wohnen, Stadtentwicklung und Verkehr des Landes Nordrhein-Westfalen. Teilgenommen haben ca. 250 Vertreter aus Verwaltung, Verkehrsverbünden und Seniorenvertretungen. Nach der Begrüßung durch den Geschäftsführer des Verkehrsverbundes Rhein-Sieg GmbH, Herrn Dr. N. Reinkober, übernahm NRW-Verkehrsminister Michael Groschek das Mikrophon. Er lobte die Zusammenarbeit der Verkehrsverbünde und stellte diese Zusammenarbeit als einmalig in Deutschland heraus. Unter anderem führte Herr Minister Groschek aus: "Der Straßenraum muss neu bewertet und Platz für Roller und Rollatoren geschaffen werden. Autokauf sollte kein Muss sein, um ein Ziel zu erreichen, kann aber sein. Insbesondere soll das Radfahren besser gefördert werden". Im Anschluss erfolgte die Urkundenübergabe an 20 neue Mitgliedskommunen im "Zukunftsnetz Mobilität NRW".

In den folgenden Vorträgen gingen die Referenten auf die aktuellen demographischen Entwicklungen ein. Im Fokus sollen die Rückeroberung des öffentlichen Raums und eine fußgängerfreundliche Verkehrsplanung stehen. Die Verbesserung ist insbesondere für ältere Menschen von hoher Bedeutung, da ungefähr ab dem 70. Lebensjahr das Zufußgehen zur wichtigsten Fortbewegungsart wird.

Es wurden Fragen aufgeworfen wie:

Was wollen wir eigentlich Haben Senioren andere Mobilitätsbedürfnisse Sind Verkehr und Mobilität dasselbe Was wollen wir tun.

Jedenfalls sind wir zu der Erkenntnis gelangt:

Die autogerechte Stadt ist nicht fußgängerfreundlich.

In einer Informationsbörse sowie Workshops zu Schwerpunktthemen konnten sich die Teilnehmer über bereits durchgeführte Projekte informieren.

Das ist seltsam mit dem Alter!

Wenn man zehn ist und noch Kind, weiß man glasklar, dass das Alter um die Zwanzig rum beginnt.

Ist man aber selber zwanzig, denkt man nicht mehr ganz so steif, glaubt jedoch, genau mit vierzig ist man für den Sperrmüll reif.

Vierziger: Schon etwas weiser und vom Lebenskampf geprägt, haben den Beginn es Alters auf Punkt sechzig festgelegt.

Sechziger, mit Hang zum Grübeln, sagen dumpf wie ein Fagott, achtzig ist die Altersgrenze und von da an sei man Schrott.

Doch die Achtziger, die klugen, denken überhaupt nicht dran leben, lieben lachen weiter, Alter fängt mit HUNDERT an.

> Fritz Kukuk (1905 – 1987)

Wir brauchen Unterstützung

Durch Krankheit ist im Stadtteil Horrem ein Platz im Seniorenbeirat vakant. Seniorinnen oder Senioren, die gern in einem dynamischen Team mitarbeiten möchten, werden aufgerufen, sich im Büro des Seniorenbeirats, oder beim Vorsitzenden Hans Wendl telefonisch oder per E-Mail zu melden.

Tel. 02237 58324, E-Mail: dhwendl@t-online.de

Quartierstagung 2016 in Bochum (gefördert u.a. von der Landes-Seniorenvertretung NRW)

Ein Vertreter des Kerpener Seniorenbeirats und eine Vertreterin des Kerpener Netzwerkes 55+ waren dabei.

Unter Quartier wird der Bereich einer Stadt oder eines Stadtteils verstanden, der zum Lebensumfeld der dort wohnenden Menschen gehört. Also z.B.: Geschäfte, Apotheken, Kinos, Kommunale Verwaltung, Ärzte, Nachbarn, Gaststätten, Naherholungsgebiete, Sportvereine, also Personen und Einrichtungen, mit denen man als Bewohner zu tun hat oder zu tun haben könnte.

Bei der Tagung ging es darum, allen Bewohnern eine größtmögliche Form der Teilnahme an der Gestaltung ihres Quartiers zu ermöglichen und daraus auch Lebensqualität für jeden Einzelnen zu gewinnen. Im Vordergrund steht, Menschen, die sich für eine Einrichtung interessieren, in Kontakt zu bringen, damit sie ihre eigenen Wünsche anderen mitteilen können und selbst auch erfahren, welche Vorschläge andere machen. Es wird nicht der Umweg über die kommunale Verwaltung gewählt, sondern Interessierte Bürger nehmen Kontakt zueinander auf und entwickeln bzw. gestalten direkt ihr eigenes Projekt. Das Land NRW stellt für zwei Jahre eine Unterstützung der digitalen Kommunikation zwischen den Projektteilnehmern zur Verfügung - dazu gehören der Erwerb von Computern und Software sowie Lehrgänge für den Gebrauch dieser Computer und der Software.

Die Tagungsteilnehmer konnten Einblick in die praktische Gestaltung von 15 Beispielprojekten nehmen.

Einige davon werden jetzt hier vorgestellt. Wer Genaueres wissen will, kann unter den Überschriften im Internet weitere Informationen erhalten. Auch Mitglieder des Seniorenbeirats sind bereit zu helfen.

Bürgernetzwerk Dedinghausen e.V.

Im Bürgernetzwerk Dedinghausen können Bürger und Bürgerinnen für andere Menschen etwas tun und selbst Unterstützung bekommen. Die gegenseitigen Hilfen organisiert das Team des Dorfbüros, das Angebote von Helfenden und Nachfrage von Hilfebedürftigen koordiniert, erbrachte Leistungen dokumentiert und die Schnittstelle zu professionellen Hilfeleistern aufbaut.

Die Idee eines Bürgernetzwerks in Dedinghausen setzt dort an, wo öffentliche wie familiär-private Unterstützungssysteme in der Zukunft Lücken aufweisen werden oder dies schon heute tun. Bürger können heute einen Beitrag leisten und werden dafür aufgefangen, wenn sie selbst Hilfe brauchen. Dies entspricht dem Prinzip eines dörflichen Generationenvertrages.

Bürgerhilfenetzwerk - "Mehrgenerationenhaus" Lemgo

In Trägerschaft der ev.-ref. Kirchengemeinde St. Pauli und in enger Kooperation mit der Alten Hansestadt Lemgo, dem Kreis Lippe und vielen Partnern, wie lokalen Organisationen und Vereinen, vernetzt und ergänzt das Mehrgenerationenhaus das bestehende soziale Angebot vor Ort. Menschen unterschiedlichen Alters und verschiedener Herkunft bietet das Mehrgenerationenhaus die Möglichkeit, sich zu engagieren, voneinander zu lernen und Gemeinschaft zu erleben. Es handelt sich hierbei nicht um ein Wohnprojekt.

Da es um langfristige Gemeinschaft und Integration geht, ist das Projekt ebenfalls langfristig angelegt. Die Weiterentwicklung zur Nachbarschaftshilfe aller mit allen ist für Quartiere oder ganz Lemgo, vor allem mit Hilfe digitaler Tools, möglich.

Stadtteilkonferenz Hüttental e.V.

Unsere Ziele waren und sind alle Bewohnerinnen und Bewohner – egal welcher Herkunft, welchen Glaubens, welchen Alters, welcher politischen und sexuellen Gesinnung, welchen sozialen Standes – zusammenzuführen, Vorurteile abzubauen, lernen miteinander umzugehen, zu tolerieren und zu akzeptieren. Auch der Zusammenhalt und die Gemeinschaft soll gestärkt und gepflegt werden, sowie die Verbesserung der Wohnund Lebensqualität.

Durch unsere Projekte wollen wir erreichen, dass sich die Bevölkerung in unserem Stadtteil wieder kennenlernt, auch wieder sensibilisiert für die Belange in der Nachbarschaft bzw. die Probleme im Wohngebiet.

Freizeit- und Erholungsverein Walheim e.V. - "Bürgermodelleisenbahn" in Spur I

Unser Ziel ist es, die Bevölkerung der Umgebung für unser neues Projekt zu motivieren und eine Plattform für Kommunikation und für reale Handlungen zu schaffen. Aufgrund der Komplexität bietet das Projekt nahezu für jeden eine Beschäftigung an.

Ein kleiner Teil des Projektes wird eine "Bürgermodelleisenbahn" in Spur I. Hier können sich Gartenliebhaber, Modellbauer, Modellbahnfreunde, Elektronikbegeisterte und viele mehr, über viele Jahre beteiligen. Die Koordination findet digital statt. Einblicke und Steuermöglichkeiten der Bahn wird es auch digital geben.

In der digitalen Welt werden wir zudem Events, Foren, Terminvereinbarungen und Themensammlungen implementieren. Das Freizeitgelände gibt Raum für entsprechende Workshops, Gruppentreffen, Freizeitangebote oder auch Raum für ein persönliches ungezwungenes Miteinander.

Helping Hands - Das Netzwerk "weg vom Sofa"



Mit "Helping Hands" möchten wir die Möglichkeit schaffen, mobil und unbürokratisch kurz- oder mittelfristig über notwendige Dienstleistungen im Netzwerk "weg vom Sofa", im Quartier zu informieren. Die Nutzer von "Helping Hands" möchten mit unserer Unterstützung eine einfache, gut bedienbare Plattform für z. B. Nachbarschaftshilfe (als Tausch oder auf ehrenamtlicher Basis) schaffen. Ein

zentraler Punkt ist es, mehr Menschen im Quartier zu erreichen, auch auf medialem Wege.

Pro Mobil Solingen – Leben und Wohnen im Quartier



Wir wollen auf die Bedarfslage von Menschen mit Behinderung im Allgemeinen und im Speziellen von Menschen mit körperlicher Behinderung im Stadtteil und in der Stadt aufmerksam machen, z. B. bei Nachbarn, politischen Vertretern und anderen Stadtbewohnern. Durch unsere Bürgerwerkstatt wollen wir eine Sensibilisierung für unsere Anliegen bei allen relevanten Akteuren in der Stadt erreichen. Wir wollen außerdem freiwillige

Menschen aus der Nachbarschaft finden, die uns bei der Durchführung von Aktionen oder Veranstaltungen unterstützen wollen. Wir möchten uns im Stadtteil bekannt machen und vernetzen.

Arbeiterwohlfahrt Mettmann – Projekt digitales Nachbarschaftsnetzwerk



hohe Alter selbstbestimmt und aktiv gestalten können, und dies in der Mitte der Gesellschaft. Gerade im Alter sind Menschen darauf angewiesen, Angebote des täglichen Bedarfs schnell und ohne große Anstrengung nutzen zu können. Gemeinsam schaffen wir ein Quartier, in dem Senioren so lange wie möglich in der eigenen Häuslichkeit bleiben können.

Jeder Mensch sollte sein Leben bis ins

Robert Kosanke

Vorschau auf das 2. Halbjahr 2017

Seniorentag am Donnerstag, den 21.09.2017

Jahnhalle, Jahnplatz 1, 50171 Kerpen

Programmfolge

13.00 Uhr Einlass 14.00 Uhr Beginn

- leise musikalische Unterhaltung
- Begrüßung durch Moderator Peter Zöllkau,
 - Vorsitzenden Hans Wendl Bürgermeister Dieter Spürck
- Andacht mit Frau Pastorin Irene Weyer und Pfarrer i. R. Herr Georg Neuhöfer
- Ehrungen Kerpener Bürgerinnen/Bürger für ihr soziales Engagement
- Vortrag (in Arbeit)
- Kaffee und Kuchen bei leiser Kaffeehaus-Musik
- Bühnentanzschule KULT
- Der Kerpener Herzbube (Hans Böker)
- Stargast: Chris Roberts





ca. 17.45 Uhr Ende

Moderation Peter Zöllkau
DJ Ketchen Ludwig
Ton und Technik Franz-Jakob Ludwig

Kostenbeitrag 12 € einschließlich Kaffee und Kuchen

Bustransfer aus den Stadtteilen und zurück 3,00 €

Die Abfahrzeiten der Busse aus den einzelnen Ortsteilen entnehmen Sie bitte Ihrem Busticket

Karten erhalten Sie bei den Mitgliedern des Seniorenbeirats sowie Mittwoch und Donnerstag von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr im Büro des Seniorenbeirats, Rathaus 50171 Kerpen, Zimmer U 32; Tel. 02237-58 324

sowie an der Infothek im Foyer des Rathauses zu den bekannten Öffnungszeiten

Der "Theaterverein Thalia Sindorf" präsentiert in einer Sonderveranstaltung für Senioren

am Samstag, den 04. November 2017

die turbulente Komödie von John Chapmann und Jeremy Lloyd

"Business Affairs"

Stanley und Norman wollen ihre LKW-Flotte verkaufen, das Geld aufs ausländische Konto transferieren und dann steuerfrei mit ihren Frauen nach Marbella ziehen. Der Deal soll im noblen Grand Hotel Westminster stattfinden. Die Käufer, Sven, ein Schwede und Kurt, ein Deutscher, stellen allerdings eine Bedingung. Vor Vertragsabschluss sollen zwei Londoner "Begleiterinnen" ihnen den Abend versüßen. Plötzlich stürmen Rose und Hilda, die Ehefrauen von Stanley und Norman, in die Suite. Nichts ahnend halten die beiden Käufer diese für die gewünschte "Begleitung". Als dann auch noch Sabrina und Valerie auftauchen, ist das Durcheinander komplett.

Einlass 14.30 Uhr; Beginn 15.00 Uhr Schulzentrum Horrem - Sindorf; Bruchhöhe 27

Kostenbeitrag 13,00 €

Bustransfer aus den Stadtteilen und zurück 3,00 € Die Abfahrzeiten der Busse aus den einzelnen Ortsteilen entnehmen Sie bitte Ihrem Busticket

Karten erhalten Sie bei den Mitgliedern des Seniorenbeirats sowie Mittwoch und Donnerstag von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr im Büro des Seniorenbeirats, Rathaus 50171 Kerpen, Zimmer U 32; Tel. 02237-58 324

sowie an der Infothek im Foyer des Rathauses zu den bekannten Öffnungszeiten

Fahrt zum Weihnachtsmarkt

am 05. Dezember 2017 in Essen

Rund 250 liebevoll gestaltete Stände im Herzen der Stadt laden zu einem weihnachtlichen Bummel ein. Wer sich auf eine kulinarische Reise begeben möchte, findet neben nationalen Spezialitäten aus dem Schwarzwald oder Ostfriesland zudem internationale



Köstlichkeiten aus Spanien, Ungarn oder Peru. Doch der Essener Weihnachtsmarkt punktet nicht nur mit seiner Länder- sondern auch mit seiner Warenvielfalt. Somit gibt es für Groß und vom Willy-Brandt-Platz entlang Rathenaustraße über den Kennedyplatz bis hin zum Flachsmarkt neben Altbewährtem auch wieder viel Neues zu entdecken und zu erleben. Deutschlandweit einzigartig wird der Weihnachtsmarkt durch die Essener Lichtwochen.

Lichterglanz auf dem Weihnachtsmarkt

Seine ganz besondere Atmosphäre erhält der Internationale Weihnachtsmarkt durch den Lichterzauber in der Innenstadt. Den Kennedyplatz überdacht ein Netz aus 100.000 Lichtpunkten und in den Fußgängerzonen funkeln trompetende Engel, Sternenbögen, Kometen oder Meridiane mit den Augen der Passanten um die Wette. Während eine Allee aus Lichtkegeln den Willy-Brandt-Platz säumt, ersetzt ein Lichtbrunnen das reale Wasserspiel auf dem Kennedyplatz.



Mittelalterlicher Weihnachtsmarkt

Wenn der Duft von Honig in der Luft liegt, der Barde seine Weisen singt und knisternde Feuer für wohlige Wärme sorgen, dann befindet man sich mitten auf dem Mittelaltermarkt auf dem Essener Flachsmarkt. Wer hierhin kommt, unternimmt eine Reise in längst vergangene Zeiten. Und Zeit sollten sich die Besucher auch für all die mittelalterlichen Waren nehmen. Diese reichen von Imkereiprodukten, Kristallen und Töpferwaren bis hin zu Köstlichkeiten aus der Burgküche sowie Met und Fruchtweinen.

Kostenbeitrag 18.00 € einschl. Bustransfer aus den Stadtteilen Abfahrtszeiten: siehe Ticket

(Achtung: nur begrenzte Teilnehmerzahl)

Karten erhalten Sie bei den Mitgliedern des Seniorenbeirats sowie Mittwoch und Donnerstag von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr im Büro des Seniorenbeirats, Rathaus 50171 Kerpen, Zimmer U 32; Tel. 02237-58 324

sowie an der Infothek im Foyer des Rathauses zu den bekannten Öffnungszeiten

Deutschland verdreht - unser Fitness-Training für den Kopf!

	Umschreibung	Lösung		
1	Erhebung einer feurigen Perücke			
2	Frisches Feuer im alten Gemäuer			
3	Hier schiebt Herr Kob eine ruhige Kugel			
4	Nicht gekochter Holzstab			
5	Leicht out – in Mecklenburg wär's umgekehrt			
6	Hier kann ein bestimmter Herr schlafen			
7	Aufforderung, Fräulein Au" zu kneifen			
8	Ländliche Siedlung von "Dusseln"			
9	Teil des Mundes als Wasserstraße			
10	Südlich der Mosel steigt man auf den Körperteil eines Haustieres			
11	Viele Bäume in der linken Himmelsrichtung			
12	und trinken halten Leib und Seele zusammen			
13	Finstere Ansammlung vieler Bäume			
14	Hier ist ein langes Körperteil eines Elefanten zu Hause			
15	Erhebung wichtiger Rohstoffe			
16	Wasserstraße bestehend aus Niederschlag			
17	Dieser Berg ist im Schienenverkehr ganz vorn			
18	Aufforderung an eine Farbe, den Mund zu halten			
19	Inneres Organ eines Waldtieres			
20	Heimat von Kellnern			
21	Größere Niederlassung von aus einem Schwermetall bestehenden, kleinen Behausung			
22	Tiefer gelegener deutscher Volksstamm			
23	Von Lehrern an Schüler verteilte Insel			
24	Größerer Raum mit vokalischem Anbau			
25	Beträchtliche Höhe erreichender großer Stein mit spezieller Bedeutung der Walpurgisnacht			
26	Vorne wie hinten dasselbe Wochenendvergnügen			
27	Nicht geschlossener kleiner Fluss			
28	Das wollen alle, die an einem Wettbewerb teilnehmen			
29	Zuhause einer gewissen Dame			
30	Dort steht das nicht, aber ein Dom; dafür steht das aber in Freiburg und Ulm			

Lösung siehe Seite: 22

Barrierefreies Wohnen durch Treppenlifte

"Trautes Heim Glück allen" oder im englischen "My Home is my Castle"; folglich: mein Heim ist meine Burg oder Festung, hier wohne ich fest, und keiner kriegt mich hier raus. So jedenfalls denkt man, wenn man sich in jungen Jahren ein Haus baut oder kauft. Die Jahre ziehen ins Land und irgendwann merkt man, dass das Alter an den Knochen nagt, die jugendliche Dynamik ist dahin, vieles wird beschwerlicher und das Treppensteigen ist ohne Zwischenhalt kaum noch zu bewältigen. Wohl dem, der einen Bungalow hat, alles ebenerdig und keine Probleme, in die anderen Geschosse zu gelangen. Die Praxis sieht aber anders aus. Viele wohnen im Einfamilien- oder Reihenhaus mit Kellergeschoss, Erdgeschoss, Obergeschoss, 2. Obergeschoss und gegebenenfalls ausgebautem Dachgeschoss. Sind wir doch ehrlich, diese Bauart ist der größte Feind der seniorengerechten Wohnung. Um eine Lösung zu finden, sollten wir die Raumaufteilung und die Nutzflächen näher betrachten. Das Erdgeschoss wird voll genutzt. Vom Flur führen Treppen zum Keller und Obergeschoss. Bei diesen Konstellationen sind kaum Umbaumaßnahmen für ein barrierefreies Wohnen möglich. Ein Zimmer für eine gehbehinderte Person oder für den Pflegefall einzurichten, scheitert am nicht vorhandenem Platz oder fehlendem Raum. Abhilfe kann die Nutzung des Obergeschosses schaffen. Hier gibt es ein ausreichend großes Bad, Schlafzimmer und gegebenenfalls weitere nutzbare Räume. Die Frage ist nur, wie kommt man vom Erd- ins Obergeschoss? Die eleganteste Lösung: ein Treppenlift.

Zunächst wird es kaufmännisch: Es stellen sich die Fragen: kaufen oder mieten; neu oder gebraucht. Eine für alle Konstellationen gültige Antwort kann nicht gegeben werden, aber die wichtigsten Kriterien sowie die Vor- und Nachteile sollen aufgezeigt werden.

Kaufen:

Vorteil: Auswahl unter mehreren Anbietern. Der Treppenlift geht in mein Eigentum über, daher unbegrenzte Nutzungsdauer. Überschaubare Betriebs- und Wartungskosten

Nachteil: Ein größerer Betrag wird sofort fällig. Wenn die Nutzung nicht mehr gegeben ist, wird ein Verkauf schwierig.



Mieten:

Vorteil: Anschaffungskosten entfallen, monatliche Raten sind überschaubar, Mindestund Maximalmietdauer können vereinbart werden.

Nachteil: Nicht jedes Treppenliftmodel kann gemietet werden. Neuer Vertrag wird bei Verlängerung der Mietdauer fällig. Bei längerer Mietdauer können die Mietkosten die Anschaffungskosten übersteigen.

Planung:

Vor dem Einbau eines Treppenlifts, unabhängig ob zur Miete oder gekauft, ist eine fachgerechte Planung mit Aufmaß, Detailzeichnung und Stückliste anzufertigen. Es müssen die Befestigungspunkte sowie die Positionen der Endstationen mit den erforderlichen Maßbildern angefertigt werden. Erst dadurch wird deutlich, ob ein ungehinderter Betrieb möglich ist, oder ob Engstellen den Betrieb einschränken.

Neu:

Auswahl des Modells, das auf meine Bedürfnisse angepasst werden kann, sowohl meiner persönlichen gesundheitlichen Situation, wie auch den baulichen Gegebenheiten. Möglichkeit einer unverbindlichen Probefahrt, auf der unter anderem die Bedienerfreundlichkeit, Laufruhe, Sitzposition getestet werden können.

Gebraucht:

Die Auswahl ist gering und gerade zu dem Zeitpunkt, wenn der Treppenlift benötigt wird, ist das Angebot begrenzt. Das ausgewählte Modell passt nur eingeschränkt zur baulichen Situation. Weitere Konstruktionsteile werden erforderlich. Deshalb steigen die Kosten in nicht vorhersehbare Höhe.

Systemvarianten:

Sitzlifte: Die am häufigsten gebräuchliche Ausführung **Stehlifte:** Wegen der Unfallgefahr kaum im Angebot **Hublifte:** Zur Überwindung geringer vertikaler Höhen

Plattformlifte: Wenn eine rollstuhlgerechte Lösung erforderlich wird.

Anwendungsbereich:

Treppenlifte werden wahlweise für den Innen- und Außenbereich angeboten.

Ausführungsvarianten:

Der Sitzlift gehört zu den am häufigsten installierten Liften, um eine altersgerechte barrierefreie Wohnungsanpassung zu erreichen. Dank verschiedener Modelle und Montagesysteme lässt sich für fast jede Treppenform ein passender Sitzlift finden. Notwendige Umbaumaßnahmen sollten vor der Auftragsvergabe abgeklärt werden. Moderne Fahrschienen, eng an der Wand anliegend, können dem Treppenverlauf optimal angepasst werden. Spezielle Schwenktechnik stellt sicher, dass der Lift während der Fahrt stets in die sicherste und optimale Position gedreht wird.

Von Elektromotoren, die ihren Strom von wiederaufladbaren Bat-

terien erhalten, wird der Lift angetrieben. An den Endpunkten werden die Ladestationen eingerichtet. Die Bedienung des Lifts ist einfach und unkompliziert. Mit einem Bedien-

element in der Armlehne startet die Fahrt. Die Fahrgeschwindigkeit beträgt ca. 0,10 Meter pro Sekunde. Je nach Modell lassen sich weitere Ausstattungselemente einrichten.

Kosten

Die Kosten für den Einbau eines Treppenlifts richten sich nach der Treppenform, gerade oder verschwenkt, der Treppenlänge sowie nach Modell und Ausstattung. Eine einfache Ausführung des Treppenlifts für eine gerade Treppe kann ab ca. 5 000 Euro kosten. Für eine kurvige Treppe ist ein Treppenlift nicht unter 10 000 Euro zu bekommen.

Alternativ zum Kauf ist das Mieten. Hier hängt der Mietpreis unter anderem vom Modell, der Laufzeit, und Service ab. Unter 50 Euro pro Monat wird ein Treppenlift nicht zu mieten sein. Nach oben keine Grenzen.

Wartung

Vergessen wird häufig, dass ein Treppenlift dann ein Sicherheitsrisiko darstellt, wenn keine regelmäßigen Wartungen erfolgen. Nach erfolgreicher Montage bieten die Fachfirmen einen Wartungsvertrag an. Die Wartungskosten liegen bei ca. 1 000 Euro im Jahr für eine zweimalige Wartung. Darin sind die Monteurkosten sowie Fahrkosten und Kleinmaterial wie Schmierstoffe enthalten. Nach Ablauf der Garantiezeit von einem Jahr werden dann alle Ersatzteile zusätzlich berechnet.

Besondere Hinweise

Für Besitzer von Eigentumswohnungen gilt zunächst die Teilungserklärung. Vor dem Einbau ist im Regelfall die Eigentümergemeinschaft zu benachrichtigen sowie die Frage zur Übernahme der Kosten zu klären.

Bei Mietwohnungen entscheidet der Eigentümer beziehungsweise die Wohnungsbaugesellschaft über den Einbau eines Treppenlifts.

Finanzierungshilfen, Informationen und Adressen

Abhängig von der persönlichen gesundheitlichen und finanziellen Situation können für den altersgerechten Umbau Zuschüsse von der Pflegekasse oder Fördermittel vom Staat beantragt werden.

Zuschüsse aus der Pflegekasse werden für "Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen: § 40 SGB XI" sowie nach dem "Pflegestärkungsgesetz" gewährt.

Informationen zu den Finanzierungshilfen erhalten Sie unter anderem:

Kreditanstalt für Wiederaufbau KFW: Förderprogramm "Altersgerechte Umbauten"; www.kfw-foerderbank.de

Verbraucherzentrale: www.baufoerderer.de Förderbank des Bundes: www.foerderbank.de

Unter bestimmten Voraussetzungen sind auch Zuschüsse von der **Pflegekasse** zu erhalten.

In jedem Fall ist darauf zu achten, dass vor Baubeginn die Anträge auf Finanzierungshilfen gestellt werden.

Informationen zur barrierefreien Wohnanpassung erhalten Sie unter anderem: Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend: www.serviceportal-zuhause-im-alter.de/wohnen

GGT Deutsche Gesellschaft für Gerontotechnik mbH: www.gerontotechnik.de
Beauftragte der Bundesregierung für Belange von Menschen mit Behinderung www.behindertenbeauftragte.de

Darüber hinaus bietet das Internet unter dem Suchwort "Treppenlift" eine Fülle von Informationen.

Fazit

Der Einbau eines Treppenlifts kann die Lebenssituation dann erheblich verbessern, wenn wir in der vertrauten Umgebung im eigenen Zuhause alt werden. Und das sollten uns die finanziellen Aufwendungen wert sein.

Hans Wendl

Lösung zu Deutschland verdreht:

- 1 Rothaargebirge
- 2 Neubrandenburg
- 3 Koblenz
- 4 Rostock
- 5 Schwerin
- 6 Karlsruhr
- 7 Zwickau
- 8 Düsseldorf
- 9 Lippe
- 10 Hunsrück
- 11 Westerwald
- 12 Essen
- 13 Schwarzwald
- 14 Rüsselsheim
- 15 Erzgebirge
- 16 Regen
- 17 Zugspitze
- 18 Braunschweig
- 19 Remagen
- 20 Oberhausen
- 21 Eisenhüttenstadt
- 22 Niedersachsen
- 23 Rügen
- 24 Saale
- 25 Brocken
- 26 Baden-Baden
- 27 Offenbach
- 28 Siegen
- 29 Hildesheim
- 30 Münster

Altersdiskriminierung kann jeden in jedem Alter treffen

Vor allem ältere Menschen werden oft benachteiligt und damit ausgeschlossen, ob auf der Bank oder von der Versicherung, ob in der Arbeitswelt oder bei Dienstleistungen im Alltag:

Aufgrund ihres Alters erfahren viele Menschen Nachteile. Laut Antidiskriminierungsstelle des Bundes hat jeder fünfte Bundesbürger eine solche Erfahrung gemacht. Die meisten nehmen das hin, weil sie es nicht anders kennen. Doch sie können sich wehren.

Das wird vor allem in der Arbeitswelt deutlich. 20-Jährige werden abgelehnt, weil ihnen die Berufserfahrung fehlt und 50-Jährige, weil sie angeblich zu alt sind. Von der Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e.V. kennt man viele dieser Beispiele. Sie berät Menschen, die Benachteiligungen aufgrund ihres Alters oder einer Behinderung erfahren haben und dies nicht akzeptieren wollen. Im Bereich Altersdiskriminierung ist die Berliner Beratungsstelle bundesweit die einzige, die unabhängig arbeitet - allerdings nur in der Hauptstadt.

Die meisten glauben anfangs, dass sie überreagieren und besonders empfindlich sind. Vor allem ältere Menschen lassen sich viel gefallen und ertragen auch offensichtliches Unrecht duldsam. Diskriminierungen aufgrund des Alters kommen übrigens am häufigsten vor. Das erstreckt sich auf viele Bereiche, zum Beispiel Dienstleistungen, Versicherungen und Banken. Auch Behinderungen sind oft Gründe, wegen derer Kunden unterschiedlich behandelt werden. Ebenso gewähren Banken älteren Menschen keine Hypothekendarlehen, selbst wenn sie schuldenfreie Immobilien besitzen. Dann sollte man die Bank wechseln. Auch in der Politik scheint dieses Thema Beachtung zu finden. Es gibt eine Gesetzesinitiative der Landesregierungen von Baden-Württemberg und Hessen, die Vergabe von Immobilienkrediten insbesondere für ältere Menschen zu erleichtern. Senioren muss es ermöglicht werden, ein Darlehen für den altersgerechten Umbau oder die Sanierung des eigenen Hauses oder Eigentumswohnung zu erhalten. Damit könnten viele ältere Menschen anstehende Umbauarbeiten in Angriff nehmen und so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben,

Es war bei einem 80-Jährigen, der seine Heimatstadt Berlin per Mietauto erkunden wollte. Bereits ein halbes Jahr zuvor hatte er ein Auto bei einer Vermietung gebucht. Als er es in Empfang nehmen wollte, teilte ihm der Angestellte mit, dass nur an Kunden bis 76 Jahre Autos vermietet werden, berichtete die Leiterin der Berliner Beratungsstelle. Die Autovermietung habe nach dem Beschwerdebrief der Beratungsstelle eingesehen, nicht richtig gehandelt zu haben und sei auf den älteren Herrn zugegangen.

Information erteilt die Antidiskriminierungsberatung der Landesvereinigung Selbsthilfe Berlin e.V., Telefon (030) 27 59 25 27.

Franz-Jakob Ludwig

Mitgliederversammlung 2017 der Landesseniorenvertretung NRW

Am 25. April 2017 fand die diesjährige Mitgliederversammlung der Landesseniorenvertretung (LSV) NRW in der Seestadthalle in Haltern am See statt. Haltern ist mit ca. 38 000 Einwohnern eine Mittelstadt am Südrand des Münsterlandes und am Nordrand des Ruhrgebiets, eingebettet von Naturparks und Waldgebieten. Der Halterner Stausee mit seinen Sandstränden wird als beliebtes Naherholungsziel von den Einwohnern des nahegelegenen Ruhrgebiets genutzt. In Deutschland und darüber hinaus ist Haltern durch den Flugzeugabsturz einer Germanwings-Maschine in den französischen Alpen bekannt, in dem eine Abiturklasse den Tod fand.

Barbara Steffens, NRW-Ministerin für Gesundheit, Emanzipation, Pflege und Alter, war eigens angereist, um die vertrauensvolle Zusammenarbeit von Landesregierung und LSV zu unterstreichen. Dabei stellte sie die Arbeit der Seniorenvertretungen vor Ort als "extrem wichtig" heraus. Sie unterstrich einmal mehr die Bedeutung der kommunalen Seniorenvertretungen für die Gestaltung der wohnortnahen Lebensorte, die Quartiere. Darüber hinaus betonte die Ministerin in ihrem Beitrag, dass in jeder Kommune eine Seniorenvertretung beste-



hen sollte, denn in den 396 Gemeinden NRWs sind erst in 166 Gemeinden Seniorenbeiräte aufgestellt Die unmittelbare Beteiligung der Betroffenen sei notwendig, wenn die Altenpolitik erfolgreich sein wolle. Die Verwaltungen wurden aufgerufen, nicht nur an Straßen und Schulen zu denken, sondern auch an Einkaufsmöglichkeiten und Cafés für ältere Bürger. Fahrkartenautomaten sollten bundeseinheitlich, selbsterklärend und so gestaltet werden, dass der Fahrgast nicht aus Verzweiflung zum Schwarzfahrer wird.

Die Tagesordnung war reich bestückt. Der Rechenschaftsbericht 2016 sowie der Erledigungsstand der Anträge aus dem Jahr 2016 und die Entlastung des Vorstands waren wichtige Punkte im Programmablauf. Gewählt und ergänzt wurde das Team der LSV um zwei weitere Beisitzer.

Beschlossen wurden in der Mitgliederversammlung 18 Anträge mit Forderungen zu Verbesserungen bei Mobilität, zur medizinischen Versorgung, zur Teilhabe von Seniorenvertretungen, zur Altersversorgung sowie zur Hospizversorgung, zur Sicherung der Pflege sowie zur Sicherheit und Barrierefreiheit im öffentlichen Raum.



Die ganze Bandbreite der Themen, um die sich Seniorenvertretungen kümmern, spiegelte sich auch in den folgenden Themen wider: So ging es etwa um konkrete Verbesserungen, die sehbehinderten Menschen in Geldinstituten einen barrierefreien Zugang zu Selbstbedienungs-Automaten ermöglichen könnten. Ein Beispiel für den po-

litischen Auftrag der Seniorenvertretungen bildet die Forderung, sich für die Wiederherstellung der Parität zwischen Arbeitsgebern und Arbeitnehmern bei den Krankenkassenbeiträgen einzusetzen. Doch auch praxisnahe Ideen, wie die Einführung von bundesweit einheitlichen Reflektoren an Rollatoren, fanden den Beifall der Teilnehmenden.

Prof. Dr. Christoph Strünck, der neue Direktor des Instituts für Gerontologie in Dortmund, mit dem die LSV eng zusammenarbeitet, gewann die Mitgliederversammlung mit seinem informativen und kurzweiligen Vortrag zum Thema "Mobilität im Alter". Er führte unter anderem aus, dass die Anzahl älterer Menschen von 2002 bis 2008 um 20% gestiegen ist, aber das mobile Bedürfnis, sicher, bequem und ohne zeitliche Begrenzung, um 38%. Hierzu zählen die Revitalisierung des ländlichen Raumes, sichere und bequeme Verkehrswege, sowie besser getaktete Verbindungen des ÖPNV. Ein weiteres Zukunftsziel sind selbstfahrende Bürgerbusse.

Mit dem diesjährigen Motto der Landesseniorenvertretung "Politische Teilhabe nutzen" werden sich die Mitglieder des Vorstandes für die Umsetzung der Beschlüsse einsetzen. Aber, auch die Mitglieder der Seniorenvertretungen wurden aufgerufen, alle Möglichkeiten nutzen, aktiv politisch im Sinne der Seniorenarbeit tätig zu werden.

Hans Wendl



Wanderung der Wandergruppe "Seniorenbeirat der Stadt Kerpen"

Wanderung: Neffelbach

6te Etappe: Müddersheim-Disternich-Sievernich-Müddersheim

Wanderung: Länge ca.12 Km, Schwierigkeitsgrad: leicht

<u>Anfahrt:</u> Anfahrt: Kerpen Richtung Blatzheim - 477 Richtung Zülpich bis Ort Müddersheim. Nehmen die 2te Zufahrt Amandusstraße nach links und fahren nach rechts in die Straße "Am Regenbusch". Hier lässt es sich am Straßenrand parken.



Wir gehen Richtung Burg Müddersheim zurück und

nehmen den der Burg gegenüberliegenden Weg Richtung Kreuz – Wegkreuz von 1775 mit der Inschrift "Es ist Vollbracht" - wandern rechtshaltend auf dem Waldweg weiter, bis dieser einen Linksknick macht, hier leicht



bergauf und erreichen eine Wegkreuzung. Rechts weiter, später links abknickend am Zaun einer Pferdekoppel entlang bis zur

Straße. Nun gehen wir rechts weiter der



Straße entlang durch eine schöne Baumallee. Am Ende der Einzäunung des Gestütes wandern wir die 1te Straße (Burgstraße) nach rechts, leicht bergab, bis wir rechts das Gelände der Burg Disternich erreichen – leider keine Begehung möglich. Sie gehört heute zur Hillebrand Gruppe. Die Burg wurde bereits im 12ten Jahrhundert erwähnt. Hier wandern wir über die Straße "Am Neffeltal" Richtung Kirche weiter bis zur Kölnstraße. Rechtshaltend über

die Bergstraße wandern wir bis

zum Ende dieser Straße – weiter über den Feldweg, linkshaltend bis zum Wegkreuz. Nach kurzer Rast wandern wir dem asphaltierten Weg nach rechts weiter und genießen den Weitblick bis in die Eifel. Vorbei am Gutshof Grübbel folgen wir dem scharfen Rechtsknick bis zur L 264. Überqueren diese vorsichtig und gehen den Weg auf der gegenüberliegenden Seite weiter Richtung



Sievernich. Wandern nach rechts auf der Rövernicher Straße, vorbei am Sportplatz, überqueren den Neffelbach, in den Ort Sievernich hinein und erreichen auf der rechten Seite das Rittergut Burg Sievernich. Heute ist hier ein Gestüt zu Hause. Ein Durchschreiten der kurzen Birkenallee und ein Blick in den Innenhof sollte man sich nicht entgehen lassen.



Wir gehen die Rövenicher Straße weiter bis zur Pfarrer-Alef-Straße – diese nach rechts bis zur Johannesstraße, hier wieder rechts und umrunden somit das Burggelände. Achten sie auf die Kleinigkeiten am Wegesrand. Vorbei am Kriegerdenkmal erreichen wir wieder den Neffelbach, vor der Brücke gehen wir links, um sofort nach rechts den Weg entlang des Neffelbaches weiter zu wandern. Wir folgen diesem Weg bis wir wieder den Ortsrand von Dis-

ternich erreichen. Überqueren den Neffelbach an der ersten Brücke und gehen über den Weilerweg durch den Ort, vorbei am Schützenplatz, überqueren die Kreuzstraße, immer geradeaus bis zur nächsten Wegkreuzung. Hier links entlang an Pferdewiesen/Koppeln Richtung Waldrand. Am Ende der Koppel gehen wir ca. 100 m links, um nach rechts über den schmalen Weg in den Wald einzutauchen. Unten angekommen halten wir uns rechts und erreichen die Straße "Am Regenbusch" nach links zurück zu unserem Parkplatz.

Wanderführer: Paul Breuer, Blatzheim

Buchtipp: Wer erbt, muss auch gießen

Von Renate Bergmann

In Renates Alter muss man sich so seine Gedanken darüber machen, was passiert, wenn man dereinst »heimgerufen« wird. Wer bekommt welche Sammeltasse? In welcher Leibwäsche will man bestattet werden? Und wie ist das eigentlich mit dem Erbe? Als Renate bei der Bank ihres Vertrauens erfährt, dass der Bankenheini ihre paar Kröten nicht in Bundesschatzbriefe, sondern in Aktien angelegt hat, ist das Entsetzen groß. Doch das ist noch nicht alles: Der Wert der Aktien ist exorbitant gestiegen und... ja, unsere Online-Omi kommt zu Reichtum. Nur: Was soll eine olle Omi mit so viel Kohle?

Ein Bestseller von der beliebtesten Oma Deutschlands!

Verlag: Rowohlt; Erschienen 07.2016 Paperback 208 Seiten ISBN 9783499272912

Preis: 9,99 €



Präventionstipp für Bürgerinnen und Bürger

Thema: "Lastschriftbetrug und Gewinnabzocke"



Beschwerden über betrügerisch untergeschobene Gewinnspielabonnements und anschließende unberechtigte Kontoabbuchungen reißen bei der Verbraucherzentrale NRW nicht ab. Allein dem Landeskriminalamt NRW sind über 16.000 Geschädigte bekannt. Etwa die Hälfte davon sind Senioren (Alter 60+) aus einem umfangreichen Ermittlungsverfahren.

In zunehmendem Maße werden die angeblichen Forderungen neuerdings auch über Telefonrechnungen eingezogen. Vielfach sind diesen Abbuchungen Werbeanrufe mit der Mitteilung über den Gewinn eines Gutscheins vorausgegangen. Bei den vermeintlichen Glückwunschgesprächen werden Daten abgefragt und Gewinnspielabonnements angeboten. Zielgruppe dieser illegalen Lockanrufe sind häufig Senioren. Diese sind aufgrund ihrer Arg- und Sorglosigkeit im Umgang mit den freundlichen Werbern am Telefon bevorzugte Opfer. Polizei und Verbraucherschutz gehen davon aus, dass Senioren in vielen Fällen keine Anzeigen erstatten. Dies kann daran liegen, dass ihnen die Möglichkeit der Anzeigenerstattung in derartigen Betrugsfällen nicht bewusst ist oder sie sich möglicherweise sogar schämen, auf Betrüger hereingefallen zu sein.

Präventionstipps

Die folgenden Hinweise zum Schutz vor unerlaubten Werbeanrufen und unberechtigten Lastschrifteinzügen richten sich an die Zielgruppen Seniorinnen/Senioren und deren Vertrauenspersonen, wie Angehörige, Betreuer etc.. Vertrauenspersonen können im Rahmen ihrer regelmäßigen Kontakte die ältere Menschen entsprechend aufklären und unterstützen.

Am Telefon

- Geben Sie niemals Ihre persönlichen Daten, wie Anschrift, Telefonnummern und insbesondere Ihre Kontodaten an unbekannte Dritte weiter.
- Machen Sie keinerlei Zusagen am Telefon. Beantworten Sie keine Fragen, die Sie nicht verstehen.
- Erfragen und notieren Sie den Namen des Anrufers, die Adresse der Firma sowie den Grund des Anrufs. Notieren sie zusätzlich Datum, Uhrzeit sowie die angezeigte Rufnummer.
- Sie bestimmen mit wem Sie telefonieren möchten. Fühlen Sie sich "überfahren, oder verstehen Sie nicht, was der Anrufer eigentlich von Ihnen möchte, beenden Sie das Gespräch. Im Zweifel legen Sie einfach auf.
- Geben Sie diese Daten z.B. an die Bundesnetzagentur (Sitz Bonn, Tulpenfeld 4, 58113 Bonn oder Postfach 8001, 53105 Bonn) oder an die örtliche Verbraucherzentrale Ihrer Stadt, Kommune, Gemeinde weiter, damit diese Telefonverkäufer, die das Werbeverbot nicht beachten, abgemahnt werden können.

Präventionstipp für Bürgerinnen und Bürger





- Am Telefon geschlossene Verträge können nach den Vorschriften über Fernabsatzverträge innerhalb von 4 Wochen widerrufen werden. Den Widerruf können Sie schriftlich (z. B. bei Verträgen) oder durch Rücksendung der Ware erklären.
- Wurden Sie über Ihr Widerrufsrecht nicht ordnungsgemäß und in schriftlicher Form belehrt, kann das Geschäft auch nach Jahren noch rückgängig gemacht werden.

Unberechtigte Lastschrifteinzüge

- Kontrollieren Sie regelmäßig die Kontostände Ihrer Bankverbindungen auf unberechtigte Abbuchungen per Lastschrift.
- In zahlreichen Veröffentlichungen wird die Meinung vertreten, dass es nur eine Sechs-Wochen-Frist zum Widerspruch gibt. Das gilt nur, wenn Sie eine Einzugsermächtigung erteilt haben.
- Stellen Sie bei der Kontrolle Ihrer Kontobestände fest, dass unerlaubt per Lastschrift Geld abgebucht wurde, können Sie immer und kostenfrei widersprechen. Gemäß der EU-Richtlinie über Zahlungsdienste (Az. 2007/64/EG) gilt das Widerrufsrecht 13 Monate nach Feststellung gegenüber dem Geldinstitut/der Bank.
- Unberechtigte Lastschrifteinzüge können den Tatbestand des Betruges gemäß § 263 des Strafgesetzbuches erfüllen. Erstatten Sie im Zweifel eine Anzeige bei der Polizei.

Und noch ein weiterer Tipp:

Kontrollieren Sie auch Ihre Telefonrechnung sofort. Wenn Leistungen abgerechnet wurden, die Sie nicht vertraglich vereinbart haben, zahlen Sie dem Telefonunternehmen nur den unstrittigen Betrag und widersprechen der unberechtigten Forderung.

www.lka.nrw.de

Notrufnummern

Angaben ohne Gewähr

Angaben onne Gewanr				
Ärztliche Notdienste				
Ambulanter ärztlicher Notfalldienst in NRW	116117			
Kinderärztlicher Bereitschaftsdienst © Augenärztliche Notdienstzentrale Zahnärztlicher Notfalldienst © Gynäkologischer Notdienst © Praxis Netz Erft (PNE) Notdienstplan der Apotheken ©	01803-010103*) 02238 9494215 01805 - 986700 01803- 010102*) 01803- 010101*) 01805 - 938888			
Krankentransport (kreisweit) ins Festnetz ohne Vorwahl vom Handy Vorwahl (02273) *) mit Handy nicht erreichbar	19222			

Notrufe			ne Notdienste bei Störung
Polizei	110		-
Feuer	112	Gas	– 01802 – 113377
Rettungsdienst und Notarzt	112	Strom	- 01802 - 112244
Krankentransporte Kerpen und	l Bergheim 112	Wasser	– 01802 – 112244
Giftnotrufzentrale ©	0228 - 19240	Fernwärme	– 01802 – 112244
Frauenhaus	02237 - 7689		
Kindertelefon	02271 - 89-444		
Telefon-Seelsorge	0800-111 0 222		
Opfer Notruf-Weißer Ring e.V.	01803343434		

Neue Notrufnummer 116 117 für den ärztlichen Bereitschaftsdienst

Unter dieser Nummer erreichen Sie seit Mitte April 2012 den ärztlichen Bereitschaftsdienst für den gesamten Rhein – Erft - Kreis.

Der Anruf ist für Sie kostenfrei. Die Kosten der Behandlung übernehmen die gesetzlichen und privaten Krankenkassen (hier abhängig vom Vertrag und Selbstbehalt).

Der ärztliche Bereitschaftsdienst beginnt:

- Montag, Dienstag und Donnerstag
 Um 19 Uhr und endet am nächsten Tag jeweils um 8 Uhr.
- Mittwoch und Freitag
 Um 13 Uhr und endet am nächsten Tag jeweils um 8 Uhr.

Die ambulante Notfallpraxis in Bergheim am Maria-Hilf-Krankenhaus kann wie gewohnt im Rahmen ihrer Öffnungszeiten aufgesucht werden.

Ein Wermutstropfen: Die Notdienste der Apotheken sind dem Notrufsystem nicht angeschlossen und müssen, wie bisher, gesondert ermittelt werden.

Die Pflegeberatung

Die Pflegeberatung der Stadt Kerpen steht Ihnen für unabhängige Information und Beratung zum Thema Pflege zur Verfügung!

Ihre Fragen

Welche Pflegemöglichkeiten gibt es? Wer kann pflegen? Welche Kosten entstehen für mich und andere? Was tun bei Demenz?

Was wir tun

Wir beraten und informieren Sie. Wir unterstützen Sie, möglichst lange ein selbstständiges Leben zu führen. Wir versuchen, gemeinsam mit Ihnen Lösungswege zu finden.

Wir beraten Sie kostenlos, neutral und ortsnah.

Ansprechpartnerin: Frau Brigitte Püllen

50171 Kerpen, Stiftstraße 24-28, Postadresse: Jahnplatz 1

Tel.: 02237/58 - 435 / Fax: 02237/58 - 146

Mail: bpuellen@stadt-kerpen.de

Bitte vereinbaren Sie einen Termin!

Sprechstunden: Mo-Fr 10:00-12:00, Do 14:00-18:00

Hausbesuche nach Vereinbarung

Pflegedatenbank des Rhein-Erft-Kreises: http://dev.rhein-erft-kreis.de/PflegeDB/

Weitere Beratungsmöglichkeiten:

018 03 -- 88 33 55 Alzheimer Telefon für Nordrhein-Westfalen

018 03 – 171017 Alzheimer Telefon bundesweit

030/ 340 6066-02 Bürgertelefon zur Pflegeversicherung

Betreuungsrecht und Vollmacht

Jeder von uns kann durch Unfall, Krankheit oder Alter in die Lage kommen, dass er wichtige Angelegenheiten seines Lebens nicht mehr selbstverantwortlich regeln kann. Was wird, wenn ich auf die Hilfe, auf die Fürsorge anderer angewiesen bin?

Wer handelt, wer entscheidet für mich?

Mit diesen oder ähnlichen Fragen sollten Sie sich rechtzeitig auseinandersetzen. Sie können diese Fragen klären, in dem sie eine Vollmacht ausstellen und eine Person Ihres Vertrauens frühzeitig mit Ihren Wünschen bekannt machen.

Sollten Sie keine Regelung getroffen haben, wird bei Eintritt einer psychischen Erkrankung oder geistigen, seelischen bzw. körperlichen Behinderung mit erheblichem Fürsorgebedürfnis die Bestellung eines Betreuers durch das Amtsgericht notwendig. Dieser gesetzliche Vertreter übernimmt dann in Absprache mit Ihnen die Besorgung Ihrer Angelegenheiten.

Sie erreichen die Betreuungsstelle der Stadt Kerpen in der Stiftsstraße 24-28.

Stadtteile: Blatzheim, Buir, Götzenkirchen, Horrem, Manheim, Sindorf, Neubottenbroich

Frau Will Tel. 02237/58 - 236

Stadtteile: Balkhausen, Brüggen, Kerpen, Langenich, Mödrath, Türnich

Frau Zittermann Tel. 02237/58 - 317

Stadtteil: Horrem A-H

Frau Püllen Tel: 022237/ 58-435

Die Betreuungsstelle führt regelmäßig Informationsveranstaltungen zum Thema Vollmacht und Patientenverfügung durch.

Die inhaltliche Beratung zu Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung bietet an:

Herr Nixdorf, SKM, Kerpen, Schulstr.9-11

Dienstags von 15:30-17:30

Tel: 0178-7800005; außerhalb der Sprechzeiten:02235-7995-51

Weitere Informationen bzw. eine Informationsbroschüre zum Thema Betreuungsrecht und Vollmacht erhalten Sie beim Bundesjustizministerium Öffentlichkeitsarbeit www.bmj.bund.de oder Tel. 01805 778090

Kerpener Netzwerk55plus

Das Kerpener Netzwerk *55plus* ist ein von der Kolpingstadt Kerpen ins Leben gerufenes Angebot für Menschen ab 55 Jahren. Seit seiner Gründung im Jahr 2008 haben sich über 300 Kerpenerinnen und Kerpener dem Netzwerk angeschlossen. Es bringt Menschen zusammen und lädt sie ein, eigene Bedürfnisse und Wünsche, die oft viele Jahre durch Beruf und Familie zurückgesteckt wurden, neu zu entdecken und mit Gleichgesinnten zu verwirklichen. Dabei organisieren die Netzwerkerinnen und Netzwerker sich selbst, sind selbstbestimmt und gesellschaftspolitisch aktiv.

Netzwerkerinnen und Netzwerker, die mit gleichen oder ähnlichen Interessen aktiv sein wollen, bilden eine Gruppe. Sie finden sich zu regelmäßigen Treffen zusammen und stimmen ihre Aktivitäten untereinander ab. Die Treffen der Gruppen sind offen. Gäste sind immer herzlich willkommen!

Das Kerpener Netzwerk 55 plus gibt es in Kerpen, Horrem und Brüggen.

Zweck und Ziele des Kerpener Netzwerks 55 plus

Das Netzwerk möchte vor allem die Lebensqualität älter werdender Menschen in ihrem sozialen Umfeld verbessern. Offenheit und Neugier sowie die Bereitschaft auf den anderen zuzugehen, ermöglichen neue soziale Kontakte. So können noch im Alter "tragfähige Beziehungen" entstehen, die einer möglichen Vereinsamung des Einzelnen entgegenwirken. Netzwerkerinnen und Netzwerker betreiben so aktiv soziale Vorsorge, in dem sie in der Nachbarschaft neue Kontakte knüpfen.

Kerpener Netzwerk 55plus in Kerpen

Für alle am Netzwerk *55plus* Interessierten findet jeden 1. Donnerstag im Monat um 18:30 Uhr, im Rathaus der Kolpingstadt, eine Netzwerkversammlung statt.

Sprechstunde:

Nach Vereinbarung mit der Netzwerkbegleitung

Birgit Große-Wächter, 02237 – 58 145, Zimmer 3.5, Tanzende Stadthäuser, Jahnplatz 7c in Kerpen; bgrosse-waechter@stadt-kerpen.de

Kerpener Netzwerk 55plus in Brüggen

Für alle am Netzwerk *55plus* Interessierten findet jeden 3. Dienstag im Monat um 15:00 Uhr, eine Netzwerkversammlung in den Clubräumen Platanenallee 11, 50169 Türnich, statt.

Sprechstunde:

Am 1. und 3. Montag im Monat, von 10.00 bis 12.00 Uhr im AWO Pavillon, Raphaelstr. / Gabrielweg, Kerpen-Brüggen, 02237-9798578, <u>brueggen-55plus@t-online.de</u>

Kerpener Netzwerk 55plus in Horrem

Für alle am Netzwerk *55plus* Interessierten findet jeden 1. Dienstag im Monat um 16:00 Uhr im Soziokulturellen Zentrum, Mittelstraße, 50169 Kerpen-Horrem, eine Netzwerkversammlung statt.

Sprechstunde:

Nach Vereinbarung mit der Netzwerkbegleitung:

Dr. Claudia McDaniel-Odendall, 02237 – 58 376, Zimmer 3.4, Tanzende Stadthäuser, Jahnplatz 7c, in Kerpen; cmcdaniel-odendall@stadt-kerpen.de





Gegründet 1981

Tanztermine Juli bis Dezember 2017

Kosten pro Person und Veranstaltung 11,50 € inkl. 1 Stück Kuchen und Kaffee

Schützenhalle St.Sebastianus Schützenbruderschaft e.V., 50171 Kerpen, Schützenstrasse

Franz–Jakobs Musikexpress mit DJ Ketchen Unterhaltungsmusik und Wunschkonzert von 15.30 – 18.00 Uhr

Mi Mi	22. Nov. 06. Dez.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren" Tanzcafé "nicht nur für Senioren" " Nikolausfeier "
Mi	08. Nov.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	25. Okt.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	11. Okt.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren" " " Oktoberfest "
Mi	27. Sep.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	06. Sep.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	30. Aug.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	16. Aug.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	02. Aug.	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	19. Juli	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	05. Juli	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"
Mi	21. Juni	Tanzcafé "nicht nur für Senioren"





Gegründet 1981

Diabetikerselbsthilfegruppe Juli bis Dezember 2017

Der Diabetikertreff findet im Rathaus Raum 200 statt. Einlass ab 14.00 Uhr, Beginn 14.30 Uhr

Vorträge mit anschließender Diskussion.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Eingeladen sind alle Diabetiker, Angehörige und Interessierte.

Мо	17. Juli	Exkursion nach Düsseldorf
Мо	17. Aug.	Sommerpause
Мо	21. Sept.	Thema: "Arzneimittel im Alter" Referent: Herr Apotheker Mario Ganster, Marienapotheke 50171 Kerpen, Marienstr. 3, ☎ 02237 – 92860
Мо	19. Okt.	Thema: "Erste Hilfe bei Herzinfarkt und Schlaganfall" Referent: Herr Havemann, DRK 50170 Kerpen, Kunibertusstr. 18, ☎ 016094834056
Мо	16. Nov.	Thema: "Das neue Pflegegesetz" Referentin: Frau Brigitte Püllen Rathaus Kerpen, 202237 – 58-435
Мо	21. Dez.	Thema: "Jahresabschluss" Erfahrungsaustausch – Was hat mir gefallen – was wäre besser anschließend Weihnachtsfeier Cafeteria im Rathaus





Gegründet 1981

WeitereTermine Juli bis Dezember 2017

Sa - Sa	16. – 23. Juli	Sommerreise an die Küste Fahrt im Luxusfernreisebus Ausflugsprogramm nach Emden, Greetsiel, Wilhelmshaven und Küstenrundfahrt Buchung bei Residenz-Reisen 02237-929814
Mi	16. Aug.	Sitzung des Senioren - Beirates Rathaus, Raum 198, 10.00 Uhr
Do	21. Sept.	Tag der Senioren, Jahnhalle Kerpen Beginn 14.00 Uhr, Ende ca, 18.30 Uhr, siehe Programm kostenpflichtiger Bustransfer möglich Kartenverkauf ab dem 27.07.2017
Sa	04. Nov.	Thalia Theater "Business Affairs" Turbulente Komödie von John Chapmann und Jeremy Lloyd Beginn 15.00 Uhr Schulzentrum Horrem - Sindorf kostenpflichtiger Bustransfer möglich Kartenverkauf ab dem 07.09.2017
Mi	15. Nov.	Sitzung des Senioren - Beirates Rathaus, Raum 198, 10.00 Uhr
Di	05. Dez.	Weihnachtsbummel in Essen einschließlich Bustransfer aus den einzelnen Stadtteilen Kartenverkauf ab dem 12.10.2017





Gegründet 1981

Wandertermine

Juli bis Dezember 2017

Kostenbeteiligung für die Mitfahrgelegenheit, sofern die Fahrt nicht mit eigenem PKW erfolgt

Keine Voranmeldung erforderlich Treffpunkt zu den Wanderungen: Rathausparkplatz, 50171 Kerpen Die Rückkehr erfolgt, wenn nicht anders angegeben, um ca. 17.00 Uhr

Wir bitten alle Wanderfreunde, auf festes Schuhwerk zu achten

Di	18. Juli	Wanderung "Abenden/Eifel" Treffpunkt 9.00 Uhr, ca. 11 km, mit div. Steigungen Wanderführer: Paul Breuer ☎ 02275 – 4114
Di	15. Aug.	Wanderung "An der Wehebach-Talsperre" Treffpunkt 9.00 Uhr, ca. 10 km, mit div. Steigungen Wanderführer: Paul Breuer ☎ 02275 – 4114
Di	19. Sep.	Wanderung "Sistiger/Krekeler Heide bei Kall" Treffpunkt 9.00 Uhr, ca. 10 km, mit div. Steigungen Wanderführer: Paul Breuer ☎ 02275 – 4114
Di	17. Okt.	Wanderung "Ein Stück Römerkanal" Treffpunkt 9.00 Uhr, ca. 10 km, leicht Wanderführer: Paul Breuer ☎ 02275 – 4114
Di	21. Nov.	Wanderung "Zwischen Zieselsmaar und Köttinger Heide" Treffpunkt 9.00 Uhr, ca. 10 km, leicht Wanderführer: Karl Hans Andreas 🕿 02275 - 6918
Di	19. Dez.	Wanderung "Zwischen Buir und Morschenich Treffpunkt 9.30 Uhr, ca. 10 km, leicht Wanderführer: Karl Hans Andreas 🕿 02275 - 6918
Di	16. Jan. 2018	Wanderung "Berrenrather Höhe" Treffpunkt 9.30 Uhr, ca. 10 km, leicht Wanderführer: Karl Hans Andreas ☎ 02275 - 6918

www.bsg-kerpen-sindorf.de und www.reha-sport-kerpen-sindorf.de

Rücken- und Wirbelsäulengymnastik

Montag	5056 - 5194	19.00 bis 20.30 Uhr	Horrem, Rathausschule, Turnhalle/ Diana/ Marcus
Dienstag	5056 - 5195	16.00 bis 17.30 Uhr	Schulzentrum Horrem - Sindorf, Neue Halle/ Marcus
Dienstag	5056 - 27719	16.00 bis 17.30 Uhr	Schulzentrum Horrem, Sindorf, Neue Halle/ Wilma
Dienstag	5056 - 5196	18.00 bis 19.30 Uhr	Kerpen, Philipp-Schneider-Str. Halle 1/ Kai
Mittwoch	5056 -19101	8.00 bis 9.30 Uhr	Buir, Broichstr., Grundschule Turnhalle/ Marie-Luise/ Anke
Mittwoch	5056 - 46798	16.15 bis 17.45 Uhr	Buir, Broichstr., Grundschule Turnhalle/ Werner
Mittwoch	5056 - 5197	18.00 bis 19.30 Uhr	Buir, Broichstr., Grundschule Turnhalle/ Anke/ Marie- Luise/ Marcus
Donnerstag	5056 - 5193	18.00 bis 19.30 Uhr	Sindorf, Mehrzweckhalle Hegelstrasse/ Ilona/ Wilma
Donnerstag	5056 - 5190	18.00 bis 19.30 Uhr	Sindorf, Mühlenfeldschule/ Heike
Donnerstag	5056 - 5191	19.45 bis 21.00 Uhr	Sindorf, Mühlenfeldschule/ Heike Bosseln
Freitag	5056 - 46799	8.00 bis 9.30 Uhr	Buir, Broichstr., Grundschule Turnhalle/ Marie-Luise
Freitag	5056 - 46800	20.00 bis 21.30 Uhr	Horrem Rathausschule, Turnhalle/ Diana

Wassergymnastik

*) im flachen Wasser **) im tiefen Wasser

Dienstag 5056 - 5192 *)	16.00 bis 17.00 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Ilona
Dienstag 5056 - **)	16.00 bis 17.00 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Werner
Dienstag 5056 - 48073 *)	20.30 bis 21.30 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Wilma
Mittwoch 5056 - 46388 *)	20.00 bis 21.00 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Ilona
Mittwoch 5056 - 57526 **)	20.00 bis 21.00 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Werner
Freitag 5056 - 48074 **)	20.30 bis 21.30 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Dagmar
Freitag 5056 - 48075 *)	20.00 bis 20.50 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Manuela
Freitag 5056 - 50014 *)	20.50 bis 21.40 Uhr	Hallenbad Kerpen, Philipp-Schneider.Str./ Manuela

Koronarsport

Dienstag 5056 - 57129	20.00 bis 21.00 Uhr	Kerpen, Philipp-Schneider-Str. Halle 2/ Kai
Dienstag 5056 - 652	20.00 bis 21.00 Uhr	Kerpen, Philipp-Schneider-Str. Halle 2/ Britta
Dienstag 5056 - 11284	20.00 bis 21.00 Uhr	Kerpen, Philipp-Schneider-Str. Halle 2/ Dagmar

Neurologische Erkrankung

Mittwoch 5056 - 19103 16.15 bis 17.45 Uhr	Buir, Broichstr., Grundschule Turnhalle/ Anke
---	---

!!! A C H T U N G !!! Keine Übungsstunden in den Ferien!