# SINFO

## SENIOREN-INFORMATION

50+

www.ehrenamt-lohmar.de

Januar 2024

© MNStudio/Adobe Stock

Gemeinsam
statt einsam

Die aktuelle Ausgabe der SINFO können Sie im Internet auch unter https://unser-quartier.de/slr-lohmar/villa-friedlinde/ finden.

Das SINFO-Archiv mit der aktuellen Ausgabe finden Sie auf der Homepage der Stadt Lohmar unter:
https://www.lohmar.de/familienfreundlichkeit-bildung-und-kultur/senioren/sinfo/

***Inhalt***


| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| Veranstaltungen der Villa Friedlinde | Seiten | 3 | + | 8 |
| Generationentreffen | Seiten | 4 | - | 5 |
| Bürger/-innen im Portrait | Seiten | 6 | - | 7 |
| Rückblick auf „Senioren auf Tour“ | Seiten | 9 | - | 10 |
| Bericht vom FRICHOLO-Auftritt | Seite | 10 | | |
| Bericht vom Villa-Weihnachtsbaum-Schmücken | Seiten | 11 | - | 12 |
| Monatsprogramm der Villa Friedlinde | Seiten | 13 | - | 16 |
| Veranstaltungen außerhalb der Villa | Seiten | 17 | - | 19 |
| Seniorenkino im Cineplex Siegburg | Seite | 20 | | |
| Seniorenkino im Cineplex Troisdorf | Seite | 21 | | |
| Ansprechpersonen der Seniorenvertretung | Seite | 22 | | |
| Wintermärchen | Seite | 23 | | |
| Rätselecke und Impressum | Seite | 24 | | |


*In eigener Sache:*

Die Entscheidung über die Veröffentlichung eingereichter Beiträge und Fotos liegt ausschließlich bei der Redaktion. Die Manuskripte können gekürzt und redaktionell überarbeitet werden. Die veröffentlichten Beiträge geben nicht unbedingt die Meinung der Redaktion wieder.

## *Verschiedenes aus der Villa Friedlinde:*

(Foto: Stadt Lohmar)

- Die „PC-Sprechstunde mit Franz König“, jeweils am ersten Freitag eines jeden Monats, muss leider bis auf unbestimmte Zeit ausfallen.

- Die Pflegeberatung mit Ruth Gremme findet ab Januar nicht mehr statt, da Ruth Gremme nicht mehr zur Verfügung steht. Die Stadt Lohmar bemüht sich um eine Ersatzkraft. Sobald die Sprechstunde wieder stattfinden kann, werden wir Sie informieren.

- Die „Bastelwerkstatt“ mit Jutta Muskatewitz und Heidi Ueberschar findet im Januar sowie im Februar ausnahmsweise jeweils am zweiten Freitag im Monat, 10:00 - 12:00 Uhr, statt (also am 12. Januar und am 9. Februar). Ab März wird wieder jeden ersten Freitag im Monat gebastelt.

- Das „Offene Frühstück für Jung und Alt“, jeweils am zweiten Dienstag eines jeden Monats, fällt im Februar aus (Karnevalsschließzeit).

- Das „Literatur-Café“ mit Maria Warburg und Heidi Gelff trifft sich im Januar ausnahmsweise am zweiten Montag (also am 8. Januar). Ab Februar läuft wieder alles wie gewohnt am ersten Montag im Monat.

***Infos aus unseren Generationentreffpunkten:***

**<u>Monatliches Klön-Kaffee in Scheiderhöhe:</u>**

Herzlich willkommen zum Generationen-Café in Scheiderhöhe! **Jeden vierten Donnerstag im Monat** öffnen wir um Punkt 15:00 Uhr die Türen des Dorfgemeinschaftshauses direkt neben der Kirche und laden Jung und Alt zu gemütlichen Stunden ein.

**Termine im Jahr 2024 – schon mal zum Notieren:**
25. Januar, 22. Februar, 28. März, 25. April, 23. Mai, 27. Juni, 25. Juli, 22. August, 26. September, 24. Oktober und 28. November.

Die Termine können Sie auch bequem am Schaukasten vor unserem Generationentreffpunkt erfahren.

**Ort:**
Dorfgemeinschaftshaus Scheiderhöhe, Scheiderhöher Straße 48, direkt neben der Kirche.

**Zeit:**
Jeden vierten Donnerstag im Monat, 15:00 Uhr. Kommen Sie gerne auch spontan vorbei!

**Für alle Altersgruppen:**
Wir freuen uns über jede Altersgruppe! Das Generationen-Café bietet die ideale Gelegenheit, neue Menschen kennenzulernen, Gespräche zu führen und gemeinsam eine schöne Zeit zu verbringen.

**Kulinarisches Angebot:**
Für einen Beitrag von 3,00 EUR pro Person steht Ihnen eine unbegrenzte Menge an köstlichem Kaffee und leckerem Kuchen zur Verfügung.
Kommen Sie vorbei, bringen Sie Freunde und Familie mit, und lassen Sie uns gemeinsam schöne Stunden bei unserem Generationen-Café in Scheiderhöhe erleben. Wir freuen uns auf Sie!

*Sabine Schlehecker*
*für das Team des Generationentreffpunkts Scheiderhöhe*

## „Frühstücken“ im Generationentreff Breidt:

An jedem **dritten Donnerstag im Monat** wird im Generationentreffpunkt der alten Schule in Lohmar-Breidt um 9:00 Uhr zum Frühstück geladen.

**Hier unsere Termine für das Jahr 2024:**
18. Januar, 15. Februar, 21. März, 18. April, 16. Mai, 20. Juni, 18. Juli, 15. August, 19. September, 17. Oktober, 21. November, 19. Dezember.

Anmeldung über Ingelore Krohn 02246 - 30 13 49 oder
Monika Gelfert 02246 - 81 80

**********

## „Spiele-Nachmittag“ im Generationentreff Breidt:

An jedem **zweiten und vierten Montag im Monat** findet in Breidt auch ein Spiele-Nachmittag von 14:30 Uhr bis 17:30 Uhr in der alten Schule statt. Bei Kaffee und Gebäck oder Kuchen treffen sich Bürger/-innen zum gemeinsamen Karten- oder Brettspielen. Die Gruppe würde sich über neue Mitspieler/-innen freuen.

**Hier unsere Termine für das Jahr 2024:**
8. Januar, 22. Januar, 5. Februar, 26. Februar, 11. März, 25. März, 8. April, 22. April, 13. Mai, 27. Mai, 10. Juni, 24. Juni, 8. Juli, 22. Juli, 12. August, 26. August, 9. September, 23. September, 14. Oktober, 28. Oktober, 11. November, 25. November, 9. Dezember.

Sie möchten mehr wissen, dann rufen Sie uns gerne an:

Ingelore Krohn 02246 - 30 13 49

*Ingelore Krohn*
*für das Team des Generationentreffpunkts Breidt*

## *Bürger/-innen im Portrait: Christiane Kutsche*

(Foto: Stadt Lohmar)

Obwohl Christianes Eltern bereits im Rhein-Sieg-Kreis heimisch waren, wurde kurzzeitig der Wohnsitz nach Mönchengladbach verlegt. Dort gab es eine Spezialklinik, die der lungenkranken, hochschwangeren Frau die entsprechende Therapie anbieten konnte. In dieser kurzen Zeitspanne von circa sechs Wochen wurde Christiane am Rosenmontag 1953 geboren. Nach der Geburt ging es der Wöchnerin bald wieder besser, und die kleine Familie konnte wieder zurück nach Troisdorf in die Heimat. Christiane entwickelte sich zu einem munteren, unternehmungslustigen Mädchen, das sich morgens stets auf den Weg zum Betriebskindergarten „Friedrich-Wilhelms-Hütte“ freute.

Nach der Schule absolvierte Christiane eine Ausbildung als Frisörin. Einige Jahre später begann sie Fortbildungen im Bereich Schreibmaschine und Stenographie, so dass 1985 ein Wechsel zum Bundesgrenzschutz anstand. Dort arbeitete sie fortan als Verwaltungsangestellte.

Mit 21 Jahren heiratete die junge Frau, und ein Jahr später brachte sie ihre Tochter Nadine zur Welt. Seit 2007 ist Christiane Witwe.

Heute blickt die fesche Rentnerin auf ein zufriedenes Leben zurück: „Ich war stets gerne in der Rolle der ‚Versorgerin'. Auch heute noch bin ich für meine Tochter und meinen 20-jährigen Enkel da, wenn sie mich brauchen. Die Verbundenheit zur Familie ist mir wichtig und tut gut." – Nicht zu vergessen den Golden Retriever „Nanouk", der von der Oma immer wieder gerne mit großer Fürsorge bedacht wird! Jeden Donnerstag ist Family-Day. Ein wichtiger Termin in Christianes Kalender: Dann wird für die ganze Familie gekocht!

| | |
|---|---|
| Sternzeichen: | **Wassermann** |
| Ehrenamt | **Villa Friedlinde** |
| Hobbys: | **Tanzen, Wandern, Radeln, Sauna, Spieleabende mit der Familie** |
| Lieblingsessen: | **Linseneintopf und Aufläufe** |
| Lieblingsfilm: | **Wie beim ersten Mal** |
| Herzens-Musiktitel: | **Verschiedene: Queen, Abba, Robin Schulz und „Aktuelles"** |
| Buchempfehlung: | **Hörbuch von Susanne Fröhlich: Ausgemustert** |
| Welche vier Begriffe treffen auf Dich zu? | **Hilfsbereitschaft, Anvertrautes gut für sich behalten können, nicht im Mittelpunkt stehen wollen, Zuverlässigkeit** |
| Was darf im Kühlschrank nie fehlen? | **Joghurt, Quark, dick geschnittener Gouda** |
| Beruf im nächsten Leben? | **Visagistin, Frisörin** |
| Welche drei Dinge nimmst Du mit auf eine einsame Insel? | **Zitat Christiane: „Ich will nicht auf die Insel!"** |
| Was magst Du an der Stadt Lohmar? | **… dass sie nicht so groß ist, der dörfliche Flair und das tolle Angebot für die 50-Plus-Generation** |
| Eine Botschaft für unsere Leser/-innen: | **„Begegnet den Unfreundlichen mit Freundlichkeit, erfreut Euch auch an Kleinigkeiten, denkt positiv und verteidigt weiterhin ganz feste unsere Demokratie!"** |

*Susan Dietz*

***Karnevalssitzung in der Villa Friedlinde am 2. Februar***
(Abbildungen: Pixabay)

Am Freitag, 2. Februar, 14:00 Uhr bis ca. 18.00 Uhr, heißt es wieder „Lühmer Alaaf!“. Norbert Muskatewitz wird durch das Programm führen und hat tolle Musikeinlagen und abwechslungsreiche Auftritte von Karnevalsgruppen aus der Region organisieren können. Als Höhepunkt steht der Einmarsch des Lohmarer Dreigestirns auf dem Programm.

Freuen Sie sich weiterhin auf den gemeinsamen Gesang mit der Singgruppe FRICHOLO und auf Überraschungs-Auftritte aus den eigenen Reihen des Begegnungszentrums.

Getränke und kleine Leckereien können zu moderaten Preisen erworben werden. Der Eintritt ist frei; es werden jedoch Eintrittskarten zwecks Platzreservierungen vergeben. Es steht nur ein begrenztes Kontingent zur Verfügung. Karten erhalten Sie im Büro der Villa Friedlinde (Telefon-Nr.: 02246 - 30 16 30). Es fällt ein „Pfandgeld“ von 3 Euro an.

*Susan Dietz*

***„Senioren on Tour“***
***Seniorinnen und Senioren der Villa Friedlinde unterwegs zur Bergischen Kaffeetafel***

Mit „Houck on Tour“ waren die Seniorinnen und Senioren der Villa seit 2013 bereits drei Mal im Restaurant „Haus Thal“. Nach dem Abtreten von Gisela Houck nun ein weiteres Mal, aber unter dem Namen von „Senioren on Tour“, wiederum organisiert von Erich Wiemer. Wie üblich zu möglichst geringen Kosten für Seniorinnen und Senioren, die keine eigenständigen Unternehmungen mehr durchführen können, aber noch mobil sind. Sie wurden von ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuer begleitet. 45 Senioren fuhren von der Villa Friedlinde mit dem Bus nach Overath-Immekeppel.

Im „Haus Thal“ war die Bergische Kaffeetafel mit allem Drum und Dran, Brötchen aller Geschmacksrichtungen, Wurst, hausgekochter Marmeladen, Quark, Honig, Rübenkraut, Milchreis, Zimt und Zucker, Bergischen Waffeln, heißen Kirschen und Bergischem Brotkuchen vorbereitet.

Während des opulenten Kaffeetrinkens drehten sich die Gespräche nicht nur bei den aus dem Rheinland Stammenden um die Herkunft dieser Tradition. Als die Stadtbewohner Ende des 19. Jahrhundert mit der Eisenbahn ins Bergische Land Ausflüge unternahmen, wurden sie von den Gastwirten mit großen und ausgiebigen Kaffeetafeln angelockt. 1929 tauchte die Bezeichnung „Bergische Kaffeetafel“ auf und verschwand mit Ausbruch des Zweiten Weltkrieges. Erst 1963 hat das Niederbergische Museum Wülfrath die Bergische Kaffeetafel wieder ins Leben gerufen. Sie ist heute fester Bestandteil der Gastlichkeit im Bergischen Land.

Nach deren Genuss und noch einem weiteren Häppchen blieb keine Zeit zum Spazierengehen. Solche Tafeln haben es ja an sich, zwei und mehr Stunden zu dauern. Zwischen Waffeln und Graubrot

mit Leberwurst oder Milchreis wurden neue und alte Erfahrungen ausgetauscht oder auch Bekanntes aufgewärmt. Einigen Damen hatte es der „Bergische Brotpudding oder -kuchen“ angetan, und sie fragten nach dem Rezept.

Für alle und auch die, die bereits 2013 dabei waren, war es wieder eine besondere Art, den Nachmittag in geselliger Runde zu verbringen. Mit der Freude, die die Seniorinnen und Senioren ausstrahlten, fühlten sich die ehrenamtlichen Begleiter in ihrer Tätigkeit und der Organisator bestätigt.

*Hans Werner Witt*

## *FRICHOLO-Auftritt im Advent*

Die hauseigene Singgruppe „FRICHOLO“ unter der Leitung von Friedhelm Limbach wurde vom Gymnastikverein Scheiderhöhe 1966 e.V. eingeladen, um bei der diesjährigen Adventsfeier für Senioren/-innen mit den Gästen gemeinsam Advents- und Weihnachtslieder zu singen. Die Scheider-Tenne war wunderschön adventlich dekoriert, und wir fühlten uns direkt wohl und willkommen.

Friedhelm Limbach ermunterte das Publikum in seiner Rede dazu, mittels verteilter Texthefte kräftig mitzusingen. Man konnte dankbar feststellen, dass der Funke übergesprungen war, und die Lieder klangen frisch und hoffnungsvoll durch den alten Fachwerkbau.

Wir danken dem Gymnastikverein für die Einladung und für den herzlichen Empfang. Wir kommen gerne wieder!

*Elfriede Guttmann*
*für die Singgruppe FRICHOLO*

## *Sterne und mehr für den Villa-Baum*

(Fotos:Stadt Lohmar)

Auch in diesem Jahr erstrahlt der Weihnachtsbaum der Villa Friedlinde wieder in vollem Glanz – diesmal geschmückt mit Sternen und kleinen, zurecht geschnittenen Papier-Tannenbäumen. Die hübsche Deko hatte die „Schneckengruppe“ des Lohmarer Kindergartens „Waldgeister“ in liebevoller Detailarbeit unter Projektleitung der Auszubildenden Ramona Vohl gefertigt.

Die Seniorinnen und Senioren des Begegnungszentrums Villa Friedlinde freuten sich, dieses wunderbare Schauspiel während ihres Café-Besuchs miterleben zu können. Gerne sangen sie nach vollbrachter Tat gemeinsam mit den Kindern und den Erzieherinnen Petra Stölting und Michèle Partsch adventliche Lieder. Zur Belohnung gab's für die fleißigen Kids einen bunten Rohkost-Teller, der flott geleert wurde.

Mittlerweile ist es zur Tradition geworden, dass sich Jahr für Jahr kleine Waldgeister auf den Weg zur Villa Friedlinde machen, um das Begegnungszentrum weihnachtlich zu verzaubern. Der Baum ist stets ein Blickfang für die vielen Bürgerinnen und Bürger, die das kleine Kunstwerk bewundern – entweder während einer Veranstaltung in dem schönen Saal der alten Villa oder von außen durchs Fenster betrachtet beim Spaziergang im Lohmarer Park.

*Bildunterschriften:*
Links oben, Seite 11: Die „Schneckengruppe“ des Kindergartens „Waldgeister“ mit ihren Erzieherinnen Ramona Vohl, Petra Stölting und Michèle Partsch nach vollbrachter Arbeit!
Links unten, Seite 11: Die Kinder hatten großen Spaß beim Schmücken des Villa-Friedlinde-Weihnachtsbaums
Oben: Aleksandra Porsche von der Villa Friedlinde hilft den Kleinsten, auch die oberen Äste zu dekorieren.

*Susan Dietz*

***Programm der Villa Friedlinde – Januar 2024***

**Begegnungszentrum der Stadt Lohmar,**
**„Villa Friedlinde“**, Bachstraße 12, 53797 Lohmar
Telefon: 02246 - 30 16 30
Mailadresse: Villa.Friedlinde@Lohmar.de

Ansprechpersonen:
Susan Dietz, Aleksandra Porsche und Janina Brüllke

Öffnungszeiten des Büros:
montags bis freitags: 9:00 - 12:00 Uhr und 14:00 - 16:00 Uhr

**Herzlich willkommen sind alle, die Lust haben, mit Gleichgesinnten aktiv zu sein!**
**Die Angebote der Villa Friedlinde können meist kostenfrei genutzt werden. Ausnahmen sind mit (*) gekennzeichnet. Bei Verzehr fällt ein kleiner Kostenbeitrag an.**

***Montag:***

| | | |
|---|---|---|
| | 09:15-10:45 | VHS-Englisch-Kurs für Fortgeschrittene mit Sandra Clever-Schwall – nicht immer im Präsenzunterricht **(*)** |
| | 14:00 (14:30)-16:00 | „Villa-Café“ – Kaffee und Kuchen für alle, die Lust auf nette Gespräche haben – mit Doris Jackels, Petra Althen, Angelika König, Christiane Kutsche und Monika Stein<br>• **Am 22.01. Beginn erst um 14:30 Uhr!** |
| 01. und 15.01. | 14:00-16:30 | „Schreibclub Villa Friedlinde“ mit Gisela Steimel und Anita Imbusch |
| **08.01.** | **10:00** | **„Literatur-Café“ mit Heidi Gelff und Maria Warburg (ausnahmsweise am 2. Montag – siehe Seite 3)** |
| 08. und 22.01. | 17:30-19:30 | ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand) |

| | | |
|---|---|---|
| 15.01. | 18:00-19:30 | „Singing together“ mit Regina Oelke – Singgruppe mit internationalem Liedgut |
| **22.01.** | 09:00 | Redaktionssitzung SINFO |
| 22.01. | 12:00 | Mittagstisch mit Ingrid Terhorst und Team: Kassler mit Sauerkraut und Kartoffeln und einem Dessert **(*).** |

***Dienstag:***

| | | |
|---|---|---|
| | 09:30-11:30 | Handarbeitsgruppe mit Karin Lautenschläger und Sandra Bach |
| | 13:30-17:00 | „Jeu de Boule“ mit Joseph und Erika Orth sowie Christiane Kutsche |
| | 17:00-18:00 | Englische Konversation mit Herbert Frielingsdorf |
| 09.01. | 09:30 | „Gemeinsames Frühstück für Jung und Alt“ (Anmeldung erforderlich) **(*)** |
| 16.01. | 14:00-16:00 | „Mandalas selbst gestalten“ mit Petra Althen |

***Mittwoch:***

| | | |
|---|---|---|
| | 09:00-10:30 | „Internationaler Folkloretanz“ mit Loren Gorlt, 0151 - 44 24 15 10 – auch für Einsteiger geeignet **(*)** |
| | 10.45-12:15 | „Internationaler Folkloretanz“ mit Loren Gorlt – auch für Einsteiger geeignet – s.o. **(*)** |
| | 14:00-16:00 | „Töpfern“ mit Dorothee Telson – Angebot der Musik- und Kunstschule Lohmar – Anmeldung unter 02246 - 15-505 **(*)** |
| | 14:30-17:00 | „Großer Spielenachmittag“ – Sie werden begleitet von Dieter Trube, Monika Gelfert und Angelika König |
| **Entfällt** | 17:15-18:15 | Niederländisch für Fortgeschrittene mit Fem Holtkamp |

| | | |
|---|---|---|
| **17.01.** | **09:00** | **Redaktionsschluss SINFO** |

***Donnerstag:***

| | | |
|---|---|---|
| | 10:45-12:00 | „FRICHOLO“ – Offenes Singen mit Friedhelm Limbach und Susan Dietz (im Wechsel) |
| | 16:00-18:00 | Acrylmalerei mit Martina Furk **(*)** |
| **04.** 18.01. | 09:30-11:30 | „Englisch für Senioren/-innen“ mit Dr. Hans Günther van Allen **(entfällt am 04.01.)** |
| 11.,18., 25.01. | 09:00-10:30 | VHS-Gehirntraining mit Susan Dietz **(*)** |
| 11. und 25.01. | 09:30-11:30 | „Spanisch für Senioren/-innen“ mit Dr. Hans Günther van Allen |
| 11.01. | 14:00 | „Walk, Talk, Meet and Eat“ mit Christine Arnoscht, Thomas Buchmüller, Heidi Gelff, Harald Saat und Maria Warburg – Treffpunkt: Aueler Hof, Lohmar-Wahlscheid – Die Wanderung führt über Spechtsberg und Scheid, ca. 6,5 km/ca. 120 Hm – Die Gruppe empfiehlt Geh- oder Walking-Stöcke. |
| 11.01. | 14:30-16:30 | Gemütlicher Nachmittag der AWO mit Annemarie van Allen |
| **18.01**. | **14:30-16:30** | **Ehrenamtlichen-Café in der Villa Friedlinde (geschlossene Gruppe)** |
| 25.01. | 16:30 | Treffen des Behindertenbeirats<br>Info nur per Mail: vorsitzbbl@aol.com |

***Freitag:***

| | | |
|---|---|---|
| | 13:30-16:00 | „Anfänger-Gitarrengruppe“ – Angebot der Musik- und Kunstschule Lohmar – Anmeldungen unter 02246 - 15-505 oder per Mail: mks@Lohmar.de **(*)** |
| | 14:00-16:30 | Spielzeit für Bridgegruppen |

| | | |
|---|---|---|
| | 17:30-19:00 | „Kinder- und Jugendschach“ mit Sven-Holger Akstinat 0157 - 36 74 05 25 |
| | 19:30-23:00 | „Schach für Jedermann“ mit Sven-Holger Akstinat (Telefon s.o.) |
| 12.,19. und 26.01. | 10:00-11:30 | VHS-Gehirntraining mit Susan Dietz **(*)** |
| **12.01** | **10:00-12:00** | **„Bastelwerkstatt“ mit Jutta Muskatewitz und Heidi Ueberschar (ausnahmsweise am zweiten Freitag – siehe Seite 3)** |
| 12.01. | 14:00-16:30 | „Smartphone- und PC-Hilfe“ mit Helmut Schiffmann<br>(Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30) |
| 19.01. | 14:00 | „Bingo“ mit Renate Beerbaum und Helga Peters |
| **26.01.** | **15:30-17:30** | **„ABTANZEN“** nach rockiger Musik mit Angelika König, Gudrun Neumann, Helmut Schiffmann, Iris Höfinghoff, Marion Kau, Monika Stein, Regina Oelke, Thomas Buchmüller, Vera Pilar und Vera Wamser – Infos über 02246 - 30 16 30 oder über Villa.Friedlinde@Lohmar.de |

**<u>Anmeldungen von Kursen und Veranstaltungen der Villa Friedlinde</u>:**

- **Per Telefon: 02246 - 30 16 30 oder**
- **Per Mail: Villa.Friedlinde@Lohmar.de oder**
- **Büro der Villa Friedlinde, Bachstraße 12, 53797 Lohmar**

## *Hinweise auf Veranstaltungen in anderen Einrichtungen im Stadtgebiet Lohmar*

### Anonyme Alkoholiker (AA), Selbsthilfegruppen

Homepage: www.anonyme-alkoholiker.de
Facebook: AAinSiegburg
Email: Regionalsprecher@anonyme-alkoholiker-rg09.de
- Meeting Troisdorf-Mitte, donnerstags 19:30 Uhr Gerhardstr. 5
Gruppentelefon: 0176 - 78 39 99 50
- Meeting Siegburg, freitags 19:30 Uhr, Annostr.14
Roswitha: 02247 - 96 81 66, Stefan: 02241 - 898 23 21

### Al-Anon (Angehörige und Freunde von Alkoholikern):

Email: zdb@al-anon.de
Homepage: www.al-anon.de
Petra: 02247 - 67 69

### BBL (Behindertenbeirat Lohmar)

Facebook: Behindertenbeirat Lohmar (BBL)
Homepage: www.behinderten-beirat-lohmar.de
Email: vorsitzbbl@aol.com
Peter Eschbach: 02246 - 166 28
Öffentliche Sitzung jeden vierten Donnerstag im Monat, 17:00 bis 18:00 Uhr.
in der Villa Friedlinde
Öffentliche Sprechstunde jeden ersten Mittwoch 19:00 Uhr in der
„Netz.Werk.Statt“, Hauptstr. 71

## ***Wiederkehrende Termine***

### Donrath, Donrather-Kirchtreff (früher Kolping-Jugendheim)

| | | | |
|---|---|---|---|
| Donnerstag | 18.01. | 15:00 | Treffen der Senioren-Gruppe<br>Info: Helga Kreuzer 02246 - 25 25 |

### Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bereich Birk

| | | | |
|---|---|---|---|
| Freitags | | 14:00 | Senioreneinkaufsdienst Birk (SEB)<br>Abfahrt: Edeka Parkplatz Birk<br>Anmeldungen und Infos:<br>Rolf Binnenbrücker 02241 - 38 31 03 oder<br>Bernd Grund 02246 - 50 32 |
| Dienstag | 02.01. | 09:00 | Männerfrühstück<br>Anmeldung erforderlich über:<br>koordinator@maennerfruehstueck-birk.de<br>oder Volker Sundermeyer 02246 - 66 88 |
| Mittwoch | 17.01. | 15:00 | Senior*innenkreis<br>Info: Andrea Schmidt 02241 - 38 13 56 |

## Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bereich Honrath

| | | | |
|---|---|---|---|
| Mittwochs | | 09:30 | Kreativ-Zeit für Frauen<br>Basteln, Zeichnen, Malen, Handarbeiten …<br>Info: 02206 - 90 09 30 |
| Dienstag | 02.01. | 10:00 | Frühstück für Senioren-/innen<br>Bitte anmelden bis Freitag, 29.12.<br>02206 - 90 09 30 oder honrath@ekir.de |
| Donnerstag | 04.01. | 16:00 | Stunde der Männer<br>Plausch über aktuelle Themen<br>Info: 02206 - 90 09 30 |
| Montag | 08.01. | 17:00 | Offenes Singen<br>Singen für Musikbegeisterte<br>Anmeldung: Ulrich Frerk<br>ulrich.frerk@netcologne.de |
| Dienstag | 09.01. | 15:00 | Gesellschaftsspielgruppe<br>Info: 02206 - 90 09 30 |
| Dienstag | 23.01. | 15:30 | Klön-Café für Frauen<br>Das Gemeindehaus inkl. Küchennutzung steht kostenlos zur Verfügung<br>Info: 02206 - 90 09 30 |

## Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bereich Gemeindezentrum Christuskirche, Lohmar

| | | | |
|---|---|---|---|
| Mittwoch | 10.01. | 10:00 | Frauentreff<br>Das neue Jahr – Erwartungen, Wünsche und Hoffnungen |
| Mittwoch | 17.01. | 14:00 | Männertreff<br>Offener Treff für Männer nicht nur in der nachberuflichen Phase<br>Bei uns zu Hause – Lohmar im Jahr 1955<br>Wir sehen einen Film des Männerchores Lohmar.<br>Info: Winfried Niere 02246 42 00 |
| Mittwoch | 24.01 | 10:00 | Die Epochen der Kunstgeschichte an Beispielen aus Architektur, Malerei und Skulptur, Teil II: Gotik<br>Referentin: Frau Aliki Gnieser |

## Lohmar, Lotsenpunkt

| | | |
|---|---|---|
| Mittwochs | 10:00 - 12:00 | Beratung, Vermittlung und Hilfestellung in persönlichen Angelegenheiten aller Art<br>Büro: Kirchstraße 24, Lohmar, neben dem katholischen Pfarrheim<br>Kontakt: 0177 - 26 43 785 |

**Lohmar, KoBeCa – das Kontakt- und Beratungscafé**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Donnerstags | | 14:00 - 16:00 | Beratung zu verschiedenen Themen<br>bei Kaffee und Kuchen<br>Pfarrzentrum, Kirchstraße 26 in Lohmar<br>Geöffnet für alle!<br>Kontakt: spz@diakonie-sieg-rhein.de |

**Lohmar, St. Johannes, Pfarrzentrum**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Samstag | 20.01. | 10:00 - 14:00 | Repair-Café<br>Info: Michael Sahner 02246 - 82 25 |

**Wahlscheid, Ev. Kirchengemeinde, Matthias-Claudius-Haus**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Mittwoch | 03.01. | 15:00 | Frauentreff<br>Wir begrüßen das neue Jahr<br>Info: Doris Meissner-Becker<br>02206 - 90 92 05 oder Gemeindebüro<br>02206 - 50 35 |
| Mittwoch | 17.01. | 10:00 | Seniorenfrühstück<br>Herzliche Einladung zum gemeinsamen Frühstück für Senioren/-innen ab 70<br>Freuen Sie sich auf einen geselligen Vormittag, nette Gespräche und einen köstlichen Start in den Tag.<br>Bitte melden Sie sich telefonisch im Gemeindebüro an bis Dienstag, 16.01. unter 02206 - 50 35 |

**Wahlscheid, Ev. Altenheim, Heiligenstock**

| | | | |
|---|---|---|---|
| Mittwoch | 03.01. | 16:00 | Angehörigentreff „Leben mit Demenz“<br>Entlastung, Erfahrungsaustausch, Information<br>Anmeldung SPZ Troisdorf Jutta Spoddig<br>02241 - 25 03 133 oder per Mail<br>Jutta.spoddig@diakonie-sieg-rhein.de |

Denke immer daran,

du hast die Stärke, die Geduld und die Leidenschaft in dir,

um nach den Sternen zu greifen und die Welt zu verändern.

Harriet Tubman (1820 – 1913)

## *Senioren-Kino im Cineplex Siegburg, Europaplatz 1, neben dem Bahnhof, lädt ein:*

Für alle Junggebliebenen zeigen wir einmal im Monat ausgewählte Filme auf der großen Kinoleinwand. Die Reihe heißt Seniorenkino, aber natürlich ist jedes Alter herzlich eingeladen. Das Seniorenkino findet immer am ersten Mittwoch im Monat statt. Filmbeginn ist um 14.30 Uhr und um 15.30 Uhr. Jeweils eine dreiviertel Stunde früher (also um 13.45 Uhr und 14.45 Uhr) öffnet unsere Kaffeebar. Dort erhalten unsere Gäste vor der Vorstellung eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen.
Der Eintrittspreis inklusive Kaffee und Kuchen beträgt nur 7,00 €.
Karten können im Voraus bestellt werden unter: www.cineplex.de/siegburg oder Telefon: 02241 - 95 80 80

### Die Insel der Zitronenblüten

Spanien, 2021 – 122 Min. – Drama

Vor langer Zeit hat das Schicksal die Schwestern Marina (Elia Galera) und Anna (Eva Martín) voneinander getrennt. Ihre Kindheit verbrachten sie gemeinsam auf Mallorca, wo der Duft von Zitronenblüten die Luft erfüllt. Während Anna das Inselparadies nie verlassen hat, ist Marina als Ärztin um die Welt gereist. Doch als eine unbekannte Wohltäterin den Schwestern ihre Bäckerei vermacht, muss Marina in ihre Heimat zurückkehren. Das Anwesen soll verkauft werden. Anna hofft so, ihre Schulden loszuwerden – und ihren untreuen Ehemann gleich mit! Marina plant indessen einen Neuanfang. Neben Adoptionsstress und Verlobungsversprechen steht vor allem das lange aufgeschobene Wiedersehen mit ihrer Schwester auf dem Plan. Der Zauber der kleinen Bäckerei hält, was er verspricht: Während sie den wahren Gründen für ihre mysteriöse Erbschaft nachspüren, kommen Marina und Anna sich wieder näher ... und schon bald weht der süße Geruch von frischgebackenem Brot durch die Straßen, der alte Geheimnisse aufwirbelt und den Sommer für die beiden Schwestern zu einer unvergesslichen Reise in die Vergangenheit werden lässt. (Quelle: Verleih)

***Mittwoch, 03.01.24***

Kino 1 – 14:30 Uhr Seniorenkino  Kino 2 – 15:30 Uhr Senioren-Kino

Änderungen im Spielplan sowie Fehler und Irrtümer sind vorbehalten.

***Kino für Senioren im Cineplex Troisdorf über dem Kaufland-Einkaufszentrum, Am* Bürgerhaus *15 b***

**Am 11. Januar 2024 ist das Senioren-Kino in Troisdorf zurück auf der großen Leinwand!**
Die Vorführungen finden jeweils am 2. Donnerstag im Monat statt.

Filmbeginn ist um 15:00 Uhr. Ca. 14:30 Uhr öffnet die Kaffeebar. Dort erhalten die Gäste vor der Vorstellung eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen.
Der Eintrittspreis inklusive Kaffee und Kuchen beträgt 7,00 €.
Nähere Auskünfte erhalten sie voraussichtlich ab Anfang Januar unter www.cineplex.de/troisdorf oder Telefon: 02241 - 80 92 01 ab 15:30 Uhr.

***Zur Aufführung kommt am Donnerstag, 11.01.2024, der Film***

***Enkel für Fortgeschrittene***
*Familienfilm/Komödie 110 Min.*

mit Maren Kroymann, Heiner Lauterbach, Barbara Sukowa

Kino 1 15:00 Uhr Seniorenkino

*Nähere Angaben zum Inhalt des Films standen bei Redaktionsschluss noch nicht zur Verfügung.*

Verein zur Förderung der Seniorenarbeit in Lohmar e.V. (FöS)

Mit einem Jahresbeitrag von 12 Euro können Sie die Arbeit des Vereins unterstützen. Mitgliedsanträge erhalten Sie in der Villa Friedlinde oder als Download unter diesem Link:
https://www.lohmar.de/fileadmin/redaktion/2_Familienfreundlichkeit/3_Senioren/7_FoeS-Foerderverin/Beitrittserklaerung.pdf

# Die Ansprechpersonen der Seniorenvertretung in den Lohmarer Ortsteilen

**Annemarie van Allen**
02246 - 74 33
a.vanallen@t-online.de

**Lohmar-Ort**

**Helmut List**
02246 - 30 03 11
helmut.list@unitybox.de

**Scheiderhöhe**
Heppenberg, Wielpütz, Scheid, Muchensiefen

**Barbara Berger**
02247 - 899 10
bhp-berger1@web.de

**Breidter Rücken I**
Ellhausen, Weegen, Grimberg, Krahwinkel

**Brunhilde Albrecht**
02246 - 91 12 34
albrecht@albrecht-news.de

**Heide/Inger/Birk**
Algert, Albach

**Rainer Seegert**
02206 - 834 73
rainer-seegert@gmx.de

**Aggertal**
Honsbach, Neuhonrath, Wahlscheid

**Wolfgang Czarnecki**
02246 - 69 48
wolfgang.czarnecki@t-online.de

**Naafbachtal**
Hausen, Weeg, Mackenbach, Höffen, Oberstehöhe, Kreuznaaf, Donrath

**Ingelore Krohn**
02246 - 30 13 49
i.krohn1@gmx.de

**Breidter Rücken II**
Geber, Breidt, Deesem

## Für Ihre Anliegen stehen auch gerne zur Verfügung:

**Annemarie van Allen**/Vorsitzende
02246 - 74 33
a.vanallen@t-online.de

**Brunhilde Albrecht**/stellv. Vorsitzende
02246 - 91 12 34
albrecht@albrecht-news.de

*Wintermärchen*

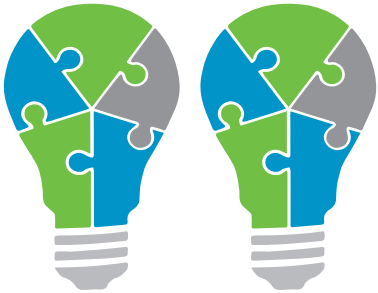
*Verschneit liegt rings die ganze Welt,*
*Ich hab nichts, was mich freuet,*
*Verlassen steht der Baum im Feld,*
*Hat längst sein Laub verstreuet.*

*Der Wind nur geht bei stiller Nacht*
*Und rüttelt an dem Baume,*
*Da rührt er seinen Wipfel sacht*
*Und redet wie im Traume.*

*Er träumt von künftger Frühlingszeit,*
*Von Grün und Quellenrauschen,*
*Wo er im neuen Blütenkleid*
*Zu Gottes Lob wird rauschen.*

*Joseph von Eichendorff*

# Rätselecke



## SUDOKO

| | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | 4 | | | 8 | | | 9 |
| | | | 3 | | 4 | | 2 | |
| 9 | | | 7 | | | | | |
| | | | | | | 3 | | |
| 2 | 1 | | | | 7 | | | 4 |
| | | 5 | | 6 | | | | 2 |
| | | | 9 | | | 7 | | |
| | | | | 5 | | | | |
| | 3 | | | | | 6 | 1 | |

## Rätsel-Lösung Dezember:

Die erste Frage könnte sein: „Was würdest du antworten, wenn meine nächste Frage lauten würde: Führt der Weg geradeaus nach Lohmar?“ Bei einem „Nein“ als Antwort ist das der richtige Weg, unabhängig davon, ob der alte Mann gerade lügt oder die Wahrheit sagt. Bei einem „Ja“ ist es ein falscher Weg und der Weihnachtsmann muss seine zweite Frage nutzen, um in die richtige Richtung abzubiegen.

Diese zweite Frage könnte analog sein: „Was würdest du antworten, wenn meine nächste Frage lauten würde: Komm ich nach Lohmar, wenn ich links abbiege?“ Bei einem „Nein“ biegt der Weihnachtsmann nach links ab bei einem „Ja“ biegt er nach rechts ab.

**Impressum:**
SINFO, Senioreninformation, Villa Friedlinde, Bachstr. 12, 53797 Lohmar
**Verantwortlich für den redaktionellen Teil:**
Christel Mundt, Tel.: 02206-7327, E-Mail: mundt.chris@web.de
**Redaktionsschluss** für die Februar-Ausgabe: Mi., 17.1.2024, 09:00 Uhr
**Satz und Layout:** Christel Mundt, Helmut List und Franz König – Eigendruck – Titel- und Rückseite: Gestaltung durch creative-wassong
In Zusammenarbeit mit der Stadt Lohmar, die Bürgermeisterin
**Ansprechpartnerin:** Susan Dietz, Diplompädagogin und zuständig für Seniorenaktivitäten der Stadt Lohmar, Tel.: 02246-301630, E-Mail: Susan.Dietz@Lohmar.de