

# SINFO

## SENIOREN- INFORMATION



[www.ehrenamt-lohmar.de](http://www.ehrenamt-lohmar.de) Juli / August 2025



© Robert Kneschke / 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/>

**Die Villa Friedlinde ist vom 14.07.25 bis 03.08.25 geschlossen!  
(Sommerpause)**



(Illustration: Pixabay)

## ***Inhalt***

„Windows 10“ vor dem Aus	3
Hinweise auf Veranstaltungen	4 - 7
Bürger*innen im Portrait	8 - 9
Berichte von Veranstaltungen	10 - 12
Monatsprogramm anderer Einrichtungen	13 - 16
Monatsprogramm der Villa Friedlinde	17 - 21
Seniorenkinos Cineplex Siegburg und Troisdorf	22 - 25
Buchtipp und Gedicht von Johann Wolfgang von Goethe	26
Ansprechpersonen der Seniorenvertretung	27
Rätselecke und Impressum	28

### *In eigener Sache:*

Die Entscheidung über die Veröffentlichung eingereicherter 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.

## **„Windows 10“ vor dem Aus, was kann ich tun?**

Wie das alles geht und was zu beachten ist und welche Maßnahmen sinnvoll und bezahlbar sind, erfahren Sie auf unserer Veranstaltung.

**Termin: 5. Juli 2025, 15:00 Uhr**

**Villa Friedlinde in Lohmar, Bachstraße 12, Eintritt frei!**

**Anmeldung über das Büro der Villa Friedlinde: Telefon: 02246-301630 oder [villa.friedlinde@lohmar.de](mailto:villa.friedlinde@lohmar.de)**

In vielen Publikationen in der Presse wird über das nahende Ende des Supports für Microsoft Windows 10 berichtet und dass ab dem 14.10.2025 von Microsoft für Windows 10 keine kostenlosen Sicherheitsupdates mehr bereitgestellt werden.

- Aber was bedeutet das konkret für die Nutzer dieses Betriebssystems?
- Was kann man tun, um weiterhin unbesorgt im Internet zu surfen oder Dienste im WWW zu nutzen?
- Gibt es Alternativen zum Windows Betriebssystem?

Auf diese und viele andere Fragen wird am 5. Juli 2025 um 15:00 Uhr ein Vortrag in der Villa Friedlinde gehalten, der versucht, Ihnen Antworten zu geben.

Den Vortrag hält Ralf Snyders, er ist langjährig tätig als IT Fachmann und ehrenamtlicher Mitarbeiter der Repair-Cafés in Lohmar und Neunkirchen-Seelscheid.

Mögliche Lösungen sind:

- Den Rechner einfach auf- oder nachrüsten, was so gut wie immer weniger kostet als ein Neugerät, und schon läuft das aktuelle Windows 11 auf dem alten Gerät.
- Für PCs, die wirklich schon zu alt und langsam erscheinen, ansonsten aber noch in Ordnung sind, kommt als Alternative das Betriebssystem Linux in Frage.
- Microsoft empfiehlt, einfach einen neuen PC oder Laptop mit Windows 11 zu kaufen. Das sprengt aber oft den finanziellen Rahmen und ist auch eigentlich bei vielen Geräten gar nicht notwendig.

*Seniorenvertretung*

## Besuch des Freilichtmuseums Kommern mit Herbert Hofmann

(Foto: Pixabay)



Am **11.07.2025** findet eine Bustour ins Freilichtmuseum nach Kommern statt. Herbert Hofmann führt durch das Museumsdorf und erzählt Wissenswertes aus der vergangenen Zeit. Auf Wunsch besteht die Möglichkeit, die Ausstellung „Wir Rheinländer“ zu besuchen und zum Mittagessen in eines der zwei Restaurants vor Ort einzukehren.

Die Kosten für die Fahrt betragen 15 Euro (Mittagessen nicht inklusive). Der Bus startet um 10:00 Uhr von der Villa Friedlinde, Rückkehr ist ca. 16:00 Uhr ebenfalls an der Villa Friedlinde.

Anmeldung erbeten über das Büro der Villa Friedlinde

Telefon: 02246 - 30 16 30 oder [villa.friedlinde@lohmar.de](mailto:villa.friedlinde@lohmar.de)

*Christiane Mebus-Blem*

## **Generationen kochen gemeinsam mit der „Küchenpartie“ – Projektleitung freut sich über Anmeldungen**

(Foto: Plattform Ernährung und Bewegung)



Zusammen lecker kochen – das ist das Motto des bundesweiten Ernährungsprojektes „Küchenpartie mit peb“ (Plattform Ernährung und Bewegung). Im Oktober 2024 startete das Projekt in Kooperation mit dem Gesundheitsamt des Rhein-Sieg-Kreises in Lohmar.

Kochen macht Spaß und kann so einfach sein. Genau das vermittelt „Die Küchenpartie mit peb“. Das Besondere: Im Projekt kochen zwei Generationen miteinander, und ein reger Austausch von Geschichten und Wissen ist garantiert! Und natürlich stehen köstliche Rezepte, das gemeinsame Essen und jede Menge Tipps für den (Ernährungs-) Alltag mit auf dem Programm.

Über das Projekt:

„Die Küchenpartie mit peb“ bringt Jung und Alt in generationsübergreifenden Kochaktionen zusammen und motiviert dazu, den Kochlöffel öfter selbst mal in die Hand zu nehmen.

Ihre Ziele sind die Stärkung der Ernährungskompetenz und die Förderung der sozialen Teilhabe. „Die Küchenpartie mit peb“ wird vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) im Rahmen des Nationalen Aktionsplans IN FORM gefördert. Die Plattform „Ernährung und Bewegung“ hat das Programm entwickelt.

Das Gesundheitsamt des Rhein-Sieg-Kreises unterstützt die Umsetzung der Küchenpartie in Lohmar über die Teilnahme am kreiseigenen und von der Techniker Krankenkasse geförderten Projekt „GesA-Kommune mit Kindergesundheit“.

Am **15. Juli 2025 von 10:30 - 14:30 Uhr** findet ein gemeinsames Kochen mit Senior\*innen und Kindern in der Villa Friedlinde statt.

Bei Interesse können sich ältere Menschen mit ihren Enkeln jetzt schon zur Teilnahme an der „Küchenpartie mit peb“ im Büro der Villa Friedlinde anmelden. Die Teilnehmerzahl ist auf 12 Kinder / Jugendliche und 6 Senior\*innen begrenzt. Anmeldungen erbeten über das Büro der Villa Friedlinde Telefon: 02246 - 30 16 30 oder per Mail: [Aleksandra.Porsche@Lohmar.de](mailto:Aleksandra.Porsche@Lohmar.de)

Es sind keine Vorkenntnisse erforderlich!

*Christiane Mebus-Blem*

## **Mittagessen in der Villa Friedlinde**

(Foto: Pixabay)



Jeden vierten Montag im Monat wird für die Gäste der Villa Friedlinde gekocht. Edgar Albert und Ingrid Terhorst zaubern jeden Monat abwechselnd ein köstliches Essen, bestehend aus Vorspeise, Hauptspeise und Nachspeise in der Villa Friedlinde. Da ist immer etwas für jeden Geschmack dabei.

Die Kosten für das Mittagessen betragen zehn Euro pro Person, exklusive Getränke.

Anmeldung erbeten im Büro der Villa Friedlinde Telefon: 02246 - 30 16 30 oder per Mail: [villa.friedlinde@lohmar.de](mailto:villa.friedlinde@lohmar.de)

*Christiane Mebus-Blem*

## **Freies Malen in der Villa Friedlinde**

(Foto: Pixabay)



Am **07.08.2025 um 14:30 Uhr** bietet die Acrylmalgruppe um Heidi Überschar freies Malen in der Villa Friedlinde an. Bei schönem Wetter findet die Veranstaltung auf der Terrasse der Villa Friedlinde und im Park statt. Leinwände und Farben werden kostenlos zur Verfügung gestellt.

Je nach Wunsch kann mit oder ohne Anleitung gemalt werden. Anmeldung erbeten über das Büro der Villa Friedlinde: Telefon: 02246 - 30 16 30 oder per Mail: [villa.friedlinde@lohmar.de](mailto:villa.friedlinde@lohmar.de)

*Christiane Mebus-Blem*

## **Vortrag zur "Polizeilichen Kriminalprävention" von Astrid Michalla von der Direktion Kriminalprävention und Opferschutz**

Betrügerinnen und Betrüger suchen sich gern Personengruppen aus, die vermeintlich auf ihre Tricks leichter reinfallen – wie zum Beispiel ältere Menschen. Dabei spekulieren sie darauf, dass ihre Opfer nicht gut informiert und einfach zu verunsichern sind. Seien Sie auf solche Betrüger vorbereitet. Handeln Sie in Verdachtsfällen von Betrug schnell – die Polizei hilft Ihnen dabei.

**Termin: 21.08.25 14:30 bis 16:30 Uhr in der Villa Friedlinde**

Anmeldung erbeten über das Büro der Villa Friedlinde:

Telefon: 02246 - 30 16 30 oder per Mail: [villa.friedlinde@lohmar.de](mailto:villa.friedlinde@lohmar.de)

*Seniorenvertretung*

## **„Walk, Talk, Meet and Eat“**

(Foto: Pixabay)

Die Wandergruppe rund um Christine Arnoscht, Thomas Buchmüller, Harald Saat und Maria Warburg plant seit einiger Zeit abwechslungsreiche Touren mit anschließender Einkehr. Die Strecken sind in der Regel 4 - 7 km lang und die Treffpunkte gut zu erreichen. Die Gruppe freut sich immer über wanderfreudige Mitstreiter und Anregungen zu neuen Strecken oder allgemeiner Art.



Diese können Sie gerne über das Büro der Villa Friedlinde mitteilen:  
Telefon: 02246 - 30 16 30 oder per Mail: [villa.friedlinde@lohmar.de](mailto:villa.friedlinde@lohmar.de)

*Christiane Mebus-Blem*

## **Vortrag: Senior\*innen im Straßenverkehr**

Am Donnerstag, **25.09.25 um 14:30 Uhr** findet in der Villa Friedlinde ein Vortrag zum Thema Senior\*innen im Straßenverkehr statt. Ein Mitarbeiter des ADAC informiert hierzu.

Nähere Informationen folgen in der nächsten Ausgabe der SINFO.  
Anmeldung erbeten über das Büro der Villa Friedlinde:  
Telefon: 02246 - 30 16 30 oder Mail: [villa.friedlinde@lohmar.de](mailto:villa.friedlinde@lohmar.de)

*Seniorenvertretung*

## **Bürger\*innen im Portrait: Helene Krotky**

(Foto: Annemarie Lecloux)

Helene Krotky ist zweifelsohne eine resolute, zupackende und selbstbestimmte Frau, die nichts dem Zufall überlässt. So kam sie zum Interview mit



ihrem vorgefertigten Lebenslauf.

Sie wurde am 04.09.1940 in Meerbusch/Düsseldorf geboren. Da ihre Eltern aufgrund eines großen Geschäftshaushalts mit 42 Angestellten wenig Zeit für den „kleinen Wildfang“ hatten, verbrachte Helene ihre Schulzeit in einem Mädcheninternat in Bonn, eine Zeit, die sie positiv geprägt hat und auf die sie gerne zurückblickt.

Ihre Ausbildung hat sie im Großhandel absolviert, wo sie bis zur Betriebsleiterin aufstieg, bis sie 1968 heiratete. Aus der Ehe gingen Zwillingmädchen (1969) und ein Sohn (1972) hervor.

1978 machte sie sich im Bau- und Immobilienbereich selbstständig. Dieses Unternehmen betrieb sie bis zu ihrem 63. Lebensjahr und schickte sich dann, wie sie sagte, selbst in die Rente. Ihr Ehemann – selbst Unternehmer (Fleischerei, Kaffeerösterei) – verstarb 1988.

Helene Krotky ist ein politischer Mensch und war 10 Jahre Ortsverbandsvorsitzende der CDU in Donrath und wirkte später auch im Rat der Stadt Lohmar mit. Dabei ist ihr soziale Gerechtigkeit immer ein Anliegen gewesen. Wo auch immer Hilfe zu leisten ist, packt sie mit an und fühlt sich wohl dabei.

2006 gründete sie den Bürgerbusverein in Lohmar, der auch der erste im Rhein-Sieg-Kreis war. 2017 erhielt sie aus den Händen von Bundespräsident Joachim Gauck die Verdienstmedaille des Verdienstordens der Bundesrepublik Deutschland.

Seit nunmehr 19 Jahren leitet sie erfolgreich den Verein und kann aktuell auf 17 ehrenamtliche Busfahrer\*innen zurückgreifen. Auch mit ihren fast 85 Jahren lässt sie es sich nicht nehmen, zweimal pro Woche eine Tour zu fahren.

Für die vielen Anekdoten, die sich um die Vereinsarbeit und die Beschaffung der Busse ranken, ist leider kein Platz mehr. Vielleicht ergibt sich ja die Möglichkeit, zu einem späteren Zeitpunkt darüber zu berichten.

Sternzeichen:	<b>Jungfrau</b>
Ehrenamt:	<b>Vorsitzende und Fahrerin des Bürgerbusses Lohmar</b>
Hobbys:	<b>Reisen organisieren</b>
Lieblingsessen:	<b>Sauerbraten mit Klößen und Apfelmus</b>
Lieblingofilm:	<b>Der Staatsanwalt (Krimiserie mit Rainer Hunold)</b>
Buchempfehlung:	<b>Das Lexikon der deutschen Städte von Fritz Siefert und Manfred Weisbrod</b>
Herzens-Musiktitel:	<b>Operetten</b>
Welche Begriffe treffen auf Dich zu?	<b>Organisieren – umsetzen – tun</b>
Was darf im Kühlschrank nie fehlen?	<b>Quark, Salat, Käse</b>
Beruf im nächsten Leben?	<b>„... das habe ich in diesem Leben auch nicht gewusst.“</b>
Welche drei Dinge nimmst Du mit auf eine einsame Insel?	<b>Bücher über Botanik und lustige Erzählungen</b>
Was magst Du an der Stadt Lohmar?	<b>Die vielen kleinen Meiler um die Stadt herum mit ihren Traditionen</b>
Eine Botschaft für unsere Leser*innen:	<b>Mehr Miteinander und Hilfe zwischen den Menschen</b>
Lebensmotto:	<b>Die Füße gehen in der Regel nur nach vorne!</b>

*Annemarie Lecloux*

## „Kitty and her Cave Cats“

(Fotos: Stadt Lohmar)



Am 13. Mai war es wieder soweit: Kitty and her Cave Cats brachten die Villa, wie in den vorherigen drei Jahren, wieder zum Beben. Die Lohmarer Band spielte sowohl deutsche Schlager als auch internationale Titel aus der Nachkriegszeit. Die Gäste wurden aufgefordert, die bekannten Titel mitzusingen und darauf zu tanzen. Bei geöffneten Türen wurde bis in den Park hinaus getanzt



und die Musik genossen. Zum Ende der Veranstaltung wurde sogar noch von der Sängerin und ihrem Ehemann ein klassischer Rock'n'Roll für das Publikum getanzt. Die Veranstaltung war ein großer Erfolg und wir hoffen, dass wir „Kitty and her Cave Cats“ nächstes Jahr wieder in der Villa Friedlinde begrüßen dürfen.

*Christiane Mebus-Blem*

## „Auf den Spuren der Römer“ – Köln-Spaziergang mit Herbert Hofmann am 02.06.2025

(Foto: Annemarie Lecloux)

Nachdem sich die kleine Gruppe am vereinbarten Treffpunkt am Kölner Dom gefunden hatte, ging es bei strahlendem Sonnenschein unter der fachkundigen Führung von Herbert Hofmann (Foto: Mitte) los. Nach einem kurzen Rundgang durch den Dom war unser Ziel die fast 4 km lange Stadtmauer des römischen Kölns. Die Überreste sind teils tief unter der Erde (z. B. in einer Tiefgarage), teils als Mauerruine zwischen Wohngebäuden und Gärten, aber auch rekonstruiert auf heutigem Niveau zu sehen. Die römische Stadtmauer mit ihren zahlreichen Toren und Rundtürmen geht auf das 1. Jahrhundert n. Chr. zurück.

Der Weg kann nicht verfehlt werden. Überall auf dem Parcours sind Messingtafeln in den Boden eingelassen, auf denen der Verlauf der römischen Stadtmauer und die jeweilige Position, an der man sich befindet, zu sehen ist. Herbert Hofmann, der in Köln geboren ist, dort lebt und die Stadt wie



seine Westentasche kennt, hat einen großen Wissensschatz über die Geschichte der Stadt. So erfuhren wir nicht nur interessante Geschichten über die Römer, sondern auch über die napoleonische und preußische Besatzungszeit.

Nach vielen tausend Schritten und einigen Abstechern (z. B. zur Schwarzen Mutter Gottes in der Gnadenkapelle St. Maria) fanden wir uns zu einer – wie wir finden – wohlverdienten Erfrischung im Früh am Dom ein. Vielen Dank, lieber Herbert, für diese tolle Tour!

*Annemarie Lecloux*

## **„Letzter Ausweg Mord“ – Krimi-Lesung mit Karin Büchel am 05. 06.2025**

(Fotos: Annemarie Lecloux)



Nach der Begrüßung durch die Leiterin der Villa, Christiane Mebus-Blem, und Stärkung am Kaffee-Kuchen-Bufferet warteten alle gespannt auf die Lesung von Karin Büchel aus ihrem neuen Krimi „Letzter Ausweg Mord“, der in der näheren Umgebung (Bonn-Beuel und Hennef-Geistingen) spielt. Karin Büchel wurde im ‚Ruhrpott‘ geboren, kam aber schon als Baby ins Rheinland, weil ihr Vater hier eine neue Stelle antrat. Bereits in ihrer Jugend, so berichtet sie, hat sie Kurzgeschichten verfasst, dann aber das Schreiben in einem Haus-

halt mit 4 Kindern hinten angestellt, und erst nachdem die Kinder das Elternhaus verlassen hatten, wieder aufgenommen. Ihr Interesse an Kriminalromanen führt sie auf ein Schlüsselerlebnis zurück:

3. Januar 1969: Die erste Folge der Serie ‚Der Kommissar‘ mit Erik Ode läuft in schwarz-weiß im Abendprogramm des Deutschen Fernsehens. Ihre Mutter erlaubt ihr, den Anfang des Films zu sehen, aber als es so richtig spannend wird, muss sie ins Bett ...



In der Lesung erfahren wir von einer jungen Frau, die gewisse Fotos ‚verkaufen‘ will, um dann mit dem Erlös ein sorgenfreies Leben führen zu können. Dazu kommt es nicht, sie wird erdrosselt in einem alten heruntergekommenen Haus in Bonn-Beuel aufgefunden. Auch von dem stadtbekanntem Obdachlosen Hein, der die Tote gefunden hat, aber dann selbst ermordet wird, wird berichtet. Weiter von der Schwester der Toten, Antonia, die allein in Hennef-Geistingen wohnt, und schließlich von dem Kommissaren-Team, Nina und Falk, mit ihren persönlichen Bedürfnissen und Eigenheiten, die den Fall auflösen müssen. Dabei hat der Krimi durchaus einen heiteren Grundtenor.

In ihrem Roman verknüpft Karin Büchel geschickt die kriminalistischen Ereignisse mit den Orten ihrer Kindheit und jetzigem Lebensumfeld. Sie liest nicht nur Passagen aus ihrem Buch, sondern gibt auch Auskunft über die Herangehensweise, Recherchen etc. So vernehmen wir erstaunt, dass oft am Anfang ihrer Romane der Täter noch nicht feststeht, sondern von ihr im weiteren Verlauf ‚entwickelt‘ wird. Auf jeden Fall verspricht er, ein spannendes Lesevergnügen zu werden.

Der Applaus war der Autorin sicher. Sie hielt einige Buchexemplare zum Verkauf (mit Signierung) vor. Christiane Mebus-Blem dankte Karin Büchel für ihre Zeit und dem Küchenpersonal für den gewohnt professionellen Einsatz.

*Annemarie Lecloux*

## ***Infos aus unseren Generationentreffpunkten:***



- **Monatlicher Frühstückstreff in Breidt**  
**17.07. und 21.08., um 09:00 Uhr**  
Karl-Schafhaus-Schule, Breidter Str. 11  
Anmeldung über Ingelore Krohn 02246 - 30 13 49
- **Spielenachmittag in Breidt**  
**14. und 28.07., 11. und 25.08., um 14:30 Uhr**  
Karl-Schafhaus-Schule, Breidter Str. 11  
Einfach vorbeikommen oder anfragen über  
Ingelore Krohn 02246 - 30 13 49
- **Monatliches Klön-Kaffee in Scheiderhöhe**  
**24.07. und 28.08., um 15:00 Uhr**  
Dorfgemeinschaft Scheiderhöhe, Scheiderhöher Str. 48  
Kommen Sie einfach vorbei! Keine Anmeldung nötig.

*Peter Boxberg*

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

### **Anonyme Alkoholiker (AA), Selbsthilfegruppen**

Homepage: [www.anonyme-alkoholiker.de](http://www.anonyme-alkoholiker.de)

Facebook: AAinSiegburg

E-Mail: [Regionalsprecher@anonyme-alkoholiker-rg09.de](mailto: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):**

E-Mail: [zdb@al-anon.de](mailto:zdb@al-anon.de)

Homepage: [www.al-anon.de](http://www.al-anon.de)

Petra: 02247 - 67 69

## **BBL (Behindertenbeirat Lohmar)**

Facebook: Behindertenbeirat Lohmar (BBL)

Homepage: [www.behinderten-beirat-lohmar.de](http://www.behinderten-beirat-lohmar.de)

E-Mail: [vorsitzbbl@aol.com](mailto: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.Stadt“, Hauptstr. 71

## **Wiederkehrende Termine**

### **Donrath, Donrath Kirch-Treff Seniorengruppe**

Donnerstag	10.07.	15:00	Info: Helga Kreuzer 02246 - 25 25
	24.07.		
	07.08.		
	21.08.		

### **Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bezirk Birk**

Freitags		14:00	Senioreneinkaufsdienst Birk (SEB) Abfahrt: Edeka Parkplatz Birk Anmeldungen und Infos: Helmut List 02246 - 30 03 11 oder Bernd Grund 02246 - 50 32
Dienstag	01.07. 05.08.	09:00	Männerfrühstück Anmeldung erforderlich über: <a href="mailto:koordinator@maennerfruehstueck-birk.de">koordinator@maennerfruehstueck-birk.de</a> oder Volker Sundermeyer 02246 - 66 88
Mittwoch	16.07. 20.08	15:00	Senior*innenkreis Info: Andrea Schmidt 02241 - 38 13 56

### **Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bezirk Honrath**

Mittwochs		09:30	Kreativ-Zeit für Frauen Basteln, Zeichnen, Malen, Handarbeiten ... Info: 02206 - 90 09 30
Montag	07.07. 04.08.	17:00	Offenes Singen Singen für Musikbegeisterte Anmeldung: Ulrich Frerk <a href="mailto:ulrich.frerck@netcologne.de">ulrich.frerck@netcologne.de</a>

Dienstag	01.07. 05.08.	10:00	Frühstück für Senior*innen Bitte anmelden bis Freitag, 30.05. 02206 - 90 09 30 oder honrath@ekir.de
Dienstag	08.07. 12.08.	15:00	Gesellschaftsspielgruppe Info: 02206 - 90 09 30
Donnerstag	10.07. 14.08.	16:00	Stunde der Männer Plausch über aktuelle Themen. Info: 02206 - 90 09 30

### **Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bezirk Lohmar Gemeindezentrum Christuskirche**

Mittwoch	09.07.	10:00	Frauentreff – Käthe Kruse – Ein Leben für die Puppen Referentin: Gabi Bergmann
Mittwoch			Männertreff – Sommerpause
Mittwoch	23.07.	10:00	Frauentreff – Vor der Sommerpause treffen wir uns zu einer Plauderstunde mit einem leckeren Frühstück.

### **Lohmar, Lotsenpunkt**

Dienstags		11:30 - 13:30	Beratung, Vermittlung und Hilfestellung in persönlichen Angelegenheiten aller Art Kath. Pfarrzentrum, Kirchstraße 26, Lohmar, während der Tafelausgabe
Mittwochs		10:00 - 12:00	Büro, Kirchstraße 24, Lohmar neben dem katholischen Pfarrzentrum Telefon: 0177 - 264 37 85 E-Mail: info@lotsenpunkt-lohmar.de

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

Donnerstag	03.07. 07.08.	14:00 - 16:00	Beratung zu verschiedenen Themen bei Kaffee und Kuchen (kostenfrei) Kath. Pfarrzentrum, Kirchstraße 26 in Lohmar. Geöffnet für alle! Kontakt: spz@diakonie-sieg-rhein.de Hilfe auch per Mail: <a href="mailto:kobeka@freenet.de">kobeka@freenet.de</a>
------------	------------------	------------------	---

### **Lohmar, St. Johannes, Pfarrzentrum**

Samstag            19.07.      10:00 - Repair-Café  
                      16.08.      14:00    Info: Michael Sahner 02246 - 82 25

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

Donnerstags                    15:00 - Senior\*innentanztreff Gemeindehaus  
                                      17:30    Leitung: Gudrun Neumann, nähere Infos  
    im Gemeindebüro 02206 - 50 35

Mittwoch            02.07.      15:00    Frauentreff  
                          06.08.                    Info: Doris Meissner-Becker  
    02206 - 90 92 05 oder Gemeindebüro  
    02206 - 50 35

Mittwoch            16.07.      10:00 - Senior\*innenfrühstück  
                          20.08.      12:00    Herzliche Einladung zum gemeinsamen  
    Frühstück für Senior\*innen ab 70;  
    freuen Sie sich auf einen geselligen Vor-  
    mittag, nette Gespräche und einen  
    köstlichen Start in den Tag.  
    Bitte melden Sie sich telefonisch im  
    Gemeindebüro an bis Dienstag,  
    15.07. und 19.08. unter 02206 - 50 35

### **Wahlscheid, Ev. Altenheim, Heiligenstock**

Mittwoch            06.08.      19:00 - Angehörigentreff „Leben mit Demenz“  
    21:00    Entlastung, Erfahrungsaustausch,  
    Information, Anmeldung:  
    SPZ Troisdorf Jutta Spoddig  
    02241 – 80 49 25 oder per E-Mail:  
    dw-spoddig@esakur.de

*Wenn wir irgendetwas in  
unserem Leben unterschätzen,  
dann ist es die Wirkung von  
Freundlichkeit.*

*(Marcus Aurelius)*

**Programm des Begegnungszentrums  
„Villa Friedlinde“, Stadt Lohmar**



**Juli & August 2025**

**Infos und Voranmeldungen bitte richten an:**

Bachstraße 12, 53797 Lohmar

Telefon: 02246 - 30 16 30

Ansprechpersonen und deren Mailadressen:

Christiane.Mebus-Blem@Lohmar.de

Aleksandra.Porsche@Lohmar.de

Villa.Friedlinde@lohmar.de

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 Präsenz-Unterricht (*)
	14:30 - 16:30	„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
07.07. 04.08.	10:00	„Literatur-Café“ mit Heidi Gelff und Maria Warburg
07.07. 04.08.	14:00 - 15:30	Fit mit „Sjoelen“
07.07. 04., 18.08.	15:00 - 16:30	„Schreibclub Villa Friedlinde“ mit Gisela Steimel

<b>Juli entfällt</b> 11., 25.08.	14:00 - 16:00	Italienische Konversation für Fortgeschrittene mit Antonio Baltea
<b>Juli entfällt</b> 11., 25.08.	17:30 - 19:30	ZWAR (Zwischen Arbeit und Ruhestand)
<b>Juli entfällt</b> 18.08.	09:00	Redaktionssitzung SINFO
<b>Juli entfällt</b> 25.08.	12:00	Mittagstisch mit Ingrid Terhorst, Edgar Albert und Team. Es fallen 10 Euro Kosten an (exklusive Getränke). (*) <b>(Seite 5)</b> Im August gibt es ein Überraschungsgericht.

### **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
01.07. 05.08.	14:00 - 15:00	„Senioren- und Pflegeberatung“ mit Kerstin Müller – Anmeldung: 02246 - 15 - 349 oder per Mail: Seniorenberatung@Lohmar.de
01.07. 05., 19.08.	14:30 - 16:30	„Mandalas selbst gestalten“ mit Petra Althen
08.07. 12.08.	09:30	„Gemeinsames Frühstück für Jung und Alt“ (Anmeldung erforderlich) (*) <b>AUSGEBUCHT!!!</b>
<b>15.07.</b>	<b>10:30 - 14:30</b>	<b>„Küche mit peb“ bitte nur mit Anmeldung, Teilnehmerzahl ist begrenzt (Seiten 4 - 5)</b>
<b>Juli entfällt</b> 26.08.	10:00 - 12:00	iPhone – Sprechstunde mit Klaus Fröhling (Anmeldung erforderlich)

### Mittwoch:

	09:00 - 10:30	„Tanz mit, bleib fit“ mit Loren Gorlt – auch für Einsteiger geeignet – 0151 - 44 24 15 10 (*)
	10:45 - 12:15	„Tanz mit, bleib fit“ 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 (*)
	14:00 - 17:00	„Großer Spielenachmittag“ – Sie werden begleitet von Wolfgang Jonas, Monika Gelfert und Angelika König.
<b>Juli entfällt</b> 13.08.	<b>09:00</b>	<b>Redaktionsschluss SINFO</b>

### Donnerstag:

	10:45 - 12:00	„FRICHOLO“ – Offenes Singen mit Friedhelm Limbach und Werner Unger
	16:00 - 18:00	Acrylmalerei mit Martina Furk (*)
03.,10.07.	09:00 - 10:30	VHS-Gehirntraining mit Gisela Becker (*) <b>August entfällt</b>
03.07. 07., 21.08.	10:30 - 12:15	„Spanisch für Senior*innen“ mit Dr. Hans Günther van Allen
<b>03.07.</b>	<b>14:30</b>	<b>„Wir erzählen Märchen und sprechen darüber“ mit Barbara Schneider (SINFO 6/2025)</b>
<b>07.08.</b>	<b>14:30</b>	<b>Freies Malen mit Heidi Überschar (Seite 6)</b>
10.07. 14., 28.08.	10:30 - 12:15	„Englisch für Senior*innen“ mit Dr. Hans Günther van Allen
10.07., 14.08.	14:00	„Walk, Talk, Meet and Eat“ mit Christine Arnoscht, Thomas Buchmüller, Harald Saat und Maria Warburg. <b>(Seite 9)</b> <b>Treffpunkt im Juli:</b> Parkplatz Breite Str./Ecke An der Krautbitze in Seelscheid. Runde ab Seelscheid über Rippert, 6,8 km und ca.120 Hm.

		<b>Treffpunkt im August:</b> Parkplatz am Kloster Heisterbach, 5,5 km lang und 150 Hm, Einkehr in der Klostergaststätte. Mit der Linie 66 kann man bis Oberdollendorf fahren und dort mit dem Bus 520 weiter bis zum Kloster. Die Gruppe empfiehlt Geh- oder Walking-Stöcke sowie angemessenes Schuhwerk und Getränke mitzunehmen.
10.07. 14.08.	14:30 - 16:30	Gemütlicher Nachmittag der AWO mit Annemarie van Allen, Angelika und Achim Schneider
<b>21.08.</b>	<b>14:30 - 16:30</b>	<b>Vortrag zur Kriminalprävention mit Astrid Michalla (Seite 6)</b>
<b>Juli entfällt</b> 28.08.	16:30	Treffen des Behindertenbeirats – Info (nur per Mail): vorsitzbbl@aol.com

### **Freitag:**

	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. v.)
04.07. 08.08.	10:00 - 12:00	„Kreativ-Werkstatt“ mit Jutta Muskatewitz und Gundi Kreisel
04.,11.07.	10:30 - 12:00	VHS-Gehirntraining mit Gisela Becker (*) <b>August entfällt</b>
<b>11.07.</b>	<b>11:00</b>	<b>„Bustour ins Freilichtmuseum Kommern“ mit Herbert Hofmann (Seite 4) (Ausgebucht – es gibt eine Warteliste)</b>
04.07. <b>August entfällt</b>	14:00 - 16:30	„PC-Sprechstunde“, Betriebssystem „Windows“ mit Siegfried Eidmann und Dr. Günter Enterlein (Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30)

11.07. 08.08.	14:00 - 16:30	„Smartphone-Hilfe“ mit Helmut Schiffmann (Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30)
11.07. 22.08.	14:30 - 16:30	„Bingo“ mit Renate Beerbaum, Helga Peters und Gertrud Rost

## **Anmeldungen zu Kursen und Veranstaltungen der Villa Friedlinde:**

- **Per Telefon: 02246 - 30 16 30 oder**
- **Per Mail: [Villa.Friedlinde@Lohmar.de](mailto:Villa.Friedlinde@Lohmar.de) oder**
- **Im Büro der Villa Friedlinde: Bachstraße 12,  
53797 Lohmar**

**Die Villa Friedlinde ist vom 14.07.25 bis 03.08.25 geschlossen!  
(Sommerpause )**

### **„PC-Hausbesuch“**

(Abbildung: Pixabay)



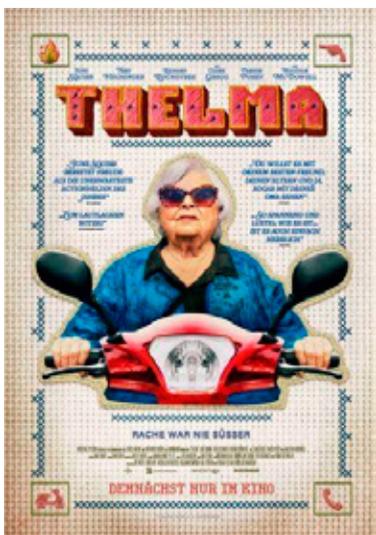
**Thomas Buchmüller bietet PC-Hilfe als „Hausbesuch“ an für diejenigen, die aus gesundheitlichen Gründen nicht in der Lage sind, die Villa Friedlinde aufzusuchen bzw. deren Hardware nicht transportfähig ist. Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30 oder per Mail: [Villa.Friedlinde@Lohmar.de](mailto:Villa.Friedlinde@Lohmar.de)**

**Neue Termine sind frühestens wieder im Oktober möglich!**

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

Für alle Junggebliebenen zeigen wir einmal im Monat ausgewählte Filme auf der großen Kinoleinwand. Die Reihe heißt Senioren-Kino, aber natürlich ist jedes Alter herzlich eingeladen. Das Senioren-Kino 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 inkl. Kaffee und Kuchen beträgt 7,00 Euro.

Karten können im Voraus bestellt werden unter: [www.cineplex/sieburg](http://www.cineplex/sieburg) oder Telefon: 02241 - 95 80 80



**Thelma – Rache war nie süßer**  
USA, 2024 – 99 Min. – Komödie  
Mit: June Squibb, Fred Hechinger,  
Richard Roundtree

Mit dieser Oma muss man rechnen. Als die temperamentvolle 93-jährige Thelma auf einen Telefonbetrüger reinfällt, schreckt sie vor nichts zurück, um sich zurückzuholen, was ihr gehört. Auf ihrer waghalsigen Verbrecherjagd kommen allerhand Spionagetechniken zum Einsatz, die zwar nicht mehr ganz zeitgemäß, aber immer noch absolut wirkungsvoll sind. (Quelle: Verleih)

**Mittwoch, 02.07.**

Kino 1 – 14:30 Uhr Senioren-Kino

Kino 2 – 15:30 Uhr Senioren-Kino



## **Alter weißer Mann**

Deutschland, 2024 – 114 – Komödie  
Mit: Jan Josef Liefers, Nadja Uhl,  
Elyas M'Barek, Friedrich von Thun

Die Zeiten sind sensibel. Das muss Familienvater Heinz Hellmich schmerzhaft feststellen, als ihm nach einigen ungeschickten Fehlritten in der Firma der Jobverlust droht. Um zu beweisen, dass er kein „alter weißer Mann“ ist, lädt er seinen Chef und weitere Gäste (oder heißt es Gäst\*innen?!) für ein Dinner zu sich nach

Hause ein. Mitsamt seiner Familie will er sich von der besten, modernsten und „wokesten“ Seite präsentieren! Doch schon in der Anbahnung des Abends tappt Heinz von einem Festnäpfchen ins nächste und stellt dabei fest, dass seine Frau Carla, seine Kinder und auch Opa Georg nicht gerade pure Harmonie ausstrahlen. Als nach vielen Turbulenzen endlich alle an einem Tisch sitzen, beginnt die politisch korrekte Fassade schnell zu bröckeln ... alte Streitigkeiten brechen auf, überraschende Gäste sorgen für immer neue Wendungen und die diverse Dinner-Gesellschaft pflügt chaotisch durch das Minenfeld der heikelsten Themen unserer Zeit, bis am Ende die Frage steht, wie es möglich ist, trotz aller Streitigkeiten Brücken zu bauen, in der Familie Hellmich, wie der gesamten Gesellschaft. (Quelle: Verleih)

**Mittwoch, 06.08.**

Kino 1 – 14:30 Uhr Senioren-Kino

Kino 2 – 15:30 Uhr Senioren-Kino

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

Die Vorführung findet 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 €.

www.cineplex/troisdorf oder Telefon: 02241 - 80 92 01 ab 15:30 Uhr.



### **Voilà, Papa! – Der fast perfekte Schwiegersohn**

Frankreich, 2024 – 90 Min. – Komödie

**Mit:** Christian Clavier, Baptiste Lecaplain, Claire Chust

Nach „Oh la la – Wer ahnt denn so was?“ kehrt „Monsieur Claude“-Star Christian Clavier zurück auf die große Leinwand! Als Psychoanalytiker Dr. Olivier Béranger muss er sich mit einem extrem ängstlichen und anhänglichen Klienten rumschlagen: Damien Leroy. Um ihn loszuwerden, redet er ihm ein, dass nur die wahre Liebe ihn von seinen Phobien befreien könne. Doch ein Jahr später präsentiert ihm seine Tochter Alice den neuen Mann an ihrer Seite: Damien! Olivier muss handeln, denn den „perfekten Schwiegersohn“ hatte er sich immer anders vorgestellt ... (Quelle: Verleih)

**Donnerstag, 10.07.**

Kino 2 – 15:00 Uhr Senioren-Kino



## Marianengraben

Deutschland, 2024 – 86 Min. –  
Drama

**Mit:** Luna Wedler, Edgar Selge

Paula (Luna Wedler) durchlebt eine tiefe Trauerphase, nachdem ihr kleiner Bruder Tim in Triest im Meer ertrunken ist. Von Schuldgefühlen geplagt, scheint ihr Lebenswille erloschen. Als sie auf den alten Griesgram Helmut (Edgar Selge) trifft, der die Urne seiner Ex-Frau nach Italien fahren will, sieht sie endlich wieder einen Hoffnungs-

schimmer: Nach Triest fahren, an den Strand, an dem ihr Bruder gestorben ist. Nur dort wird sie sich ihm endlich wieder nahe fühlen können. Während der abenteuerlichen Reise entwickelt sich mit Helmut eine unerwartete Freundschaft – und eine neue Lebensfreude erwacht. (Quelle: Verleih)

**Donnerstag, 14.08.**

Kino 2 – 15:00 Uhr Senioren-Kino

**Für beide Spielstätten gilt: Änderungen im Spielplan sowie Fehler und Irrtümer sind vorbehalten.**

## **Der SINFO-Buchtipp:**

Wer lieber ein Buch liest, anstatt ins Kino zu gehen, dem empfehlen wir den gleichnamigen Roman nach dem Film im August-Senioren-Kino:



### **Marianengraben**

Jasmin Schreiber

Eichborn, 256 Seiten, Taschenbuch, 13,00 €

Paula braucht nicht viel zum Leben: ihre Wohnung, ein bisschen Geld für Essen und ihren kleinen Bruder Tim, den sie mehr liebt als alles auf der Welt. Doch dann geschieht ein schrecklicher Unfall, der sie in eine tiefe Depression stürzt. Erst die Begegnung mit Helmut, einem schrulligen alten Herrn, erweckt wieder Lebenswillen in ihr. Und schließlich begibt Paula sich zusammen mit Helmut auf eine abenteuerliche Reise, die sie beide zu sich selbst zurückbringt - auf die eine oder andere Weise.

»Ein Buch, das Geborgenheit bietet und Hoffnung schenkt«  
Yasmina Banaszczuk



(Foto: privat)

### **Rosenknospen**

Wenn der Sommer sich verkündet  
Rosenknospe sich entzündet,  
Wer mag solches Glück entbehren?  
Das Versprechen, das Gewähren,  
Das beherrscht, in Florens Reich,  
Blick und Sinn und Herz zugleich.

Johann Wolfgang von Goethe (1749 - 1832)

# Die Ansprechpersonen der Seniorenvertretung in den Lohmarer Ortsteilen



**Ulla Zocher**

02246 - 184 21  
zocher.ulla@t-online.de

**Lohmar-Ort**



**Helmut List**

02246 - 30 03 11  
helmut.list@unitybox.de

**Scheiderhöhe**

Heppenberg, Wielpütz,  
Scheid, Muchensiefen



**Roswitha Röper**

02246 - 71 06  
wrm.roeper@t-online.de

**Breidter Rücken**

Ellhausen, Weegen, Geber,  
Grimberg, Deesem, Breidt,  
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

**Für Ihre Anliegen stehen auch gerne zur Verfügung:**

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

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

## ► Rätselecke

Welche Wörter werden hier gesucht?



Lösung:

---

Lösung:

---

### Impressum:

SINFO, Senioreninformation, Villa Friedlinde, Bachstr. 12, 53797 Lohmar

#### Verantwortlich für den redaktionellen Teil:

Eva Hahn, Tel.: 0172 - 919 64 53, E-Mail: evahahn\_sinfo@web.de

**Redaktionsschluss** für die September-Ausgabe: Mi., 13.08.2025, 09:00 Uhr

**Satz und Layout:** Eva Hahn

Titel- & Rückseite: Gestaltung durch creative-wassong, Druck: wir-machen-druck.de

In Zusammenarbeit mit der Stadt Lohmar, die Bürgermeisterin

**Ansprechpartnerin:** Christiane Mebus-Blem, Diplom-Sozialpädagogin und

zuständig für Senioren-Aktivitäten der Stadt Lohmar, Tel.: 02246 - 30 16 30

E-Mail: christiane.mebus-blem@Lohmar.de