

SINFO

SENIOREN- INFORMATION



www.ehrenamt-lohmar.de September 2025



© Nina/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:

Miriam Meul, die neue Bufdi in der Villa	Seite	3
Lehrer*in für Niederländischkurs gesucht	Seite	3
Veranstaltungen in der Villa	Seiten	4 - 5
Bürger*innen im Portrait	Seiten	6 - 7
Der Schreibclub lädt ein ...	Seite	8
Neuer Flyer der Seniorenvertretung	Seite	8
Veranstaltungsberichte	Seiten	9 - 13
Start von „Küchenpartie mit peb“	Seiten	14 - 15
Infos aus den Generationentreffpunkten	Seiten	16 - 17
Monatsprogramm der Villa Friedlinde	Seiten	17 - 21
Monatsprogramm anderer Einrichtungen	Seiten	22 - 24
Seniorenkinos Cineplex Siegburg und Troisdorf	Seiten	25 - 26
Ansprechpersonen der Seniorenvertretung	Seite	27
Rätselecke und Impressum	Seite	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.

Neue Bundesfreiwilligendienstlerin in der Villa Friedlinde

(Foto: privat)



Hallo zusammen, mein Name ist Miriam Meul, ich bin 18 Jahre alt und werde ein Jahr lang in der Villa Friedlinde meinen Bundesfreiwilligendienst absolvieren.

Ich arbeite hier schon seit dem 01.08.2025 und werde bis zum 31.07.2026 tätig sein. Über mich kann ich sagen, dass ich ein sehr offener Mensch bin und für jeden ein offenes Ohr habe. Ich treffe mich sehr gerne mit meinen Freunden, lese gerne und mache Sudoku.

Ich freue mich auf die neuen Begegnungen und Erlebnisse in der Villa Friedlinde! Des Weiteren erhoffe ich mir von dem Jahr viele neue Erfahrungen zu sammeln und einiges Neue für mein weiteres Leben zu lernen.

Villa Friedlinde sucht ehrenamtlichen Lehrer*in für Niederländischkurs

(Foto: Pixabay)



In der Villa Friedlinde häufen sich die Nachfragen nach einem Niederländischkurs. Unser Nachbarland ist ein beliebtes Reiseziel, gerade für die Rheinländer, die es bis zu unseren Nachbarn nicht weit haben. Das Interesse, die Sprache zu lernen ist daher sehr groß. Viele Leute möchten in der Lage sein, sich niederländisch zu unterhalten und nicht nur „Patat“, „Softijs“ und „Frikandel“ in der Landessprache zu bestellen.

Wer hat Lust und Zeit einer Gruppe lernfreudiger Senior*innen in der Villa Friedlinde in schöner Atmosphäre die Sprache zu vermitteln? Bitte melden im Büro der Villa Friedlinde:

Telefon: 02246 - 30 16 30 oder christiane.mebus-blem@lohmar.de

Christiane Mebus-Blem

Verkürzte Telegraphenberg-Tour mit Herbert Hofmann

(Foto: Pixabay)

Wann: Mittwoch, **03.09.2025, 11:00 Uhr**

Wo: „Heidekönig“, Mauspfad 3 in Troisdorf

Es geht über den Stellweg (alter Flurweg von Lind nach Troisdorf), ein Stück Panzerstraße über den Eisenweg (Teil einer alten Handelsverbindung vom Siegerland an den Rhein) und den Telegraphenberg, vorbei an einer Mülldeponie und zurück zum „Heidekönig“. Die Tour dauert ungefähr 90 Minuten, auf Wunsch auch mit anschließender Einkehr im „Heidekönig“.

Anmeldung unter 02246 - 30 16 30 oder villa.friedlinde@lohmar.de



Christiane Mebus-Blem

Die faszinierende Geschichte der Gartenbaukunst

(Foto: Pixabay)

Am **04.09.2025 um 14:30 Uhr** schildert Rolf Chur in einem kurzweiligen, bebilderten Vortrag die Geschichte der Gartenbaukunst von den steinzeitlichen Nutzgärten der ersten sesshaft gewordenen Menschen über die prächtigen Parkanlagen des Absolutismus in der Zeit des Barock und der Renaissance bis heute.

Die Veranstaltung ist kostenlos.

Anmeldung im Büro der

Villa Friedlinde:

Telefon: 02246 - 30 16 30 oder

villa.friedlinde@lohmar.de



Vortrag: Senior*innen im Straßenverkehr

Am Donnerstag, den **25.09.25 um 14:30 Uhr**, findet in der Villa Friedlinde ein Vortrag zum Thema **„Autofahren im Alter und Änderungen der StVO“** statt. Dort werden aktuelle Themen rund um die Verkehrsteilnahme älterer Menschen behandelt. Im Fokus stehen sowohl persönliche Herausforderungen als auch rechtliche Neuerungen im Straßenverkehr.

Themenüberblick Autofahren im Alter:

- Außensicht und Selbstwahrnehmung älterer Autofahrer*innen
- Altersbedingte Einschränkungen (Sehen, Hören, Beweglichkeit, Reaktion)
- Unfallrisiken und Vermeidungsstrategien
- Unfallstatistiken bei PKW-Fahrern, Radfahrern und Fußgängern

Empfehlungen für eine sichere und selbstkritische Mobilität im Alter

Anmeldung erbeten über das Büro der Villa Friedlinde:

Telefon: 02246 - 30 16 30 oder per Mail: villa.friedlinde@lohmar.de

Seniorenvertretung

Vortrag zum Thema Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

(Foto: Pixabay)

Am Dienstag, den **30.09.2025 um 14:30 Uhr**, findet in der Villa Friedlinde eine Informationsveranstaltung zum Thema Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung statt. Referent ist Notar Dirk Höfinghoff.

Anmeldung erbeten über das Büro der Villa Friedlinde:

Telefon: 02246 - 30 16 30 oder per Mail:

villa.friedlinde@lohmar.de



Seniorenvertretung

Bürger*innen im Portrait: Klaus Fröhling

(Foto: Klaus Fröhling)



Klaus Fröhling wurde am 11.11.1956 in Nümbrecht geboren, wo er nach einer Ausbildung zum Erzieher bis zu seinem 21. Lebensjahr wohnte.

Nach dem Zivildienst zog er nach Köln-Wahn und studierte Sozialarbeit in Köln. Nach Abschluss des Studiums arbeitete er in der Kreisverwaltung des Rhein-Sieg-Kreises, zunächst im Jugendamt als Jugendpfleger und Jugendhilfeplaner. Dann war er 4 Jahre Personalratsvorsitzender und zuletzt, bis zu seinem Renteneintritt Anfang 2024, im Gesundheitsamt in der Gesundheitsförderung tätig.

Seit 2003 ist er mit Ehefrau Nicole verheiratet; das Paar wohnt in Donrath.

Einen Teil seiner Freizeit investiert er in die Arbeit für ältere Menschen. Er gehört seit 2024 der Seniorenvertretung der Stadt Lohmar an. Dabei liegt ihm die Teilnahme der Senior*innen am alltäglichen Leben und deren Verständnis mit dem Umgang digitaler Geräte sehr am Herzen. In einer Zeit, wo Bankgeschäfte, Paketempfang und sogar das Parken nur noch mit Smartphone oder Computer durchgeführt werden können, findet er diese Fähigkeiten hilfreich und wichtig. So gibt es Pläne in der Seniorenvertretung, zusammen mit der Stadt diverse Projekte auf den Weg zu bringen, wie z. B. digitale Patenschaften zwischen Schüler*innen und Senioren und Seniorinnen sowie ein Digital-Café.

In der Villa Friedlinde bietet er jeden letzten Dienstag im Monat von 10:00 bis 12:00 Uhr eine I-Phone-Sprechstunde an (im September: 30.09.2025 - Anmeldung erforderlich).

Musikhören und Singen gehören zu seinen liebsten Hobbys; er ist Mitglied im Ev. Kirchenchor Wahlscheid.

Sternzeichen:	Skorpion
Ehrenamt:	<ul style="list-style-type: none"> - Pressesprecher und Mitarbeit bei der Seniorenvertretung Lohmar - I-Phone-Sprechstunde in der Villa Friedlinde
Hobbys:	<ul style="list-style-type: none"> - Fahrrad fahren - Musik und Singen - Reisen
Lieblingsessen:	<ul style="list-style-type: none"> - Fränkisches Schäufele mit Kloß - Indisches Auberginen-Curry
Lieblingofilm:	Fernsehserie „In aller Freundschaft“
Lieblingsbuch:	<ul style="list-style-type: none"> - Krimiromane von Fred Vargas - Lyrik von Sarah Kirsch
Herzens-Musiktitel:	Klassische Musik sowie Folk und Pop
Welche Begriffe treffen auf Dich zu?	Sozial, zuverlässig, gerne in der Natur
Was darf im Kühlschrank nie fehlen?	Joghurt und Käse
Beruf im nächsten Leben?	Irgendetwas mit Menschen, so wie im letzten Berufsleben auch
Welche drei Dinge nimmst Du mit auf eine einsame Insel?	Ein Schnellboot, Romane von Fred Vargas, ein Internetradio mit CD-Player und Solarzellen
Was magst Du an der Stadt Lohmar?	Die umgänglichen Menschen dort
Eine Botschaft für unsere Leser*innen:	Teamwork ist besser als Selbstdarstellung!
Lebensmotto:	Immer in Bewegung bleiben!

Annemarie Lecloux

Der Schreibclub lädt ein ...

Der Schreibclub der Villa Friedlinde möchte schon in der September-Ausgabe auf die diesjährige Herbstlesung am **16.10.2025, 14:30 Uhr**, aufmerksam machen. Insbesondere auch deshalb, weil an diesem Termin der neu erschienene Band 7 des Schreibclubs vorgestellt wird. Unsere Autoren haben Geschichten und Erlebnisse aus den verschiedensten Bereichen zusammengestellt und hoffen, unseren treuen Lesern und Gästen mit dem neuen Band unter dem Motto: „Wer vieles bringt, bringt jedem etwas“ einiges an Unterhaltung bieten zu können.

Bitte, halten Sie sich diesen Termin frei, um bei Kaffee und Kuchen neue Geschichten und Gedichte zu hören. Wir freuen uns auf Ihren Besuch und versprechen ein paar erbauliche Stunden mit der bewährten musikalischen Begleitung von Norbert Duve am Klavier.

Auf bald!

Elfriede Guttman

Neuer Flyer der Seniorenvertretung in Lohmar

(Abbildungen: Stadt Lohmar)

Der neue Flyer enthält Informationen über das Selbstverständnis, die Projekte in den Ortsteilen und die Vorstellung der einzelnen Mitglieder der Seniorenvertretung in Lohmar.



Er informiert außerdem über Angebote, die für alle Bürger in Lohmar zugänglich sind, wie das Repair Café, den Bürgerbus und die ZWAR Gruppen in Lohmar, die für ältere Menschen hilfreich sein können. Der Flyer liegt im Rathaus der Stadtverwaltung, der Stadtbücherei und der Villa Friedlinde aus.



Online ist der Flyer über diesen QR-Code einsehbar:

Seniorenvertretung

„Wir erzählen Märchen und sprechen darüber“ – Veranstaltung mit Barbara Schneider am 03.07.2025 in der Villa Friedlinde

(Fotos: Annemarie Lecloux)



„Und wann haben SIE zuletzt ein Märchen gehört oder vorgelesen?“ So lautete die Eröffnungsfrage von Barbara Schneider bei dem Märchen-Nachmittag nach der Begrüßung durch die Leiterin der Villa, Christiane Mebus-Blem.

Beim Dialog mit dem Publikum kam heraus, dass es bei manchen schon sehr lange her war, teils in der Kindheit. Andere haben ihren Kindern und Enkelkindern Märchen vorgelesen und einige berichteten sogar, dass es ihnen untersagt war, ihren Enkeln und Enkelinnen Märchen vorzulesen, weil die Märchen aufgrund von Grausamkeiten in einigen Textpassagen heutzutage nicht mehr kindgerecht seien. Im Allgemeinen befand man jedoch, dass das Märchenerzählen in früheren Generationen keinerlei Schaden angerichtet habe, im Gegenteil, es sei mit schönen Erinnerungen an die Kindheit und an die Großeltern verbunden.

Nach einem Märchenquiz, in dem Titel von Märchen anhand von markanten Textpassagen erraten werden mussten, konnte es losgehen. Mit ihrer schönen klaren und plaudernden Erzählstimme trug Barbara Schneider die Märchen von Schneewittchen, Rumpelstilzchen, Die Sieben Raben, Des Kaisers neue Kleider, Frau Holle sowie das relativ unbekanntere Märchen von der Steinsuppe vor.



Auf die Frage aus dem Publikum, wie Barbara Schneider zum Märchenerzählen gekommen sei, hörten wir, dass sie vor 25 Jahren einen Bericht im Fernsehen über eine Märchenerzählerin gesehen hatte. Seitdem stand für sie fest, dass auch sie Märchenerzählerin sein wollte, und dies auch in diversen Veranstaltungen mit großer Freude und Leidenschaft tut.

In einer Pause wurden die Zuhörer*innen wie gewohnt mit Kaffee und leckerem Kuchen durch die ehrenamtlichen Küchenfeen versorgt, sodass es ein rundum gelungener Nachmittag wurde, wie der Beifall auch bewies. Barbara Schneider wird ein weiteres Mal im Dezember Märchen in der Villa Friedlinde vortragen, passend zur vorweihnachtlichen Zeit.

Annemarie Lecloux

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

Rückblick auf die Veranstaltung vom 5. Juli 2025 in der Villa Friedlinde

Ralf Snyders, IT-Fachmann und ehrenamtlicher Mitarbeiter im Repair Café Lohmar, gab einen Überblick über mögliche Lösungen nach dem Windows 10 Aus. Die Sicherheit der eigenen Daten durch die verschiedenen Betriebssysteme, die die grundlegenden Funktionen eines Computers steuern, stand dabei immer im Vordergrund.

Mehr als 40 Personen informierten sich bei dem Vortrag in der Villa Friedlinde über die Möglichkeiten, entweder ein neues Betriebssystem zu nutzen oder sein Gerät auf- bzw. nachzurüsten, damit Windows 11, trotz eines vermeintlich negativen Prüfungsergebnisses hinsichtlich der Kompatibilität durch Microsoft, dennoch aufgespielt werden kann.

Zusätzlich wurde eine praktische Hilfe vom Repair Café im Gemeindehaus der Kirchengemeinde Sankt Johannes in der Kirchstraße am 21. Juli angeboten. Hier gab es eine Beratung bzw. Prüfung des eigenen Gerätes, welche geeigneten Maßnahmen im Einzelfall sinnvoll und bezahlbar sind. Der Termin wurde von mehr als einem Dutzend Personen genutzt.

Das Repair Café Lohmar steht hier auch weiterhin als Ansprechpartner zur Verfügung und bietet für Interessierte am **20.09.2025, 10:00 - 14:00 Uhr**, nochmals eine Computer-Sprechstunde an.

Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Seniorenvertretung

Hurra! Das Team der Villa Friedlinde bietet eine Fahrt ins Freilichtmuseum Kommern an

Do sin mir dobei und Ruckizucki war die Fahrt ausgebucht!

(Fotos: LVR Freilichtmuseum Kommern)



Engel: In der Villa Friedlinde und anderen Einrichtungen kann man sie treffen – **Engel**, die uns Senioren und Seniorinnen ehrenamtlich betreuen und verwöhnen.

Nun bin ich vom Ausflug zurück und habe das dringende Bedürfnis, euch meine Begegnungen mit den **Engeln** aus Kommern mitzuteilen:

Circa um 10:00 Uhr ging die Fahrt los. Das Wetter war nicht zu heiß und nicht zu kalt, also ideal für Senioren. Versorgt mit Wasser und Laugenbrötchen starteten wir unseren Ausflug nach Kommern. Man sagte uns, es sei dort behindertengerecht und Rollator geeignet. Wir waren viele Gehbehinderte mit und ohne Rolli in der Gruppe. Vor ungefähr 25 - 30 Jahren war ich – sowie viele von uns auch – mit der Familie dort. Wir waren gespannt und voller Vorfreude! Der Bus hielt auf dem großen Parkplatz und nun ging es los ...

Oh Gott, der Berg, der zum Museum führte, war sehr, sehr steil. Hei, da drüben ein Shuttledienst! Puh – leider nur am Wochenende. Was jetzt? Christiane und zwei Begleiterinnen haben es mutig mit mir gewagt. Aber wir sind leider nicht weit gekommen. Die restliche Gruppe hat es tapfer mit einigen Pausen bis zur Hälfte und dann ganz nach oben geschafft.

Da kam eine fremde Wanderin auf uns zu und sagte, dass man mit dem PKW hochfahren kann, wenn man eine andere Auffahrt nimmt. Dieser **Engel** bot uns an, ihren PKW zu holen und uns damit hochzufahren. Christiane hat nicht lang gefackelt und die Genehmigung eingeholt, an der Kasse parken zu dürfen. Das Gelände im Museum ist zwar viel besser zu



laufen als vor 30 Jahren, aber es geht dennoch bergauf – bergab. Die nette Dame an der Kasse bot uns einen Rollstuhl an, wie toll!

Nun ging es auf zu den einzelnen Höfen. Und wir haben – dank der **Engel** – von Kommern noch einiges sehen können. Auch ein leckeres Essen in der „alten Scheune“ war noch drin. Über die einzelnen Fachwerkhäuser kann ich nicht so viel berichten, aber über

dieses Supererlebnis musste ich euch berichten.

Ich, Irmgard Meester, habe mit meiner Familie 50 Jahre im ältesten Fachwerkhaus von Scheiderhöhe gelebt. Zimmer für Zimmer haben wir restauriert, und aus allen Räumen erklang immer Musik. Die erste Schule war dort auch untergebracht, aber das ist eine andere Geschichte!

Danke fürs Lesen! Wie singt der Kölner: „**Engel gibt es immer wieder ...**“

Ihre Irmgard Meester

Beste Klasse unterwegs

(Fotos: privat)



Seit einigen Jahren lernen wir bei Herrn Dr. van Allen nicht nur Englisch, sondern auch Spanisch. Jede Woche Donnerstag treffen wir uns im Wechsel in der unteren Etage der Villa Friedlinde zum Lernen. Wir sind eine gemischte Gruppe, auch vom Alter her. Aber wir verstehen uns alle prima und haben auch viel Spaß miteinander.

So kam dann auch in der Spanischgruppe die Idee auf: Sollen wir nicht mal gemeinsam nach Spanien fahren? Und tatsächlich ... jetzt im Mai setzten wir die Idee in die Tat um. Ein Flug Köln – Malaga (Andalusien) wurde gebucht und elf von uns waren dabei. Mitten in der Nacht ging es los, mit Großraumtaxen zum Flughafen Köln-Bonn. Nach zweieinhalb Stunden Flug landeten wir bei herrlichem Wetter in Malaga. Unser Hotel in La Cala war sehr schön. Es lag direkt am Mittelmeer, und es gab eine herrliche Strandbar, wo wir, wenn wir von unseren Ausflügen zurückkamen, gerne zusammensaßen. Dort versuchten wir tatsächlich – wir sind ja schließlich eine spanische Sprachengruppe – gemeinsam spanische Kreuzworträtsel zu lösen, welche unsere liebe Doris für uns schon zu Hause vorbereitet hatte.

In Malaga waren wir unter anderem im Picasso-Museum. Wir waren auf einem spanischen Markt und besuchten Marbella und Mirjas, wo es Esel-Taxen gab.

Am letzten Tag hatte unser Hans Geburtstag. Es gab Sekt und wir sangen ihm mit allen Gästen lautstark ein Geburtstagslied. Wir denken oft an diese schöne Reise zurück, auf der wir zu richtig guten Freunden geworden sind. Unserem „catedratico“ Dr. Hans-Günther van Allen gilt unser besonderer Dank! Ohne ihn wären wir wohl nicht so unternehmungslustig gewesen. Schade, dass er nicht mitkommen konnte.

Vielleicht sollten wir noch mal los? Sevilla und die Alhambra wären auch nicht schlecht. Mal sehen, Hauptsache wir bleiben alle gesund!

Hola Adios!



Heidemarie Krämer

Start von „Küchenpartie mit peb“ in der Villa Friedlinde

(Fotos: Stadt Lohmar)



Gemeinsam kochen, genießen und voneinander lernen – das ist die Idee der bundesweiten Initiative „Küchenpartie mit peb“, der Plattform Ernährung und Bewegung. In Kooperation mit dem Gesundheitsamt des Rhein-Sieg-Kreises und

begleitet von Yasmin Gross, Koordinatorin für Gesundheitsförderung, ist das Projekt nun auch in Lohmar gestartet.

Am 15. Juli fand die erste Kochaktion in der Villa Friedlinde statt – ermöglicht durch die finanzielle Unterstützung des Vereins zur Förderung der Seniorenarbeit in Lohmar e.V. und das große Engagement unserer Bürgermeisterin Claudia Wieja. Ziel des Projekts ist es, Jung und Alt zusammenzubringen, gemeinsam leckere Gerichte zuzubereiten, Neues auszuprobieren und sich in entspannter Atmosphäre auszutauschen.

Ein herzliches Dankeschön gilt unserer Bürgermeisterin, dem Sponsor, dem Abteilungsleiter Tobias Grote, der Leiterin der Villa Friedlinde Christiane Mebus-Blem, dem gesamten Team der Villa Friedlinde sowie unseren lieben Ehrenamtlichen, Kindern und Jugendlichen, durch deren Unterstützung wir das Projekt umsetzen konnten.

Mit großer Begeisterung haben die Teilnehmer*innen verschiedene Rezepte ausprobiert, miteinander geredet und voneinander gelernt. Zum Abschluss wurden die zubereiteten Spezialitäten in einer herzlichen, gemütlichen und familiären Atmosphäre gemeinsam genossen. Das Projekt soll auch in Zukunft fortgeführt werden. Ziel ist es, noch mehr



Menschen zu erreichen und neue gemeinsame Kocherlebnisse zu schaffen. Die Villa Friedlinde freut sich darauf, weiterhin mit Menschen aller Generationen zu kochen, Neues zu entdecken und schöne Momente zu teilen. Interessierte können sich über das Büro der Villa Friedlinde anmelden: Telefon: 02246 - 30 16 30 oder Villa.Friedlinde@lohmar.de

Neue Termine werden noch bekanntgegeben.

Wir freuen uns auf euch!

Aleksandra Porsche

Ehrenamt-Lohmar.de – Unsere Internetseite!



- **Ursprung und Betreiber:** Die Seite ehrenamt-lohmar.de ist ein Überbleibsel eines Projekts des „Kuratoriums Deutsche Altenhilfe“. Diese sowie die Seiten Willkommenskultur-Lohmar.de und Senioren-in-Lohmar.de werden auf die Hauptseite <https://unser-quartier.de/slr-lohmar/> weitergeleitet. Die Stadt Lohmar mit der Seniorenvertretung ist der Betreiber und Ansprechperson für die Seite ist Karl-Heinz Bayer.
- **Entstehung und Entwicklung:** 2012 wurde die Seite von der damaligen Seniorenvertretung von Karl-Heinz Bayer (SV) in Zusammenarbeit mit Franz König vom Förderverein für Seniorenarbeit in Lohmar (FöS), als Informationsportal für Senior*innen angelegt und später für alle ehrenamtlichen Gruppen/Institutionen geöffnet. Der Hintergrund war, den in Lohmar ehrenamtlich tätigen Gruppen eine einfache Plattform anzubieten, auf der sie sich eigenständig präsentieren können.
- **Nutzung der Plattform aktuell:** Derzeit wird die Seite von der Seniorenvertretung, der Villa Friedlinde, dem Repair Café, der BürgerStiftung-Lohmar (BSL), dem Förderverein für Seniorenarbeit in Lohmar (FöS) und von Zwischen Arbeit und Ruhestand (ZWAR) genutzt. Mittlerweile nicht mehr aktuell: Die Willkommenskultur, die Rehkitzhilfe, der JAIL (Jugendausschuss in Lohmar).

Aufbau der Seite:

- **Aktuelles:** Hier finden sich Berichte und Fotos über geplante sowie über durchgeführte Veranstaltungen der verschiedenen Gruppen in und um Lohmar.
- **Informationsangebote (Gut zu wissen!):** Umfasst eine Fülle von Informationen zum Thema Gesundheits-, Freizeit- und Ratgeberinformationen, teilweise als verlinkte externe Seiten oder herunterladbare Broschüren, wie z. B. die aktuelle SINFO.
- **Termine & Downloads:** Monatliche Übersicht, auf DIN A4 ausdrückbar, mit den aktuellen Veranstaltungen, Ankündigungen in Lohmar (Stadt, Villa, Kirchen) mit Schwerpunkt für Senior*innen. Hier sind Termine für den kommenden Monat berücksichtigt, die vor der Veröffentlichung (in der Regel sieben Tage vor dem ersten eines Monats) bekannt waren. Verfügbar ist der Download auf der Startseite.
- **Fazit:** Besuchen Sie die Seite, um sich zu informieren. Wir freuen uns über Ihr Feedback und Verbesserungsvorschläge. Welche ehrenamtlichen Gruppen vermissen Sie vielleicht noch?
- **Kontakt:** Karl-Heinz Bayer 02246 - 30 00 63 oder khbayer-lohmar@t-online.de

Mit diesem QR-Code
geht es zur Webseite:



Stephanie Bayer

Infos aus unseren Generationentreffpunkten:

- **Monatlicher Frühstückstreff in Breidt**
Donnerstag, 18.09.2025, um 9:00 Uhr
Karl-Schafhaus-Schule, Breidter Straße 11
Anmeldung über Ingelore Krohn: 02246 - 30 13 49



- **Spielesachmittag in Breidt**
Montag, 08. und 15.09.2025, um 14:30 Uhr
 Karl-Schafhaus-Schule (s. o.)
 Vorbeikommen oder anfragen über Ingelore Krohn (s. o.)
- **Monatliches Klön-Kaffee in Scheiderhöhe**
Donnerstag, 25.09.2025, um 15:00 Uhr,
 Dorfgemeinschaftshaus Scheiderhöhe,
 Scheiderhöher Straße 48
 Kommen Sie einfach vorbei! Keine Anmeldung nötig

Peter Boxberg

***Programm des Begegnungszentrums
 „Villa Friedlinde“, Stadt Lohmar
 September 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
01.09.	10:00	„Literatur-Café“ mit Heidi Gelff und Maria Warburg
01.09.	14:00 - 15:30	Fit mit „Sjoelen“
01., 15.09.	14:30 - 16:30	„Schreibclub Villa Friedlinde“ mit Gisela Steimel
01., 15.09.	18:00 - 20:00	ZWAR Lohmar (Zwischen Arbeit und Ruhestand)
08., 22.09.	14:00 - 16:00	Italienische Konversation für Fortgeschrittene mit Antonio Baltea
08., 22.09.	17:30 - 19:30	ZWAR Lohmar (Zwischen Arbeit und Ruhestand)
15.09.	09:00	Redaktionssitzung SINFO
22.09.	12:00	Mittagstisch mit Ingrid Terhorst, Edgar Albert und Team. Es fallen 10 Euro Kosten an (exclusive Getränke). (*) AUSGEBUCHT!!! Im September 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

02.09.	14:00 - 15:00	„Senioren- und Pflegeberatung“ mit Kerstin Müller – Anmeldung: 02246 - 15 - 349 oder per Mail: Seniorenberatung@Lohmar.de
02., 16.09.	14:30 - 16:30	„Mandalas selbst gestalten“ mit Petra Althen
09.09.	09:30	„Gemeinsames Frühstück für Jung und Alt“ (Anmeldung erforderlich) (*) AUSGEBUCHT!
23.09.	10:00 - 12:00	iPhone – Sprechstunde mit Klaus Fröhling (Anmeldung erforderlich)
30.09.	14:30	Vortrag zum Thema Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht (Seite 5)

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
03.09.	11:00	Telegraphenberg-Tour mit Herbert Hofmann 4 - 5 km Wanderung, Treffpunkt: Mauspfad 3, Troisdorf (Seite 4)
10.09.	09:00	Redaktionsschluss SINFO

Donnerstag:

	09:00 - 10:30	VHS-Gehirntraining mit Giesela Becker (*)
	10:45 - 12:00	„FRICHOLO“ – Offenes Singen mit Friedhelm Limbach und Werner Unger

	16:00 - 18:00	Acrylmalerei mit Martina Furk (*)
04., 18.09	10:30 - 12:15	„Spanisch für Senior*innen“ mit Dr. Hans Günther van Allen
04.09.	14:30	„Die faszinierende Geschichte der Garten- baukunst“ mit Rolf Chur (Seite 4)
11., 25.09.	10:30 - 12:15	„Englisch für Senior*innen“ mit Dr. Hans Günther van Allen
11.09.	14:00	„Walk, Talk, Meet and Eat“ mit Christine Arnoscht, Thomas Buchmüller, Harald Saat und Maria Warburg. Runde im September: ab Troisdorf-Altenrath, ca. 7 km und ca. 80 Hm. Treffpunkt: Flughafenstr.33 in Altenrath (Park- platz hinter dem Infozentrum ca. 100 m). Die Gruppe empfiehlt Geh- oder Walking-Stöcke so- wie angemessenes Schuhwerk und Getränke mitzunehmen.
11.09.	14:30 - 16:30	Gemütlicher Nachmittag der AWO mit Annemarie van Allen, Angelika und Achim Schneider
18.09.	14:30	EA-Team: Dienstplan-Besprechung 2. HJ (nicht öffentlich)
25.09.	14:30	Autofahren im Alter, der ADAC informiert (Seite 5)
25.09.	17:00	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.)

05.09.	10:00 - 12:00	„Kreativ-Werkstatt“ mit Jutta Muskatewitz und Gundi Kreisel
	10:30 - 12:00	VHS-Gehirntraining mit Gisela Becker (*)
05.09.	14:00 - 16:30	„PC-Sprechstunde“, Betriebssystem „Windows“ mit Siegfried Eidmann und Dr. Günter Enterlein (Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30)
12.09.	14:00 - 16:30	„Smartphone-Hilfe“ mit Helmut Schiffmann (Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30)
19.09.	14:00 - 16:00	„Bingo“ mit Renate Beerbaum, Helga Peters und Gertrud Rost
26.09.	15:30 - 17:00	ABTANZEN

Anmeldungen zu Kursen und Veranstaltungen der Villa Friedlinde:

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

„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

[Neue Termine sind frühestens wieder im Oktober möglich!](#)

Hinweise auf Veranstaltungen in anderen Einrichtungen im Stadtgebiet Lohmar

Anonyme Alkoholiker (AA), Selbsthilfegruppen

Homepage: www.anonyme-alkoholiker.de

Facebook: AAinSiegburg

E-Mail: 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

Homepage: www.al-anon.de

Petra: 02247 - 67 69

BBL (Behindertenbeirat Lohmar)

Facebook: Behindertenbeirat Lohmar (BBL)

Homepage: www.behinderten-beirat-lohmar.de

E-Mail: 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, Donrather Kirch-Treff Seniorengruppe

Donnerstag	04.09.	15:00	Info: Helga Kreuzer 02246 - 25 25
	18.09.		

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	02.09.	09:00	Männerfrühstück Anmeldung erforderlich über: koordinator@maennerfruehstueck-birk.de oder Volker Sundermeyer 02246 - 66 88
Mittwoch	17.09.	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	01.09.	17:00	Offenes Singen Singen für Musikbegeisterte Anmeldung: Ulrich Frerk ulrich.frerk@netcologne.de
Dienstag	02.09.	10:00	Frühstück für Senior*innen Bitte anmelden bis Freitag, 29.08. 02206 - 90 09 30 oder emmausgemeinde-lohmar@ekir.de
Dienstag	09.09.	15:00	Gesellschaftsspielgruppe Info: 02206 - 90 09 30
Donnerstag	11.09.	16:00	Stunde der Männer Plausch über aktuelle Themen Info: 02206 - 90 09 30

Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bezirk Gemeindezentrum Christuskirche, Lohmar

Mittwoch	03.09.	15:00 - 17:00	Frauenhilfe – Infos/Anmeldung Tel.: 02246 - 4375
Mittwoch	10.09	10:00	Frauentreff – Milena Jesenská, nicht nur Kafkas „Lebendiges Feuer“, sondern auch Mittelpunkt der Prager Intellektuellen- szene, politische Journalistin und Wider- standskämpferin im „Dritten Reich“ Referentin: Aliko Gnieser
Mittwoch	17.09.	14:00	Männertreff – Was ist zu tun bei einem Sterbefall und der Beerdigung? Referent: Norbert Arz
Mittwoch	24.09.	10:00	Frauentreff – Käthe Kollwitz, deutsche Grafikerin, Malerin und Bildhauerin – Leben und Wirken einer der bekanntesten Künstlerinnen des 20. Jahrhunderts Referentin: Gabi Bergmann

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 - 26 43 78 E-Mail: info@lotsenpunkt-lohmar.de

Lohmar, KoBeCa – das Kontakt- und Beratungscafé

Donnerstag 04.09. 14:00 - Beratung zu verschiedenen Themen
16:00 bei Kaffee und Kuchen (kostenfrei)
Pfarrzentrum, Kirchstraße 26 in Lohmar
Geöffnet für alle!
Kontakt: spz@diakonie-sieg-rhein.de
Hilfe auch per Mail an: kobeka@freenet.de

Lohmar, St. Johannes, Pfarrzentrum

Samstag 20.09. 10:00 - Repair Café
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 03.09. 15:00 Frauentreff
Info: Doris Meissner-Becker
02206 - 90 92 05 oder
Gemeindebüro: 02206 - 50 35

Mittwoch 17.09. 10:00 Senior*innenfrühstück
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.
Telefonische Anmeldung im Gemeindebüro
bis Dienstag, 16.09.25 unter 02206 - 50 35

Forum Wahlscheid

Donnerstags ab Okt. 15:00 Ganzheitliches Gedächtnistraining
Eine Probestunde ist kostenlos und
unverbindlich.
Info: Lydia Hardt 02206 - 91 08 01

Wahlscheid, Ev. Altenheim, Heiligenstock

Mittwoch 03.09. 16:00 Angehörigentreff „Leben mit Demenz“
Entlastung, Erfahrungsaustausch,
Information, Anmeldung:
SPZ Troisdorf Eveline Heinle-Braun
02241 - 250 31 33 oder per E-Mail:
evelin.heinle-braun@diakonie-sieg-rhein.de

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 inkl. Kaffee und Kuchen beträgt 7,00 Euro.

Karten können im Voraus bestellt werden unter: www.cineplex/siegburg
oder Telefon: 02241 - 95 80 80



Konklave

USA, 2024 – 121 Min. – Drama/Thriller

Mit: Stanley Tucci, Ralph Fiennes,
Isabella Rossellini

Der Papst ist unerwartet verstorben. Kardinal Lawrence (Ralph Fiennes) ist mit der schwierigen Aufgabe betraut, die Wahl des neuen Papstes zu leiten. Mächtige Kardinäle aus aller Welt reisen für das Konklave nach Rom. Als sich die Türen zur Sixtinischen Kapelle schließen, entbrennt ein Spiel um Macht. Kardinal Lawrence findet sich im Zentrum von Intrigen und Korruption wieder und kommt einem Geheimnis auf die Spur, das die Grundfeste seines Glaubens erschüttern könnte. All das, während Millionen von Menschen darauf warten, dass weißer Rauch dem Schornstein der Kapelle entsteigt ... (Quelle: Verleih)

Mittwoch, 03.09.

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.



Das große Los – 1 Insel, 40 Einwohner, 2 Betrüger

Frankreich, 2024 – 91 Min. – Komödie

Mit: Gérard Darmon, Didier Bourdon, Chantal Lauby, Louise Coldefy

Mitten auf einer beschaulichen Insel in der Bretagne erfahren die lebenslangen Freunde Jean-Jean und Henri, dass einer ihrer Dorfbewohner den Hauptgewinn in der Lotterie gewonnen hat. Heimlich stellen sie Nachforschungen an, um herauszufinden, wer der glückliche Gewinner ist ... nur um dann festzustellen, dass er an dem Schock über den plötzlichen Gewinn gestorben ist. Sie hecken einen raffinierten Plan aus, um an das Geld zu kommen. Doch schon bald wird ihnen klar, dass sie die Dorfbewohner – die natürlich alle ihr Stück vom Kuchen haben wollen – an ihrer Seite brauchen, um die Lottogesellschaft zu täuschen und ihren gewagten Plan in die Tat umzusetzen ... (Quelle: Verleih)

Donnerstag, 11.09.

Kino 2 – 15:00 Uhr Senioren-Kino

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

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

Finden Sie möglichst viele Worte für folgendes Muster:

F _ _ _ E L

GA _ _ E _

_ _ O T _



Lösung Rätsel Juli: Bericht

Lösung Rätsel August: Auftakt

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 Oktober-Ausgabe: Mi., 10.9.2025, 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