

SINFO

SENIOREN- INFORMATION



www.ehrenamt-lohmar.de

Januar 2026



© Beyonder / 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:

| | | |
|---|--------|---------|
| Neujahrsgruß und Veranstaltung in der Villa | Seite | 3 |
| Bürger*innen im Portrait | Seiten | 4 - 5 |
| Veranstaltungsberichte | Seiten | 6 - 10 |
| Wichtige Neuigkeiten bei der RSAG | Seite | 11 |
| Infos aus den Generationentreffpunkten | Seite | 12 |
| Monatsprogramm der Villa Friedlinde | Seiten | 12 - 15 |
| Monatsprogramm anderer Einrichtungen | Seiten | 16 - 19 |
| Der SINFO-Buchtip | Seite | 19 |
| Seniorenkinos Cineplex Siegburg und Troisdorf | Seiten | 20 - 21 |
| Gedicht von Hoffmann von Fallersleben | Seite | 22 |
| Ansprechpersonen der Seniorenvertretung | Seite | 23 |
| Rätselecke und Impressum | Seite | 24 |

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.



(Abbildung: Pixabay)

Das Team der Villa Friedlinde wünscht allen Leser*innen der SINFO und Besucher*innen der Villa Friedlinde ein gesundes und glückliches neues Jahr!

Wir freuen uns auf ein interessantes und schönes Jahr mit Ihnen!

Albrecht Dürer und der Kupferstich am Beispiel von ‚Ritter, Tod und Teufel‘ – Rolf Chur erzählt am 29.01.2026, 14:30 Uhr von der Entstehung des Kupferstichs

„Um 1400/40 entsteht mit dem Kupferstich das älteste Tiefdruckverfahren. Am Beispiel eines der drei sogenannten Meisterstiche Albrecht Dürers, des wohl berühmtesten Künstlers der deutschen Renaissance, soll das veranschaulicht werden.“

Kaffee und Kuchen werden an diesem Nachmittag angeboten.

Anmeldung erbeten über das Büro der Villa Friedlinde:

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

Christiane Mebus-Blem

Bürger*innen im Portrait: Kerstin Harnisch

(Foto: Annemarie Lecloux)



Kerstin Harnisch unterstützt die Leitung der Villa Friedlinde seit dem 1. Oktober 2025 mit 7 Wochenstunden. Ihr eigentlicher Arbeitsplatz ist die Abteilung Kommunikation, Kultur und Ehrenamt im Rathaus der Stadt Lohmar, wo sie sich seit 2023 schwerpunktmäßig um die Hallenbelegung städtischer Gebäude kümmert.

Sie wurde am 23. Oktober 1975 in Troisdorf geboren und ist mit zwei Brüdern in Birk aufgewachsen, wo sie

auch heute noch lebt. Nach der Grundschule in Birk besuchte sie das Gymnasium in Siegburg. Danach studierte sie auf Lehramt, merkte aber bald, dass dies nicht das Richtige für sie war und kam schließlich in die Verwaltung. Bei einer deutsch-französischen Gesellschaft kümmerte sie sich um den Jugendaustausch und fand danach eine Anstellung bei der Stadt Lohmar.

Sie hat eine Tochter im Alter von 14 Jahren, mit der sie gerne Städtereisen unternimmt. Letztes Jahr ging es nach Lissabon; weitere Wunschziele sind Barcelona und New York. Letzteres müsse man sehen, sagt sie, nicht zuletzt aufgrund des langen Fluges. Außerdem spielt sie in ihrer Freizeit Golf im Golfclub Schloss Auel.

| | |
|---|--|
| Sternzeichen: | Waage |
| Ehrenamt: | |
| Hobbys: | Golf spielen, Städtereisen, nähen |
| Lieblingsessen: | Kohlrouladen |
| Buchempfehlung: | |
| Lieblingofilm: | Der Buchspazierer mit Christoph Maria Herbst |
| Herzens-Musiktitel: | Don't Stop Me Now (Queen) |
| Welche Begriffe treffen auf Dich zu? | Kreativ, zuverlässig, großzügig (Sie legt Wert darauf zu erwähnen, dass es ihre Kollegin Christiane war, die ihr diese Attribute verpasst hat.) |
| Was darf im Kühlschrank nie fehlen? | Milch, Salat |
| Beruf im nächsten Leben? | Rechtsanwältin |
| Welche drei Dinge nimmst Du mit auf eine einsame Insel? | Nach Lupo: 'e Fußball, e Handdoch un natürlich dich |
| Was magst Du an der Stadt Lohmar? | Die beleuchtete Hauptstraße in der Weihnachtszeit |
| Eine Botschaft für unsere Leser*innen: | Hinfallen, aufstehen, Krone richten, weitergehen |
| Lebensmotto: | Artikel 3 des Kölschen Grundgesetzes: Et hätt noch emmer joot jejeange. |

Annemarie Lecloux

Fahrt nach Insul und Bad Münstereifel

(Foto: privat)



Am 16.11.25 war es wieder so weit. Dank der Bemühungen von Christiane Mebus-Blem und der Organisation von Theresia Wiemer konnten wir Seniorinnen und Senioren uns auf eine Fahrt ins Ahrtal begeben.

Los ging es ab Villa Friedlinde um 10:30 Uhr bei gutem Wetter und guter Laune. Unser Busfahrer, Herr Westermann, lud uns und unsere Rollatoren ein, und dank unserer liebenswürdigen Damen Angelika und Monika konnten auch wir, die wir nicht mehr so gut im Klettern sind, wohlbehalten auf unseren Sit-

zen Platz nehmen. Da die Anfahrtszeit dank der vorausschauenden Planung von Theresia großzügig bemessen war, konnte Herr Westermann mit uns gemächlich durch das Ahrtal fahren und uns an vielen Orten etwas über die Auswirkungen der Flut-Katastrophe berichten.

Kurz vor 12 Uhr kamen wir in dem von Theresia für uns gebuchten Lokal in Insul an. Es war ein gemütliches Lokal, in dem uns ein reichhaltiges Reibekuchen-Büffet erwartete. Wir waren begeistert und ließen es uns voller Wohlbehagen munden.

Um 14 Uhr ging es dann weiter nach Bad Münstereifel, wo wir 2 Stunden zur freien Verfügung hatten. Wir konnten uns davon überzeugen, dass der Ortskern fast vollständig saniert war und sich der 2 Tage später beginnende prächtige Weihnachtsmarkt schon erahnen ließ.

Um 16:30 Uhr ging die Heimfahrt los, während der uns Herr Westermann allerlei Historisches und Wissenswertes zu den jeweils durchfahrenen Orten zu erzählen wusste. Wir kamen wohlbehalten kurz nach 18 Uhr wieder in Lohmar an.

Ein wundervoller Ausflugstag ging zu Ende, und wir können uns, wie schon so oft, wieder sehr bei unserer Theresia bedanken, aber auch bei den beiden Damen Angelika und Monika, ohne deren Hilfe wir nicht mehr an einem solchen Ausflug teilnehmen könnten (wie ich selbst mit fast 92 Jahren).

Also ein großes **D a n k e s c h ö n** mit ganz viel Vorfreude auf ein nächstes Mal in 2026.

Elfriede Guttman

Bericht über die „Glücks-Show“ – Erlebnismachmittag am 20.11.2025 in der Villa Friedlinde

(Fotos: Annemarie Lecloux)



Eine großzügige Spende durch Bürgermeisterin Claudia Wieja a. D. anlässlich ihres 60jährigen Geburtstags und eine Aufstockung des Betrages durch die Bürger-Stiftung Lohmar, vertreten durch die Geschäftsführerin Gabriele Willscheidt, ermöglichten die Ausrichtung dieser vergnüglichen „Glücks-Show“ in der Villa Friedlinde.

Das Profi-Künstlerpaar Silvia und Georg Leiste mit ihrem Sohn Jona brachten mit einer Mischung aus Akrobatik, Magie und Comedy gute Laune auf die Bühne und ins Publikum.

Die vor Beginn der Veranstaltung gereichten selbst gebackenen Muffins waren bitter nötig, denn als erstes musste das Publikum unter Anleitung von Georg Leiste angemessenen Applaus üben.





Das eigentliche Glücksprogramm startete Silvia Leiste als Sandra Sommer, die sich als „Äggsbärdin“ aus dem (ganz) nahen Osten vorstellte und das Publikum anhielt, im Sinne der Stressbewältigung zu „relaxen wie die Sachsen“ – einfach den „Giefer loggern und rausblabbern“. Auch als Referentin für Lachyoga aus Indien (bzw. deren sächsische Dolmetscherin) hatte sie die Lacher auf ihrer Seite.

Der 9-jährige Jona überzeugte als „Spektakolo“ mit Karten- und Zaubertricks, für die er auch

Gäste aus dem Publikum mit einbezog, und alle staunten über die große Souveränität dieses kleinen Mannes.

Zuletzt zeigte der als Luciano Pavarotti verkleidete Georg Leiste sein akrobatisches Talent, natürlich mit der Stimme des Meisters selbst.

Ein Teil der Spendengelder ging an das Ev. Altenheim in Lohmar, dessen Leiterin Michaela Baumann, die ebenfalls anwesend war, um sich für die großzügige Spende zu bedanken. In ihrer Begleitung waren zwei flauschige Kätzchen (siehe Foto 1), die miauten und sich bewegten, wenn man sie streichelte. Obwohl sie nicht „echt“ sind, stellen diese sie laut Michaela Baumann für die Bewohner*innen des Altenheims eine Quelle der Freude dar.



Mit viel Applaus – und nicht nur weil er geübt war – ging diese fantastische Vorstellung zu Ende.

Annemarie Lecloux

Waldgeister schmücken den Baum

(Foto: Christiane Mebus-Blem)

Die Kinder der Kita Waldgeister besuchten auch dieses Jahr wieder die Villa Friedlinde. Im Gepäck hatten sie eine Menge schönen, selbst gebastelten Baumschmuck.



Die Kinder der Froschgruppe schmückten den Tannenbaum mit kleinen Schneemännern, Rentieren und Filztannenbäumchen. Zum Schluss ergänzte ein großer Schneemann mit dem Hinweis auf die Waldgeister den Baum. Nach getaner Arbeit gab es für die Waldgeister noch eine Stärkung mit Rohkost in gemütlicher Runde. Der schön geschmückte Tannenbaum in der Villa Friedlinde erfreut alle Gäste und Mitarbeiter der Villa Friedlinde. Vielen Dank an die Waldgeister und bis hoffentlich nächstes Jahr!

Christiane Mebus-Blem

Abschiedskaffeetrinken mit Herrn Dr. van Allen

(Fotos: Christiane Mebus-Blem)



Am 27.11.2025 feierte Dr. Hans Günther van Allen mit seinen beiden Sprachgruppen Abschied. Nachdem er jahrelang Spanisch und Englisch in der Villa Friedlinde unterrichtet hat und die Spanischgruppe sogar miteinander nach Spanien gereist ist, war der Zeitpunkt gekommen, um Abschied zu nehmen. Das besondere Für- und Miteinander in den Gruppen machte allen den Abschied von ihrem langjährigen Lehrer nicht einfach.



Der Unterricht wird von zwei Lehrerinnen übernommen, sodass die Gruppen und der Unterricht in der Villa Friedlinde bestehen bleiben. Die Leitung der Villa Friedlinde dankte Herrn Dr. van Allen ganz herzlich für sein jahrelanges Engagement und freut sich darauf, ihn weiterhin zu verschiedenen Anlässen in der Villa Friedlinde begrüßen zu dürfen.

Christiane Mebus-Blem

Maach e' Leech ahn – Mundart-Lesung

(Fotos: Kerstin Harnisch)



Pünktlich zum Beginn der Adventszeit hat die Seniorenvertretung zum 02.12.2025 den Lohmarer Mundart-Autor Erwin Rußkowski zur Lesung in die Villa Friedlinde eingeladen. Er präsentierte in rheinischer Mundart Gedanken, Geschichten und Gedichte wie z. B. „Unn widder jeht e' Johr vörbei“, „Ne Chressbaum koofe jonn“, „Brenge m'r en Plastylation“ oder „Herringschlôôt“ zum Thema Advent und Weihnachten

aus seinem Buch „Maach e' Leech ahn“.

Passend dazu spielten Bruni Albrecht auf der Querflöte und Elmar Klug auf der Mandoline kölsche Weihnachtslieder, u. a. von den Hühnern. Vielen Dank für diesen lustigen und besinnlichen Nachmittag!



Kerstin Harnisch

Wichtige Neuigkeiten zum Abfallkalender 2026 der RSAG

Wer für 2026 auf einen gedruckten Abfallkalender der RSAG hofft, wird enttäuscht. Dieser ist der Digitalisierung des RSAG-Angebotes zum Opfer gefallen.

Eine entsprechende Anfrage meinerseits zu dem Thema mit Hinweis auf die Tatsache, dass eine große Anzahl, vor allem Ältere, mit dem digitalen Ersatz nichts anzufangen wissen, hat zu folgendem Ergebnis geführt:

1. Die RSAG verweist auf ihre Internetseite <https://www.rsag.de/abfallkalender>.
Dort sind alle Termine hinterlegt und können durch Angabe der eigenen Adresse abgefragt werden.
2. Handybesitzer können sich die RSAG-App herunterladen und so die Termine einsehen, ggfs. ist es auch möglich, sich an die Termine erinnern zu lassen.
3. Wer diese Technik nicht beherrscht oder nicht nutzen will, kann sich bei der Geschäftsstelle der RSAG, Pleiser Hecke 4, Siegburg, einen Abfallkalender ausdrucken lassen.
4. Wer diesen Weg scheut oder dazu nicht in der Lage ist, kann auch telefonisch einen Abfallkalender bestellen. Telefon: 02241 - 306 306

Der Anrufer bzw. die Anruferin müssen folgende Angaben machen: Abholadresse, Art der Tonnen (Restmüll, Bio, Papier, Wertstoff) und die jeweiligen Abholrhythmen (wöchentlich, 14-täglich, 4 wöchentlich). Der RSAG-Mitarbeiter bzw. die Mitarbeiterin erstellt auf der Basis der Angaben einen individuellen Abfallplan, druckt diesen aus und schickt ihn per Briefpost an den Kunden.

Zum Punkt 3 habe ich dem Mitarbeiter sehr deutlich meine Meinung gesagt, daraufhin hat er eingeräumt, dass es auch die Möglichkeit der telefonischen Bestellung gibt. Habe es direkt ausprobiert. Ein Tag später war das beidseitig bedruckte Blatt schon bei mir im Briefkasten.

Jürgen Karad

Infos aus den Generationentreffpunkten:



- **Monatlicher Frühstückstreff in Breidt**
Donnerstag, 15.01.2026, 9:00 Uhr
Karl-Schafhaus-Schule, Breidter Straße 11
Anmeldung über Ingelore Krohn: 02246 - 30 13 49
- **Spielnachmittag in Breidt**
Montag, 12.01. und 26.01.2026, 14:30 Uhr
Karl-Schafhaus-Schule (s. o.)
Vorbeikommen oder anfragen über Ingelore Krohn (s. o.)
- **Monatliches Klön-Kaffee in Scheiderhöhe**
Donnerstag, 22.01.2026, 15:00 Uhr,
Dorfgemeinschaftshaus Scheiderhöhe,
Scheiderhöher Straße 48
Kommen Sie einfach vorbei! Keine Anmeldung nötig.

Peter Boxberg

Programm des Begegnungszentrums „Villa Friedlinde“, Stadt Lohmar Januar 2026



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 | | |
|--------------------|------------------|---|
| ab Feb- ruar | 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 |
| 05.01. | 10:00 | Literatur-Café mit Heide Gelff und Maria Warburg |
| 05.01. | 14:00 - 15:30 | Fit mit „Sjoelen“ |
| 05. 19.01. | 15:00 - 16:30 | „Schreibclub Villa Friedlinde“ mit Gisela Steimel |
| 12. 26.01. | 14:00 - 16:00 | Italienische Konversation für Fortgeschrittene mit Antonio Baltea |
| 19.01. | 09:00 | Redaktionssitzung SINFO |
| 26.01. | 12:00 | Mittagstisch mit Ingrid Terhorst, Edgar Albert und Team. Es fallen 10 Euro Kosten an (exklusive Getränke) Im Januar gibt es: Hackbraten gefüllt mit Ei, Bratkartoffeln und Gemüse |

| Dienstag | | |
|-----------------|------------------|--|
| | 09:30 - 11:30 | Handarbeitsgruppe mit Karin Lautenschläger und Sandra Bach |
| | 13:30 - 17:00 | „Jeu de Boule“ mit Wolfgang Jonas |
| | 17:00 - 18:00 | Englische Konversation mit Herbert Frielingsdorf |
| 13.01. | 09:30 | „Gemeinsames Frühstück für Jung und Alt“ (Anmeldung erforderlich) (*) AUSGEBUCHT!!! |
| 13. 27.01. | 14:30 - 16:30 | „Mandalas selbst gestalten“ mit Petra Althen |

| | | |
|---------------|----------------------|--|
| 20.01. | 14:30 - 16:30 | Vortrag zum Thema Imkerei und Bienenzucht durch den Imker Herrn Lehmann |
| 27.01. | 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 – 15505 (*) |
| | 14:00 - 17:00 | „Großer Spielenachmittag“ – Sie werden begleitet von Wolfgang Jonas, Monika Gelfert und Angelika König |
| 14.01. | 09:00 | Redaktionsschluss SINFO |

Donnerstag

| | | |
|--------------------|----------------------|--|
| ab Feb- ruar | 09:00 - 10:30 | VHS-Gehirntraining mit Gisela Becker (*) |
| | 10:45 - 12:00 | „FRICHOLO“ - Offenes Singen mit Friedhelm Limbach und Werner Unger |
| | 16:00 - 18:00 | Acrylmalerei mit Martina Furk (*) |
| 08. 22.01. | 10:30 - 12:15 | „Spanisch für Senior*innen“ |
| 08.01. | 14:30 - 16:30 | Gemütlicher Nachmittag der AWO mit Annemarie van Allen, Angelika und Achim Schneider |
| 15. 29.01. | 10:30 - 12:15 | „Englisch für Senior*innen“ |
| 22.01. | 16:30 - 18:00 | Treffen des Behindertenbeirats - Info (nur per Mail): vorsitzbbl@aol.com |
| 29.01. | 14:30 - 16:30 | Albrecht Dürer und der Kupferstich am Beispiel von ‚Ritter, Tod und Teufel‘ Referent: Rolf Chur (Seite 3) |

Freitag

| | | |
|--------------------|------------------|---|
| ab Feb- ruar | 10:30 - 12:00 | VHS-Gehirntraining mit Gisela Becker (*) |
| | 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 wie vor) |
| 09.01. | 10:00 - 12:00 | „Kreativ-Werkstatt“ mit Jutta Muskatewitz und Gundi Kreisel |
| 09.01. | 14:00 - 16:30 | „PC-Sprechstunde“, Betriebssystem „Windows“ mit Siegfried Eidmann und Dr. Günter Enterlein (Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30) |
| 09.01. | 14:00 - 16:30 | „Smartphone-Hilfe“ mit Helmut Schiffmann (Anmeldung erforderlich: 02246 - 30 16 30) |
| 16.01. | 14:30 - 16:30 | „Bingo“ mit Renate Beerbaum, Helga Peters und Gertrud Rost (AUSGEBUCHT) |
| 23.01. | 15:30 - 17:00 | Abtanzen |
| 30.01. | 14:30 - 18:00 | Karnevalssitzung „Friedlinde Alaaf“ |

Anmeldungen zu Kursen und Veranstaltungen der Villa Friedlinde:

- Per Telefon: 02246 - 30 16 30 oder
- Per E-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 E-Mail: Villa.Friedlinde@Lohmar.de

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, jeden Donnerstag um 19:30 Uhr, Gerhardstr. 5

Gruppentelefon: 0176 - 78 39 99 50

- Meeting Siegburg, jeden Freitag um 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

von 16:30 - 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 08.01. 15:00 Info: Helga Kreuzer 02246 - 25 25
22.01.

Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bezirk Birk

Donnerstags 10:30 ZWAR Lohmar-Birk

Englisch Gesprächskreis

Freitags 14:00 Senioreneinkaufsdienst Birk (SEB)

Abfahrt: Edeka Parkplatz Birk

Anmeldungen und Infos:

Karl-Heinz Braun 02241 - 958 98 69

| | | | |
|----------|--------|-------|--|
| Dienstag | 06.01. | 09:00 | Männerfrühstück Anmeldung erforderlich über: koordinator@maennerfruehstueck-birk.de oder Volker Sundermeyer 02246 - 66 88 |
| Mittwoch | 07.01. | 14:00 | ZWAR Lohmar-Birk |
| | 21.01. | | Gesellschaftsspiele |
| Mittwoch | 21.01. | 15:00 | Senior*innen-Café Info: Andrea Schmidt 02241 - 38 13 56 |

Evangelische Emmaus-Gemeinde Lohmar, Bezirk Honrath

| | | | |
|------------|--------|-------|---|
| Dienstags | | 09:30 | Kreativ-Zeit für Frauen Basteln, Zeichnen, Malen, Handarbeiten ... Info: 02206 - 90 09 30 |
| Montag | 05.01. | 17:00 | Offenes Singen Singen für Musikbegeisterte Anmeldung: Ulrich Frerk ulrich.ferk@netcologne.de |
| Dienstag | 06.01. | 10:00 | Frühstück für Senior*innen Bitte anmelden bis Freitag, 02.01. 02206 - 90 09 30 oder emmausgemeinde-lohmar@ekr.de |
| Dienstag | 13.01. | 15:00 | Gesellschaftsspielgruppe Info: 02206 - 90 09 30 |
| Donnerstag | 08.01. | 16:00 | Stunde der Männer Plausch über aktuelle Themen Info: 02206 - 90 09 30 |

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

| | | | |
|------------|--------|---------------|--|
| Mittwoch | 07.01. | 15:00 - 17:00 | Frauenhilfe – Infos/Anmeldung Tel.: 02246 - 43 75 |
| Mittwoch | 14.01. | 10:00 | Frauentreff Thema: Was wir vom neuen Jahr erwarten, erhoffen und erbitten |
| Mittwoch | 21.01. | 14:00 | Männertreff |
| Mittwoch | 28.01. | 10:00 | Frauentreff – Besuch des Käthe Kollwitz- Museums in Köln |
| Donnerstag | 22.01. | 15:00 - 16:30 | Literaturkreis: Besprechung des Romans „Jauche und Levkojen“ von Christine Brückner. |

Lohmar, Lotsenpunkt

| | | |
|-----------|---------|--|
| Dienstags | 12:30 - | Beratung, Vermittlung und Hilfestellung in persönlichen Angelegenheiten aller Art Kath. Pfarrzentrum, Kirchstraße 26, Lohmar, während der Ausgabezeiten der Tafel |
| | 13:30 | |
| Mittwochs | 10:00 - | Persönliche Sprech- und Beratungsstunde Kirchstraße 24, Lohmar, neben dem katholischen Pfarrzentrum Telefon: 0177 - 26 43 78 5 E-Mail: info@lotsenpunkt-lohmar.de |
| | 12:00 | |

Lohmar, KoBeCa – das Kontakt- und Beratungscafé

| | | | |
|------------|--------|---------|--|
| Donnerstag | 08.01. | 14:00 - | Beratung zu verschiedenen Themen 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 |
| | | 16:00 | |

Lohmar, St. Johannes, Pfarrzentrum

| | | | |
|---------|--------|---------|------------------------------------|
| Samstag | 17.01. | 10:00 - | Repair Café |
| | | 14:00 | Info: Michael Sahner 02246 - 82 25 |

Wahlscheid, Ev. Kirchengemeinde, Gemeindehaus

| | | | |
|-------------|--------|---------|---|
| Donnerstags | | 15:00 - | Senior*innentanztreff Gemeindehaus Leitung: Gudrun Neumann, nähere Infos im Gemeindebüro 02206 - 50 35 |
| | | 16:30 | |
| Mittwoch | 07.01. | 15:00 | Frauentreff Info: Doris Meissner-Becker 02206 - 90 92 05 oder Gemeindebüro 02206 - 50 35 |
| | | | |
| Mittwoch | 21.01. | 10:00 - | Senior*innenfrühstück Herzliche Einladung zum gemeinsamen Frühstück für Senior*innen ab 70; freuen Sie sich auf einen geselligen Vormittag, nette Gespräche und einen köstlichen Start in den Tag. Telefonische Anmeldung im Gemeindebüro bis Dienstag, 20.01. unter 02206 - 50 35 |
| | | 12:00 | |

Forum Wahlscheid

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

Wahlscheid, Ev. Altenheim, Heiligenstock

Mittwochs 14:30 Spielenachmittag für Senior*innen
Mittwoch 07.01. 16:00 Angehörigentreff „Leben mit Demenz“
Entlastung, Erfahrungsaustausch, Information, Anmeldung:
SPZ Troisdorf Evelin Heinle-Braun
02241 - 250 31 33 oder per E-Mail:
evelin.heinle-braun@diakonie-sieg-rhein.de

ZWAR Basisgruppentreffen

Montags jeden 18:00 - ZWAR Lohmar 2025
1. + 3. 20:00 Villa Friedlinde, Bachstr.12
Montags jeden 17:30 - ZWAR-Gruppe Lohmar
2. + 4. 19:30 Villa Friedlinde, Bachstr. 12
Mittwochs jeden 18:00 - ZWAR Wahlscheid
2. + 4. 20:00 Ev. Gemeindehaus, Bartholomäusstr. 6
Donnerstags jeden 18:00 - ZWAR Lohmar-Birk
1. + 3. 20:00 Ev. Friedenskirche Birk, Auf der Löh 2 - 4

Der SINFO-Buchtipp:

Natürlich altern!

Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer

Südwest Verlag, 272 Seiten, Hardcover, 25,00 €



Für den renommierten Arzt und Bestsellerautor Prof. Dr. Dietrich Grönemeyer bedeutet das Streben nach einem langen Leben nicht Anti-Aging mit Medikamenten oder Nahrungsergänzungsmitteln, sondern: ein natürliches Altern mit einem bewussten Lebensstil, mit angemessener Bewegung, gesundem Essen, guten sozialen Kontakten und einer aktiven Geisteshaltung, die immer neugierig bleibt.

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

Einmal im Monat verwandelt sich unser Kinofoyer in einen Treffpunkt für alle, die gutes Kino und eine Tasse Kaffee mit Kuchen schätzen. Unter dem Titel „Seniorenkino“ zeigen wir ausgewählte Filme auf der großen Leinwand, jeweils um 14:30 Uhr und 15:30 Uhr.

Unsere Kaffeebar öffnet jeweils eine Dreiviertelstunde vor Filmbeginn (also um 13:45 Uhr bzw. 14:45 Uhr). Dort laden wir alle Gäste zu einer Tasse Kaffee und einem Stück Kuchen ein. Der Eintrittspreis inkl. Kaffee und Kuchen beträgt 7,50 Euro.

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



Immer wieder Dienstag

2022 – 103 Min. – Komödie/Drama/Romanze

Mit: Peter Stormare, Sussie Eriksson, Marie Richardson

Es sollte eine tolle Party zum 40. Hochzeitstag werden - doch während der Feier entdeckt Karin, dass ihr Ehemann Sten sie betrügt. Am Boden zerstört, trifft sie zufällig ihre frühere Mitschülerin Monika. Nach einem beschwingten gemeinsamen Abend beschließen sie, zusammen mit Karins Freundin Pia einen Kochkurs bei Spitzenkoch Henrik zu besuchen. Henrik gibt sich anfangs schroff und abweisend, doch Karins aktive Art und ihre Kochkunst faszinieren ihn. Eine Romanze bahnt sich an ... Zur selben Zeit fassen Karin und ihre beiden Freundinnen den Plan, einen Catering-Service zu gründen. Bei der großen Geburtstagsfeier ihrer Tochter, bei der auch Henrik auftaucht, kommt es schließlich zum Eklat - und Karin wird klar, dass es nun an ihr liegt, eine Entscheidung zu treffen...

Mittwoch, 07.01.2026

Kino 1 – 14:30 Uhr Senioren-Kino

Kino 2 – 15:30 Uhr Senioren-Kino

Um 17:30 Uhr wird eine zusätzliche Vorstellung des Films gezeigt jedoch ohne Kaffee und Kuchen.

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 7,50 €.

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



Ganzer halber Bruder

2025 – 110 Min. – Komödie

Mit: Nico Randel, Anja Herden, Cem Bingöl, Sesede Terziyan, Christoph Maria Herbst, Enno Kalisch

Thomas (Christoph Maria Herbst) staunt nicht schlecht: Frisch aus dem Gefängnis entlassen, erfährt der gewiefte Immobilienbetrüger, dass er von seiner ihm unbekannten Mutter ein Haus geerbt hat – und das ist einiges wert. Wenn er es verkaufen könnte, stünde einem Neuanfang in Spanien nichts im Wege. Die Sache hat nur einen Haken: in dem Haus lebt bereits sein Halbbruder Roland (Nico Randel). Ein Fan von Oldies, Gewichtheben und sportlichen Cabrios, mit festem Job und Trisomie 21. Dass Roland ein lebenslanges Wohnrecht genießt – geschenkt! Thomas nistet sich ein und setzt sein gesamtes manipulatives Repertoire ein, um den ungeliebten Mitbewohner aus dem Haus zu drängen. Doch Roland erweist sich als willensstark und kontert Thomas' Taktiken mit Mut und Leidenschaft. Langsam erobert er das Herz seines ganzen halben Bruders, dem dämmert, dass es nichts Wichtigeres im Leben gibt als ein Zuhause. Pocht in seiner Brust etwa doch ein Herz?

Donnerstag, 08.01.2026

Kino 2 – 15:00 Uhr Senioren-Kino

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

Das alte Jahr vergangen ist

Das alte Jahr vergangen ist,
Das neue Jahr beginnt.
Wir danken Gott zu dieser Frist,
Wohl uns, daß wir noch sind!
Wir sehn auf's alte Jahr zurück,
Und haben neuen Mut:
Ein neues Jahr, ein neues Glück!
Die Zeit ist immer gut.

Ja, keine Zeit war jemals schlecht:
In jeder lebet fort
Gefühl für Wahrheit, Ehr' und Recht
Und für ein freies Wort.
Hinweg mit allem Weh und Ach!
Hinweg mit allem Leid!
Wir selbst sind Glück und Ungemach,
Wir selber sind die Zeit.

Und machen wir uns froh und gut,
Ist froh und gut die Zeit,
Und gibt uns Kraft und frohen Mut
Bei jedem neuen Leid.
Und was einmal die Zeit gebracht,
Das nimmt sie wieder hin –
Drum haben wir bei Tag und Nacht
Auch immer frohen Sinn.

Und weil die Zeit nur vorwärts will,
So schreiten vorwärts wir;
Die Zeit gebeut, nie stehn wir still,
Wir schreiten fort mit ihr.
Ein neues Jahr, ein neues Glück!
Wir ziehen froh hinein,
Denn vorwärts! vorwärts! nie zurück!
Soll unsre Losung sein.

Hoffmann von Fallersleben (1794 – 1874)

Die Ansprechpersonen der Seniorenvertretung in den Lohmarer Ortsteilen



Ulla Zocher

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

Lohmar-Ort



Klaus Fröhling

0163 - 162 44 15
kl-froehling@web.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



Klaus Dieter Ueberschar

01 57 - 74 99 41 36
klausueberschar@web.de

Aggertal

Wahlscheid,
Honsbach, Neuhonrath



Wolfgang Czarnecki

02246 - 69 48
wolfgang-czarnecki@t-online.de

Naafbachtal

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

Brunhilde Albrecht/Vorsitzende

02246 - 91 12 34
albrecht@albrecht-news.de

Marion Landsberg/stellv. Vorsitzende

02246 - 26 90
marion@thuma-web.de

► Rätselecke

Welche 8 Winterwörter haben sich in diesem Gitterrätsel versteckt?



| | | | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| A | S | C | H | N | E | E | F | J | T |
| K | T | C | H | K | O | L | R | L | E |
| R | I | H | H | R | W | P | O | B | E |
| B | E | T | B | L | Z | U | S | U | W |
| D | F | W | E | C | I | Q | T | M | N |
| K | E | K | S | E | B | T | O | Z | N |
| B | L | Q | Y | X | R | E | T | T | B |
| B | B | B | B | M | Ü | T | Z | E | B |
| Q | W | R | B | L | Ä | O | T | Z | N |
| H | A | N | D | S | C | H | U | H | E |

Lösungen Dezember:

A. Großbritannien **B.** Ägypten **C.** Island

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 Februar-Ausgabe: Mi., 14.01.2026, 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, der Bürgermeister

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