

# Engagiert älter werden

## EVANGELISCHE INITIATIVE AACHEN



## Programm

**September 2024 – Februar 2025**



Evangelisches Erwachsenenbildungswerk  
**Nordrhein**

# WER WIR SIND + Projekte

## Die Evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN ...

... ist ein pluspunkt-Begegnungszentrum im Aachener Zentrum, das allen offensteht und viele Möglichkeiten zu Geselligkeit, Kultur, Bildung, Orientierung und Lebenssinn bietet.

... gibt es als „Zweigstelle“ auch im Aachener Westen in der Evangelischen Genezareth-Kirche an der Vaalser Straße.

## Ehrenamt

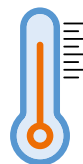
Unsere Veranstaltungen werden von engagierten Menschen in der zweiten Lebenshälfte ehrenamtlich geleitet. Hier haben sie die wunderbare Möglichkeit, ihr Wissen, ihre Talente, Interessen und Fähigkeiten freiwillig einzusetzen, sowohl zum eigenen Nutzen als auch zum Wohl anderer.

## Beratungszeit

Ein weiterer Fokus liegt auf der Beratung und Vermittlung von Menschen, die Kontakte und Hilfe suchen. Wir bieten wöchentlich wechselnde Beratungszeiten am Dienstagvormittag und Donnerstagnachmittag an. Wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung, um Ihnen Unterstützung und Lösungen anzubieten.

## Wärmeinseln – Aufwärmen in der kalten Jahreszeit

Vom Oktober 2024 bis März 2025 werden bei Veranstaltungen mit der Kennzeichnung (**Thermometer-Symbol**) die Räume zusätzlich beheizt, um für eine angenehme Wärme zu sorgen. Darüber hinaus werden warme Getränke zur Verfügung gestellt, damit Sie sich aufwärmen können.



## Digitales Zentrum BeBi

Unser Zentrum richtet sich an Menschen in der zweiten Lebenshälfte und bietet eine Vielzahl digitaler Angebote. Besuchen Sie unsere offenen PC-Cafés, um Ihre digitalen Fähigkeiten zu erweitern. Entdecken Sie außerdem spannende Workshops, Vorträge und virtuelle Exkursionen. Treten Sie ein in unsere digitale Welt des Lernens und der Begegnung!

## Projekt ANKERLICHT

Dieses Projekt lädt dazu ein, eine\*n „Besuchspartner\*in“ zu finden oder zu werden. Es geht darum, Hilfe und Unterstützung zu geben und zu nehmen. Nähere Informationen finden Sie hier im Programmheft.

**Evangelische Initiative Engagiert Älter werden**  
**Annastr. 35, 52062 Aachen**  
**Tel. 0241 - 2 11 55**

**[www.engagiert-aelter-in-aachen.de](http://www.engagiert-aelter-in-aachen.de)**

## Ansprechpartner\*innen



**Gunhild Großmann**

Leitung „Engagiert älter werden“  
Telefon: 0241 - 2 11 55  
Mail: [gunhild.grossmann@ekir.de](mailto:gunhild.grossmann@ekir.de)  
Sprechzeit Di. 11–13 Uhr mit Termin



**Julia Debus**

Büro  
Telefon: 0241 - 2 11 55  
Mail: [julia.debus@ekir.de](mailto:julia.debus@ekir.de)



**Dennis Metzdorf**

Büro, EDV  
Telefon: 0241 - 2 11 55  
Mail: [dennis.metzdorf@ekir.de](mailto:dennis.metzdorf@ekir.de)



## Angelika Ritterfeld

Büro

Telefon: 0241 - 2 11 55

info@engagiert-aelter-in-aachen.de



## Miriam Schack

Projekt Ankerlicht

Mail: ankerlicht@engagiert-aelter-in-aachen.de



## Ulrike Overs

Leitung „Engagiert älter werden“

Aachen – West

Telefon: 0241 - 9 90 30 01

Ulrike.overs@ekir.de

## Büchertausch



### Lust auf ein gutes Buch?

Inzwischen verfügen unsere Büchertauschregale im Annasaal über ein vielfältiges Angebot von guten Büchern, die darauf warten, mitgenommen und/oder getauscht zu werden. Wir freuen uns insbesondere über guterhaltene aktuelle Romane und Krimis, die gerne gelesen werden. Im Foyer finden Sie zusätzlich eine Kiste mit Büchern, die zu verschenken sind.

**Leitung:** Christel Niederstadt  
und Waltraud Koenen


# Inhalt

Ehrenamt.....	7
AKTIONSTAG 2024 – Nachbarschaft Nah & Fern.....	8

## Beratung

Offene BERATUNGSZEIT.....	9
Ehrenamt.....	10
Seniorenrat AC-Mitte.....	10
Pflege und Vorsorge.....	10

## Begegnung - Geselligkeit



Begegnungszeit.....	11
 Spielnachmittage.....	12
Gespräche & Inspirationen.....	12
Kochgruppe.....	12
Der Dienstagstreff für Frauen.....	13
Frauenstammtisch ab 40.....	13
Kegelkreis.....	13
HUND & HERZ – Aktionen mit Besuchshund Rani.....	14
ERZÄHL – Salon.....	14

## ENGAGEMENT FEIERN mit Geist, Seele und Körper.....15

## Bildung - Wissen

Kreatives Schreiben.....	16
Alte Schriften übertragen.....	17

## Digitales Zentrum BeBi

SIGNAL - Gruppe.....	19
 Offenes PC-Café 50+.....	19
 Offenes PC-Café 50+ für Einsteiger*innen.....	19
MouseMobil Besuchsdienst.....	20
ZOOM-Einführungen.....	20
Der Digital-Kompass.....	20
Gute digitale Nachbarschaft.....	21
Internet entdecken – ganz praktisch.....	21

## Lebenssinn - Meditation

Achtsamkeitstraining.....	22
Aromatherapie.....	23
Meditative Kreistänze.....	24
Philosophischer Gesprächskreis.....	24
Klangschalen - Klänge.....	25
Gespräche – Inspiration – Meditation ...	25

## WELTSENIORENTAG.....26

## Unterstützung - Engagement

Beruf und was dann?.....	27
Talentkompass.....	28
Ankerlicht.....	29
Werkstatt aktiver Senioren und Seniorinnen.....	29
Treffen für Trauernde.....	30
Trennung und Scheidung und das mit 50 +.....	30

## Musik - Singen

Musikkreis flauto amabile.....	31
Sing mit! flauto amabile.....	31
Offenes Singen.....	32

## Gesundheit - Bewegung

Bewegte Augen sehen klarer.....	33
TanzImprovisation - TanzTheater.....	34
Gripsgymnastik.....	34
Sport ab 60.....	35
Mit zunehmendem Alter gesünder werden.....	35
Yogakurse.....	35

## Kultur - Kreativität







TheaterTreff.....	37
Literaturgesprächskreis.....	37
Orgelcafé.....	38
Theaterprojekt.....	38
Literaturkreis am Mittwoch.....	39
Patchwork Treff.....	39
Kreativer Recycling-Workshop.....	40
Dichterin Mascha Kaléko.....	40

# Impressum

## Ausflüge

Exkursion zu den Zugvögeln .....	41
Freizeitgestaltung ohne Alkohol .....	41
AachenWanderRunden .....	42

## Sprachen

 Französisch, 3 Kurse .....	43
 Niederländisch Stammtisch .....	44
 Latein für Fortgeschrittene .....	44
 Englisch Stammtisch .....	44
 Englisch Konversationskurs .....	45
 Englisch für Interessierte mit leichten Vorkenntnissen .....	45

## Mitarbertertreffen

Mitarbeiterfrühstück .....	46
Reflexionstag .....	46
Adventsfeier .....	47

## EÄW Aachen-West

Wandergruppe .....	48
Malen mit Acryl .....	49
Gemeinsames Singen .....	49
Offener Männerkreis (OMK) .....	49
Spiel und Spaß mit Brettspielen .....	49
Frühstück mit Literatur .....	49
Spanischtreff .....	49
Parlons francais .....	49
Klöntreff .....	49
Faden-Werk(eln) - Handarbeitstreff .....	49
Kochtreff .....	49

## Herausgeber und Anschrift:

Evangelische Initiative  
„Engagiert älter werden“  
Annastraße 35, 52062 Aachen  
Tel. 0241 - 2 11 55  
info@engagiert-aelter-in-aachen.de  
www.engagiert-aelter-in-aachen.de

## Bus & Parken:

Linie 5, 12, 22, 24, 25, 35, 45, 75  
Parkhäuser in der Annastraße und  
Jesuitenstraße

## Spendenkonto:

Evang. Verwaltungsamt,  
Sparkasse Aachen,  
IBAN: DE42 3905 0000 0000 0002 16  
BIC: AACSD33XXX  
Stichwort: HHst. 24200040, Spende EÄW

## Das Programm erscheint zweimal jährlich;

Frühling & Sommer - März bis August  
Herbst & Winter - September bis Februar

## Redaktion:

Team der Initiative „Engagiert älter werden“ unter Leitung von Gunhild Großmann

## PH Nr. 99, Stand:

05.08.2024 Änderungen vorbehalten

## Redaktionsschluss:

15.01.2025 für Ausgabe 100,  
März – August 2025

## Träger:

Evang. Kirchengemeinde und Evang. Kirchenkreis Aachen in Kooperation mit dem Diakonischen Werk im Kirchenkreis Aachen e.V. Gefördert von der Stadt Aachen.

## Layout:

Maryam Aliakbari (ABID Webdesign)

## Bilder:

stock.adobe (Sofern nichts anderes angegeben)

## Auflage & Druck:

1000 | dieUmweltDRUCKEREI



# Ehrenamt



Unsere Initiative lebt davon, Lebens- und Alltagswissen weiterzugeben, Herzensanliegen umzusetzen und sinnvolle Aufgaben zu finden. Wir nehmen dabei eine Lotsenfunktion ein und unterstützen sowie vernetzen Aktivitäten und Nachfrage. Es ist uns ein Herzensanliegen, Menschen dabei zu helfen, ihre Fähigkeiten einzubringen und eine erfüllende Rolle in unserer Gemeinschaft zu finden. Wir freuen uns darauf, Sie auf diesem Weg zu unterstützen und gemeinsam Gutes zu bewirken.

## WILLKOMMEN ...

- ... **sind Menschen**, die ihre Fähigkeiten und ihr Lebenswissen ehrenamtlich weitergeben möchten oder sich einfach engagieren möchten.
- ... **sind Menschen**, die im Projekt ANKERLICHT gerne andere unterstützen und ihnen helfen, z.B. bei Spaziergängen, beim Einkaufen, oder indem sie vorlesen, Gesellschaft leisten ...
- ... **sind Menschen**, die in den PC-Cafés mitarbeiten wollen.
- ... **sind Menschen**, die das Küchenteam unterstützen möchten.

Weitere Einzelheiten erfahren Sie im persönlichen Gespräch.

Ansprechpartnerin ist Frau Großmann, Tel. 0241 - 2 11 55. Fahrtkosten und Parkhausgebühren können wir leider nur in Ausnahmefällen erstatten.

# Aktionstag 2024

## Nachbarschaft Nah & Fern

18. November 2024 | 12.00–17.00 Uhr  
in der Citykirche St. Nikolaus





# BERATUNG

## Offene BERATUNGSZEIT

---

**NEU in Aachen? ALLEIN in Aachen? ÄLTER WERDEN in Aachen?**

Vielleicht können wir helfen ...

- ... durch die Vermittlung mit anderen kontaktsuchenden Menschen,
- ... mit Gruppen und Angeboten von engagierten Menschen in unserer Initiative,
- ... mit Tipps und Hilfen rund um Themen der Zweiten Lebenshälfte und des Älterwerdens.

Wir bieten wöchentlich wechselnde Beratungszeiten am Dienstagvormittag und Donnerstagnachmittag an. Wir stehen Ihnen gerne zur Verfügung, um Ihnen Unterstützung anzubieten und gemeinsam mit Ihnen Lösungen zu suchen.

**Dienstags | 10.00–12.00 Uhr**

**Am 10.09., 24.09., 08.10., 22.10., 05.11., 19.11., 03.12., 17.12.2024  
und 14.01., 28.01., 11.02., 25.02.2025**

**Donnerstags | 14.30–16.30 Uhr**

**Am 05.09., 19.09., 17.10., 31.10., 14.11., 28.11., 12.12.2024  
und 09.01., 23.01., 06.02., 20.02.2025**

## Ehrenamt

---

Sie möchten sich ehrenamtlich engagieren in unserer Initiative, dann sind Sie hier richtig. Wir sprechen über Ihre Ideen und wie wir Sie dabei unterstützen können. Auch zu anderen Themen berate ich Sie gerne. Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

**Dienstags | 11.00–13.00 Uhr, nur mit Termin**  
**Gundi Großmann, Leitung EÄW | Tel. 0241 - 2 11 55**

## Seniorenrat AC-Mitte

---

Ihre Fragen, Wünsche, Anliegen, Vorschläge, Ideen ... für ein seniorenfreundliches Aachen finden hier Gehör. Alles, was stört, was fehlt oder wo Veränderung Ihrer Meinung nach nötig ist, können Sie hier anbringen.

**Dienstags | 12.30–14.00 Uhr**  
**03.09., 01.10., 05.11., 03.12.2024 und 07.01., 04.02.2025**

**Christa Kerinnis Tel.: 0241 - 475 82 09**

**Klaus Hoffmann, Tel.: 0241 - 40 66 39**

**Dagmar Bach, Tel.: 0151 - 58752728**

**Günter Behner, Tel.: 0178 - 9696933**

## Pflege und Vorsorge

---

In Kooperation mit dem Diakonischen Werk im Kirchenkreis AC finden Sie Beratung und Unterstützung in folgenden Punkten:

- Hilfe und Unterstützung beim Stellen von Anträgen,
- Fragen rund um Vorsorgevollmacht, Betreuungen, Patientenverfügungen,
- Auswahl einer Einrichtung und bei allen Fragen zur Finanzierung,
- Vermittlung von Sozialeinrichtungen der Alten- und Krankenpflege (amb. Dienste, Seniorenheime, Tagespflege, Hospiz).

**Andreas Ritzerfeld, Einrichtungs- und Pflegedienstleitung vom Tagespflegehaus des Diakonischen Werkes.**

**Sie können unter folgender Nummer einen Termin vereinbaren:**

**Tel.: 0241-607377**

**Email: [leitung-tagespflegehaus@diakonie-aachen.de](mailto:leitung-tagespflegehaus@diakonie-aachen.de)**

**Ort: Malmedyer Str. 29a, Aachen**



## BEGEGNUNG - GESELLIGKEIT

### **Begegnungszeit – Interessen teilen, Freundschaft gewinnen**

---

Unsere Begegnungszeit bietet Ihnen die wunderbare Gelegenheit, Gleichgesinnte mit ähnlichen Interessen kennenzulernen. Wenn Sie also Menschen suchen, mit denen Sie gemeinsam etwas unternehmen möchten, sei es spazieren gehen, ins Theater gehen, sich einfach zum Plaudern treffen oder andere Aktivitäten, dann heißen wir Sie herzlich willkommen!

Bei uns steht nicht die Partnersuche im Vordergrund, sondern das Knüpfen wertvoller Verbindungen und das Teilen schöner Momente. Kommen Sie vorbei und entdecken Sie neue Bekanntschaften in unserer Begegnungszeit.

Sie können sich zu allen drei oder zu einzelnen Terminen anmelden.

**3x mittwochs 15.00–17.00 Uhr | 25.09., 16.10., 06.11.2024**

Es stehen immer Mitarbeiter\*innen zur persönlichen Beratung zur Verfügung.

**Kosten:** Wir bitten Sie um eine Spende.

**Bitte melden Sie sich an** unter 0241 - 2 11 55 und melden sich ab, wenn Sie kurzfristig verhindert sind.

**Die Teilnehmerzahl ist auf 17 begrenzt je Termin.**

## Spielnachmittage

---

### Rummycup - Rommé - Doppelkopf ...

Montags | 14.00–17.00 Uhr

Leitung: selbstverwaltet



*Momentan gibt es keine Leitung. Spielerinnen und Spieler sind trotzdem willkommen. Das Büro ist von 14–16 Uhr besetzt und offen für Fragen.*

### Canasta - Rummycup

Freitags | 14.00–17.00 Uhr

Tel. 0241 - 2 11 55 Büro

*Neue Mitspieler/innen mögen bitte mit Juliane Jakubeit Rücksprache aufnehmen, telefonisch über die Büronummer.*

## Gespräche & Inspirationen

---

In Aachen unterwegs zu sein ist inspirierend, sich dabei mit anderen auszutauschen, lässt es zu einem Erlebnis werden. So besuchen wir interessante Einrichtungen und lassen uns anregen. Die Treffen klingen in einem freundlichen Café oder einem anderen gemütlichen Ort aus. Die Treffpunkte werden per Mail, SMS oder Telefon ausgemacht.

Manchmal treffen wir uns auch zu Gesprächen im Clubraum von EÄW in der Annastr. 35.

Aachen City bietet mehr als man denkt.

*Derzeit sind keine Neuaufnahmen möglich.*

Dienstags | 10.00–12.00 Uhr

Ort wird jeweils verabredet

Anmeldung Tel. 0241 - 2 11 55 Büro

Leitung: Dr. Hinrich Stüwe

## Kochgruppe

---

Eine Kochgruppe kocht **donnerstags** und alle essen anschließend gemeinsam. Neuaufnahmen sind momentan nicht möglich.

## Der Dienstagstreff für Frauen

---

Sind Sie oft allein und suchen neue Kontakte und ein bisschen Geselligkeit? Bei einer Tasse Kaffee lernen wir uns kennen und verabreden uns für neue Aktivitäten.

**Dienstags | 15.00 Uhr**

**Ort: Café M in Aachen-Burtscheid, Dammstr. 29**

**Keine Neuaufnahmen möglich.**

**Margret Leyendecker, Tel. 0241 - 6 58 01**

## Frauenstammtisch ab 40

---

Wir sind ein Kreis von Frauen ab 40 Jahren, treffen uns einen Donnerstag im Monat, klönen und planen gemeinsame Unternehmungen. Gesellige und aufgeschlossene Frauen sind bei uns herzlich willkommen.

*Bitte rufen Sie vorher an.*

**Jeden 2. Donnerstag im Monat | 18.00 Uhr**

**Ort: Restaurant „Wehrhafter Schmied“, Jakobstraße**

**Helga Plum, Tel. 0241 - 87 38 57**

**Ute Huppertz, Tel. 0241 - 50 22 94**

## Kegelkreis

---

Wir treffen uns beim „Wehrhaften Schmied“ in der Jakobstraße zu einer fröhlichen, geselligen Kegelrunde.

**Jeden 1. Dienstag im Monat, nicht im August | 15.00–18.00 Uhr**

*Zurzeit können keine Neuen in dieser Gruppe aufgenommen werden.*

**NEU\*\*\* Jeden 3. Dienstag im Monat | 15.00–18.00 Uhr**

*Die Warteliste wird voller, so dass wir gerne einen zweiten Kegelkreis einrichten möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Bitte melden Sie sich an, Sie werden dann benachrichtigt, wann es losgeht.*

**Ort: Kegelbahn im „Wehrhaften Schmied“**

**Anmeldung: Tel. 0241 - 2 11 55**

**Leitung: Karin Mooshak**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.**

## **HUND & HERZ – Aktionen mit Besuchshund Rani**

---

Besuchshunde sind etwas Besonderes, sie laden zum Streicheln ein und freuen sich über gemeinsame Aktionen.

Darum soll es hier gehen. Wer Lust hat die Pudelhündin Rani als Besuchshund in dieser Gruppe zu erleben, ist eingeladen mitzumachen. Gleichzeitig ist es für Rani ein Training und sie hat viel Vergnügen beim Trainieren. Wir können Suchspiele und Apportierspiele mit ihr machen, sie zum Kuscheln einladen, sie springt sogar auf den Schoß, wenn man möchte. Aber dazu mehr, wenn die Gruppe beginnt.

Es soll eine feste Gruppe von 6 bis 8 Teilnehmer\*innen entstehen, wobei die ersten drei Treffen auch zum Reinschnuppern genutzt werden können.

An manchen Terminen kommen andere Besuchshund-Teams dazu, die ehrenamtlich in Seniorenheimen unterwegs sind. Es wird erlebnisreich.

Sind Sie interessiert? Dann melden Sie sich an.

**Dienstags | 16.00–17.00 Uhr | 14tägig in ungeraden Wochen  
10.09., 24.09., (08.10.?), 22.10., 05.11., 19.11., 03.12., 17.12.2024  
und 14.01., nicht am 28.01., 11.02., 25.02.2025**

**Leitung: Gundi Großmann | Anmeldung: Tel. 0241 - 2 11 55 oder  
per Mail an [gunhild.grossmann@ekir.de](mailto:gunhild.grossmann@ekir.de)**

## **ERZÄHL – Salon**

---

Der ERZÄHL-Salon ist ein besonderer Ort, an dem jede(r) frei von Herzen sprechen kann, über das, was sie oder ihn bewegt.

Im ERZÄHL-Salon ist Raum für Freude und Trauer, für alle Gefühle und Erlebnisse, denn hier darf alles SEIN.

Sie sind herzlich eingeladen, sich in guter Atmosphäre auszutauschen, gemeinsam Unternehmungen zu planen und zu erleben. Der ERZÄHL-Salon soll zu einem Ort des gemeinsamen Wachsens, Lachens und Trostspendens werden.

**Freitags | 10.00–12.00 Uhr | 14tägig in geraden Kalenderwochen  
Start 6.9. 2024 (Nicht in der Weihnachtswoche)**

**Leitung: Christa Heinrichs**

**Wir bitten um Anmeldung unter 0241 – 2 11 55**

# ENGAGEMENT FEIERN mit Geist, Seele und Körper

**Fortbildungsfestival für  
ehrenamtlich/freiwillig  
Engagierte in und um Aachen**



**Montag 23.6.2025 bis Samstag 28.6.2025  
Annastr. 35, Aachen**

**Für den Geist** – anregende Fortbildungen, die wach halten, wachsen lassen und Engagement unterstützen

**Für die Seele** – Zeit für Begegnung im Café im Annasaal, Wellness, Entspannung

**Für den Körper** – Versorgung mit gutem Essen, Café im Annasaal, Massagen, Tanzen

**Wer mithelfen möchte im Lotsen- oder Küchenteam kann sich ab sofort melden bei [gunhild.grossmann@ekir.de](mailto:gunhild.grossmann@ekir.de)**



## BILDUNG - WISSEN

### Kreatives Schreiben

---

Haben Sie schon immer gerne geschrieben oder möchten Sie es vielleicht zum ersten Mal ausprobieren? In unserer kreativen Schreibgruppe verfassen wir Kurzgeschichten und Gedichte unterschiedlichster Art und Genres. Das Besondere ist, dass alle Teilnehmerinnen und Teilnehmer aktiv das Programm mitgestalten. Wir begrenzen die Gruppengröße auf maximal 10 Teilnehmende. Sie können bei jedem Termin einsteigen und Ihre kreativen Schreibideen einbringen. Wir freuen uns darauf, Ihre Geschichten und Gedichte gemeinsam zum Leben zu erwecken.

**Montags | 18.00–19.30 Uhr**

**02.09., 16.09., 07.10., 21.10., 04.11., 18.11.2024**

**Anmeldung: Tel. 0241 - 2 11 55**

**Leitung: Vera Klee**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.**





## DIGITALES ZENTRUM BeBi

Unser Zentrum bietet eine einladende und bereichernde Online-Plattform für Menschen in der zweiten Lebenshälfte. Wir verstehen die Bedeutung von Begegnung und Bildung in dieser Lebensphase und möchten Ihnen die Möglichkeit geben, digital vernetzt zu sein und Neues zu entdecken.

In unseren offenen PC-Cafés können Sie in gemütlicher Atmosphäre Ihre digitalen Fähigkeiten erweitern. Egal, ob Sie sich mit sozialen Medien vertraut machen, Ihre E-Mails effektiver nutzen oder einfach nur Ihre Lieblingswebsites erkunden möchten - unsere engagierten Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter stehen Ihnen mit Rat und Tat zur Seite.

Aber das ist noch nicht alles! Beim Digital Kompass, zu dem wir als Standort gehören, finden Sie auch eine breite Palette an weiteren Angeboten. Von interaktiven Online-Workshops und Vorträgen bis hin zu spannenden virtuellen Exkursionen - wir möchten Ihnen ein vielfältiges und inspirierendes Programm bieten, das Ihren individuellen Interessen und Bedürfnissen gerecht wird.



Treten Sie ein in die digitale Welt des Austauschs, des Lernens und der Begegnung. Wir freuen uns auf Sie!

## SIGNAL - Gruppe

---

In der Signal-Gruppe von „Engagiert älter werden“ werden Sie über Neuigkeiten und Aktuelles informiert!

„Signal“ ist eine Handy-App, ähnlich wie Whats-App, jedoch sicherer in der Datennutzung. Sie können sie auf Ihr Handy laden und unserer Gruppe beitreten. So bekommen Sie Aktuelles ganz schnell mit, neue Aktionen oder wenn mal etwas ausfällt, ...

### So geht´s:

Beim Installieren helfen wir Ihnen gerne im PC-Café. Nach der Installation schreiben Sie eine Nachricht an die Nummer 0160 2824799. Sie werden dann von Gundi Großmann in die Gruppe aufgenommen.

Nachrichten können nur gelesen und nicht kommentiert werden, damit es keine Flut an Kommentaren auf Ihren Handys gibt.

**Petra Fillinger und Gundi Großmann sind die Leiterinnen der Gruppe und können als einzige Infos weitergeben.**

**Seien Sie dabei und testen Sie gerne diese neue Möglichkeit.**

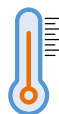
## Offenes PC-Café 50+

---

Wir begleiten Sie beim Surfen im Internet und geben Hilfestellungen. PCs sind vorhanden oder bringen Sie Ihren Laptop mit. Eine Anmeldung ist nicht nötig. Kommen Sie einfach um 14 Uhr. Leitung: Dennis Metzdorf und Team

**Mittwochs | 14.00–16.00 Uhr**

**Tel. 0241 - 2 11 55**



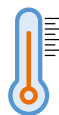
## Offenes PC-Café 50+ für Einsteiger\*innen

---

Einführung in die Welt des Computers, E-Mail senden, Word, Internettipps, gemeinsam googlen u.v.m. an vorhandenen PCs oder bringen Sie Ihren Laptop mit. Leitung: Dennis Metzdorf und Team

**Donnerstags | 14.00–16.00 Uhr**

**Tel. 0241 - 2 11 55**



## MouseMobil Besuchsdienst

---

MouseMobil steht Menschen zur Verfügung, die aufgrund von eingeschränkter Beweglichkeit oder der Pflege von Angehörigen das Haus schwer verlassen können. Wenn Sie dennoch Interesse haben, Computer, Internet und E-Mail unverbindlich kennenzulernen oder Ihre Fähigkeiten weiterzuentwickeln, sind unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter gerne für Sie da. Kontaktieren Sie uns und steigern Sie Ihre digitalen Möglichkeiten mit MouseMobil!

**Koordinator: Martin Etzbach**

**Anmeldung: Tel. 0241 - 2 11 55**

## ZOOM-Einführungen

---

Gerne erklären und zeigen wir Ihnen, wie die Videotelefonie ZOOM funktioniert.

**Termin bitte telefonisch verabreden**

**Anmeldung: 0241 - 21155**

## Der Digital-Kompass

---

Auf der Internetseite des Digital Kompasses [www.digital-kompass.de](http://www.digital-kompass.de) finden Sie unter Termine zahlreiche Online Vorträge, die über einen Link für alle Interessierten erreichbar sind. Sie können bequem von zu Hause aus teilnehmen oder sich mit einer Gruppe dazuschalten. Die Vorträge werden in der Regel aufgezeichnet.

Die BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V. führt gemeinsam mit Deutschland sicher im Netz e.V. den Digital-Kompass durch. Das Bundesministerium für Umwelt, Naturschutz, nukleare Sicherheit und Verbraucherschutz (BMUV) fördert das Projekt.



## Gute digitale Nachbarschaft

---

Im Lindenhaus bieten wir Ihnen einmal im Monat die Möglichkeit, mit eigenen oder gestellten Laptops und Tablets zu üben. Unsere ehrenamtlichen Helfer stehen Ihnen zur Seite. Kommen Sie vorbei und entdecken Sie gemeinsam mit uns die Welt des Internets!

**1. Donnerstag im Monat | 10.00–12.00 Uhr, nicht in den Ferien**

**Ort: Lindenhaus, Weberstraße 26, Aachen**

*In Kooperation mit dem Verein für Diakonie*

## Internet entdecken – ganz praktisch

---

Wir möchten mit Ihnen zusammen das Internet erkunden. An diesem Termin gehen wir auf Ihre Interessen ein. Möchten Sie z.B.

- einen Museumstermin oder Zoobesuch online vereinbaren?
- den Abfallkalender für Ihre Straße ausdrucken?
- einen Termin im Bürgeramt buchen?
- Essen im Internet bestellen?

**Dienstags / Donnerstags | 17.00 Uhr**

**10.09., 29.10., 28.11., 10.12.2024 und 16.01., 20.02.2025**

**Leitung: Ellen Kreft-Mänz, Ralf Perrey und Rebecca Van den Brande**

**Online über ZOOM, Meeting ID 817 0942 1559, Kenncode 213841**

Den Zugangslink finden Sie auf unserer Homepage. Sie können den Link auch erfragen per Mail an **[Rebecca.vandenBrande@malteser.org](mailto:Rebecca.vandenBrande@malteser.org)**

*Eine Kooperation der Malteser in Richterich und unserer Initiative.*



# LEBENSINN - MEDITATION

## Lebenskunst ist etwas sehr alltägliches Achtsamkeitstraining

---

In Kooperation mit dem Evang. Erwachsenenbildungswerk

Viele wissenschaftliche Studien bestätigen es: das regelmäßige praktizieren von ACHTSAMKEIT und MEDITATION hat einen heilenden Effekt auf unsere Gesundheit, die Psyche und die Seele.

Wir leben fortan bewusster, reduzieren Stress, Angst und depressive Gedanken.

Diese Art von Selbstversorgung bildet die Basis für ein glücklicheres Leben im HIER und JETZT.

Mit vielen entspannenden Übungen und ein wenig Theorie gehen wir ge-

meinsam den Weg zu mehr Lebensfreude, mehr Gleichmut und ein glücklicheres Leben.

- Meditieren ist so heilsam!! Jede\*r kann es lernen.
- Entdecke deine innerliche Kraftquelle.
- Gebe Sinn an jeden neuen Tag.
- Werde ein bisschen mehr Lebenskünstler\*in.

**Freitags | 14.00–16.00 Uhr**

**25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11.2024**

**Teilnahmegebühren: 40 €**

**Leitung: Cecilia Mariën, Heilpraktikerin, Achtsamkeitstrainerin**

## **Aromatherapie: Eine Wohltat für Körper und Seele!**

*In Kooperation mit dem Evang. Erwachsenenbildungswerk*

Die ätherischen Öle gehören zu den kräftigsten und kostbarsten Stoffen die die Natur uns zu bieten hat. Mit Sachkenntnis angewendet (!) können sie:

- physische Beschwerden lindern, unser emotionales
- Wohlbefinden aufmuntern, unsere Abwehr stärken
- unsere Sinne und Haut verwöhnen.

In dieser sommerlichen, wohlriechenen Kurs erfahren Sie alles über diesen stark konzentrierten Stoffe, lernen Sie bei jedem Einsatz die korrekte Dosierung und die richtige Behandlungsart kennen :

- bei innerer Anwendung
- äusserlich für Kompressen, Wickel
- in Massageöle, Zerstäuber, Bäder.

Lassen Sie sich eintauchen in die südliche Atmosphäre von pittoresken Dörfern in "La Douce France" mit ihren weiten Lavendel- und Rosenfelder, die Wiege der Parfüm- und Essenzenindustrie. Eine sommerliche Reise mitten im Winter !

**Freitags | 14.00-16.00 Uhr**

**06.12., 13.12., 20.12.2024 und 10.01., 17.01.2025**

**Teilnahmebeitrag: 40 €**

**Ort: Frère-Roge-Straße 8-10, Aachen**

**Leitung: Cecilia Mariën, Heilpraktikerin, Achtsamkeitstrainerin**

## Meditative Kreistänze

---

Wir tanzen im Kreis oder in Reihe. Die Tänze führen uns durch den Jahreskreis und unser Motto ist die Freude an Bewegung und Musik. Wir tanzen mal ruhig meditativ, aber auch bewegt und schwungvoll zu Musik der Völker, klassischer Musik und Balladen. Bitte leichte, bequeme Schuhe mitbringen!

**Kostenbeitrag pro Treffen € 5,00 einschl. Solidaritätsbeitrag**

**Ort: Frère-Roge-Straße 8-10, Aachen**

**Leitung und Anmeldung: Gisela Baurmann**

**Telefon 0241-77204 oder gisela.baurmann@web.de**

**Montags jeweils von 10 – 12 Uhr**

**Herbstzeit – Erntezeit – Erntedank**

**16.09., 23.09., 30.09., 07.10.24**

**Tanzend die Trauer umarmen**

**04.11., 11.11., 18.11.24**

**Einstimmung auf die dunkle Jahreszeit und den Advent**

**02.12., 09.12., 16.12., 23.12.24**

**Wir begrüßen das neue Jahr und das neue Licht.**

**20.01., 27.01., 03.02., 10.02.25**

## Philosophischer Gesprächskreis

---

**– Grundfragen der Menschheit –**

1. Was kann ich wissen? 2. Was soll ich tun? 3. Was darf ich hoffen? 4. Was ist der Mensch? fragt der Philosoph Immanuel Kant. Und wir mit ihm. Ich freue mich auf eine angeregte Kursreihe. Interessierte sind herzlich eingeladen.

**Montags | 11.00-12.30 Uhr**

**02.09.–16.12.2024, nicht am 21.10.**

**06.01.–24.02.2025**

**Anmeldung an Claus Clausen: Tel. 0241 - 7 99 42**

**Leitung: Dr. Stephan Schank**



## Klangschalen - Klänge

---

Hören, Spüren, Fühlen, Entspannen

Dienstags | 11.00–12.00 Uhr  
03.09., 08.10., 05.11., 03.12.2024

An-/Abmeldung erbeten unter 0241 - 16823743

Ort: Immanuelkirche, Siegelallee 2, Aachen

Teilnehmerzahl auf 8 begrenzt

Leitung: Marlene Destunis

*Bitte unbedingt eine Matte/Decke, evtl. Kissen mitbringen, Socken, bequeme Kleidung.*

## Gespräche – Inspiration – Meditation

---

Bildhafte Meditation erlernen und im Alltag nutzen, überall und jederzeit anwenden. Zwei oder mehr Menschen können sich gegenseitig verstärken und die Kraft der Gruppe erfahren.

Donnerstags | 11.00–12.00 Uhr  
Ab 12.09.2024, wöchentlich

Leitung: Dr. Hinrich Stüwe  
Anmeldung: Tel. 0241 2 11 55



Unsere Veranstaltungen werden von engagierten Menschen in der zweiten Lebenshälfte ehrenamtlich geleitet. Hier haben sie die wunderbare Möglichkeit, ihr Wissen, ihre Talente, Interessen und Fähigkeiten freiwillig einzusetzen, sowohl zum eigenen Nutzen als auch zum Wohl anderer.

**Machen Sie mit.  
Wir freuen uns auf Sie!**



# 1. OKTOBER 2024

**Gemeinsames Frühstück** (Mit Anmeldung)  
10.00–11.30 Uhr | Jakobushaus, Jakobstraße 143

**Offenes Singen** (mit Tanja Raich und Chris Eisenburger)  
12.00 Uhr | Eisenbrunnen (Rotunde)

**Silent Disco** (mit DJ Daniel)  
17.00–19.00 Uhr | Kuckucksnest, Mauerstraße 92

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist kostenlos,  
und die Veranstaltungsorte sind barrierefrei.

Für nähere Informationen und die Anmeldung zum Frühstück  
wenden Sie sich bitte an Marion Bergk: Tel.: 0160/12 17 660,  
E-Mail: [quartier-am-westpark@gmx.de](mailto:quartier-am-westpark@gmx.de).

**Veranstalter:**  
Quartier 55plus im Westpark  
ENGAGIERT älter werden in Aachen-West  
Katholische Kirchengemeinde St. Jakob

Mit freundlicher Unterstützung von:





# UNTERSTÜTZUNG - ENGAGEMENT

## **Beruf und was dann?**

---

### **Begleitung im Übergang vom Beruf auf die neue Lebensphase**

Beruf ade?!

Konnten Sie sich verabschieden? Was nun? Am Monatsende die Rente. Wie geht's weiter?

Neue Perspektiven suchen und finden! Endlich Träume und Ideen verwirklichen, die ich mir schon immer mal vorgenommen habe. Was könnte das sein?

Herzlich eingeladen sind Menschen, die nach ihrem Berufsleben neue Herausforderungen finden möchten.

Es geht darum, neue Ideen und Strukturen für die Lebensgestaltung zu entwickeln.

Vielleicht lassen sich alte Kinderträume verwirklichen.

**Donnerstags | 18.00–20.00 Uhr**

**Um Anmeldung wird gebeten: Tel. 01590-1854504**

**oder schreiben sie eine E-Mail an: [engagiert@e-mail.de](mailto:engagiert@e-mail.de)**

**Leitung: Martin Etzbach**

# Talentkompass

---

## LEBEN (IM ÄLTERWERDEN) PLANEN UND GESTALTEN

In Kooperation mit dem Evang. Erwachsenenbildungswerk.

Wie geht es weiter, wenn die Kinder aus dem Haus sind, die Pensionierung vor der Tür steht oder sich schon vorher beruflich aus verschiedenen Gründen keine neue Aufgabe mehr findet. Vielleicht reisen oder tun, was man immer schon mal tun wollte – und danach?

Sind Sie mit Ihrer Lebenssituation unzufrieden und wissen nicht, was und wie Sie daran etwas ändern können?

Möchten Sie sich bewusst vorbereiten auf den Ruhestand / die Pensionierung – auf die „Freiheit“ des Älterwerdens?

So sind Sie hier richtig.

Diese Fortbildung hilft Ihnen, sich zu orientieren und Ihr Leben nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen aktiv zu gestalten.

Dazu entwickelt jede/r Teilnehmer/in einen persönlichen Talentkompass, der hilft ...

... die eigenen Fähigkeiten, Interessen, Herzensanliegen und Werte zu erkennen,

... das persönliche Potenzial einzuschätzen,

... neue Ideen für Ihr Leben zu entwickeln,

... ein eigenes Ziel möglichst genau zu benennen und

... erste Schritte in die beschriebene Richtung zu gehen.

**Eingeladen sind Menschen in der zweiten Lebenshälfte.**

**8., 9., 10. & 28., 29.10.2024 | 10.00-17.00 UHR**

**Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, 52062 Aachen**

**Kosten: 50,00 Euro**

**Leitung: Gunhild Großmann | Tel. 0241 - 2 11 55**

**Anmeldung: [gunhild.grossmann@ekir.de](mailto:gunhild.grossmann@ekir.de)**

**Bildungsurlaub ist möglich.**

*Bitte geben Sie an, ob Sie Bildungsurlaub benötigen. Ihnen wird dann eine Bescheinigung für Ihren Arbeitgeber zugesandt.*

## Ankerlicht

---

### „Ankerlicht“ – Unser Angebot für Besuche und Unterstützung

Ein schöner Spaziergang, ein gutes Gespräch, zusammen Karten spielen oder rätseln - gemeinsames Erleben macht Spaß und tut Körper, Geist und Seele gut. Deshalb bieten wir Besuchspartnerschaften an. Melden Sie sich, wenn Sie sich Besuche wünschen oder sich ehrenamtlich als Besuchspartner\*in engagieren möchten.

Aktuell möchten wir unser ehrenamtliches Besuchsteam verstärken. Wenn Sie aufgeschlossen und verlässlich sind und einem anderen Menschen regelmäßig etwas Zeit, aufrichtiges Interesse und Zuwendung schenken möchten, dann melden Sie sich sehr gerne bei uns!

Wir freuen uns auf Sie!

#### **Kontakt per Post oder Mail:**

**Engagiert älter werden, Ankerlicht, Annastr. 35, 52062 Aachen**

**ankerlicht@engagiert-aelter-in-aachen.de**

**Koordinatorin: Miriam Schack**

## Werkstatt aktiver Senioren und Seniorinnen

---

Wir sind handwerks-begeisterte Senioren und Seniorinnen, die in der Werkstatt kleine Möbelreparaturen durchführen (auch für andere), Nistkästen und kleine Möbel bauen oder instandsetzen, kleine Holzprojekte und Spiele herstellen u.ä. Zurzeit können wegen der Räumlichkeiten keine neuen Teilnehmer\*innen aufgenommen werden. Wir helfen uns untereinander, wenn es nötig ist, ansonsten ist uns eine ruhige, eigenständige Arbeitsumgebung wichtig.

Wichtig ist uns aber auch der gedankliche Austausch bei Kaffee und Kuchen und ein gedeihliches Miteinander auch außerhalb der Werkstatt. Wir machen keine Arbeiten außerhalb der Werkstatt.

Wir machen keine Hausbesuche. Hierfür bitte die Nummer von „Senioren helfen Senioren“ wählen: 0241 4504826

**Mittwochs | 14.00–18.00 Uhr**

**Leitung: Rudolf Peters | Tel.0241 - 95 49 86 80**

**Email: wasaachen@gmail.com**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.**

## Treffen für Trauernde

---

Mitgeteiltes Leid ist halbes Leid:

Einmal monatlich treffen sich alleinstehende Frauen und Männer, die sich nach dem Tod eines nahen Angehörigen allein zurechtfinden müssen, zu einem Kaffee-Treffen.

Hier soll Raum sein, um über das Erlebte zu sprechen, Kontakte zu Menschen in ähnlicher Lebenssituation aufzunehmen und so aus der eigenen Isolation auszubrechen.

Vielleicht ergeben sich Möglichkeiten der gemeinsamen Freizeitgestaltung oder es finden sich neue Gesprächspartner/innen, die Zeit und Verständnis füreinander haben.

**Dienstags | 10.00–11.30 Uhr**

**10.09., 08.10., 12.11., 10.12.2024 und 14.01., 11.02.2025**

**Ort: DRK Depot, Talstraße, Aachen**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt.**

**Mittwochs 10.00–11.30 Uhr**

**04.09., 02.10., 06.11., 04.12.2024 und 08.01., 05.02.2025**

**Ort: Kohlscheid Markt 5, St. Katharina-Haus**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt.**

**Umlage 4,00 €**

**Leitung: Hildegard Etzbach**

**Anmeldung Tel. 02407 - 9517826**

*In Kooperation mit dem DRK Aachen, Tel. 0241 - 99022640*

## Trennung und Scheidung und das mit 50 +

---

Eine Gesprächsgruppe für getrennte und geschiedene Menschen ab 50 Jahren, die sich über ihre Erfahrungen, Ihre Trauer, ihr „Loslassen“ austauschen möchten und Unterstützung und Perspektiven suchen. Wir stellen uns vor, dass wir mit Verständnis und Respekt füreinander nach vorne schauen wollen.

**dienstags | 18:00–19:30 Uhr, monatlich ab Oktober:**

**15.10., 12.11., 10.12.2024 und 07.01., 04.02.2025**

**Moderation: Martin Etzbach**



## MUSIK - SINGEN

### Musikkreis flauto amabile

---

Die Musikgruppe flauto amabile besteht z.Z. aus vier Mitgliedern (2 Blockflöten, 1 Querflöte und 1 Gitarre). Unser Repertoire umfasst alte Musik (Renaissance- und Barockmusik) sowie Folklore und auch moderne Populärmusik. Wir treten gelegentlich auf.

Neue Mitspieler sind herzlich willkommen.

**Freitags | 14.00–16.00 Uhr | 2 bis 4x monatlich**

**Ort: Annastraße 35**

**Leitung: Dr. Karl Schulz, Tel. 0241 - 7 01 82 95**

### Sing mit! flauto amabile

---

Die Musikgruppe flauto amabile bietet einmal im Monat Freitags ein Mitsingkonzert im Aachener Westpark an. Wir singen Volkslieder, Schlager und moderne Populärmusik. Mitsingende sind herzlich willkommen!

**Freitags**

**04.10.2024 | 16.30 Uhr**

**08.11., 06.12.2024 und 28.02.2025 | 15.00 Uhr**

**Ort: Aachener Westpark**

**Leitung: Dr. Karl Schulz, Tel. 0151 59 13 97 71**

## Offenes Singen

Dienstags | 10.00–12.00 Uhr  
27.8., 12.11., 10.12.2024

In der Immanuelkirche, Siegelallee 2, Aachen

Leitung: Susanne Bramkamp

„Es gibt nichts Gutes, außer man tut es.“

– E.Kästner

Einen Ort zu haben, an dem wir Gemeinschaft, Lebensfreude und Wertschätzung ganz konkret erleben, an dem wir sein dürfen, wie wir sind und unsere Fähigkeiten und unser Lebenswissen willkommen sind, macht uns stark für die Herausforderungen des Älterwerdens.

Dafür setzen wir uns ein.

Mit Ihrer Spende sorgen Sie dafür, dass unsere Initiative weiter so lebendig bleibt und neue Projekte, die uns am Herzen liegen, wachsen können.



Evang. Kirchengemeinde Aachen

IBAN: DE42 3905 0000 0000 0002 16

BIC: AACSD33XXX | Verwendungszweck: Spende EÄW Hhst. 24200040-482000



# GESUNDHEIT - BEWEGUNG

## Bewegte Augen sehen klarer

---

### Workshops zu einem bewussten Umgang mit dem Sehsinn

In diesem Workshop verbinde ich Informationen über das Sehen mit Bewegungseinheiten und Augenübungen.

Die Augen sind unser Fenster zur Welt. Sie lassen uns die Welt mit all ihren Schönheiten sehen. Erst bei Beschwerden und Erkrankungen erkennen viele, dass auch die Augen Aufmerksamkeit und Pflege bedürfen. Das Sehsystem kann sich in jedem Alter durch gezielte Bewegungen und Übungen erholen und verbessern. Augen- und Sehtraining bietet dazu vielfältige Möglichkeiten. Die Übungen sind alltagstauglich und erfordern keine aufwendigen Hilfsmittel.

Besonders günstig wirkt Augentraining z. B. bei trockenen Augen. Auch erhöht es die Anpassungsfähigkeit an unterschiedliche Lichtverhältnisse, senkt die Blendempfindlichkeit, verbessert das Nachtsehen, das Farbsehen.

Erkunden Sie mit mir die Welt Ihrer Augen.

**Donnerstags | 14.00–16.00 Uhr | 12.09., 07.11.2024 und 06.02.2025**

**Anmeldung Tel. 0241 - 2 11 55 (Büro)**

**Referentin: Dorothea Nyssing, zertifizierte Augen- und Sehtrainerin**  
**Die Teilnehmerzahl ist auf 16 begrenzt.**

## TanzImprovisation - TanzTheater

---

Bei der Umsetzung von Bewegungsideen können wir unsere Bewegungslust und unsere individuellen Bewegungsmöglichkeiten entdecken und ausprobieren. Es gibt dabei kein „richtig oder falsch“. Mit und ohne Kontaktimprovisation ist der Bezug zueinander in der Gruppe spürbar und macht das Tanzen spannungsreicher. Aus Tanz-Ideen können bewegte Geschichten entstehen oder Choreographien entwickelt werden.

Gymnastische Übungen zu Beginn der Stunde verbessern die Beweglichkeit und erhalten bzw. steigern die Fitness.

**Mittwochs, außer dem ersten Mittwoch im Monat | 10.00– 11.30 Uhr**

**Ort: Haus der Evangelischen Kirche, Bogenraum**

**Leitung: Bärbel Gündel | Anmeldung Tel. 0241 - 2 11 55**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 8 begrenzt.**

## Gripsgymnastik

---

Gripsgymnastik ist ein Angebot speziell für Menschen in der zweiten Lebenshälfte, um die geistigen Fähigkeiten wie logisches Denken, Konzentration und Kreativität zu trainieren und bis ins hohe Alter zu erhalten.

Um nicht nur auf abrufbares Wissen zurückzugreifen (wie dies z. B. beim Kreuzworträtsel oder Quiz der Fall ist), werden Übungen vorwiegend aus dem Zahlenbereich, dem räumlichen Vorstellungsvermögen und sogenannte Denksportaufgaben ausgewählt. Dies dient dazu, sich mit neuen, ungewohnten geistigen Inhalten zu beschäftigen und dadurch seinen „Grips“ zu trainieren.

Zu Beginn eines Kurses werden Fingerübungen gemacht, die die Hirndurchblutung steigern und die Koordination trainieren.

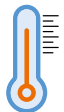
Man muss keine Vorkenntnisse haben (es reicht in der Regel die Kenntnis des Einmaleins), man sollte aber gerne tüfteln und Freude am Denken haben.

**Donnerstags | 13.30– 14.30 Uhr wöchentlich**

**12.09. bis 19.12.2024 und 06.02. bis 20.02.2025**

**Leitung: Dr. Brigitte Beier | Anmeldung Tel. 0241 - 5 83 48**

**Max. 12, mind. 5 Teilnehmende**



*In Zusammenarbeit mit der Bürgerstiftung Lebensraum Aachen.*

## Sport ab 60

---

Leichte Gymnastik zur Lockerung und Förderung der Gesundheit.

Die Teilnehmerzahl ist jeweils auf 12 begrenzt, daher ist eine Anmeldung aber auch Abmeldung notwendig, damit Interessentinnen von der Warteliste nachrücken können.

Es handelt sich um zwei verschiedene Gruppen.

### Gruppe I

**Mittwochs | 10.30–11.30 Uhr**

### Gruppe II

**Freitags | 10.30–11.30 Uhr**

**Leitung: Vera Keuler**

## Mit zunehmendem Alter gesünder werden

---

Wissenschaftler betonen, welch großen Einfluss eine vitalstoffreiche Vollwertkost auf unsere VITALITÄT und unser WOHLBEFINDEN hat.

Ich lade Sie herzlich zu diesen Vorträgen ein. Anschließend wird ein 15 minütiger Film gezeigt.

**Donnerstag | 07.11.2024 | 15.30–17.00 Uhr**

**Anmeldung Tel. 0241 - 8 37 35**

**Kostenumlage 6,50 €, darin enthalten ist eine kulinarische Kostprobe, Infomaterial und der Solidaritätsspende.**

**Leitung: Gabriele Volkmer, ärztlich geprüfte Gesundheitsberaterin GGB**

## Yogakurse

---

### Ein Kurs des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes

In unserer Gesellschaft mit hoher Lebenserwartung wird es immer wichtiger, sich körperlich und geistig fit zu halten.

Dieser Kurs ist für alle geeignet, die Yoga als Weg zu einer positiven Lebenseinstellung erleben wollen. Dabei steht die Entspannung vom Alltagsstress, eine gesunde Atmung und der achtsame Umgang mit den individuellen Bewegungsmöglichkeiten der Teilnehmer im Mittelpunkt.

Unser Ziel ist es, dass sich die Teilnehmer nach jeder Yogastunde erholt und

vitaler fühlen. Wir sind ausgebildete Yogalehrer, verrentet bzw. pensioniert, und unterrichten gemeinsam in Gruppen bis zu 10 Teilnehmern unter Einbeziehung von Gitarrenbegleitung.

**Mittwochs | 16.00–17.00 Uhr | 04.09.2024 bis 23.10.2024 (8 Termine)**

**Teilnahmebeitrag: 55,- €**

**Ort: Haus der Evangelischen Kirche**

**Frère-Roger-Straße 8-10, 52062 Aachen**

**Leitung: Birgit Fredebeul, Carsten Taudte**

**Anmeldung an B. Fredebeul / C. Taudte, 0241 957 87651 oder per E-Mail an: [c.taudte@gmx.net](mailto:c.taudte@gmx.net)**



Sie sind herzlich eingeladen,  
die Initiative „Engagiert älter werden“  
lebendig mit zu gestalten!

**Kontakt:**

**Tel. 0241 - 2 11 55 | E-Mail: [info@engagiert-aelter-in-aachen.de](mailto:info@engagiert-aelter-in-aachen.de)**



# KULTUR - KREATIVITÄT

## TheaterTreff

---

Wir gehen einmal im Monat gemeinsam ins Theater und besprechen die Aufführungen an einem separaten Termin mit der Theaterpädagogin. Vor vielen Jahren hat Hanna Retzlaff den TheaterTreff ins Leben gerufen und seitdem wunderbar, herzlich und zuverlässig geleitet. Nun gibt sie aus verschiedenen Gründen die Leitung und Koordination weiter an Bruna Biasotto, Fragen und Interesse können Sie ihr per Mail senden.

**Jeden 2. Freitag im Monat | 12.00 Uhr**

**Leitung / Anmeldung: Bruna Biasotto, E-Mail: [b.biasotto@arcor.de](mailto:b.biasotto@arcor.de)**

## Literaturgesprächskreis

---

**Dienstags | monatlich | 10.00–11.30 Uhr**

**17.09.2024** Caroline Wahl: Windstärke 17

**08.10.2024** Florian Illies: Zauber der Stille

**12.11.2024** Milena M.: Oben Erde unten Himmel

**10.12.2024** Alex Capus: Susanna

**11.02.2025** Ayelet Gundar Goshen: Löwen wecken

**11.03.2025** Jennifer Lesieur: Rose Vallant und die Liebe zur Kunst

**08.04.2025** Sylvia Schenk: Maman

**Anmeldung bei Renate Brün, Tel.: 0032/87/552857**

**oder Tel.: 0241-56520003 oder E-Mail: [bibliophil.brun@skynet.be](mailto:bibliophil.brun@skynet.be)**

**Aufwandsentschädigung: 5,00 € pro Veranstaltung**

*Titel und Daten können aus organisatorischen Gründen verschoben werden.*

## Orgelcafé

---

Orgelcafé, das heißt Orgelkonzerte am Vormittag mitten in der Woche.

**09.10.2024 mit Organist Klaus-C. von den Kerkhoff**

(Programm: Charles-Marie Widor – Orgelsymphonie Nr. 5)

**11.12.2024 mit Kianhwa Djie & Maria Regina Heyne (Sopran)**

**22.01.2025 mit Solist (N.N.)**

**10.15 Uhr | Frühstück im Gemeindehaus neben der Kirche**

**10.45 Uhr | Einführung in das Orgelkonzert**

**11.00 Uhr | Orgelkonzert**

**Anmeldung: Tel. 0241 - 2 11 55 Büro**

**Unkostenbeitrag: 5€ | Leitung: Gunhild Großmann und Team**

## Theaterprojekt

---

**Schwerpunkt: Theaterimprovisation und Theatersport**

Aktiv älter werden – wieder das „Spielen“ lernen! Ein Einstiegskurs für theaterbegeisterte Senioren.

Aus dem reichen Erfahrungsschatz älterer Menschen lassen sich gute, spannende, lustige, vielleicht auch traurig anrührende Geschichten erzählen. Aus autobiografischen Ansätzen heraus können mit theatralischen Mitteln diese Erinnerungen in szenisches Spiel umgesetzt werden. Begonnen wird mit Aufwärmübungen und spielerischer Improvisation. Leichte Theaterübungen ebnen den Weg zum Spielen von ganzen Stücken. Auch einfache Formen des Tanzes und des Gesangs können eingebaut werden.

Wer Einblick in die Theaterarbeit bekommen möchte, ist gerne willkommen nach vorheriger Anmeldung im Büro.

**Dienstags | 9.30–12.00 Uhr**

**Leitung: Rena Zieger, Theaterpädagogin BuT**

**Anmeldung: 0241 - 2 11 55**

*In Kooperation mit der Bürgerstiftung Lebensraum.*



## Literaturkreis am Mittwoch

---

**Mittwochs | monatlich | 17.00–18.30 Uhr**

**18.09.2024** Caroline Wahl: Windstärke 17

**09.10.2024** Florian Illias: Zauber der Stille

**13.11.2024** Milena M.Fasar: Oben Erde unten Himmel

**11.12.2024** Alex Capus: Susanna

**12.02.2025** Ayelet Gundar-Goshen: Löwen wecken

**12.03.2025** Jennifer Lesieur: Rose Vallant und die Liebe zur Kunst

**Anmeldung bei Renate Brün, Tel.: 0032/87/552857**

**oder Tel.: 0241-56520003 oder E-Mail: bibliophil.brun@skynet.be**

## Patchwork Treff

---

Der Vormittag richtet sich an Patchwork- und Textilkunstbegeisterte, die ihre eigenen Projekte und Hilfsmittel (bzw. Nähzubehör, Nähmaschine) mitbringen. Während des Nähens können Erfahrungen ausgetauscht, zu Fragen Antworten gefunden, Neues begonnen und angefangene Werke fertiggestellt werden.

**Mittwochs | 9.00–12.30 Uhr**

**04.09., 16.10., 06.11., 04.12.2024 und 08.01., 05.02.2025**

**Anmeldung über Rosita Pirrwitz, 0151-22182155**

**Für Rückfragen: romosy2011@gmail.com**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 11 begrenzt.**

## Kreativer Recycling-Workshop

---

### Flaschen in Vogelskulpturen verwandeln

Möchten Sie lernen, wie Sie leere Weinflaschen in dekorative Vogelskulpturen umwandeln können? Dann nehmen Sie an unserem Recycling-Workshop teil! Unter Anleitung verwandeln wir gemeinsam Flaschen mit Papier, Kleister und Farbe in einzigartige Kunstwerke.

**Entdecken Sie Ihre kreative Seite und gestalten Sie mit uns einzigartige Vogelskulpturen aus recycelten Flaschen!**

**Montags | 10.00–12.00 Uhr**  
**21.10., 28.10., 04.11. und 11.11.2024**

#### Bitte mitbringen:

- Leere Weinflasche oder eine Flasche ähnlicher Form und Größe
- Cuttermesser
- Bleistift
- Fineliner (schwarz, wasserfest)

**Leitung: Beate Wolpers**  
**Anmeldung: 0241 2 11 55**



## Dichterin Mascha Kaléko

---

**Marlis Funk stellt vor:** „Die Dichterin Mascha Kaléko, eine Melange aus Mutterwitz und Melancholie“

**Mittwoch | 13.11.2024 | 15.00 Uhr**



# AUSFLÜGE

## Exkursion zu den Zugvögeln

Auf einer Wanderung durch die Feldflur bei Orsbach beobachten wir die herbstliche Vogelwelt. Gerne ein Fernglas mitbringen.

**Samstag | 12.10.2024 | 10.00 Uhr**

**Treffpunkt: Parkplatz Kirche in Aachen-Orsbach,  
Düserhofstraße 60, Aachen**

**Leitung: Nora Zenker und Werner Hillmann von NABU**

**Keine Anmeldung nötig**

*In Kooperation mit NABU-Stadtverband Aachen e.V.*

## Freizeitgestaltung ohne Alkohol

Natur und Kultur für Senior\*innen mit alkoholfreier Rucksackverpflegung und dem Wetter angemessener Kleidung.

**Verbindliche Anmeldung jeweils eine Woche vorher bei  
Herrn Rösgen, Tel. 0241 - 2 12 30.**

**Samstag | 26.10.2024, 10.00 Uhr, Ostfriedhof (Haupteingang)**

**Stadtgeschichtlicher Spaziergang über den Ostfriedhof,  
Schwerpunkt: Ordensgemeinschaften**

**Samstag | 23.11.2024, 9.30 Uhr, AC-Hbf (Bahn)**  
„Planet Ozean“ Ausstellung im Gasometer Oberhausen

**Samstag | 25.01.2025, 10.45 Uhr AC-Hbf (Bahn)**  
Energeticon Alsdorf – Nachhaltigkeit in der Zukunft

**Samstag | 22.02.2025, 1.00 Uhr, AC-Bushof (Bus)**  
Stadtgeschichtlicher Spaziergang Industrie und Handwerk  
AC-Nord (Jülicher Straße)

**Zwischendurch Besuche von Konzerten der Musikhochschule Aachen**

## **AachenWanderRunden**

---

Kleine Aachener Rundwanderungen von jeweils ca. zwei Stunden und wenn möglich, mit anschließender Einkehr. Mit Gisela Lenze, Dipl. Naturführerin

**Dienstags | 14.00–16.00 Uhr**  
29.10., 26.11., 10.12.2024 und 14.01., 18.02.2025

**2€ Solidaritätsspende, Anmeldung: [giaselal@icloud.com](mailto:giaselal@icloud.com)**

**Der Treffpunkt wird nach der Anmeldung zeitnah bekannt gegeben.**



Ohne Ihre regelmäßigen  
kleinen und größeren Spenden ist  
viele nicht möglich.

**WIR SAGEN DANKE!**



# SPRACHEN

Bei den Sprachkursen handelt es sich um laufende Kurse, zu denen neue Interessent/innen nach Absprache dazukommen können. Bei den Französisch Kursen ist momentan nur Warteliste möglich.

## Französisch, 3 Kurse

---

Montags | wöchentlich

14.10.–16.12.2024 und 08.01.–Ende Februar 2025

Max. 13 TN, Leitung Robert André Gagnon

An-/Abmeldung Tel. 0241 - 2 11 55

Französisch mit geringen Vorkenntnissen

12.45–13.45 Uhr

Französisch mit Vorkenntnissen

14.15–15.15 Uhr

Französisch Konversation

16.15–17.45 Uhr

## Niederländisch Stammtisch

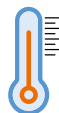
---

Samen Nederlands praten ... Ja, gezellig!

In gemütlicher Runde unterhalten wir uns über vielseitige Themen.

**Donnerstags | 18.00–19.30 Uhr | 14tägig in ungeraden Kalenderwochen  
Ab 12.9.2024 (nicht am 26.9.2024)**

**Leitung / Anmeldung: Janny Piel, Tel. 0241 - 7 33 94**  
**Die Teilnehmerzahl ist auf 12 begrenzt.**



## Latein für Fortgeschrittene

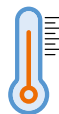
---

Wir lesen momentan von Ovid die ARS AMATORIA (Liebeskunst). Da die Auswahl der Texte grundsätzlich in gemeinsamer Besprechung erfolgt, ist es für jeden möglich, seine Ideen und Interessen einzubringen.

Es erwartet Sie ein netter Kreis.

**Montags | 10.45–12.15 Uhr**

**An-/Abmeldung Tel. 0241 - 2 11 55**  
**Leitung: Dirk Leistikow**



## Englisch Stammtisch

---

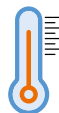
Wir beginnen mit lockerer Unterhaltung in englischer Sprache bei durchschnittlichem Niveau und gehen dann zu einer Diskussion über ein aktuelles Thema. Vorträge von Teilnehmenden sind immer willkommen aber nicht verpflichtend. Wir freuen uns am Zusammensein und es geht humorvoll und zwanglos zu. Welcome!

**Donnerstags | 19.00–20.30 Uhr | 14tägig in geraden Kalenderwochen  
05.09.–12.12.2024, 16.01.–27.02.2025**

**Anmeldung direkt bei Anke Murray, Tel. 0241 - 1 69 86 66**

**Leitung: Anke Murray**

**Die Teilnehmerzahl ist auf 10 begrenzt.**



## Englisch Konversationskurs

---

*Ein Kurs des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes.*

**Start talking, bring your Ideas to class.**

**Für Interessierte mit mittleren Vorkenntnissen. Ein Einstieg zu jeder Zeit ist möglich in Absprache mit A. H. Reuters.**

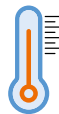
Mittwochs | 15.00–16.30 Uhr  
07.08. – 25.09.2024 (8 Termine)  
02.10. – 20.11.2024 (8 Termine)  
27.11.24 – 29.01.2025 (8 Termine)

**Ort: Annastraße 35, Aachen**

**Teilnahmebeitrag: 55 €**

**Leitung: Anne H. Reuters**

**Anmeldung: Tel. 0241 – 453162, E-Mail: [simone.graff@ekir.de](mailto:simone.graff@ekir.de)**



## Englisch für Interessierte mit leichten Vorkenntnissen

---

*Ein Kurs des Evangelischen Erwachsenenbildungswerkes.*

**Das Angebot steht allen Menschen offen, die vor einiger Zeit Englisch gelernt, die Sprache aber wenig angewendet haben.**

**Hier können Sie Ihre Kenntnisse gemeinsam auffrischen und praktisch umsetzen. Ein Einstieg zu jeder Zeit ist möglich in Absprache mit A. H. Reuters.**

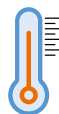
Dienstags | 14.00–15.30 Uhr  
06.08.– 24.09.2024 (8 Termine)  
01.10. – 19.11.2024 (8 Termine)  
26.11.24 – 28.01.2025 (8 Termine)

**Ort: Annastraße 35, Aachen**

**Teilnahmebeitrag: 55 €**

**Leitung: Anne H. Reuters**

**Anmeldung: Tel. 0241 – 453162, E-Mail: [simone.graff@ekir.de](mailto:simone.graff@ekir.de)**





# MITARBEITERTREFFEN

## Mitarbeiterfrühstück

---

Juhu - endlich treffen wir uns wieder zum gemeinsamen Frühstück! Alle ehrenamtlichen und hauptamtlichen Mitarbeiter/innen der Initiative sind eingeladen.

Neben einem gemütlichen Miteinander besprechen wir Aktuelles und lernen neue Engagierte kennen.

**Donnerstag | 29.08.2024 | 10.00–12.00 Uhr**  
**Anmeldung nötig unter Tel. 0241 / 2 11 55 oder per E-Mail:**  
**[info@engagiert-aelter-in-aachen.de](mailto:info@engagiert-aelter-in-aachen.de)**

## Reflexionstag

---

Dreimal jährlich veranstaltet die Initiative einen Reflexionstag der Steuerungsgruppe, um über Fragen ihrer Arbeit neu nachzudenken bzw. sie zu verbessern.

**Ehrenamtliche Mitarbeiter\*innen aus allen Bereichen von „Engagiert älter werden“ sind ab 13 Uhr herzlich eingeladen, dazu zu kommen. Bitte melden Sie sich dazu an: Tel. 0241 - 2 11 55**

**Donnerstag | 17.10.2024 | 11.00–17.00 Uhr**



## Adventsfeier

**Donnerstag | 05.12.2024 | 15.00–17.00 Uhr**

Die Adventsfeiern unserer Initiative sind legendär und „Mitmachfeiern“, alle Ehrenamtler\*innen, die Lust haben, bringen etwas zur Gestaltung mit – hoffentlich auch diesmal. Herzliche Einladung an alle engagierten Mitarbeiter\*innen mitzugestalten und zu feiern!

**Anmeldung nötig unter Tel. 0241 / 2 11 55 oder per E-Mail:  
info@engagiert-aelter-in-aachen.de**



Foto: A. Schmitter . Evangelischer Kirchenkreis AC

# EÄW AACHEN-WEST

Herzlich willkommen zu unseren Veranstaltungen.

Eine Anmeldung zu allen Gruppen ist wünschenswert. Dabei können Sie auch eventuelle Änderungen erfahren.

Soweit nicht anders vermerkt, treffen sich die Gruppen in der

**Genezareth-Kirche  
Vaalser Str. 349, 52074 Aachen**

**Bushaltestelle Westfriedhof**

**Ansprechpartnerin: Ulrike Overs  
Tel.: 0241 - 9903001  
E-Mail: [u.overs@netzanschluss.org](mailto:u.overs@netzanschluss.org)**

Folgende Gruppen treffen sich regelmäßig:

## **Wanderguppe**

---

**Montags | wöchentlich | 10.00 Uhr  
Treffpunkt oberhalb der Haltestelle Reutershag Richtung Stadt**

## Malen mit Acryl

---

Montags | wöchentlich | 15.00 Uhr

## Gemeinsames Singen

---

Montags | Jeden letzten Montag im Monat | 15.00 Uhr

## Offener Männerkreis (OMK)

---

Dienstags | wöchentlich | 10.00 Uhr

## Spiel und Spaß mit Brettspielen

---

Dienstags | 14 tägig in geraden KW | 15.00 Uhr

## Frühstück mit Literatur

---

Mittwochs | An jedem zweiten und vierten Mittwoch im Monat | 10.00 Uhr

## Spanischtreff

---

Donnerstags | wöchentlich | 16.30 Uhr

## Parlons francais

---

Donnerstags | Jeden ersten Don. im Monat | 19.15 Uhr

## Klöntreff

---

Donnerstags | Jeden dritten Donnerstag im Monat | 18.00 Uhr in der Pizzeria Reutershagweg/Schurzelter Str.

## Faden-Werk(eln) – Handarbeitstreff

---

Freitags | Jeden letzten Freitag im Monat | 10.00 Uhr

## Kochtreff

---

Mittwochs | Jeden dritten Mittwoch im Monat | 10.00 Uhr

# AGBs - Kosten - Spenden

Ausführliche AGBs finden Sie auf unserer Internetseite [www.engagiert-aelter-in-aachen.de](http://www.engagiert-aelter-in-aachen.de) oder im Büro der Initiative.

Hier das Wichtigste im Überblick:

Teilnahmebedingungen, Anmeldung

- Grundsätzlich sind die Veranstaltungen der Initiative für alle offen.
- Bei manchen Veranstaltungen gibt es eine Begrenzung der Teilnehmerzahl. Darum bitten wir Sie, sich telefonisch anzumelden. Eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter gilt als Anmeldung (Bitte Telefonnummer hinterlassen!).
- Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht. Bei Ausfall benachrichtigen wir Sie umgehend.
- Die Veranstaltungen und Treffen von „Engagiert älter werden“ sind grundsätzlich kostenlos. Wir bitten jedoch um eine Solidaritätsspende für „Engagiert älter werden“. So geben die einen ihren Einsatz in Form von Mitarbeit, die anderen jedes Mal eine kleine freiwillige Spende ab 1,50 € wenn sie an Angeboten teilnehmen.
- In der Regel sind unsere Veranstaltungen barrierefrei zugänglich. Das ist jedoch nicht in allen Räumen möglich. Wenn Sie einen barrierefreien Zugang benötigen, melden Sie sich bitte vor der Veranstaltung, an der Sie teilnehmen möchten, bei uns im Büro unter Tel. 0241 - 2 11 55

## Spenden für Engagiert älter werden

---

Wir bitten um Spenden, um damit Getränke, Veranstaltungen, Materialien und vieles mehr zu finanzieren.

Ohne Ihre regelmäßigen kleinen und größeren Spenden ist vieles nicht möglich.

### Spenden

Für Spenden darüber hinaus sind wir sehr dankbar, sie fließen direkt in die Arbeit und die Weiterentwicklung der Initiative. Die Bankverbindung finden Sie unter Impressum auf Seite 6.

Ab 50 € stellen wir Ihnen gerne eine Spendenquittung aus, für Beträge darunter gilt der Kontoauszug als Spendenbeleg.

### Spenden aktuell:

Neben der Unterstützung des alltäglichen reichgestalteten Lebens von „Engagiert älter werden“ durch Ihre Spenden, gibt es besondere Projekte, die nur mit Ihren Spenden finanziert werden können:

Das Projekt Ankerlicht z.B. wird weitgehend durch Ihre Spenden finanziert und dadurch erst möglich!

# Evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN

## Leitbild

- Die evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN wurde gegründet, um zu zeigen, dass älter werdende Menschen Verantwortung für sich und andere in der Gesellschaft übernehmen wollen. Die Initiative ermöglicht es älteren Menschen, mit ihren Fähigkeiten, Erfahrungen und ihrem Wissen gesellschaftliches Leben zu gestalten.
- In der evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN stehen Menschen ohne Ansehen der Person, Herkunft oder Religion in der Mitte des Planens und Handelns.
- Die evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN versteht sich als Forum für Menschen in der zweiten Lebenshälfte mit all ihren Stärken und Schwächen im gemeinsamen Engagement. „Hier kann ich sein, wie ich bin.“
- Die evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN bringt Menschen miteinander in Kontakt, verknüpft Menschen mit ähnlichen Interessen und vermittelt Hilfen.
- Die evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN ermutigt und unterstützt Menschen, aktiv mit ihrer Lebenssituation, den sich verändernden Perspektiven, ihren Wünschen und Bedürfnissen umzugehen.
- Die evangelische Initiative ENGAGIERT ÄLTER WERDEN möchte, dass die Begriffe „Solidarität“ und „gegenseitige Wertschätzung“ gelebt werden.
- In diesem Sinne sind die christlichen Werten Fundament ihres Handelns. So wird Nächstenliebe im gegenseitigen Geben und Nehmen lebendig.

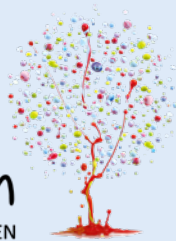
***Denn Gott hat uns nicht einen Geist der Verzagtheit gegeben,  
sondern den Geist der Kraft, der Liebe und der Besonnenheit.***

*2. Timotheus 1, 7*



# Engagiert älter werden

EVANGELISCHE INITIATIVE AACHEN



Annastraße 35, 52062 Aachen | Tel. 0241 - 2 11 55  
info@engagiert-aelter-in-aachen.de | www.engagiert-aelter-in-aachen.de