



Offene
Arbeit für
Seniores der Stadt Wiehl

Homburger Str. 7, 51674 Wiehl

Elke Neuburg: 02262 - 797 123, oase@wiehl.de

Sandra Peifer: 02262 - 797 120, oase2@wiehl.de

Konrad Gerards: 02262 - 797 120, k.gerards@wiehl.de

Fax: 02262 - 797 121, Internet: www.wiehl.de

Erreichbarkeit: Montag – Freitag, 8:30 – 12 Uhr

Mittwoch: 10 - 12 Uhr, „HausNr7“, Bechstr. 7, Bielstein

Tel.: 02262 – 1042

Termine Dezember 2011 – Februar 2012

05.12., 15 Uhr, OASE-Treff Wiehl:

Adventzauber

Advents- und Weihnachtslieder gesungen und begleitet mit der irischen Harfe. Auch festliche Lieder aus verschiedenen Ländern machen Vorfreude auf die nahende Weihnacht.

Zudem bringt **Lorena Wolfewicz** auch einige winterliche Geschichten und Gedichte zu Gehör. Ein Erlebnis für Menschen, die sich vom Klang der Harfe verzaubern lassen möchten.

Eintritt: 6,-€ inc. Kaffee und Kuchen, **Anmeldung erforderlich**



09.01., 16 -17:30 Uhr, OASE-Treff Wiehl:

„Gesund durch den Winter!“ mit Ines Pack

Zusammenstellung einer natürlichen Hausapotheke, Anwendungen für den Hausgebrauch, Teezubereitung bei Erkältung, Wohlfühltees gegen graue Wintertage
Kosten: 10,- € inklusive Teeverkostung, **Anmeldung erforderlich**



...mit dem Koffer unterwegs!

16. bis 20.01., Rathaus Wiehl (Foyer Eingang Neubau):

Ausstellung der „Themen-Koffer“

Dieser ehrenamtliche Besuchsdienst kommt auf Wunsch mit Ihrem Hobby oder Lieblingsthema (verpackt in einen Koffer) zu Ihnen ins Haus. Besucht werden ältere Mitbürger, die zuhause oder in einer sozialen Einrichtung leben.

Aktuelle Kofferliste:

- 50er-Jahre-Kaffeetafel
- Steine-erzählen-Geschichten
- Handwerkerdienst für „Kleinstreparaturen“
- Lebenslinien (Biografiearbeit)
- Live-Musik
- Gesellschaftsspiele
- Skat
- Gedächtnistraining

**Ab 16.01., 10:30 – 12 Uhr, „HausNr7“, Bielstein:
PC-Anfängerkurs (10 Veranstaltungen)**

Dozentin: Maria Gündisch, Kosten: 95,-€, **Anmeldung erforderlich**

02.02., 17 Uhr, Volksbank Wiehl:

Eröffnung der Ausstellung „Aquarelle“

Gezeigt werden Bilder der OASE-Aquarell-Malgruppen unter der Leitung von **Heike Richter**.

Jürgen Scholz sorgt mit Gesang und Gitarre für einen stimmungsvollen Rahmen. Ein Glas Sekt und ein kleiner Imbiss runden das Programm ab.

Die Ausstellung ist für ca. 2 Wochen während der Öffnungszeiten der Volksbank zu besichtigen.

08.02., 14:30 Uhr, OASE-Treff Wiehl:

Erzählcafé: „Briefe, die vom Leben erzählen“ (z.B. Trost-, Liebes-, Trennungs-, Feldpostbriefe.....). Bitte die Briefe mitbringen“

Anmeldung erforderlich

20.02.: Das neue OASE-Programm und die Zeitung „Info-OASE“ für die Monate **März/April/Mai 2012** erscheinen.

Gruppen und regelmäßige Veranstaltungen



Jeden letzten Donnerstag im Monat, 17:30 Uhr, „artfarm“, Drabenderhöher Str. 2, Drabenderhöhe (gegenüber der Kirche)
Eintritt: 4,- €, Anmeldungen bis 3 Tage vorher.

29.12.: Das Beste kommt zum Schluss

Eine inspirierende Komödie über das Leben, die beweist, dass es keine bessere Zeit geben kann als das Hier und Jetzt.

Die beiden Weltstars Jack Nicholson und Morgan Freeman zeigen ihr ganzes Können. (ca. 93 Min.)

26.01.: Jakob der Lügner

Ein wunderbarer Film nach dem Bestseller von Jurek Becker. Mit Armin Müller-Stahl und dem brillianten Robin Williams, der deutlich macht, dass auch ein Lügner zum Helden werden kann – wenn seine Lügen sagen: Das Leben ist schön.

(ca. 116 Min.)

23.02.: Die Kinder des Monsieur Mathieu

Ein gefühlvoller Film über die Kraft der Musik. Frankreich 1949. Der arbeitslose Musiker Clemont bekommt eine Anstellung als Erzieher in einem Internat für schwer erziehbare Jungen. (ca. 93 Minuten)

Hilfen - Unterstützung - Ehrenamt

Café-„Zeit“ – Demenzcafé mit offener Angehörigengruppe

- Gespräche und Zuhören
- Singen
- Gymnastik
- Spielen
- Individuelle Betreuung
- Beratung, Entlastung, Freizeit

Dezember und Januar: jeden 1. und 3. Dienstag im Monat (06. und 20.12., 03. und 17.01.), ab Februar jeden Dienstag, 14: 30 – 16:30 Uhr,

Seniorenzentrum Bethel, „Betheltreff“, Wülfrighausener Str. 80, Wiehl

Kosten: 10,- € Betreuungspauschale, sowie 10,- € für Fahrdienst

(Rückerstattung durch Pflegekasse möglich)

Fahrdienst: 02262/797120 (Anmeldung bis einen Tag vorher erforderlich)

„Deutsche Schlaganfallhilfe – Selbsthilfe für Betroffene und Angehörige“

Jeden 2. und 4. Montag im Monat 16 Uhr, OASe-Treff Wiehl (barrierefreier Zugang)

Termine: 12.12.2011,

09. und 23.01., 13. und 27.02.2012

Angebote: Funktionstraining/Gymnastik mit Reha-Therapeutin (2. Montag),

Hirnleistungstraining und Spiele (4. Montag), Austausch, Beratung

Leitung: Heike Vetter, Tel.: 02262/797413 Gestalttherapeutin und Betroffene

Nähen – ehrenamtlichen Helferinnen über nehmen Ihre Kleinstnäharbeiten

OASe-Treff Wiehl, jeden letzten Mittwoch im Monat, immer um 14:30 Uhr

Termine: 25.01. und 29.02.2012, Anmeldung sinnvoll

Treffen der „Zeitschenker“ (ehrenamtlichen Seniorenhilfe „Wiehl hilft e.V.“ und OASe)

Termine: 04.01. und 01.02.2012, 18 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Interessierte die einmal wöchentlich alleinstehende, ältere Menschen unterstützen möchten (Einkäufe, Behördengänge, Gespräche etc.) sind willkommen.

Nahrung für Körper und Geist

Literaturkreis Wiehl, immer um 15 Uhr im OASe-Treff Wiehl

08.12.: „Wunderweiße Nacht“ – Heiteres, Besinnliches und Unerhörtes rund um Winter und Weihnachten

Referentin: Karin Vorländer

12.01.: Franz Liszt in Text und Musik

Referenten: Jutta und Peter Weins

09.02.: Mein Lieblingsbuch

Gemeinschaftsarbeit

Literaturkreis Drabenderhöhe, immer um 16 Uhr, im ev. Gemeindehaus:

25.01.: Ein Vortrag mit Lied und Literatur

Referenten: Dr.hc. Hans Bergel und Hildegard Bergel-Böttcher (München)

**22.02.: „Die Hütte“ von William Paul Young - ein Wochenende mit Gott
(Buchvorstellung)**

Referent: Pfarrer Frank Müllenmeister

Englisch für Fortgeschrittene, Leitung: Gisela Pühler.

ab Januar (genauen Termin bitte der Tagespresse entnehmen oder bei der OASe anrufen), jeden Dienstag, 10 – 11:30 Uhr, „HausNr7“, Bechstr. 7, Bielstein
Kosten: 50 € für 10 Veranstaltungen (bei 10 Teilnehmern)

„Kreativ- und Werkstatt-AG“, jeden 1. und 3. Samstag im Monat, 14 Uhr,
OASe-Treff Wiehl:

**Treffen zum gemeinsamen Handarbeiten und Basteln, Austausch und
voneinander lernen.**

Termine: 03. und 17.12.2011

07. und 21.01., 04. und 18.02.2012

Material bitte mitbringen, Muster und Schnittvorlagen: 5,-€ (falls gewünscht)

Bei Bedarf werden Nachmittage mit Anleitung zu bestimmten Themen organisiert
(z.B. Socken stricken, Kränze binden und Gestecke gestalten, Serviettentechnik,
Essig und Öl, Liköre, Marmeladen, Kräuterkissen, Arbeiten mit Speckstein u.v.m.,

Anmeldung erwünscht

Aquarellmalerei für Anfänger und Fortgeschrittene

HausNr7, Bechstr.7, Bielstein, Leitung: Heike Richter

1. Jeden Mittwoch, 9:15 Uhr, **Anmeldung erforderlich**,
kostenlose Schnupperstunde möglich
2. Jeden Donnerstag, 12 Uhr (Kurs zurzeit belegt)

Mittagessen (frisch gekocht)

Jeden Mittwoch, 12 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Kosten: 5 € (incl. Getränke), Anmeldung erforderlich

Die Speisepläne liegen rechtzeitig im OASe-Treff aus.

Sport – Bewegung- Geselligkeit

Jeden 2. Sa. im Monat, 15 bis 17:30 Uhr, „artfarm“, Drabenderhöher Str. 2,
Wiehl-Drabenderhöhe (gegenüber der Kirche):

**„Tanztee“ – mit moderne Liedern und Originalaufnahmen
aus der „guten alten Zeit“**

Termine: 11.12., 14.01. und 11.02.

Bei Bedarf gibt es Kaffee und Kuchen/Torten. Anmeldungen bis eine Woche vorher.
Kein Eintritt.

Ab 13.01., jeden Montag, 10:30 Uhr und jeden Freitag, 9:45 Uhr (jeweils eine Stunde), Turnhalle Ennenfeldstr., Wiehl:

NADiA - „Neue Aktionsräume für Menschen mit Demenz und ihre Angehörigen“:

- verbessert nachweislich Kraft, Beweglichkeit und Koordinationsfähigkeit und somit die selbständige Alltagsbewältigung
- verbessert die Durchblutung von Muskeln und Gehirn und stärkt somit Gedächtnis und Konzentration
- reduziert Stürze und Verletzungen
- Spaß und Freude in der Gruppe führen zu mehr Lebensfreude und –qualität

113,30 € pro Person (22 Veranstaltungen),

Anmeldung und ärztliche Bescheinigung erforderlich!

NADiA ist anerkannt als „niederschwelliges Angebot“. Die Kosten können zum Teil von der Pflegekasse erstattet werden.

Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

Ein Gemeinschaftsprojekt von OASe, Alzheimer Gesellschaft im Bergischen Land e.V. und TuS Wiehl

Wassergymnastik und Schwimmen im Hallenbad Bielstein:

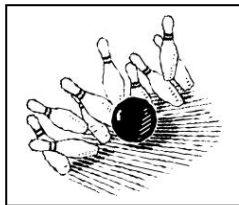
1. **ab 10.01.**, jeden Dienstag, 15 - 16 Uhr, Leitung: Astrid Nölling
2. **ab 14.01.**, jeden Samstag, 9 - 10 Uhr, Leitung: Jennifer Nölling

Beide Kurse sind zurzeit belegt.

Wandern, immer um 13:30 Uhr, Einfahrt Parkplatz Freibad/Eishalle, Wiehl)

06.12., Wandern mit Brigitte Freimann und Ingrid Pott (6-8 km)

21.02., Wandern mit Brigitte Freimann und Ingrid Pott (5 km)



Kegeln: Jeden Mittwoch, 16:00 Uhr,

„Bielsteiner Hof“, Unterbantenberg

Die „Bielsteiner Spätlese“ lädt Interessierte herzlich ein

Ab 16.01., jeden Dienstag, 10 – 11:30 Uhr im Gemeindesaal der Evangelischen Kirchengemeinde Wiehl, Schulstraße 2:

Tanzvergnügen - Spaß und Lebensfreude verspricht der neue Kurs denen, die sich gerne zur Musik bewegen und bereit sind, neue Figuren und Tanzschritte zu erlernen. Den Schwerpunkt werden neben den sehr beliebten „Rounds“ Englische Kontratänze bilden. Diese überraschen mit ihrem Figurenreichtum und interessanten Tanzformationen. Es entstehen logische Bewegungsabläufe, die in vielen englischen Familien für Alt und Jung zum tänzerischen Alltag gehören, und die sich mittlerweile auch in Deutschland großer Beliebtheit erfreuen.

Das Angebot richtet sich an Singles und Paare, mit und ohne Tanzerfahrung.

Leitung: **Eveline Waldmüller**, Tanzleiterin, 10 Veranstaltungen, Kosten: 35 €

„Bewegt älter werden“ - Leichte Seniorengymnastik (auch im Sitzen):

Ab 10.01., jeden Dienstag, 15 Uhr, Clubraum im Johanniter-Haus, Wiehl

Leitung: Ruth Stöcker-Schwan (**Anmeldung erforderlich**)

„Bewegt älter werden“ - Leichte Seniorengymnastik (auch im Sitzen):
jeden Dienstag, um 14:30 Uhr, im „HausNr7“, Bechstr. 7, Bielstein
Leitung: Andreas Harnisch. **Der Kurs ist zurzeit belegt.**

„Fit für 100“ - Bewegungsprogramm der Sporthochschule Köln zur Sturzreduzierung und Gleichgewichtsschulung
Ab 13.01., jeden Dienstag, 16 Uhr und jeden Freitag, 11:45 Uhr, Clubraum im Johanniter-Haus, Wiehl
Leitung: Ruth Stöcker-Schwan, Gesundheitstrainerin und speziell geschulte Präventionsübungsleiterin.
Anmeldung und ärztliche Bescheinigung erforderlich.
Einige Krankenkassen erstatten bis zu 80 % der Gebühren.

S p i e l e

Bridge: Jeden Montag, 10 – 12 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Rommé: jeden Dienstag, 14 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Offener Schachtreff: Anleitung: Werner Engelberth
jeden Donnerstag, 10 - 12 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Canasta: immer donnerstags (**außer 2. Do im Monat**), 14 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Klassische Gesellschaftsspiele (Mensch ärgere dich nicht, Halma, Dame usw.)
14.12. und 28.12.2011
11.01. und 25.01., 08.02. und 22.02.2012
mittwochs, 15 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Skat spielen und lernen: Anleitung: Jürgen Pott
14.12. und 28.12.2011
11.01. und 25.01., 08.02. und 22.02.2012
mittwochs, 16 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Doppelkopf spielen und lernen: Anleitung: Christel Marie Auswitz
07.12. und 21.12.2011
04.01. und 18.01., 01.02., 15.02. und 29.02.2012
mittwochs, 14:30 Uhr, OASe-Treff Wiehl

Teilnahmebedingungen: Eine Abmeldung von Veranstaltungen, die den Zusatz „Anmeldung erforderlich“ tragen ist bis eine Woche vorher kostenlos möglich. Erfolgt die Abmeldung später und der Platz kann nicht weiter vergeben werden, ist die Stadt Wiehl berechtigt, die geleistete Anzahlung einzubehalten. Bei allen Veranstaltungen besteht keine Haftung durch die Stadt Wiehl.



BieNe (Bielsteiner Netzwerk)
HausNr7, Bechstr.7, 51674 Wiehl-Bielstein,
Telefon: 02262/727337, Fax: 02262/712214

Termine und Veranstaltungen Dezember 2011 bis Februar 2012

Aktuelle Termine in der Tagespresse oder im Internet unter:
<http://www.wiehl.de/buerger/soziales/oase/bielsteiner-netzwerk>
<http://www.wiehl.de/buergerinfo/zeitung/b0905.pdf>

Allgemeines

- **BieNe-Informationsstand auf dem Bielsteiner Weihnachtsmarkt in und an der „Burg“ am 18.12.2011**
- **Monatstreffen**
Die gewählten Sprecher aller Netzwerkgruppen treffen sich einmal monatlich, montags, um 10 Uhr zum „BieNe-Arbeitstreffen“ im „HausNr7“:
Termine: 05. Dezember 2011, 02. Januar und 06. Februar 2012
- **Wöchentliche Sprechzeiten** für Jedermann (im „HausNr7“, 02262–1042)
Jeden Montag von 9 bis 11 Uhr können Sie sich bei den Netzwerkern persönlich über Angebote und Möglichkeiten der Mitarbeit informieren.

Gruppen

- **Musik und Kunst**
Offenes Treffen, jeden zweiten Mittwoch im Monat, 15 Uhr („HausNr7“).
Termine: 14.12.2011, 11.01. und 08.02.2012
Für alle, die sich für Musik, Ausstellungen, Theater, Oper u. a. interessieren, gemeinsam Kultur-Veranstaltungen besuchen und sich auf die Besuche vorbereiten möchten.
- **„Früher an später denken“ – Sonntagstreff**
Jeden 1. Sonntag im Monat, 14 Uhr, „HausNr7“, Bechstr. 7, Bielstein
Termine: 04.12.2011, 08.01. und 05.02.2012
Mit Seniortrainerin Irmhild Klein
- **Singkreis**
Zwanglose Treffen zum gemeinsamen Volksliedersingen (in den Pausen: Kaffee und selbstgebackener Kuchen), jeden 2. Montag, 15-17 Uhr
Termine: 12.12.2011, 09.01. und 23.01., 06.02. und 20.02.2012.
Ansprechpartner: Eheleute Mertens: 02262 – 1211 oder Ernst August Beckers: 02261-74170
- **Wissensvermittlung**
Kostenlose Beratungen und Veranstaltungen zu folgenden Fachthemen:
1. **Diabetikertreff– Zeit für Diabetes**, jeden 1. Montag im Monat, 10-12 Uhr, OASe-Treff Wiehl mit Seniortrainerin Solweigh Lohmar
Termine: 05.12.2011, 02.01. und 06.02.2012

2. **Informationen zu Rechtsfragen:** Jürgen Schneider, Rechtspfleger a. D.
(keine Schuldnerberatung!):
Ab 08.12.2011, alle 14 Tage, donnerstags, 9 – 11 Uhr
Terminabsprache möglich unter: 02262 – 3548
3. **Alles rund um den Computer, Hilfe zur Selbsthilfe:**
Offene Fragestunde mit Rainer Bruch
Ab 08.12.2011, alle 14 Tage, donnerstags, 9 – 11 Uhr
Bitte keine eigene Hardware mitbringen!
Je nach Nachfrage und Bedarf auch Kurse zu Windows-Betriebssystemen und Windows-Software (inkl. Schulungsunterlagen) zum Selbstkostenpreis.
4. **Deutsch lernen und lehren:**
Begegnung von Spätaussiedlern und Oberbergern, jeden Donnerstag, um 15 Uhr
5. **Planen und Bauen** – Neubau und Bestand (allgemeine Beratung): Architekt Karlernst Vetter, Terminvereinbarung erforderlich (02262 - 797120)
6. **Unterstützung bei Behördengängen und Anträgen für Alt und Jung:**
Inge Kirchner (02262-970135), Terminvereinbarung erforderlich

- **Gemütliches Wandern**

Einmal monatlich eine Tour mit anschließender Einkehr:
Termine und Strecken erfahren Sie in der Tagespresse oder bei folgender Telefonnummer: 02262/1024

- **Gesellschaftstanz**

Im Tanzzentrum Markus & Andre Kasel, Homburgerstr.9, Wiehl
Jeden Dienstag, 1. Gruppe: 15 – 16 Uhr
2. Gruppe: 16:15–17:15 Uhr

Tanzen, eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen für 5 €/Person

Mit Seniortrainer Volker Wirths
Leitung: Jens Heimes, Tanzzentrum Kasel (0151/42314273)

Nicht während der Schulferien

Zu den Gruppen und Angeboten erhalten Sie Auskunft bei:

- BieNe: 02261 – 921322 (Herr Bruch)
- OASe Wiehl: 02262 – 797123 (Frau Neuburg)
- OASE Wiehl: 02262 – 797120 (Frau Peifer)

Natürlich bekommen Sie die Auskunft auch während der wöchentlichen Sprechstunden, jeweils montags von 9 Uhr bis 11 Uhr, persönlich durch ein „BieNe“ Mitglied – oder während dieser Sprechstunden auch gerne telefonisch unter: 02262 – 1042 (HausNr7)!

* **Eigendruck**