

-Tenten- Haus der Begegnung



Für alle offen!!!

**Vereinigte Bonner Wohnungsbau AG
An der Wolfsburg 35 · 53225 Bonn**

Veranstaltungsprogramm Januar bis April 2025

**Sie erreichen das -Tenten- Haus der Begegnung mit den
Buslinien 540 und 640, Haltestelle „An der Wolfsburg“**

Begegnung / Geselliges

Öffnungszeiten Cafeteria

Montag bis Freitag

10:00 - 17:00 Uhr

Gemütliche Atmosphäre mit hausgemachtem Kuchen, kleinen Snacks und Außenterrasse. Kommen Sie einfach vorbei und treffen Sie sich mit Freunden und Bekannten.

Mittagstisch

Montag bis Freitag

12:00 - 13:00 Uhr

Bestellung ab 10:00 Uhr unter 0228 9158-707

Wir schicken Ihnen unsere Speisekarte auch gerne per Mail zu.

Frühstück

Termin: Jeden 4. Donnerstag im Monat von 9:00 bis 11:00 Uhr
23. Januar, 27. März und 24. April 2025

Kostenbeitrag:

7,00 €

Wegen Weiberfastnacht entfällt 27. Februar 2024.

Vorherige Anmeldung unter 0228 9158-707 erbeten.

Hausgemachte Waffeln

Termin: Jeden 2. Donnerstag im Monat ab 14:00 Uhr
9. Januar, 13. Februar, 13. März und 10. April 2025

Osterbrunch

Es erwarten Sie kulinarische Überraschungen!

Termin: Donnerstag, 17. April 2025

Zeit: 10:30 bis 14:00 Uhr

Einlass: 10:15 Uhr

Ort: Cafeteria

Kostenbeitrag: 10,00 €

Ab Montag, 31. März 2025, Anmeldung werktäglich ab 10:00 Uhr in der Cafeteria

Offener Spieletreff

Montag bis Freitag

14:00 - 17:00 Uhr

Auch neue Mitspieler*innen sind jederzeit willkommen.

Informationen bei Britta Auer 0228 9158-704

Bingo

Termin:

Jeden 1. Dienstag im Monat um 15:00 Uhr
7. Januar, 4. Februar, 4. März und 1. April 2025*

Ort:

Gruppenraum EG, *) Cafeteria Schlauch

Zeit:

15:00 - 16:45 Uhr

Kreativangebot

Hier bekommen Sie in gemütlicher Runde Tipps, Anregungen und Hilfestellung für Ihre kreativen Arbeiten, die Sie auch gerne mitbringen können. Schnuppern Sie einfach rein!

Termin:

Jeden 3. Dienstag im Monat
21. Januar, 18. Februar, 18. März und 15. April 2025

Zeit:

15:00 Uhr

Ort:

Cafeteria, rechter Flügel

Leitung:

Maria-Elisabeth Schmitt

Informationen bei Britta Auer unter 0228 9158-704

Die „Oldies aus dem Tenten-Haus“ laden zum gemeinsamen Singen aus Spaß an der Freud ein.

Neue Mitsänger*innen sind herzlich willkommen!

Termine:

Donnerstag, 9. und 23. Januar 2025

Termine:

Donnerstag, 6. und 20. Februar 2025

Termine:

Donnerstag, 6. und 20. März 2025

Termine:

Donnerstag, 10. und 24. April 2025

Dauer:

15:00 - 16:30 Uhr

Ort:

Gruppenraum EG

Leitung:

Trudi Schaffner

Bunter Nachmittag

Spiel und Spaß für die „grauen Zellen“.

Termine: Montag, 6. und 20. Januar 2025
Montag, 3. und 17. Februar 2025
Dienstag, 4. März 2025, Montag, 17. und 31. März 2025
Montag, 14. und 28. April 2025

Zeit: 14:30 Uhr
Ort: Gruppenraum EG
Leitung: Anneliese Tholl

Die Gruppe ist vorläufig geschlossen. Bei Interesse gerne Anfragen an Britta Auer unter 0228 9158-704

Beratung

Gesprächskreis der Alzheimer Gesellschaft, Bonn Rhein-Sieg e.V.

Beratung für Angehörige

Termine: Dienstag, 14. Januar, 11. Februar 2025
Dienstag, 11. März und 8. April 2025

Uhrzeit: ab 18:00 Uhr
Ort: Gruppenraum EG
Leitung: Christiane Schneider

Informationen und Anmeldung bei Christiane Schneider unter
christiane.schneider@notfaelle.de oder 0228 3862853

Sprechstunde des Sozialdienstes Kath. Frauen e.V.

Beratung für Angehörige, Ehrenamtliche Betreuer*innen und Bevollmächtigte von Betreuten.

Termine: Mittwoch, 29. Januar 2025
Mittwoch, 26. Februar 2025
Mittwoch, 26. März 2025

Dauer: 14:00 - 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum EG
Leitung: Regina Koch

Informationen bei Regina Koch unter 0228 982410

Outdoor-Parcours

Sie finden die Geräte vor dem Haus An der Wolfsburg 39.
Rudertrainer, Ganzkörpertrainer, Schultertrainer, Beintrainer
Probieren Sie sie doch einfach aus.

Atemtherapie nach Ilse Middendorf

Termine:

Dienstag, 14. Januar 2025

Dienstag, 11. Februar 2025

Dienstag, 11. März 2025

Dienstag, 15. April 2025

10:00 – 11:00 Uhr

Dauer:

Ort:

Gymnastikraum 1. OG

Leitung:

Trudi Schaffner

Informationen bei Britta Auer unter 0228 9158-704

**Neuer Wochentag
und Uhrzeit!**

Unser Kooperationspartner:

Verein für Behindertensport (vfb)

Hans-Böckler-Str. 16

53225 Bonn

Tel.: 0228 403670

Internet: www.vfb-bonn.de

Angeboten wird eine breite Auswahl an Kursen von Montag bis Freitag, z.B. Fit ab 70, Gleichgewichtstraining, Reha-Sport, Rückenfitness, Wirbelsäulengymnastik.

Informationen zu den Kursen gibt es direkt beim vfb.

Die Kurse finden im Gymnastikraum 1. OG statt.

Ermäßigung mit Bonn-Ausweis möglich.

Meditatives Tanzen

In einfachen Schrittfolgen und Gebärden gemeinsam...mal ruhig, mal lebhaft, mal besinnlich, mal beschwingt. In der achtsamen Begegnung mit sich selbst und Anderen die eigene Mitte spüren.

Termine Januar: Freitag, 10. und 24. Januar 2025

Termine Februar: Freitag, 7. und 21. Februar 2025

Termine März: Freitag, 7. und 21. März 2025

Termine April: Freitag, 4. April 2025

Dauer: 15:00 bis 16:30 Uhr

Ort: Gymnastikraum 1. OG

Leitung: Malou Radig TAT UND RAT e.V.

Schach

Schachfreunde und solche die es werden möchten, sind herzlich willkommen. Wir haben für (fast) jede Spielstärke den passenden Gegner!

Termin: jeden Dienstag

Zeit: 19:30 Uhr

Ort: An der Wolfsburg 1, Gruppenraum

Anbieter: Schachclub Bonn / Beuel

Informationen unter: www.scbb.de

Seniorenbüro Tat und Rat e.V.

Unser Kooperationspartner

Seniorenbüro Tat und Rat e.V.

Folgende Kurse sind derzeit im Angebot:

Montagsgespräche, Arbeitsgemeinschaft Philosophie, Kunst- und Literaturreise, Internet, Vorträge, Sprachkurse

Informationen zu den Kursen gibt es direkt bei Tat und Rat e.V.

Büro und Kursraum: An der Wolfsburg 1, 53225 Bonn

Tel.: 0228 635532

www.senioren-tat-rat.de

Die Vereins-Mitgliedschaft beträgt 48 €/Jahr,
Bonn-Ausweis Inhaber 24 €/Jahr.

Klön- und Kaffee-Treff Tat und Rat e. V.

Genießen Sie in entspannter Atmosphäre eine Tasse Kaffee und angenehme Gespräche. Eine gute Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen und in geselliger Runde Gedanken auszutauschen.

Termine: Mittwoch, 15. Januar 2025
Mittwoch, 5. und 19. Februar 2025
Mittwoch, 5. März, 19. März 2025
Mittwoch, 2. und 16. April 2025

Neuer Wochentag!

Uhrzeit: 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr
Ort: Cafeteria, rechter Flügel
Leitung: Frau Nöth, Tel: 01577 9396033

Erzähl-Café

Erzählen heißt einander begegnen. Durch einen achtsamen, wertschätzenden Umgang miteinander können Sie eine gelingende Gesprächsstunde erleben...

Freitags trifft sich die Gruppe zu den angekündigten Themen:

3. Januar	„Verloren - gefunden“
17. Januar	„Mein Schwarm“
31. Januar	„Was ich früher besser konnte“
14. Februar	„Was ich noch verändern will“
28. Februar	„Was tue ich gegen die Einsamkeit“
14. März	„Mein ökologischer Fußabdruck“
28. März	wird noch bekannt gegeben
11. April	wird noch bekannt gegeben
25. April	wird noch bekannt gegeben

Uhrzeit: 15:00 bis 16:30 Uhr
Ort: Cafeteria, rechter Flügel
Leitung: Eva Nussbaum

Bei Interesse gerne Anfragen an Britta Auer unter 0228 9158-704

Sonstiges

Fitness fürs Gehirn

Termine: Montag, 13., 20. und 27. Januar 2025
Montag, 3., 10., 17. und 24. Februar 2025
Montag, 10., 17. und 24. März 2025
Zeit: 11:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gruppenraum EG
Kursgebühr: 80,00 €
Leitung: Liane Müller
Anmeldung bei Liane Müller unter
liane.mueller@freenet.de oder 0171 4931368

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Körper – Geist - Seele – beide Gehirnhälften

Termine: Donnerstag, 16., 23. und 30. Januar 2025
Donnerstag, 6., 13. und 20. Februar 2025
Donnerstag, 6., 13. 20. und 27. März 2025
Zeit: 11:00 - 12:00 Uhr
Ort: Gruppenraum EG
Kursgebühr: 80,00 €
Leitung: Monika Bung
Anmeldung bei Monika Bung unter
monikabung@gmx.de oder 0177 6722599

Neues Angebot!

Smartphone Kurs

Dieser Kurs richtet sich an Besitzer*innen eines Smartphones.

Termin: 12., 19. und 26. Februar 2025 von 10:00 bis 12:30 Uhr
12., 19. und 26. Februar 2025 von 13:30 bis 16:00 Uhr
Ort: Gruppenraum EG
Kursleitung: Uwe Fischer (VHS Bonn)
Anmeldung ab sofort bei Britta Auer unter 0228 9158-704

Wegweiser durch die digitale Welt für Senioren

Wir tauchen gemeinsam in die Internet-Welt ein. Wir befassen uns u. a. mit den Themen Online-Banking, Doctolib, Fahrkartenauskunft und Routenplanung. Sie gestalten mit Ihren Interessen und Fragen aktiv den weiteren Kursverlauf.

Termin: Freitag, 14., 21. und 28. Februar 2025
10:00 bis 12:30 Uhr
Ort: Gruppenraum EG
Kursleitung: Uwe Fischer (VHS Bonn)

Neues Angebot!

Anmeldung ab sofort bei Britta Auer unter 0228 9158-704

Kultur

Lesung mit Wilfried Lülsdorf

Der Autor liest aus seinem neuesten Krimi „*MordsPech*“

Termin: Dienstag, 21. Januar 2025
Zeit: 15:00 – 16:00 Uhr
Einlass: 14:45 Uhr
Ort: Gruppenraum EG

Ab Donnerstag, 2. Januar 2025, Anmeldung bei Britta Auer unter 0228 9158-704 oder auer@vebowag.de

2. Kölscher Liedernachmittag mit Martin Thüringer

Neben seiner Gitarre bringt Martin Thüringer jede Menge Lieder und einige Geschichten dazu mit. Alte Schätzchen sind genauso wie Lieder aus der jüngeren Vergangenheit dabei.

Termin: Donnerstag, 30. Januar 2025
Zeit: 15:00 – 16:00 Uhr
Einlass: 14:45 Uhr
Ort: Cafeteria

Ab Montag, 6. Januar 2025, Anmeldung bei Britta Auer unter 0228 9158-704 oder auer@vebowag.de

„Kunterbunt“ Karneval im Tentenhaus –

Gelebte Vielfalt – Willi Bellinghausen, die Beueler Wäscherprinzessin und viele Überraschungen sind dabei.

Termin:	Dienstag, 25. Februar 2024
Zeit:	14:00 – 17:00 Uhr
Einlass:	13:45 Uhr
Ort:	Cafeteria
Eintritt:	5,00 €

Ab Montag, 3. Februar 2025, Kartenverkauf werktäglich ab 10:00 Uhr in der Cafeteria.

4. Live Music Now Konzert

Junge Studierende der Musikhochschule Köln gestalten diesen Nachmittag für Sie. Genießen Sie die Klänge und die Leidenschaft dieser aufstrebenden Musikerinnen und Musiker. Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen!

Termin:	Dienstag, 25. März 2025
Zeit:	15:00 Uhr – 16:15 Uhr
Ort:	Cafeteria

Ab Dienstag, 4. März 2025, Anmeldung bei Britta Auer unter 0228 9158-704 oder auer@vebowag.de

DIA-Vortrag – Die Burgen am Rhein

...oder eine interessante Rheintour

Termin:	Dienstag, 18. März 2025
Zeit:	15:00 Uhr
Einlass:	14:45 Uhr
Ort:	Gruppenraum EG

Ab Montag, 24. Februar 2025, Anmeldung bei Britta Auer unter 0228 9158-704 oder auer@vebowag.de

Vorträge

Rollator Training

Tipps, Kniffe und Übungen für den leichteren Umgang

Termin Dienstag, 1. April 2025, 15:00 – 16:30 Uhr

Ort: Gruppenraum EG

Referentin: Cornelia Brodeßer, Deutsche Verkehrswach e. V.

Ab Montag, 10. März 2024, Anmeldung bei Britta Auer unter
0228 9158-704 oder auer@vebowag.de

Service

Individuelle Hilfe am heimischen Computer

Sprechen Sie uns bitte gerne an.

Britta Auer 0228 9158-704 oder auer@vebowag.de an.

Bücherregal

Nutzen Sie unser öffentliches Angebot. Leihen oder tauschen Sie Bücher in unserem Bücherregal. Es funktioniert wie die öffentlichen Bücherschränke. Ganz unkompliziert!

Zugang zum Bücherregal in der Cafeteria zu den üblichen Öffnungszeiten!

Radeln ohne Alter (Rikscha-Fahrten)

Haben Sie schon mal eine Rikscha im Karnevalszug oder am Rhein gesehen und haben gedacht, damit möchte ich gerne auch mal gefahren werden? Der Verein Radeln ohne Altern ermöglicht Ausflugsfahrten. Viel Vergnügen!

Sie können sich bei Britta Auer 0228 9158-704 melden, sie vermittelt Ihnen gerne eine Fahrt!

Informationen gibt es bei <https://radelnohnealter.de/bonn/>

Fußpflege

Olga Graf-Kloss (Mo, Di, Mi)

Mobil 0176 64648723

Tatjana Weiss (Do, Fr, Sa)

Mobil 0177 4724587

Termine nach Vereinbarung

Seelsorge

Katholischer Gottesdienst

Termine: Dienstag, 21. Januar, 18. Februar und 15. April 2025
Uhrzeit: 10:00 Uhr
Aschermittwoch, 5. März 2025 11:00 Uhr
Ort: Cafeteria

Evangelischer Gottesdienst

Termine: Freitag, 10. Januar und 14. März 2025
Uhrzeit: 9:30 Uhr
Ort: Cafeteria

Aktuelle Ergänzungen finden Sie in den Aushängen!

Wir danken allen, die das Programm ermöglichen!

Verantwortlich für das Veranstaltungsprogramm

Britta Auer

Tel.: 0228 9158-704

E-Mail: auer@vebowag.de

Gerne nehmen wir Ihre Anregungen und Wünsche entgegen!

Raum für Ihre Notizen:

Impressum:

Herausgeber: Vereinigte Bonner Wohnungsbau AG, -Tenten-Haus der Begegnung,
An der Wolfsburg 35, 53225 Bonn (Beuel - Schwarzrheindorf)

Stand: 3. Januar 2025