



## September 2017 – Juli 2018

### Der Berg ruft

Führung durch das Katholisch-Soziale Institut am 16. Oktober

### Seniorentheater

Ein kölsches Punkerherz  
Die Theatergruppe 'Spätausgabe' spielt am 21. Februar

### Kennen Sie das Siegwerk?

Führung über das Betriebsgelände  
1. März

### Seniorentanzcafé

Musik und Tanz in der Rhein-Sieg-Halle  
am 17. Oktober, 5. Dezember,  
6. März und 5. Juni

Weitere Veranstaltungen im Innenteil, bitte melden Sie sich an.

 KREISSTADT SIEGBURG

### Sehr geehrte Damen und Herren,

durch die gestiegenen Lebenserwartungen gehen immer mehr Menschen gesund und aktiv in ihren „Ruhestand“. Gemeinsam in Bewegung zu bleiben, am gesellschaftlichen Leben teilzunehmen; das war und ist schon immer ein gutes Mittel, um sich auch im Alter jung zu fühlen.

Hierzu beitragen soll das neu aufgelegte Seniorenprogramm 2017/2018 der Kreisstadt Siegburg: kostenlos, bunt und vielfältig!

Neben interessanten Veranstaltungen mit einem hohen Unterhaltungswert wird in diesem Jahr ein Blick hinter die Kulissen der Seniorenzeitschrift „65er Nachrichten“ angeboten. Erfahren Sie, welche Schritte nötig sind, bis der von Ihnen eingereichte Artikel in der Zeitung abgedruckt wird. Oder möchten Sie Autor werden?

Nach der Eröffnung des Katholisch-Sozialen Instituts in diesem Jahr darf man sich eine Führung durch das neue Gebäude mit anschließender gemütlicher Kaffeerrunde ebenfalls nicht entgehen lassen.

Bringen Sie Ihre Enkel mit ins Wissenshaus „Wanderfische“! Nach einer theoretischen Einführung geht es in Gummistiefeln zur Sieg.

Schnell sein ist von Vorteil, denn die Veranstaltungen sind immer rasch ausgebucht.

Ihnen allen viel Spaß und herzliche Grüße,

Ihr



Franz Huhn  
(Bürgermeister)



### Enkeltag

Großeltern mit den Enkeln unterwegs! Hier können Sie gemeinsam mit Ihren Enkeln am Seniorenprogramm teilnehmen (Mindestalter 6 Jahre).

Teilnehmen können an diesen Terminen auch Seniorinnen und Senioren ohne Enkel.



### Anmeldung:

Mo, Di, Do und Fr 9:00 – 12:00  
Amt für Senioren, Wohnen und Soziales  
Frau Redlin  
Zimmer: 643  
Gebäude: Ringstr. 6  
53721 Siegburg  
Telefon: 0 22 41/102-843  
Telefax: 0 22 41/102-823  
Email: [Seniorenprogramm@siegburg.de](mailto:Seniorenprogramm@siegburg.de)

Sie finden das Seniorenprogramm und etwaige Änderungen unter dem Link:  
[www.siegburg.de/stadt/siegburg/gesundheit\\_soziales/senioren/index.html](http://www.siegburg.de/stadt/siegburg/gesundheit_soziales/senioren/index.html)

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist kostenlos und erfolgt in eigener Verantwortung.

### Notizen:

  
  


### Das Seniorenprogramm der Kreisstadt Siegburg

richtet sich an alle Siegburgerinnen und Siegburger ab 60 Jahren.

Die Teilnahme an allen Veranstaltungen ist **kostenfrei**.

**Bitte melden Sie sich zu den Veranstaltungen vorher an.**

Einige Programmpunkte lassen aufgrund der Räumlichkeiten oder der Art der Veranstaltung nur eine begrenzte Teilnehmerzahl zu. Die Anmeldung zu allen Veranstaltungen ist ab der Programmveröffentlichung möglich und wird bei begrenzter Teilnehmerzahl nach Eingangsdatum berücksichtigt. Wir bitten um Verständnis.

Auf Ihre Anmeldung telefonisch, persönlich oder per Email freuen wir uns!



### Impressum

Herausgeber:  
Kreisstadt Siegburg

Gestaltung:  
Klopietz Art & Design

## SEPTEMBER

Do. 28.9.

**Ein Siegburger für Siegburger - Geheimnisse der Braukunst**

15:00 Erfahren Sie mehr über die Herstellung des „Siegburgers“ oder „Michels“ und werfen Sie einen Blick in den Braukeller. Führung *nicht nur* für Männer.

Ort: Siegburger Brauhaus,  
Zum roten Löwen, Holzgasse 37-39

## OKTOBER

**Do. 5.10. Guten Morgen – Der Kaffee ist fertig**

9:00 Mit dem Bus zum Frühstück aufs Land. Spielen Sie danach eine Partie Erlebnis-Minigolf oder schauen Sie einfach zu.



Treffpunkt: Parkbucht Rhein-Sieg-Halle,  
Bachstraße

**Mo. 16.10. Der Berg ruft – Führung durch das KSI**

15:00 Werfen Sie einen Blick in die neu geschaffenen Räume des Katholisch-Sozialen Instituts auf dem Michaelsberg und genießen Sie anschließend bei Kaffee und Kuchen den herrlichen Blick über Siegburg.

Ort: Michaelsberg, Ebene O,  
Rezeption des KSI

**Di. 17.10. Seniorentanzcafé**

14:00, Einlass 13:00 Schwingen Sie das Tanzbein und plaudern Sie in geselliger Runde. Anmeldungen unter

Tel. 102 74 10.

Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr.1

## NOVEMBER

**Mi. 8.11. Singen Sie mit!**

14:30 Begleitet von Akkordeon und Violine erklingen schöne Volkslieder bei Kaffee und Kuchen. Mitsingen ist hier ausdrücklich erwünscht - denn singen macht glücklich!

Ort: Altentagesstätte Kaldauen,  
Pfarrheim Marienstraße 15

**Mi. 15.11. Kreativer Vormittag**

11:00 Lernen Sie die 'Rosa Aussicht' mit Martina Clasen kennen.



Sie sind Anfänger/-in, Fortgeschrittene/-r oder einfach neugierig? Lassen Sie Stifte und Farben beim Freihand-Zeichnen tanzen.

Ort: Rosa Aussicht, Albertstr. 3

## DEZEMBER

**Di. 5.12. Seniorentanzcafé**

14:00, Einlass 13:00

Anmeldungen unter Tel. 102 74 10.

Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr. 1

**Do. 14.12. Es wird märchenhaft!**

15:00 Lassen Sie sich bei Kaffee und Kuchen in die Märchenwelt für Erwachsene entführen.

Ort: Eingang Nordfriedhof, Café  
T.O.D., Alte Lohmarer Straße

## JANUAR

**Di. 9.1. Bunzlau im Haus der Begegnung**

15:00 Auch unsere Partnerstadt Bunzlau ist eine alte Töpferstadt. Bestaunen Sie erlesene Exponate Bunzlauer Töpferkunst und erfahren Sie hierzu interessante Hintergründe.

Ort: Haus der Begegnung, Haufeld 22

**Mi. 17.1. Literaturgespräch – Die Welt der Bücher**

17:15 Lesen Sie gemeinsam einen kurzen prägnanten Text der Weltliteratur und diskutieren über Inhalt und tiefere Bedeutung. Moderation: Dr. Michael Laska.

Ort: „Treffpunkt am Markt“,  
Griesgasse 2 (Haus zum Winter)

**Mi. 31.1. Bewegung ist Trumpf**

15:00 Dr. Andreas Becker referiert zu Gelenkschmerzen von Knie und Hüfte - Arthrose und wie Sie trotzdem beweglich bleiben. Passend hierzu vermittelt Ihnen Herr Jakob Wiens, Leiter der Physiotherapie, einige praktische Übungen. Anschließend Fragestunde bei Kaffee und Kuchen.

Ort: HELIOS Klinikum Siegburg,  
Konferenzraum

## FEBRUAR

**Di. 13.2. Enkeltag: Spaß im Museum**

15:00 Jung und Alt gemeinsam auf den Spuren der Vergangenheit – Die Führung durch das Museum wird mit einem Quiz und Objekten zum Anfassen zur spannenden Entdeckungsreise durch die Siegburger Geschichte.

Ort: Stadtmuseum, Markt 46

**Mi. 21.2. Seniorentheater – Ein kölsches Punkerherz**

15:00, Einlass 14:30 Die Theatergruppe 'Spätausgabe' entführt uns in das Leben von Mattes, d' kölsche Jong, der die Herausforderung des Lebens auf der Straße mit rheinischem Humor meistert.

Ort: Forum Stadtmuseum, Markt 46



## 2018

## MÄRZ

**Do. 1.3. Kennen Sie das Siegwerk?**

15:00 „Ink, Heart&Soul- Druckfarben mit Herz & Seele“ so lautet die Philosophie des Familienunternehmens. Erfahren Sie mehr über den Hersteller von Druckfarben, Lösungen für Verpackungen, Etiketten und Katalogen bei einer Führung über das Betriebsgelände.

Treffpunkt: Haupteingang Siegwerk,  
Alfred-Keller-Straße 55

**Di. 6.3. Seniorentanzcafé**

14:00, Einlass 13:00



Anmeldungen unter Tel. 102 74 10.  
Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr.1

**Mo. 12.3. Kreativer Nachmittag**

15:00 Lernen Sie die 'Rosa Aussicht' mit Martina Clasen kennen. Sie sind Anfänger/-in, Fortgeschrittene/-r oder einfach neugierig? Entdecken Sie die Kunst mit Farbe zu spielen beim kreativen Umgang mit Aquarellfarben.

Ort: Rosa Aussicht, Albertstr. 3

**Do. 22.3. Je früher desto besser – Rechtzeitig Vorsorge treffen**

15:00 Sie haben noch keine oder wollen noch einiges dazu wissen? Frau

Polster-Schilling, Beratungsstelle des Rhein-Sieg-Kreises, informiert Sie über Vollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügungen.

Ort: Denkraum, Haufeld 2a

## APRIL

**Do. 12.4.****Die Siegburger Töpferkunst**

15:00 Begeben Sie sich auf eine Zeitreise und entdecken Sie die Töpferkunst früher und heute. Führung durch die Sammlung des Stadtmuseums und anschließendem Besuch des Keramik-Ateliers Hasenberg.



Treffpunkt: Eingang Stadtmuseum,  
Markt 46

**Do. 19.4. Sitzhockergymnastik – Im Sitzen fit !**

15:00 Erhalten Sie ihre Beweglichkeit mit Übungen auf dem Stuhl unter fachmännischer Anleitung.

Treffpunkt: Eingang Freizeitbad  
Oktopus, Zeithstr. 110

**Mi. 25.4. Musik für Üch**

15:30 Nach gemütlicher Kaffeerunde bietet der Chor Cantabile/AufTakt unter Leitung von Renate Struensee Mundartlieder und vieles mehr zum

Hören und Mitsingen.

Ort: Gemeinderaum der Ev. Erlöserkirche,  
Jahnstr. 4

## MAI

**Mo. 7.5. Wilde Schönheiten – Gesunde Delikatessen**

15:00 Informativer Wildkräuter-spaziergang mit anschließender Kostprobe unter Leitung von Diplom-Biologin Tina Hausmann. Bitte festes Schuhwerk anziehen.



Treffpunkt: Siegburg, Alte Lohmarer Str.,  
Parkplatz hinter der Jean-Dohle-Str.,  
kurz vor der Autobahnbrücke links

**Mi. 16.5. Tapetenwechsel**

13:00 Busausflug zur Straußenfarm Gemarkenhof in Remagen, Fahrt über die Farm mit der „Bimmelbahn“ und anschließender gemütlicher Kaffeerunde.



Treffpunkt: Parkbucht Rhein-Sieg-Halle,  
Bachstraße

**Di. 29.5. Enkeltag: Rund ums Wasser und seine Bewohner**

16:00 In Theorie und Praxis erklären Mitarbeiter der Stiftung Wasserlauf-NRW alles zum Thema Wasser; erst im Wissenshaus, danach an der Sieg - also auf in die Gummistiefel!

Ort: Wissenshaus Wanderfische,  
Wahnbachtalstr. 13a

## JUNI

**Di. 5.6. Seniorentanzcafé**

14:00, Einlass 13:00

Anmeldungen unter Tel. 102 74 10.

Ort: Rhein-Sieg-Halle, Bachstr.1

**Mi. 20.6. Denksport im Wald**

14:45 Gedächtnistraining und Bewegung kombiniert fördert das Denken und Speichern von neuem Wissen - probieren Sie es aus! Leitung: Anne Halbach; bitte festes Schuhwerk anziehen.

Treffpunkt: Parkplatz Jägerstraße  
vor der Fußgängerbrücke B56

## JULI

**Mo. 2.7. 65er Nachrichten – Ein Blick hinter die Kulissen**

15:00 Wie wird die beliebte Seniorenzeitschrift eigentlich erstellt und seit wann? Woher kommen die Beiträge? Sie möchten vielleicht sogar selber Autor der 65er Nachrichten werden? Erfahren Sie mehr über Werdegang, Entstehung und Weg der 65er bis zu Ihnen nach Hause.

Ort: Rathaus, Nogenter Platz 10,  
Sitzungssaal

