

Forster Seniorenberatung

- Beratung
- Bildung
- Begleitung

pluspunkt Begegnungszentrum
Helma Bitter
Am Kupferofen 19
52066 Aachen
Telefon: 0241/575972
Fax: 0241/575986
info@forster-seniorenberatung.de
www.forster-seniorenberatung.de



Sprechstunden

Dienstag 10.00-12.00 Uhr
Mittwoch 10.00-12.00 Uhr
und nach telefonischer Vereinbarung

Träger: Altenarbeit in Forst e.V., Aachen



Wir freuen uns, wenn Sie die Arbeit der **Forster Seniorenberatung** mit einer Geldspende unterstützen!
So helfen Sie uns, anderen zu helfen.

Bankverbindung:
Altenarbeit in Forst e.V.
Sparkasse Aachen
IBAN: DE93 3905 0000 1070 6919 91
BIC: AACSD33

Forster Seniorenberatung

- Beratung
- Bildung
- Begleitung

Weitere Angebote des Begegnungszentrums:

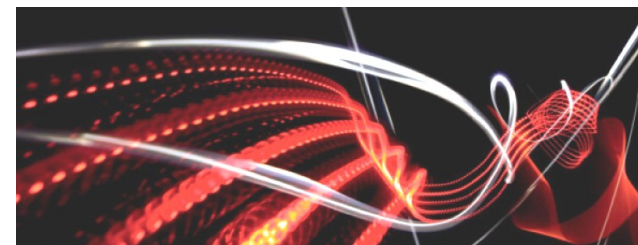
- **Beratung und Vermittlung** rund um die Themen
Alter, Pflege, Wohnen und Demenz
- **Nachbarschaftstelefon für Senioren in Forst/ Driescher Hof mit:**
 - › ehrenamtlicher Besuchsdienst
 - › kleine Hilfen im Alltag
- **Bildungs- und Begegnungsangebot**
- **Vernetzung und Kooperationen**



- ➔ Wir sind dankbar für Ideen, Anregungen und offen für Kritik.
- ➔ Vielleicht möchten Sie einen Treff gründen, einen Kurs anbieten oder einen Gesprächskreis initiieren. Wir helfen Ihnen gerne dabei.
- ➔ Sie sind auf der Suche nach einem freiwilligen sozialen Engagement?
Wir informieren und beraten Sie.

Bildung & Begegnung in Forst

1.Halbjahr 2019



BEGEGNUNGSZENTRUM

Forster Seniorenberatung

- Beratung
- Bildung
- Begleitung



Patchwork-Gruppe „Quilt-Ladies“

09.01.19 Mittwochs 10.00-12.00 Uhr
Pro Termin: 1,- € Solidaritätseuro
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Literaturkreis

16.01.19, danach jeden 3. Mittwoch im Monat
19.30 -21.00 Uhr - Beitrag: 1,- € Solidaritätseuro
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Frühstückstreff

15.01.19 Dienstag (14täglich) 9.30-12.00 Uhr
Beitrag: 4,- €
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Frauenkreis „Oma-Clique“

08.01.19 Dienstag (14täglich) 14.30-16.30 Uhr
kostenfrei
Veranstalter: Ev. Auferstehungskirche
Ort: Begegnungszentrum FSB

Spiele-Club

10.01.19 Donnerstag (14täglich) 15.00-17.00 Uhr
Pro Termin: 1,- € Solidaritätseuro
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Gymnastik für Frauen

08.01.19 Dienstags 9.30-10.30 Uhr
Beitrag pro Dienstag: 2,50 €
Ort: Ev. Auferstehungskirche, Am Kupferofen
Veranstalter: Begegnungszentrum Forster
Seniorenberatung/Ev. Auferstehungskirche

Gymnastik für Männer

08.01.19 Dienstags 10.45 -11.45 Uhr
Beitrag pro Dienstag: 2,50 €
Ort: Ev. Auferstehungskirche,
Am Kupferofen Veranstalter: Begegnungszentrum
Forster Seniorenberatung/ Ev. Auferstehungskirche

Sturzprophylaxe & Balance-Training

07.01.– 25.02.19 und 11.03.-15.05.19
jeweils Montag 11.00 – 12.00 Uhr
Kursbeitrag: 40,- € (8 Termine)
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Gemütliche Fahrradtouren

20.02.19, danach jeden 3. Mittwoch im Monat
9.30-15.00 Uhr (Tempo: gemütlich)
Beitrag: 1,- € Solidaritätseuro
*Bei „schlechtem“ Wetter: geselliges
Beisammensein.*
Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Kreative Fotografie

Exkursionen und Bildbesprechung
09.01.19, danach jeden 2. Mittwoch
im Monat, 14.30–17.30 Uhr
Beitrag pro Termin 1,- € Solidaritätseuro
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

KULTUR - Erzählcafé (am Sonntag)

13.01.19 - 10.03.19 - 12.05.19
jeweils 10.30-12.30 Uhr, Beitrag: 2,- € pro Termin
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB /
Ev. Auferstehungskirche

PILATES-Training 50+

15.01. - 09.07.19 20 x Dienstag 17.45-18.45 Uhr
Kursbeitrag: 150 € (*Beitrag kann gestaffelt werden*)
Ort: Ev. KiTa (Turnraum), Am Kupferofen 17
Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Kreatives Schreiben

14.02.19 11x Donnerstag 15.00 -17.00 Uhr
Kursbeitrag: 69,- €
Ort: Begegnungszentrum FSB
Veranstalter: Volkshochschule Aachen

Senioren schreiben – Medienkompetenz

07.01.19 Montag 10-11.30 Uhr
Pro Termin: 1,- € Solidaritätseuro
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Mode Mobil – Modenschau

jeweils am 26.02.19 und 24.09.19 um 14 Uhr
Ort: Begegnungszentrum FSB

- Ein Quereinstieg in alle Kurse ist möglich -

Theaterprobe Theater-Gruppe Tacheles e.V.

15.01.19 Dienstags 20-22 Uhr
Teilnahme nur auf Anfrage
Ort: Ev. KiTa (Turnraum), Am Kupferofen 17

55 + aktiv * – Freizeittreff

10.01.19 Donnerstag 15-17 Uhr
Gruppentreffen zur Planung 2.Donnerstag i. Monat
Beitrag: pro Termin 1,- € Solidaritätseuro
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

** Das Programm der 55+aktiv – Gruppe ist im
Begegnungszentrum Forster Seniorenberatung
erhältlich.*

Tablet-PC Schulung für Anfänger

07.01.19 Montag 14-15.30 Uhr
Kursbeitrag pro Termin: 3,-
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

Offene Sprechstunde Seniorenrat Forst

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 14-15 Uhr
lädt der Seniorenrat Interessierte herzlich ein.

Weitere **Einzelveranstaltungen** wie
Vorträge, Events, Feste etc. entnehmen
Sie bitte den Sonderankündigungen.

„Meins wird Deins“

Bücher tauschen oder eins mitnehmen
während unserer Sprechstunden (Dienstag +
Mittwoch 10-12 Uhr) oder zu den Gruppenzeiten.
Ort/Veranstalter: Begegnungszentrum FSB

**Für alle Kurse und Veranstaltungen ist eine
verbindliche Anmeldung erforderlich.**