

**Netzwerk 55plus  
Radevormwald**

Aktivitäten für Menschen  
über 55 Jahre



**Januar - Februar  
2012**

## **Seniorenberatung und trägerunabhängige Pflegeberatung**

Ihre Lebensqualität und Gesundheit liegt uns am Herzen.

Wir unterstützen Sie, Ihr Leben so aktiv und selbstbestimmt wie möglich zu gestalten.

- Sie wollen mit anderen Menschen z.B. einem Hobby nachgehen?
- Sie wollen Ihr Wissen und Ihre Erfahrung auch anderen zugänglich machen?
- Sie haben in der Pflege Fragen zu:
  - Pflegeleistungen, Pflegestufen, Pflegehilfsmittel

- Ambulante Dienste, Hausnotruf
- Hauswirtschaftliche Kräfte
- Essen auf Rädern
- Seminare für pflegende Angehörige
- Tagespflege, Kurzzeitpflege
- Wohnen im Alter, betreutes Wohnen, Altenheime

Wir unterstützen Sie bei Ihren Ideen und Wünschen und helfen Hindernisse abzubauen – kostenlos.

### **Trägerverein aktiv55plus e.V**

Grabenstr. 18, Tel. 927 7353,

Montag – Freitag, 09.00 – 12.00 Uhr  
und  
Donnerstag-Nachmittag nach  
Vereinbarung

## In eigener Sache

Der Trägerverein **aktiv55plus e.V.** Radevormwald, die für die Bürger dieser Stadt zuständige Beratungsstelle für ältere und pflegebedürftige Menschen, ist vor 1 Jahr von der Grabenstraße 28 in die Grabenstraße 18 umgezogen, weil die Frequenz der besuchenden und der aufzusuchenden Bürger immer mehr zugenommen hat und dadurch die Räume in der Grabenstraße 28 zu klein geworden waren.

Mit dem **ökumenischen Hospiz**, deren Büro im gleichen Gebäude ist, haben wir durch die inhaltliche Nähe eine sehr gute Kooperation.

Unsere Aufgabenschwerpunkte sind u.a.:

- individuelle Bedarfsklärung
- Auskunft über die gesetzlichen Leistungen und Finanzierungsmöglichkeiten
- Unterstützung bei der Auswahl und Inanspruchnahme von ambulanten, teil- und vollstationären Pflegeangeboten
- Informationen zum Thema „Demenz“ und die damit verbundenen gesetzlichen Leistungen
- Beratung zum Themenkomplex Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Betreuungsverfügung
- Unterstützung bei der Auswahl von Alltagshilfen (z.B. Einkaufshilfen, Renovierungs- und Umzugsunterstützung, psychosoziale Betreuung)
- Unterstützung bei der Auswahl von Angeboten im Bereich „betreutes Wohnen“ bzw. „Service-Wohnen“

- Informationen über palliative und hospizliche Versorgung

Die Senioren- und Pflegeberatung **aktiv55plus** berät trägerunabhängig, neutral und kostenlos. Zusätzlich werden zahlreiche Informationsbroschüren zu einzelnen Themen und Angeboten bereitgehalten.

Die Mitarbeiterinnen von **aktiv55plus** kennen aus langjähriger Erfahrung die Belastungen, Nöte und Bedürfnisse von Betroffenen und Pflegenden und suchen gemeinsam mit allen Beteiligten nach individuellen Lösungen und den richtigen Ansprechpartnern. Zu diesem Zweck arbeiten wir eng mit all denen zusammen, die in Radevormwald und dem Oberbergischen Kreis mit dem Themenfeld

Pflege und sozialen Hilfeleistungen für Menschen zu tun haben.

Im Einzelfall unterstützt **aktiv55plus** auch bei der Auswahl eines individuellen Pflegearrangements. Sprechen Sie uns an oder besuchen Sie uns in unseren Räumlichkeiten.

Trägerverein **aktiv55plus** Radevormwald e.V.

Grabenstr. 18

42477 Radevormwald

Telefon: 02195 9277353

Fax: 02195 9277363

E-Mail: [info@aktiv55plus.de](mailto:info@aktiv55plus.de)

Homepage: [www.aktiv55plus.de](http://www.aktiv55plus.de)

**A****Altenheime**

Bonne Vie	11
Johanniter-Altenheim	11

**AWO**

Senioren-Nachmittag	12
---------------------	----

**B****Bergischer Geschichtsverein**

Anfänge der Arbeiterbewegung	12
------------------------------	----

**Bergischer Naturschutzverein e.V. (RBN)**

Ehrenamtliche Helfer gesucht	13
------------------------------	----

**Bürgerbus**

Mobil mit dem Bürgerbus	13
-------------------------	----

**Bürgerverein Wupperorte**

Sprechstunden	14
---------------	----

**C****Chöre**

MGV Hahnenberg	14
Paul-Gerhardt-Chor	15
Radevormwalder Männerchor	15
MGV „Sängerbund“	15

**DRK**

Blutspendedienst Radevormwald	16
BlutspendedienstDahlhausen	16
Handarbeitskreis	16
DRK-Aktion „Hilfe für alte Menschen“	16

**E****Englisch für Senioren**

Mortimer English Club	17
Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse	17
Englisch für Fortgeschritte	17
Let's read a book	17
Train your brain: T4U	18

**Ev.-luth.Kirchengemeinde**

Frauen im Gespräch	18
Frauenkreis	18
Handarbeitskreis	19
Männerkreis	19
Jahreslosung	19
Bericht und Film aus Namibia	19

***Ev. luth. Martini-Kirchengemeinde***

Wie steht es um die Zukunft d. Martini-Gemeinde	20
Kaffeefahrt zur Winterzeit	20
Treff	20

***Ev. Kirchengemeinde Dahlerau***

Kommt, lasst uns singen	21
Jahresrückblick 2011	21
Große Geburtstagsfeier im Club	21
Wir halten beim Singen an der Gemeinschaft fest	21
„Spielen, raten, knobeln“	22

***Ev. ref. Kirchengemeinde***

Allianz-Gebetswoche	22
Bastelkreis	22
Besuchsdiensttreffen	23
Café-Treff	23
Kunstaussstellung	23
Mittwochscaffee	23
Ökumenische Marktandacht	23
Tanzabend	23

***Ev. Kirchengemeinde Remlingrade***

Gemeindetreff	24
Männerkochgruppe	24
Ökumenischer Frauentreff	24
Posaunenchor	24
Singkreis	25

**F*****Freiwillige Feuerwehr***

Neujahrskonzert	25
-----------------	----

**H*****Heimatmuseum***

Öffnungszeiten: sonntags von 14.30 – 17.00 Uhr	25
Ausstellung: Radevormwald in alten Ansichten	25
Arbeitskreis Museum	26

**K*****Kath. Kirchengemeinde St. Josef******Vogelsmühle***

Gute-Laune-Treff	26
Seniorentreff	26

***Kath. Kirchengemeinde St. Marien + Josef******Radevormwald***

Närrisches Kaffeetrinken	27
Treff der Älterengemeinschaft	27

**Kino-Nachmittag**

am 24.01.2012 (Titel liegt noch nicht vor)	27
am 21.02.2012 (Titel liegt noch nicht vor)	28

**Kulturkreisangebote**

„Re-Beatles“ – das Projekt	28
„Iphigenie auf Tauris“	29
„Gärtnerin aus Liebe“	29

**L****Literaturcafé**

Lesungen	29
----------	----

**M**

Mittagstische	30
Musikangebot	30

**Ö****Ökumenische Gruppen****Ambulantes ökumenisches Hospiz**

Sprechstunde	30
Café für Trauernde	30
neuer Hospizkurs ab 24.02.2012	31

**Ökumenischer Gesprächskreis**

Rückblick und Ausblick	32
„Auswirkung unseres Handelns auf die 3. Welt	32
Vorankündigung: Dietrich Bonhoeffer	32

**Ökumenischer Mittagstisch**

Mittagstisch für Bedürftige	32
-----------------------------	----

**Ökumenische Initiative**

Offener Bürgertreff im Bürgerhaus	33
Demenz-Café „Alltagspause“	33
Mittagessen im Bürgerhaus	33

**Ökumenische Weltladengruppe**

Waren aus fairem Handel	34
-------------------------	----

**S****Schachverein**

Schachspielen	35
---------------	----

**Selbsthilfegruppen**

nach Brustkrebs	35
Diabetes	35
Frauen am Wendepunkt	36
Morbus Bechterew	36

Parkinson-Betroffene	36
nach Schlaganfall	37
Selbstsuchthilfe	38
<b><i>Senioren treffen sich</i></b>	
Im Januar + Februar: keine Veranstaltungen	38
<b><i>Seniorenbeirat</i></b>	
Sprechzeiten	38
<b><i>Seniorenunion</i></b>	
Im Januar + Februar: keine Veranstaltungen	38
<b><i>Skatclub Radevormwald</i></b>	
Skatspielen für Seniorinnen/-en	39
<b><i>Sonstiges</i></b>	
Boule spielen	40
<b><i>Sportvereine</i></b>	
Präventionsangebote der Turn- und Sportvereine	39
<b><i>Dahlhauser Turnverein</i></b>	
Herzsportgruppe	39
Outdoor für Frauen und Männer	40
Wirbelsäulengymnastik für Frauen	40
Wirbelsäulengymnastik für Männer	40
<b><i>Herbecker Turnverein</i></b>	
Knieschule	40
Qi Gong	41
Tai chichuan	41
Wirbelsäulengymnastik (Prävention) Petra Pfeffer	41
Wirbelsäulenkurs (Prävention) Carsten Burghoff	41
<b><i>Radevormwalder Turnverein</i></b>	
Bewegen – nicht rusten	42
ER+ SIE, Senioren 65+	42
Gymnastik in der Krebsnachsorge	42
Wandern mit Horst Konze und anderen	42
Wassergymnastik	43
<b><i>TSV Schwarz-Weiß Radevormwald</i></b>	
Funktionsgymnastik für Frauen ab 55	44
Nordic Walking	44
Osteoporose-Gymnastik	44
Präventive Wirbelsäulenschonung	44
Selbstverteidigung für alle ab 55	44
Senioren –fit ab 50	44
Walking	45

Wassergymnastik	45
Wirbelsäulengymnastik Gisela Müller	45
Wirbelsäulengymnastik Carola Kremers	45
<b><i>Stadt Radevormwald</i></b>	
Eiszeit	45
„Laufende Gespräche“	46
<b><i>Suchthilfe</i></b>	
Sprechstunde der Suchthilfe	46
<b>V</b>	
<b><i>VDK-Sozialverband</i></b>	
Sprechstunde	47
<b><i>Volkshochschule</i></b>	
Atem-, Ausgleichs- und Haltegymnastik	47
Gymnastik für Ältere	48
Fröhliches Wandern für Leute von 59 –99	49
<b>W</b>	
<b><i>Wandern</i></b>	
	49
<b><i>Wülfigmuseum</i></b>	
Öffnungszeiten	50
Januar-März keine Aktionstage	50

## **A**

### ***Altenheime***

#### **Altenheim “Bonne Vie”**

##### **Demenzcafé**

Uelfestr. 24

an jedem Donnerstag

von 15:00 – 18:30 Uhr

Auskunft: Frau Rita Zimmer Tel. 02195/6860
---

#### **Altenheim des Johanniter-Ordens**

##### **Tagespflege-Café**

Die Tagespflege im Johanniter-Altenheim bietet jeden 1. Mittwoch im Monat ein Schnupperangebot für Interessierte an.

Ab 14:00 Uhr kann an einem einstündigen Gruppenangebot teilgenommen werden.

Danach lädt die Tagespflege zum Kaffeetrinken ein.

04.01. und 01.02.2012

jeweils 14:00 – 16:00 Uhr

Ansprechpartner: Johanniter-Altenheim, Höhweg 8 Frau Schultheis, Tel. 02195/600 914
---

## **AWO**

### **Seniorenachmittag**

der Arbeiterwohlfahrt

montags, 13:00 – 17:00 Uhr, im  
Haus der Arbeiterwohlfahrt, Flurstr. 12

Die Teilnehmer werden von zu Hause  
abgeholt und wieder nach Hause gebracht.

Es gibt selbst gebackenen Kuchen und  
warmes Abendessen zu kleinen Preisen.

Es werden Brettspiele und andere Spiele  
gespielt.

Arbeiterwohlfahrt (AWO), Flurstr. 12, Auskunft: Tel. 02191/62646
--

## **B**

### ***Bergischer Geschichtsverein***

Veranstaltungen des BGV lagen uns bei  
Redaktionsschluss leider nicht vor.

Bergischer Geschichtsverein e.V., Abteilung Radevormwald, Vorsitzender: Armin Maurer, Tel. 02191/61918 <a href="http://www.bgv-radevormwald.de">www.bgv-radevormwald.de</a>
---

***Bergischer Naturschutzverein e.V. (RBN)*****Ehrenamtliche Helfer gesucht**

Wer sich wie der Bergische Naturschutzverein für die Lebensgrundlagen von Mensch, Tier und Pflanze engagieren möchte, ist herzlich eingeladen sich einzubringen. Auch ohne Fachwissen können Neueinsteiger bei Büroarbeit, bei Veranstaltungen oder draußen im Gelände eine große Hilfe für die älteren Aktiven sein.

Auskünfte bei: RBN Bergischer Naturschutzverein e.V.  
Ortsverband Radevormwald  
Kathi Hentzschel, Tel. 02195/3388,

***Bürgerbus*****Mobil mit dem Bürgerbus!**

Der Bürgerbus ist aus dem Stadtbild nicht mehr fortzudenken, er ermöglicht, dass Nicht-Motorisierte auf dem Stadtring und von und zu vielen Außenortschaften bequem und kostengünstig mit einem öffentlichen Verkehrsmittel fahren können.

Eine Einzelfahrt kostet **1,70 €**, beim Kauf einer Viererkarte zu **6,40 €** nur **1,60 €** Schwerbehinderte mit amtlichem

Ausweis und gültiger Marke fahren  
kostenlos.  
Beim Ein- und Ausstieg mit Rollatoren und  
Einkaufswagen wird geholfen.

Bürgerbus-Verein Radevormwald e.V. Tel. im Bus: 0151/173 36990 Tel. Uwe Orzeske: 02195/8322
---

### ***Bürgerverein Wupperorte***

Büro in der Filiale der Sparkasse, Kirchstr.

Sprechstunden von 14:30 – 17:30 Uhr jeweils donnerstags Martina Osenberg oder Armin Barg Tel. 02191/696 0952 buergerverein-wupperorte@t-online.de
--

### **C** ***Chöre***

**MGV Hahnenberg**  
Benefizkonzert zu Gunsten  
von Blerim Kurtajunter Mitwirkung des  
Gospelchors und von Gastsolisten  
im Saal des Bürgerhauses  
Samstag, 14.01.2012, 19.30Uhr

Organisation: Karin Antrecht, Tel. 02195 /684191
---

**Paul-Gerhardt-Chor**

Singen im Paul-Gerhardt-Chor  
 Der gemischte Chor lädt alle  
 sangesfreudigen Bürger herzlich zum  
 Mitsingen in das Wartburghaus ein.  
 Probe montags von 20:00 – 21:30 Uhr

Weitere Infos bei: Ansprechpartnerin Christel Nölle, Tel. 02195/3142
---

**Radevormwalder Männerchor**

Singen im Radevormwalder Männerchor  
 1951 e.V.  
 Trauen Sie sich! Keine Angst, singen kann  
 jeder, ob jung oder alt, jeder Mann ist  
 willkommen.  
 Probeabende immer dienstags, 20:00 Uhr  
 im Gymnastikraum i.d. Turnhalle der  
 Grundschule Blumenstr./Neustr.

Ansprechpartner: Manfred Mohrhenn Rudolf-Harbig-Str. 40, Tel. 02195/7446 auch im Internet unter: <a href="http://www.radevormwalder-maennerchor.de">www.radevormwalder-maennerchor.de</a>
--

**MGV „Sängerbund“**

Der MGV „Sängerbund“ 1879 e.V.  
 Radevormwald **sucht Sänger** ab 55+.  
 Treffen jeden Montag ab 19:30 – 21:00 Uhr  
 im Sängerheim Ennepetal-Königsfeld  
 (Stadtgrenze Radevormwald)

Ansprechpartner: Kurt-Dieter Schmidt, Tel. 02195/5319
--

**D*****DRK-Radevormwald*****Blutspendedienst**

in der Gemeinschafts-Grundschule Stadt,  
Carl-Diem-Straße  
Donnerstag, 16.02.2012, 14:30–20:00h

DRK, Ortsverein Radevormwald, Tel. 02195/3273
--

***DRK-Dahlhausen*****Blutspendedienst**

in der Aula der Grundschule Wupper,  
Aufder Brede  
im Januar und Februar keine Termine

DRK, Ortsverein Dahlhausen/Wupper, Ralf Feldhoff, Tel. 02191/6 38 24
---

**DRK-Handarbeitskreis**

im DRK-Haus, Carl-Diem-Str. 7,  
jeden Dienstag, 15:00 bis 17:00 Uhr

DRK, Ortsverein Radevormwald, Elfi Helmich, Tel. 02195/3273
--

**DRK - Aktion „Hilfe für alte Menschen“**

Die Aktion: „Hilfe für alte Menschen“  
betreut Menschen, die aufgrund ihres Alters  
isoliert sind.

Für die Aktion werden ehrenamtliche  
Helfer gesucht.

Auskunft: DRK Radevormwald Tanja Rübke, Tel. 02195/4484
--

**E*****Englisch für Senioren*****Mortimer English Club**

Wir lernen in kleinen Gruppen mit 4 Teilnehmern, so dass jeder ohne Leistungsdruck mit viel Spaß sprechen kann. Mortimer hat eigenes Unterrichtsmaterial, der Schwerpunkt liegt auf freiem Sprechen.

**Englisch für Anfänger ohne Vorkenntnisse**

In diesem Kurs lernen Sie die beiden Ehepaare unseres Unterrichtsbuches kennen und gehen mit ihnen gemeinsam auf Reise.

Alltagssituationen, Urlaubsgespräche usw.  
 Beginn: Mittwoch, 11.01.2012,  
 09:00-10:30Uhr

**Englisch für Fortgeschrittene**

Once a week – time to speak

Beginn: mit dem 2.

Unterrichtsbuch Mittwoch, 11.01.2012,  
 11:00 – 12:30 Uhr

**Let's read a book**

In diesem Kurs wollen wir gemeinsam ein englisches Buch oder Kurzgeschichten lesen.

Besprechung und Beginn:

Montag, 16.01.2012, 11:00-12:30 Uhr

## **Train yourbrain: T4U**

Englisch mit Spielen und Rätseln

Beginn: Dienstag, 17.01.2012

09:00 – 10:30 Uhr

Jutta Wichert-Schwiergolik  
Mortimer English Club, Burgstr. 2  
Tel. 02195/7792  
[www.mortimer-english.com](http://www.mortimer-english.com)

## ***Ev.-luth. Kirchengemeinde***

### **Frauen im Gespräch**

im Wartburghaus mit Karin Weber

Gedanken zur Jahreslosung 2012

Pfr.i.R. Dietrich Menn

Mittwoch 11.01.2012, 15:00 Uhr

Bericht v.d.Landessynode 2012

Mittwoch 25.01.2012, 15:00 Uhr

Andalusien – 2.Teil mit Otto Cords

Mittwoch 08.02.2012, 15:00 Uhr

„Steht auf für die Gerechtigkeit“ –

Weltgebetstag

Mittwoch 22.02.2012, 15:00 Uhr

Ev.-luth. Kirchengemeinde Radevormwald  
Leiterin: Katrin Weber, Tel. 02195/8784

### **Frauenkreis**

mit Pfarrerin Manuela Melzer

und Lore Cords

im Paul-Gerhardt-Haus

mittwochs, 18.01., 01.02., 15.02. und  
29.02.2012, jeweils 15:00 – 16:30 Uhr  
am 18.01.: Gedanken zur Jahreslosung

**Handarbeitskreis**

mit Margret Raiger

im Wartburghaus, Andreasstr. 2,

mittwochs, 18.01., 01.02., 15.02 und  
22.02.2012, jeweils um 15:00 Uhr

Ev.-luth. Kirchengemeinde , Gemeindeamt Radevormwald Tel. 02195/67710
---

**Männerkreis im PGH**

mit Pfarrer Erhard Falkenhagen

Treffen: in der Regel jeden ersten

Donnerstag im Monat

10:00 – 12:00 Uhr

**Jahreslosung „Jesus Christus spricht:  
Meine Kraft ist in den Schwachen  
mächtig“**

anschl. Gespräch zum Thema mit

Pfr. Erhard Falkenhagen

Donnerstag, 05.01.2012,

10:00-12:00 Uhr

**Bericht und Film aus Namibia**

unser dortiger Partnerkindergarten

„Gobabis“

Donnerstag, 02.02.2012, 10:00-12:00 Uhr,

Referent: Wolfgang Belzer

Ev.luth.Kirchengemeinde,  
Gemeindeamt Tel. 02195/67710  
Otto Cords, Tel. 02195/2283

***Ev. luth. Martini-Kirchengemeinde***

**Wie steht es um die Zukunft unserer  
Martini-Gemeinde und der SELK?**

Referenten: Superintendent Gerhard  
Triebe, Düsseldorf und Pastor Johannes  
Drees

im Gemeindehaus

Samstag, 07.01.2012 15:30 Uhr

**Kaffeefahrt zur Winterzeit**

zur Hohen Bracht im Sauerland  
siehe besonderes Info-Schreiben

Samstag, 04.02.2012,

Abfahrt: 14:00 Uhr ab Gemeindehaus

Seniorentreff der Ev.-luth. Martinigemeinde  
Radevormwald, Auskunft: Friedel Müller,  
Tel. 02191/65308

**Treff**

in der Martini-Stubeim

Pastor-Karl-Haver-Zimmer, Uelfestr. 11,  
jeden Freitag, 15:00 – 18:00 Uhr

Auskunft: Ev.-luth. Martinigemeinde  
Uelfestr.15, Tel. 02195/931 300

## ***Ev. Kirchengemeinde Dahlerau***

### **„Kommt, lasst uns singen“**

Proben der Senioren- Singgemeinschaft  
Leitung: Lothar Körschgen  
Ev. Gemeindehaus, Siedlungsweg 24  
11.01., 18.01. und 25.01.2012, jeweils von  
17:00 – 18:30 Uhr

### **„Jahresrückblende 2011“**

Wir erinnern uns an die Aktivitäten 2011  
und sagen herzlichen Dank für jegliche  
Unterstützung. Anregungen für 2012  
werden gerne entgegen genommen.  
Ev. Gemeindehaus Siedlungsweg 24  
Donnerstag, 12.01.2012, 14:30-17:00 Uhr

### **„Große Geburtstagsfeier im Club“**

Alle Geburtstagskinder aus dem  
vergangenen Jahr dürfen noch einmal auf  
ihren Geburtstag anstoßen. Wir beginnen  
mit einem Sektumtrunk. Nach einem  
gemeinsamen Mittagessen verbringen wir  
unterhaltsame Stunden miteinander, die  
durch die SSG und SC-Mitglieder gestaltet  
werden.

Ev. Gemeindehaus, Siedlungsweg 24  
Donnerstag, 26.01.2012, 14:30–17:00 Uhr

### **„Wir halten beim Singen an der Gemeinschaft fest“**

Proben der Senioren- Singgemeinschaft  
Leitung: Lothar Körschgen

Ev. Gemeindehaus, Siedlungsweg 24  
01.02., 08.02., 15.02., 22.02. und  
29.02.2012, jeweils von 17:00 –18:30 Uhr

**„Spielen, raten, knobeln und mehr“**

Ein unterhaltsamer Nachmittag für jeden.  
Materialien zur Unterhaltung können gerne  
mitgebracht werden.

Ev. Gemeindehaus, Siedlungsweg 24  
Donnerstag, 09.02.2012, 14:30-17:00 Uhr

Seniorenclub der Ev. Kirchengemeinde Dahlerau Leiterin: Maria Riese, Tel. 02191/62986
---

***Ev. ref. Kirchengemeinde***

**Allianz-Gebetswoche**

10.01. – 15.01.2012 in Radevormwald  
Dienstag bis Sonntag, an verschiedenen  
Orten

Bitte beachten Sie die Tagespresse,  
außerdem erhalten Sie Auskunft im  
Gemeindeamt Grabenstr. 20

**Bastelkreis**

im Dietrich-Bonhoeffer-Haus,  
Ludwig-Beck-Str. 4  
Montag, 09.01.2012, 15:00 Uhr  
13.02.2012, 15:00 Uhr

### **Besuchsdiensttreffen**

im Dietrich-Bonhoeffer-Haus

Mittwoch, 22.02.2012, 19.00 Uhr

### **Café-Treff**

im Dietrich-Bonhoeffer-Haus

Freitag, 20.01.2012, 15:30 Uhr

17.02.2012, 15:30 Uhr

### **Kunstaussstellung**

In der reformierten Kirche

Ausstellungseröffnung:

Sonntag, 22.01.2012, 15:00 Uhr

### **Mittwochscaffee**

im Dietrich-Bonhoeffer-Haus

Mittwoch, 25.01.2012, 15:00-17:00 Uhr

Thema: „Ich habe Dich bei Deinem  
Namen gerufen“

Vortrag von Pfr. Witthöft

Mittwoch, 29.02.2012, 15:00-17:00 Uhr

Thema: „Bilder-Raten“

### **Ökumenische Marktandacht**

in der ev. ref. Kirche am Markt

jeden Samstag, 11:00 – 11:15 Uhr

### **Tanzabend**

im Dietrich-Bonhoeffer-Haus

Sonntag, 08.01.2012 um 20:00 Uhr

12.02.2012 um 20:00 Uhr

Auskünfte: Ev.-ref. Kirchengemeinde, Gemeindeamt, Grabenstr. 20, Tel. 02195/ 1314
---

*Ev. Kirchengemeinde Remlingrade*

**Gemeindetreff**

im Gemeindehaus Herkingrade  
am 18.01. und 08.02.2012  
jeweils um 15:00 Uhr

Ansprechpartnerin: Pfarrerin Maria Kluge,  
Tel. 02195/68 91 29

**Männerkochgruppe**

im Gemeindehaus Herkingrade  
am 10.01. + 14.02.2012  
jeweils um 18:30 Uhr

Ansprechpartner: Hartwig Kluge,  
Tel. 02195/68 91 29

**Ökumenischer Frauentreff**

im Gemeindehaus Herkingrade  
am 09.01., 23.01. und 06.02.2012  
jeweils um 18:00 Uhr

Ansprechpartnerin: Pfarrerin Maria Kluge,  
Tel. 02195/68 91 29

**Posaunenchor**

im Gemeindehaus Herkingrade  
jeden Dienstag, 19:45 Uhr

Ansprechpartner: PeterMokross,  
Tel. 02058/89 69 56

## **Singkreis**

im Gemeindehaus Herkingrade  
jeden Donnerstag, 20:00 Uhr

Ev. Kirchengemeinde Remlingrade, Petra Basener, Tel. 02195/3 04 36
---

## **F**

### ***Freiwillige Feuerwehr***

## **Neujahrskonzert**

Vom Musikzug der Freiwilligen Feuerwehr  
Radevormwald  
im Saal des Bürgerhauses  
Sonntag, 08.01.2012, 11:00 Uhr

Auskunft: Marcus Strunk, Tel. 68 96 42
--

## **H**

### ***Heimatmuseum***

Das Heimatmuseum Hohenfuhrstr. 8:  
hat folgende Öffnungszeiten:  
jeden Sonntag, 14:30 – 17:00 Uhr,  
Eintritt frei!  
Für Gruppen jederzeit nach Vereinbarung:  
Tel. 02195/2775

### **Ausstellung**

#### **„Radevormwald in alten Ansichten“**

Eine Zusammenstellung von alten  
Postkarten und Bildern.

Beginn: 15.01.2012, Ende: 29.04.2012

**Der „Arbeitskreis Museum“ sucht dringend Verstärkung zur Mitarbeit.**  
Die Arbeitskreismitglieder treffen sich mehrmals jährlich zu Vorbesprechungen in geselliger Runde und auch ein kleines „Weihnachtsessen“ auf Vereinskosten als Dankeschön ist damit verbunden.

Heimat- und Verkehrsverein e.V.  
„Arbeitskreis Museum“, Ansprechpartner:  
Elke Steinkamp, Tel. 02195/6197 und  
Ursula Mahler, Tel. 02195/1795

**K**  
***Kath. Kirchengemeinde St. Josef  
Vogelsmühle,***

**Gute-Laune-Treff**  
der Kolpingfamilie St. Josef  
Pfarrheim St. Josef, Kirchstraße  
samstags um 18:00 Uhr

**Seniorentreff**  
Des Seniorenclubs der kath.  
Kirchengemeinde St. Josef im Kath.  
Pfarrheim, Kirchstraße 30  
jeden 2. Freitag im Monat von  
15:00 – 17:00 Uhr

Kirchengemeinde, St. Josef, Kirchstr. 30  
Auskunft: Annette Fuchs,  
Di. 10:00–11.30, Do. 15:30-16.30 Uhr, Tel.  
02191/667273

***Kath. Kirchengemeinde St. Marien/ Josef  
Radevormwald und Kolpingfamilien***

**„Närrisches Kaffeetrinken“**

im Foyer des Bürgerhauses

Veranstalter: katholische Frauen KFD

Mittwoch, 08.02.2012, 15:11 Uhr

Auskunft: Kath. Kirchengemeinde St. Marien, Pfarramt, Tel. 02195/1220
--

**Treff der Älterengemeinschaft**

im Caritashaus, Hohenfuhrstraße

ab 19.01.2012 jeden Donnerstag,

ca. 15:15 Uhr

(im Anschluss an die Messe, die  
um 14:30 Uhr beginnt)

Auskunft: Edeltraut Maciejok Tel. 02195/1648
---

***Kino-Nachmittag***

Die Seniorenvertretung veranstaltet ab  
September 2011 wieder regelmäßig einen  
Kino-Nachmittag mit Kaffee und Kuchen  
im Corso-Kino.

**Filme:**

**Der Filmtitel für Januar steht leider  
noch nicht fest.**

**Bitte beachten Sie die Tagespresse!**

Dienstag, 24.01.2012, 15:00 Uhr

(ab 14:30 Kaffee und Kuchen möglich)

**Der Filmtitel für Februar steht leider noch nicht fest.**

**Bitte beachten Sie die Tagespresse!**

Dienstag, 21.02.2012, 15:00 Uhr

(ab 14:30 Kaffee und Kuchen möglich)

Ansprechpartnerin:

Bärbel Lippelt, Tel. 02195/59759

### ***Kulturkreisangebote***

Auch in der 63. Spielzeit des Kulturkreises Radevormwald e.V. erwartet die Zuschauer wieder ein abwechslungsreiches Programm.

Holen Sie sich das Programmheft, das u.a. in der Geschäftsstelle (Bücherei) und im Rathaus ausliegt.

Der Kulturkreis bietet preisgünstig ein Voll-Abo und ein Wahl-Abo an.

Außerdem gibt es Sonderveranstaltungen. Selbstverständlich können Sie auch Karten für die jeweiligen Veranstaltungen erwerben.

### **Re-Beatles – Das Projekt**

Beatles Revival Band

im Saal des Bürgerhauses

Freitag, 20.01.2012, 19:30 Uhr

**„Iphigenie auf Tauris“**

Schauspiel von Johann Wolfgang von Goethe

Gastspiel des Rheinischen Landestheaters  
Neuss

im Saal des Bürgerhauses

Mittwoch, 25.01.2012, 19:30 Uhr

**„Gärtnerin aus Liebe“**

Oper in 3 Akten von Wolfgang Amadeus Mozart

Theaterfahrt nach Wuppertal

Sonntag, 05.02.2012, 18:00 Uhr

Auskunft: Geschäftsstelle des Kulturkreises in der Stadtbücherei, Tel. 02195/932177+78
---

**L**

**Literaturcafé**

Juri Trifonow: Das Haus an der Moskwa

Elliot Perlmann: Die sieben Seiten der  
Wahrheit

Dienstag, 31.01.2012, 19:30 Uhr

im Mehrzweckraum des Bürgerhauses

Interessenten sind herzlich willkommen,  
keine Voranmeldung nötig

Ansprechpartnerinnen:
-----------------------

Gudrun Buttchereyt Tel. 02195 / 2301
--------------------------------------

Barbara Aldermann Tel. 02195 / 3712
-------------------------------------

## M

### *Mittagstische*

#### **Mittagstisch für Bedürftige**

Wartburghaus  
siehe Seite 32

#### **Mittagessen**

im Bürgertreff  
siehe Seite 33

### *Musikangebote*

#### **Klavierunterricht**

Auskunft: Elke Martina Klein  
Tel. 0160 902 09995

## Ö

### *Ökumenische Gruppen*

#### *Ambulantes ökumenisches Hospiz*

donnerstags von 16:00 – 18:00 Uhr und  
nach Vereinbarung in der Grabenstr.18  
montags von 13:30 – 15:30 Uhr im  
Johanniter-Krankenhaus, Raum des  
Sozialdienstes

#### **Café für Trauernde**

Hier können trauernde Menschen in einer  
geschützten Atmosphäre miteinander ins  
Gespräch kommen oder einfach nur  
zuhören. Neue Gäste sind herzlich  
willkommen.

Grabenstr. 18

Donnerstag, 05.01. und 02.02.2012,  
jeweils 15:30 – 17:00 Uhr

**Neuer Hospizkurs Beginn: 24.02.2012**

Das ökumenische Hospiz gibt interessierten Frauen und Männern die Möglichkeit, sich mit den Themen Sterben, Tod und Trauer auseinander zu setzen. Der Kurs möchte die Wahrnehmung der Teilnehmenden schulen und dazu befähigen, schwerkranken und sterbenden Menschen und ihren Angehörigen einfühlsam zu begegnen. Der Grundkurs umfasst zwei Wochenenden jeweils Freitag/Samstag, der Aufbaukurs 3 Wochenenden, dazu kommen 10 Abende mit unterschiedlichsten thematischen Schwerpunkten wie z.B. Schmerztherapie, Seelsorge, Bestattungsmöglichkeiten, Patientenverfügung usw. Eine spätere Mitarbeit im Hospiz ist erwünscht, jedoch nicht Voraussetzung. Der Anmeldung muss ein Gespräch mit der Koordinatorin Marina Weidner vorausgehen.

<p>Ambulantes Ökumenisches Hospiz e.V. Grabenstr. 18 Marina Weidner, Tel. 02195/68 49 36</p>
--

*Ökumenischer Gesprächskreis*

**Rückblick und Ausblick**

Ökumene vor Ort

im Wartburghaus

Dienstag, 03.01.2012, 15:30 Uhr

**„Auswirkung unseres Handelns auf die  
3. Welt“**

Referent: Dr. Löschke

im Wartburghaus

Dienstag, 07.02.2012, 15:30 Uhr

**Vorankündigung**

**„Dietrich Bonhoeffer“- Mensch,  
Theologe und Widerstandskämpfer**

Referent: Dr. Decker

im Wartburghaus

**Donnerstag, 01.03.2012, 10:00 Uhr**

Ökumenischer Gesprächskreis, Auskunft: Joachim Nickisch, Tel. 02195/2992
--

*Ökumenischer Mittagstisch*

**Mittagstisch für Bedürftige**

Wartburghaus

jeweils am Dienstag 11:30 – 13:00 Uhr

Ökumenischer Mittagstisch, Auskunft: Johanna Unkrig, Tel. 02195/ 30729
--

## *Ökumenische Initiative e.V.*

### **Offener Bürgertreff**

Der Bürgertreff im Bürgerhaus,  
Schlossmacherstraße, bietet ein vielseitiges  
Programm.

Öffnungszeiten

Mo. – Fr. 10:00 – 18:00 Uhr,

Do. Nachmittag geschlossen

**Der Bürgertreff ist in Neuen Jahr vom  
02.01. bis 06.01.2012 geschlossen!**

### **Demenz-Café, „Alltagspause“**

im Bürgertreff, Schlossmacherstr. 4  
spezielles Betreuungsangebot für  
pflegebedürftige/dementiell erkrankte  
Menschen

jeden Mittwoch, 10:00 – 14:00 Uhr

Zusätzlich zu dieser Betreuung bieten wir  
auch eine Einzelbetreuung für diese  
erkrankten Menschen in ihrer Häuslichkeit  
an.

Britta Eschbach
-----------------

Tel. 0178 599 0827
--------------------

### **Mittagessen, „Senioren kochen für Senioren“**

im Bürgertreff, Schlossmacherstraße  
(nach Voranmeldung)

montags jeweils um 12:30 Uhr

**Reichhaltiger besonderer Mittagstisch**

im Bürgertreff, Schlossmacherstraße  
 jeden 1. Dienstag im Monat  
 03.01.2012 und 07.02.2012  
 jeweils um 12:30 Uhr

Ansprechpartnerin vor Ort: Krystyna Betz  
 Britta Eschbach (für Demenz-Café)  
 Tel. 02195/599 858

### **Treff der Ökumenischen Weltladengruppe**

Die Frauen im Weltladen – Wartburghaus kennen die Not in den Dörfern und in den Slums der sog. Dritten Welt. Fairer Handel ist notwendig, damit die Menschen einen angemessenen Lohn für ihre Arbeit erhalten. Der ökumenische Weltladen verkauft nur Waren aus fairem Handel. Der „Faire Handel“ wächst! Laut Presseinformation des „Forum fairer Handel“ ist der Umsatz 2010 um 28% gestiegen!

Unsere ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen beschaffen und verkaufen diese Waren. Sind Sie an einer Mitarbeit interessiert? Wollen Sie sich engagieren? Dann sprechen sie uns an!

Ökumenische Weltladengruppe  
 Ansprechpartnerinnen:  
 Karin Hall, Tel. 02195/7940  
 Gerda Becker, Tel. 02195/8220  
 Christel Kümpel, Tel. 02195/7569

**S*****Schachverein*****Schachspielen**

Schach ist eine interessante Alternative für Jung und Alt.

Bleiben Sie geistig jung:

trainieren Sie Ihre „grauen Zellen“ durch Freundschafts- oder Turnierspiele.

Freizeitheim Am Kollenberg (beim Stadion)

jeden Freitag, ab 20:00 Uhr

Radevormwalder Schachverein 1925
----------------------------------

Ansprechpartner: 1. Vorsitzender: Michael Christmann, Tel. 02191/661280
---

***Selbsthilfegruppen*****Selbsthilfegruppe nach Brustkrebs**

im Sana-Klinikum, Bildungszentrum,

Burger Str. 211, 42859 Remscheid

Treffen jeden 2. Mittwoch im Monat,

18:00 Uhr

Kontakt: Beate Wingart, Tel. 02193/465
--

**Selbsthilfegruppe Diabetes**

Erfahrungsaustausch, Fachvorträge,

Selbsthilfe

Bürgertreff im Bürgerhaus

Treff zu den genannten Terminen

ab 18:00 Uhr zum Erfahrungsaustausch, die

Vorträge beginnen 18:30 Uhr.

### **Vortrag zum Thema Diabetes**

Thema und Referent werden zu gegebener Zeit in der Tagespresse bekanntgegeben.

Mittwoch, 15.02.2012, 18:30 Uhr  
im Bürgertreff des Bürgerhauses

Infos: Anita Redlin, Tel. 02195/2234 und  
Barbara Kesting, Tel. 02195/ 30914

### **Selbsthilfegruppe „Frauen am Wendepunkt“**

vom Zauber der 2. Lebenshälfte  
mittwochs, 16:00 – 18:00 Uhr  
bei aktiv55plus, Grabenstr. 18

Ansprechpartnerin: Barbara Aldermann  
Tel. 02195/3712

### **Selbsthilfegruppe Morbus Bechterew**

Die Gruppe trifft sich zur Kranken-  
Gymnastik jeden Dienstag, 19:00 Uhr  
Bahnstr. 56 (Praxis Rose)

Ansprechpartner: Claus Kanter,  
Tel. 02195/933 826

### **Selbsthilfegruppe Parkinsonbetroffene**

#### **Achtung: neue Ansprechpartnerin:**

Agnes Hombrecher  
donnerstags, 14:30 Uhr im „BonneVie“  
Seniorenwohncentrum, Uelfestraße. 24

Regionalgruppe Radevormwald,  
Ansprechpartnerin: Agnes Hombrecher  
Tel. 02192/3526

### **Selbsthilfegruppe nach Schlaganfall**

Die Gruppe trifft sich im Haus am Park des Wermelskirchener Krankenhauses, Königstr. 102. Der Eingang ist für Rollstühle geeignet, Parkplätze gibt es ebenerdig in der Nähe.

Angeboten werden:

Gespräche und Fachreferate

jeden ersten Mittwoch im Monat,

17:00 – 19:00 Uhr

Krankengymnastik und parallel Austausch

für Angehörige

jeden dritten Mittwoch im Monat,

15:00 – 17:00 Uhr

Ansprechpartnerinnen: Brigitte Hallenberg

Tel. 02196/4129 und

Silke Jonas, Tel. 02193/50058,

Internet: [www.schlaganfall-wk.de](http://www.schlaganfall-wk.de)

### **Selbsthilfegruppe „Suchtselbsthilfe“**

Die Gruppe ALOS – offener Freundeskreis

für Suchtselbsthilfe – bietet Rat und Hilfe

f. Suchtgefährdete, Suchtabhängige,

Angehörige oder Bezugspersonen.

jeden Montag 19:30 – 21:00 Uhr

im Wartburghaus, Andreasstr. 2

Kontakt: Angelika Lenz, 02191/5602865

und Norbert Biesenbach, 02195/30169

oder [info@ofk-rade.de](mailto:info@ofk-rade.de)

## *Senioren treffen sich*

**wegen Krankheit finden im Januar und Februar keine Veranstaltungen statt.**

Falls doch noch Veranstaltungen möglich werden, wird dies in der Tagespresse bekannt gegeben.

In der Seniorengruppe sind auch jederzeit neue Interessenten herzlich willkommen.

Seniorengruppe „Senioren treffen sich“, Leitung: Irmgard Lunderstädt, Tel. 02195/8919
---

## **Seniorenbeirat Radevormwald**

### **Sprechzeiten des Beirates**

in den Räumen des Trägervereins

aktiv55plus e.V., Grabenstr. 18

04.01.2012, 10:30 – 11:30 Uhr

01.02.2012, 10:30 – 11:30 Uhr

## *Seniorenunion*

In den Monaten Januar und Februar 2012  
keine Aktivitäten

Auskünfte: Senioren Union der CDU Horst Enneper, Tel. 02195/2126
---

### ***Skatclub Radevormwald***

**Skatspielen für Seniorinnen/ -en**  
 in den Jugendräumen des Bürgerhauses  
 Ausrichter: Skatclub Radevormwald  
 Montag, 09.01.+ 23.01.2012  
 Montag, 06.02.+ 27.02.2012,  
 jeweils 13:30 – 18:00 Uhr

Ansprechpartner: Günter Jacobi  
 Tel. 02195 / 68219

### ***Sonstiges***

**Boule spielen**  
 Platz an der Wiesenstraße  
 jeden Freitag, 14:30 Uhr

Ansprechpartner: Harald Brede,  
 Schwenke/Halver, Tel. 02353/3898

### ***Sportvereine***

Präventions-Angebote der Turn- und  
 Sportvereine  
 (gegen Kursgebühren, evtl. bezuschusst  
 durch die Krankenkasse. Bitte dort vor  
 Kursbeginn erfragen)

### ***Dahlerauer Turnverein***

**Herzsportgruppe**  
 Fortgeschrittenen-Kurs mit Lothar Reinbott  
 Treffpunkt: Turnhalle Bredderstraße  
 mittwochs, 17:00 Uhr  
 mit ärztlicher Begleitung,

Interessenten sind herzlich willkommen.  
Treffpunkt: Turnhalle Bredderstraße  
donnerstags, 20:00 Uhr

### **Outdoor für Frauen und Männer**

mit Lothar Reinbott  
Vereinsgelände Grunewald  
donnerstags, 15:00 – 17:00 Uhr

### **Wirbelsäulengymnastik für Frauen**

mit Donate Rogowski  
Sporthalle Auf der Brede  
dienstags, 19:00 – 20:15 Uhr

### **Wirbelsäulengymnastik für Männer**

mit Gisela Müller  
Sporthalle der Gemeinschaftsgrundschule  
Stadt am Hohenfuhrplatz  
dienstags, 18:00 – 19:00 Uhr

#### Auskünfte:

Lothar Reinbott, Tel. 02195/8324,  
Donate Rogowski, Tel. 02195/3603,  
Gisela Müller, Tel. 02191/663244

### ***Herbecker Turnverein***

#### **Knieschule (Prävention)**

mit Carsten Burghoff  
dienstags, 17:15 – 18:15 Uhr, 10 Einheiten  
Armin-Maiwald-Schule,  
Elberfelder Str. 66

**Qi Gong**

Bewegungs-, Atem-, Meditations- und  
Selbstmassageübungen  
mit Mudita Wrede-Kapolke  
Paul-Gerhardt-Haus, Elberfelder Straße  
mittwochs, 19:45 – 21:15 Uhr,  
10 Einheiten

**Tai chi chuan**

Bewegungs-, Atem-, Meditations- und  
Selbstmassageübungen;  
mit Mudita Wrede-Kapolke,  
Tel. 02192/7695  
Paul-Gerhardt-Haus, Elberfelder Straße  
mittwochs, 18:00 – 19:30 Uhr,  
10 Einheiten

**Wirbelsäulengymnastik (Prävention)**

mit Petra Pfeffer  
montags, 18:30 – 20:00 Uhr, 10 Einheiten  
Turnhalle Lessingstr.,

**Wirbelsäulenkurs (Prävention)**

mit Carsten Burghoff  
dienstags, 18:30 – 19:30 Uhr,  
10 Einheiten  
Paul-Gerhardt-Haus, Elberfelder Straße

Informationen zum Kursprogramm erteilen die Übungsleiter oder Tanja Rübke, Tel. 02195/4484
--

***Radevormwalder Turnverein*****Bewegen – nicht rusten**

Eine fröhliche Gruppe ohne Riegenordnung,  
individuell und nach dem persönlichen

Maß, f. Männer v. 59 bis 99

Gäste sind willkommen, Ansprechpartner:

H.-J. Harnischmacher, Tel.02195/7939,

Hans Dürhager, Tel. 02195/2166

Turnhalle Bredderstraße

dienstags, 16.00 Uhr

**ER + SIE Senioren 65 +**

mit Uschi Brand, Tel. 02195/3934

Turnhalle Bredderstraße

mittwochs, 14:30 – 16:00 Uhr

**Gymnastik in der Krebsnachsorge**

mit Uschi Brand

Turnhalle Bredderstraße

donnerstags, 14:30 – 16:00 Uhr

**Wandern**

mit Horst Konze u. anderen Wanderführern

Treffpunkt: immer um 13:00 an der

Turnhalle Bredderstraße

**Rundwanderung um Radevormwald**

Programm nach Wetterlage

Montag, 09.01.2012, ca. 2 Std.

mit Horst, Hans-Otto und Erwin

**Rundwanderung um Radevormwald**

Programm nach Wetterlage

Montag, 23.01.2012, ca. 2 Std.

mit Horst, Hans-Otto und Erwin

**Herbeck, Dahlhausen, In der Heimeke,  
Im Hagen**

Montag, 06.02.2012, ca. 2,5 Std.  
mit Horst, Hans-Otto und Erwin

**Närrische Wanderung rund um Rade  
(überwiegend Stadtgebiet)**

Rosenmontag, 20.02.2012. ca. 1,5 Std.  
mit Horste Konze

Auch Nichtmitglieder des RTV sind zu  
diesen Wanderungen herzlich eingeladen

Nähere Informationen bei Horst Konze, Tel. 02195/7794 oder bei Hans Otto Kampmann, Tel. 02195/68224 und Erwin Brand, Tel. 02195/3730
---

**Wassergymnastik**

mit Dagmar Golombek, Tel.02195/30217  
life-ness, an der Kottenstraße  
montags, 09:30 – 10:15 Uhr  
dienstags, 16:00 – 17:00 Uhr und  
freitags, 18:00 – 19:00 Uhr

Auskunft durch Geschäftsführerin des RTV Angelika Walter, Mühlenstr. 1, Tel. 02195/5101, Geschäftszeiten: Montag von 17.30 – 19.00 Uhr
---

***TSV Schwarz-Weiß Radevormwald***

**Funktionsgymnastik für Frauen ab 55**

mit Uschi Brand

Turnhalle Bredderstraße

donnerstags, 10:30 Uhr – 12:00 Uhr

**Nordic Walking**

mit Bernd Rosenberg, Tel. 02195/4677

Treff: Vereinshaus an der Jahnstraße

mittwochs, 17:30 Uhr

**Osteoporose-Gymnastik**

mit Gisela Müller, Tel. 02191/66 32 44

Turnhalle Carl-Diem-Straße

dienstags, 18:30 – 20:00 Uhr

**Präventive Wirbelsäulenschonung**

mit Editha Wenzel,

Turnhalle Bredderstraße

montags, 17:30 – 19:00 Uhr

**Selbstverteidigung für alle ab 55 Jahre**

mit Josef Matera und Ayscha Uddin

Realschul-Turnhalle Hermannstraße

montags, 17:30 - 19:00 Uhr

**Senioren –fit ab 50**

mit Uschi Brand, Tel. 3934

Turnhalle Bredderstraße

mittwochs, 20:00 – 21:30 Uhr

**Walking**

mit Sigrid Keil, Tel. 02191/66 31 08  
Treffpunkt Spielplatz Kollenberg  
montags, 16:00 – 17:00 Uhr und  
mittwochs, 09:00 – 10:00 Uhr

**Wassergymnastik**

mit Margret Antrecht, Tel. 02192/3291  
im Bad der Firma Wader  
dienstags und mittwochs,  
jeweils 17:45 – 18:30 Uhr

**Wirbelsäulengymnastik**

mit Gisela Müller, Tel. 02191/66 32 44  
Turnhalle Carl-Diem-Straße  
montags, 16:00 – 17:30 Uhr

**Wirbelsäulengymnastik**

mit Carola Kremers, Tel. 02195/40203  
Turnhalle Neustraße  
dienstags, 19:00 – 20:00 Uhr  
und 20:15 – 21:15 Uhr

Auskunft erteilt auch die Geschäftsstelle des  
TSV Schwarz-Weiß Radevormwald e.V.,  
Gudrun Kämper, Tel. 02195/69118  
montags und donnerstags,  
jeweils von 15:00 – 18:00 Uhr

***Stadt Radevormwald*****Eiszeit**

auf dem historischen Marktplatz mit vielen  
Aktionen. Näheres entnehmen Sie bitte aus  
der Tagespresse.

**noch bis 15.01.2012**

## **„Laufende Gespräche“**

mit Ingeborg Harnischmacher  
und Juliane Dyes

Jeden 3. Mittwoch im Monat finden die  
„laufenden Gespräche“, eine ca.  
zweistündige Wanderung für Frauen, unter  
kundiger Führung in und um  
Radevormwald statt. Treffpunkt ist immer  
das Rathaus-Foyer.

Nach der Wanderung klingt der Nachmittag  
in der Gleichstellungsstelle bei einer Tasse  
Kaffee oder Tee aus.

18.01. und 15.02.2012, jeweils 14:00 Uhr

Stadt Radevormwald  
Gleichstellungsbeauftragte Juliane Dyes  
Tel. 02195/689 2216, Hohenfuhstr. 6  
E-Mail: [juliane.dyes@radevormwald.de](mailto:juliane.dyes@radevormwald.de)

## ***Suchthilfe***

**Achtung: Die Suchthilfe des  
Oberbergischen Kreises ist von  
Wipperfürth nach Hückeswagen  
umgezogen!**

**Sprechstunde der Suchthilfe  
des Oberbergischen Kreises Nord**  
**- in Radevormwald:**

Curt-von-Knobelsdorff-Haus,  
Hermannstraße 17, Tel.02195/6720  
mittwochs, 15:00 – 17:00 Uhr

**- in Hückeswagen:**

Marktstr. 47. Tel. 02192/9361340  
dienstags, 15:00 – 18:00 Uhr

Auskunft: Suchthilfe OBK Nord  
 Diakonisches Werk des Ev. Kirchenkreises  
 Lennep , Tel. 02192/9361340

## V

### *VdK*

#### **Sprechstunde des VdK - Sozialverbandes**

im Bürgerhaus, Bürgertreff  
 jeden 1. Freitag im Monat,  
 16:00 – 18:00 Uhr

Wir beantworten Fragen rund um die  
 Altersversorgung und die  
 Pflegeversicherung.

VdK Sozialverband  
 Ortsverband Radevormwald  
 Gertrud Hintz, Tel. 02195/4468

## V

### **Volkshochschule**

#### **Auszug aus dem Programm der Kreisvolkshochschule, Abt. Radevormwald**

#### **Atem-, Ausgleichs- und Haltungsgymnastik**

Gezielte gymnastische Übungen führen zu  
 guter Haltung, natürlicher Beweglichkeit  
 und zur Förderung des Kreislaufs.

Insbesondere werden Beschwerden wie Arthrose, Osteoporose sowie Schulter- und Rückenbeschwerden berücksichtigt.

Beginn: 23.01.2012 mit Gisela Müller  
15 Veranstaltungen (30 Ustd.), jeweils  
montags 17:30-19:00 Uhr

Große Halle der Gem. Grundschule Stadt  
Carl-Diem-Str., Gebühr: 72,00€

Schriftliche Anmeldung erforderlich

Informationen unter 02191 663244

### **Gymnastik für Ältere**

Bewegungsübungen sind umso dringlicher, je bewegungsärmer der Alltag verläuft. Sie verbessern die Grundstimmung, Orientierungs- und Reaktionsfähigkeit sowie die Kondition.

Beginn: 23.01.2012 mit Gisela Müller  
21 Veranstaltungen (42 Ustd.) jeweils  
montags 10:00-11:30 Uhr

im Johanniter-Altenheim, Höhweg 8

Gebühr: 100,00€

keine Anmeldung erforderlich

Auskunft: Volkshochschule Radevormwald Cornelia Ronge-Bartsch Tel. 0178 334 7246
--

**Fröhliches Wandern** f. Leute von 59 –99  
mit H.-J. Harnischmacher  
Keine Teilnehmergebühr!  
Treffpunkt: Eingangsbereich Stadtbücherei  
im Bürgerhaus, bei jedem Wetter  
Dauer ca. 2 Std.  
jeden 2. Donnerstag im Monat  
<mailto:vhs-ronge@web.de> 12.01. und 09.02.2011,  
14:00 Uhr

Anmeldung und Information: H.J. Harnischmacher, Tel 02195/7939 oder 02195/6174
--

## W

**Wandern**  
**Bewegen – nicht rosten**  
mit H.J. Harnischmacher  
siehe Seite42

**Wandern**  
mit Horst Konze und anderen  
siehe Seite42

**Wandern**  
mit H.J. Harnischmacher  
Siehe Seite 49  
<mailto:vhs-ronge@web.de>

***Wülfingmuseum***

in der früheren Tuchfabrik von Joh.  
Wülfing & Sohn,  
Radevormwald, Ortsteil  
Dahlerau/Wupper, Am Graben 4–6  
Öffnungszeiten: dienstags und samstags  
von 09:30 – 12:30 Uhr  
Bitte melden Sie sich unter Tel.  
02191/6922851 oder 02191/663219 an.

In den Monaten Januar-März 2012 finden  
keine Aktionstage statt.

<p>Johann Wülfing &amp; Sohn – Museum e.V. in der ehem. Tuchfabrik von Johann Wülfing &amp; Sohn an der Wülfingstraße bzw. Am Graben 4-6 Auskünfte: Rosemarie Kötter, Tel. 02191/663219</p>
---



## **Trägerverein aktiv55plus**

**Grabenstr. 18,  
42477 Radevormwald**

**Tel.: 02195/927 7353**

**Fax: 02195/927 7363**

E-Mail: [info@aktiv55plus.de](mailto:info@aktiv55plus.de)

Der Trägerverein  
aktiv55pluse.V.übernimmt  
keinerlei Gewähr für  
inhaltliche Fehler und für  
Druckfehler.