



Angebote Generation 55+

alles für (Jung-) Seniorinnen und
Senioren auf einen Blick

Gemeinschaft der Gemeinden Aachen-West
Hlg. Geist - Maria i. Tann - St. Hubertus - St. Jakob

Einrichtungen Gruppen und Kreise Beratungen
Aktivitäten Ausflüge Termine



In Zusammenarbeit mit dem *Begegnungszentrum St. Hubertus* in Trägerschaft der
Pfarrei St. Jakob und in Kooperation mit der Stadt Aachen



Regelmäßige Angebote in unserer *Gemeinschaft der Gemeinden Aachen-West* mit den Gemeinden *Heilig Geist, Maria im Tann, Sankt Hubertus und Sankt Jakob*

Begegnungszentrum St. Hubertus Kronenberg 127-52074 Aachen

Das Begegnungszentrum St. Hubertus am Kronenberg 127 ist eines von sieben Begegnungszentren „Pluspunkt“ in der Seniorenarbeit, die von der Stadt Aachen gefördert werden. Das Zentrum versteht sich als ein offenes Haus mit täglichen Angeboten von montags bis freitags, die sich an Erwachsene ab 55 Jahren wenden. Neben Beratung und Sprechzeiten, Begegnung und Gesprächskreisen und der Förderung von Eigeninitiative werden auch Freizeitaktivitäten angeboten wie z. B. Kreativangebote, aktuelle Gesellschaftsspiele, Bingo, Singen, Ausflüge, Kulturelles, Literatur und Film, (Sitz-)Tanz, Gedächtnistraining und Wandern.

Geleitet wird das Zentrum von Frau Dipl. Päd. Birgitt Valk. Sie wird unterstützt von einem Team aus Haupt- und Ehrenamtlern. Die Begleitung und Förderung von ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ist ein wesentliches Anliegen der Einrichtung. Informationen zum vollständigen Programm und den Öffnungszeiten erhalten Sie unter der Tel.nr. 707243 oder per Mail: b.valk-begegnungszentrum@gmx.de

Das aktuelle Monatsprogramm liegt in den vier Gemeinden des Aachener Westens Heilig Geist, Maria im Tann, St. Hubertus und St. Jakob aus. Ebenso ist es in den dortigen Gemeindebüros erhältlich. Infos auch auf der Homepage unter flexiweb.pfarrei-sankt-jakob.de

Erreichbar ist das Zentrum über die Busverbindung der Linie 4 u. 32, Haltestelle Kronenberg.

Weitere Seniorentreffpunkte in den Gemeinden

Seniorenclub Heilig Geist

Konfessionsübergreifend sind alle interessierten Seniorinnen und Senioren an jedem Dienstag von 14.00 – 17.30 Uhr ganz herzlich ins Pfarrheim Heilig Geist, Körnerstr. 22a eingeladen.

Die Nachmittage starten mit einer kurzen Sitzgymnastik, an die sich der gemeinsame Kaffee anschließt. Außerdem gibt es Spiele, Impulse z. Kirchenjahr, Gedächtnistraining u. v. m.. Referenten werden zu bestimmten Themen eingeladen.

Einmal im Monat findet die Geburtstagsfeier der aktuellen „Geburtstagskinder“ statt. Für weitere Fragen können Sie mit Gemeindereferentin Marita Delheid unter der Tel.nr. 0241-70130513 Kontakt aufnehmen.

Seniorenfrühstück und Kirchenkaffee Maria im Tann

Am zweiten Donnerstag im Monat findet im Gemeindezentrum Maria im Tann, Reimser Str. 59 (Preuswald) jeweils ab 9.30 Uhr im Anschluss an die Werktagsmesse ein Seniorenfrühstück statt.

Am letzten Sonntag im Monat findet ebenfalls im Gemeindezentrum Maria im Tann ab 10.15 Uhr das Kirchenkaffee im Anschluss an die Sonntagsmesse statt. Herzlich willkommen! Nähere Auskunft erhalten Sie über das Gemeindebüro unter der Tel.nr. 7 15 29.

Markt-Treff am Kronenberg

Jeden letzten Mittwoch im Monat findet von April-Oktober von 10.00-12.00 Uhr am Kronenberg im Rahmen des Wochenmarktes (Johannes Ernst Platz – direkt an der Kirche St. Hubertus) ein Markttreff statt mit der Möglichkeit zu Begegnung und Gespräch. Neue Leute kennenlernen, alte Bekannte wiedersehen, Nachbarn treffen..... Kaffee und Tee stehen bereit. Der Markttreff ist eine Initiative des Seniorenbeirats der Stadt Aachen und des Begegnungszentrums St. Hubertus. Ab dem Frühjahr sind Sie wieder herzlich beim Markt-Treff willkommen.

Die Welt der Bücher

Leih´ dir was..... Bücherinsel St. Jakob, Vaalser Str. 1, 52064 AC
Unter diesem Motto bietet die Bücherinsel Vaalser Straße der Gemeinde St. Jakob aktuelle Romane und Krimis, Sachbücher z. B. zu den Themen Kochen und Reisen, eine große Auswahl an Hörbüchern, CDs und DVDs an. Die Öffnungszeiten sind: Di, Do u. Fr von 15.00 – 18.00 Uhr, Mi von 10.00 – 13.00 Uhr u. Sa von 10.30 – 13.00 Uhr. Die Adresse lautet: Vaalser Str. 1, 52064 AC, Tel.: 0241 – 408906, Email: buecherinsel_st.jakob@gmx.de; erreichbar über Haltestelle Jakobsplatz mit den Linien 4 u. 24; über Haltestelle Schanz mit den Linien 5, 25, 35, 45, 55 u. 75.

Bücherbörse des Begegnungszentrums

Im Begegnungszentrum St. Hubertus erwartet Sie eine Bücherbörse. Aktuelle Bücher, Taschenbücher und Bildbände, CDs sowie DVDs können mitgebracht und getauscht bzw. gegen eine Spende erworben werden. Schauen und stöbern Sie in aller Ruhe bei einer Tasse Kaffee und Gebäck. Zu den Öffnungszeiten des Begegnungszentrums (s. Monatsprogramm) ist die Bücherbörse für alle Interessierten geöffnet.

Beratungen

Psychosoziale Beratung

Nicht immer läuft im Leben alles so, wie man es sich wünscht. Kleinere und größere Probleme werden zur Belastung. Man weiß nicht mehr, was man tun soll und ist mit sich und der Welt unzufrieden. Familie und Freunde möchte man mit seinem „Kram“ nicht belasten und vielleicht ist auch niemand mehr da, an den man sich wenden kann.

In solchen Situationen tut ein offenes Ohr, Empathie und Verständnis gut. Lassen Sie sich helfen, Ihren eigenen Weg aus der Krise zu finden.

Im Begegnungszentrum St. Hubertus finden Sie 14tägig dienstags von 13.00 bis 15.00 Uhr eine offene Sprechstunde mit Beratungsmöglichkeit. Die genauen Termine entnehmen Sie bitte dem Monatsprogramm.

Darüber hinaus können Sie auch telefonisch oder per Mail einen Termin vereinbaren. Das Angebot wird geleitet von Birgitt Valk.

Tel.: 0171-6020204, Mail: b.valk-begegnungszentrum@gmx.de

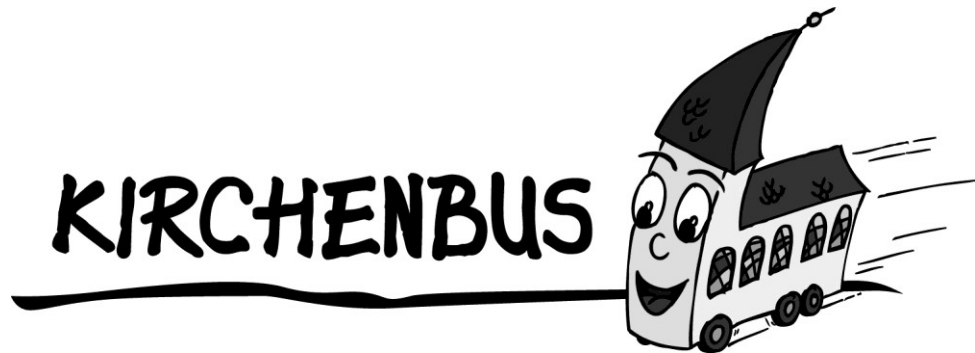
Beratung und Hilfen rund ums Älter werden

Tun Sie sich schwer mit dem Älter werden, fragen verstärkt nach dem Sinn des Lebens, hadern mit Gott und der Welt, müssen ganz neue Erfahrungen bewältigen – Auszug der nun erwachsenen Kinder, Trennung vom Partner, Sorge um die hochbetagten Eltern, Umzug in ein neues Wohnumfeld uvm.?

Haben Sie im reiferen Alter einen Ihnen nahestehenden Menschen verloren oder Verlusterfahrungen vergangener Zeit kommen mit zunehmendem Alter wieder verstärkt ins Bewusstsein und Sie suchen in Ihrer Trauer eine seelsorgliche Begleitung? Dann können Sie gerne einen Termin zum seelsorglichen Gespräch mit Gemeindereferentin Marita Delheid vereinbaren: Tel. 0241-70130513 oder Mail: Marita.Delheid@pfarrei-sankt-jakob.de

Besondere gottesdienstliche Angebote

Jeden 1. Donnerstag im Monat findet ein von und mit Senioren gestalteter Gottesdienst (mit Eucharistiefeier) oder eine Wort-Gottes-Feier im Begegnungszentrum, Kronenberg 127, um 15.00 Uhr statt.



Fahrten

Fahrten des Begegnungszentrums St. Hubertus

Termine Winter 2017: 17.11. Firma Marcienne mit Modenschau – 15.12. Besuch des Aachener Weihnachtsmarktes

Von Frühjahr bis Herbst starten die monatlichen Halbtages- oder Tagesfahrten. Die Kosten liegen mit Blick auf Reiseziel und Dauer bei etwa 10,- - 30,- € für Mitglieder des Begegnungszentrums. Gäste zahlen 2,- € mehr. Details zu aktuellen Daten und Reisezielen können dem Monatsprogramm im Haus oder dem Fahrtenflyer entnommen oder telefonisch erfragt werden.

Anmeldungen im Zentrum, Kronenberg 127, am Mo u. Do von 15.00 – 17.00 Uhr oder telefonisch unter 0241- 707243. Der Reisebetrag wird bei Anmeldung fällig. Abfahrt des Reisebusses ab Haltestelle Kronenberg, direkt an der Stichstr. zum Begegnungszentrum.

Weitere Fahrten auf Pfarreebene

Kurzurlaube (4 Tagesfahrt) und Tagesfahrten auf Pfarreebene finden ebenfalls von Frühjahr bis Herbst statt	Aktuelle Termine erscheinen in „Generation 55+“ Ausgabe I/2018
--	---

Info und Anmeldung: Gemeindebüro Maria im Tann, Reimser Str. 59, donnerstagsvormittags, 9.30-11.30 Uhr Tel.: 0241- 71529 oder bei Gem.ref. M. Delheid, Tel.: 0241-70130513 oder Marita.Delheid@pfarrei-sankt-jakob.de

Fitness-Angebote für Körper und Geist

Fit durch Tanz

Wir sind eine **Damen-Seniorentanzgruppe**, die seit langem miteinander tanzt. Wir treffen uns im Pfarrheim Heilig Geist, montags von 18.00-19.30 Uhr. Wenn Sie unser Angebot interessiert, dann schauen Sie einmal unverbindlich bei uns zu oder noch besser, machen Sie einfach mit!

Wir tanzen: internationale Folklore, Squares und Quadrillen, Gesellschaftstanz in geselliger Form und Formationen. Durch die nötige Konzentration auf die Schrittfolgen trainieren wir nicht nur unsere Muskeln und den Kreislauf, sondern auch und besonders das Gedächtnis. Die Musik hilft uns dabei und macht alles viel leichter.

Kontaktaufnahme: montags, 18.00 Uhr im Pfarrheim Heilig Geist, Körnerstr. 22a – Leitung der Gruppe: Elke Honings

Schachclub im Jakobushaus

Der Schachclub im Jakobushaus, Jakobstr. 143, bietet jeden Freitag zwischen 19.30 und 23.00 Uhr allen Interessierten die kostenlose Teilnahme am Schachspiel an. Schauen Sie doch einfach mal vorbei. Bitte am Haupteingang zur Jakobstr. hin klingeln.

Besondere Angebote auf einen Blick

jeden 1. Fr im Monat (nähere Infos s. Flyer im Haus u. in den Kirchen)	Frauen unter sich	BGZ St. Hubertus Kronenberg 127
Sa, 28.10., 18.00 Uhr	Wir beten für unsere Verstorbenen	Kirche St. Hubertus
Sa, 25.11., 14.00-18.00 Uhr	vorweihnachtlicher Flohmarkt	BGZ St. Hubertus
Mo, 6.11., 15.00 Uhr	Rund ums Thema: Der Heilige Hubertus	BGZ St. Hubertus
Fr, 1.12., 15.00 Uhr	Feier zum Advent mit kleinem Bazar	BGZ St. Hubertus
Di, 5.12., 14.30 Uhr	Adventfeier m. Andacht, Kaffeetafel u. Programm	Pfarrheim Heilig Geist Körnerstr. 22a
Mi, 6.12., 17.00 Uhr	offenes Adventsingen	Wendehammer auf dem Kronenberg (bei Regen im BGZ)
Mo, 11.12., 14.30 Uhr	Adventfeier m. geistl. Impuls, Kaffeetafel u. Programm	O.T. St. Hubertus, Händelstr. 6
Mi, 13.12., 14.30 Uhr	Adventfeier m. Andacht, Kaffeetafel u. Programm	GZ Maria im Tann, Reimser Str. 59

Ansprechpartnerin für die Seniorenpastoral der Pfarrei St. Jakob Aachen-West:

M. Delheid, Gem.ref., Hohenstaufenallee 44, 52074 Aachen, Tel.: 0241-70130513, e-mail: Marita.Delheid@pfarrei-sankt-jakob.de

Bild- und Grafiknachweis:
Senioren Titel- u. Schlussseite Birgit Seuffert
Kirchenbus Birgit Seuffert
alle: Pfarrbriefservice.de

Hrsg.: Pfarrei St. Jakob – Begegnungszentrum St. Hubertus
Redaktion: Marita Delheid und Birgitt Valk

Ausgabe II 2017

