

## **Kurse und Veranstaltungen des Seniorenbüros 2019**

**Sie müssen sich für alle Veranstaltungen und Kurse im Seniorenbüro anmelden.**

**Telefon 05772/99539**

### **Handykurs**

#### **Dozentin Renate Wiebe**

von 9:30 bis 11 Uhr im Bürgerhaus, Wilhelm-Kern-Platz 14, Espelkamp

04. u. 7. Juni

01. u. 03. Juli

10. u. 11. September

13. u. 16. September

17. u. 18. September

23. u. 24. September

25. u. 27. September

Ein Kurs umfasst jeweils 2 Vormittage.

von 9:30 bis 11 Uhr im Rathaus in Rahden, Besprechungsraum 1.06

12. u. 14. Juni

02. u. 05. Juli

### **Seniorentreff zum Thema „Smartphone und Tablet“**

Das DRK-Seniorenbüro bietet unter der Leitung von Renate Wiebe an jedem 1. Dienstag im Monat – von 15:30 Uhr bis 17:30 Uhr – einen offenen Seniorentreff für Nutzer von Smartphone und Tablett an. Frau Wiebe beantwortet Fragen von A wie Apps bis Z wie Zugriff auf Standortgewährung. Die Nutzer können auch Fragen zur Handhabung ihres eigenen Handys stellen.

Das erste Treffen ist für den 4. Juni 2019 in den Räumen der ehemaligen Altentagesstätte im Bürgerhaus Espelkamp geplant.

Weitere Informationen erhalten sie im DRK Seniorenbüro, Bürgerhaus, Wilhelm-Kern-Platz 14, Espelkamp.  
Telefon 05772/ 99 539

### **Englischkurse**

#### **Dozent Klaus Herrmann**

Kurs I von 9:00 bis 10:30 Uhr, Mittwald Wohnpark II, Lausitzer Str. 3, Espelkamp

Kurs II von 10:45 bis 12:15 Uhr, Mittwald, Wohnpark II, Lausitzer Str. 3, Espelkamp

19.09., 26.09., 10.10., 17.10., 24.10., 31.10., 7.11., 14.11., 21.11., 28.11.,

## **Erste Hilfe**

### **Dozentin Svetlana Vogt**

2 Kurse von 9:30 bis 11:30 Uhr im Bürgerhaus, Wilhelm-Kern-Platz 14, Bürgerhaus

Wie helfe ich mir und anderen in Notfallsituationen z.B. bei Unfällen im Verkehr, beim Fahrradfahren oder im Haushalt.

20. Mai 2019

04. November 2019

05. November 2019

## **Gedächtnistraining**

### **Dozentin Karin Sandrock**

Kurs I von 14:30 bis 15:30 Uhr, Mittwald Wohnpark II, Lausitzer Str. 3, Espelkamp

Kurs II von 15:35 bis 16:35 Uhr, Mittwald Wohnpark II, Lausitzer Str. 3, Espelkamp

5.07., 2.08., 6.09., 4.10., 8.11.,

## **Radeln - aber nicht allein**

Radeln mit Renate Hessel und Team

Jeweils 14 Uhr ab Wilhelm-Kern-Platz

11. Mai Mühle Eickhorst, 25. Mai

06. Juni, 22.06 Juni

07. Juli mit dem Schiff nach Bad Essen. dann zur Mühle nach Levern Anmeldung erforderlich

20. Juli

## **Fahrsicherheitstraining für Seniorinnen und Senioren**

Das DRK-Seniorenbüro bietet in Kooperation mit der Kreisverkehrswacht Minden-Lübbecke ein halbtägiges Fahrsicherheitstraining – Theorie und Praxis – an.

Das Fahrsicherheitstraining findet von 9:00 bis ca. 13.30 Uhr auf dem Gelände der Verkehrswacht in Minden statt.

Der Kurs kostet 60,00 €. Die Teilnehmerzahl ist begrenzt.

am 22.05.2019

oder 03.07 und 10.07.2019

## **Mobil bleiben – aber sicher**

Unter diesem Motto bieten das DRK-Seniorenbüro und die Verkehrswacht Minden-Lübbecke ein Verkehrssicherheits-Seminar an. Kursleiter ist Dieter Rohlfing von der Verkehrswacht Minden.

Der Kurs findet an zwei aufeinander aufbauenden Vormittagen statt:

12. Juni 2019 von 10.00 bis 12.00 Uhr

13. Juni 2019 von 10.00 bis 12.00 Uhr

Gesellschaftsraum Bürgerhaus, Wilhelm-Kern-Platz 14, Espelkamp

Die Veranstaltung ist kostenlos.

## **Erzählfrühstück**

**Gemeinsam den Tag beginnen mit dem Erzählfrühstück des Seniorenbüros.**

**Alle die nicht gerne alleine frühstücken, sind einmal monatlich eingeladen.**

von 9:00 bis , Mittwald Wohnpark II, Lausitzer Str. 3. Espelkamp

13. Mai, 17. Juni, 9. September, 07. Oktober, 11. November, 09. Dezember

## **Sonntagsrunde unterwegs**

**unter der Leitung von Gerda Fegel**

Abfahrt und Rückkehr für Espelkamp: Wilhelm-Kern-Platz

Auf Wunsch auch Einstiegsmöglichkeit in Lübbecke, Betriebshof Aschemeyer

oder Rahden am Bahnhof

Mindestteilnehmerzahl: jeweils 20 Personen. Rückkehr zwischen 18.00 und 19.00 Uhr

Frühzeitige Anmeldung erforderlich – bis Mittwoch vor dem Ausflug!

### **23. Juni: Besuch Flughafen Porta Westfalica Vennebeck**

Abfahrt 14 Uhr

Der Flugplatz Vennebeck ist ein Verkehrslandesplatz. Er befindet sich sowohl nördlich als auch östlich der Weser am Weserbogen in einem alten, renaturierten Kiesgelände. Genutzt wird der Flugplatz vor allem von den um die Porta angesiedelten Luftsportvereinen. Ein Mitglied des Aeroclub erläutert wissenswertes zum Segelfliegen und führt über das Gelände. Abhängig vom Wetter kann – wer will – auch mal fliegen.

Buskosten 16 € Fördervereinmitglied, 18 € Andere , Flugkosten sind vor Ort zu bezahlen.

### **14. Juli: Tierpark Ströhen in Wagenfeld**

Abfahrt 12:30 Uhr Im Naturtierpark mit natürlichen Freianlagen und weitläufigen Gewässern werden auf einem Gelände von 30 Hektar über 600 Säugetiere und Vögel aus fünf den Besuchern präsentiert. Im Gestüt mit einer Gesamtfläche von 160 Hektar werden zusätzlich 200 Pferde betreut.

Buskosten 16 € Fördervereinmitglieder, 18 € Andere, Eintritt 8 €.

### **18. August: Mit dem Schiff von Bad Essen zum Schiffsanleger**

Abfahrt 12:15 Uhr Benkhausen

Es geht mit dem Schiff von der Marina in Bad Essen zum neuen Anleger „Benkhausen“, von hier gehen Sie zum Schloss Benkhausen wo Sie Kaffee und Kuchen genießen. Sie haben dann noch die Möglichkeit, in dem nach englischem Vorbild liebevoll angelegtem Landschaftspark spazieren zu gehen.

Buskosten 16 € Fördervereinmitglieder, 18 € Andere, Schifffahrt 9 €, Kaffeetrinken 10,50 €.

### **15. September: Das alte Spielzeugmuseum in Hüllhorst**

Abfahrt 14 Uhr

Das Museum für altes Spielzeug besteht seit 1997, die gezeigten Stücke sind wesentlich älter. Sie stammen vorwiegend aus der Zeit von 1830 bis 1975. Wir laden Sie ein, sich auf über 250 m Ausstellungsfläche auf eine Entdeckungsreise durch die Geschichte des Spielzeugs zu begeben. Zum Kaffeetrinken geht es in die Wiehen-Therme.

Buskosten 16 € Fördervereinmitglieder, 18 € Andere, Führung 3 €

## **09. Oktober: Orchideenschau in Lemförde**

Abfahrt 13:30 Uhr

Das Weinhaus und die Gewächshäuser laden die Besucher zum Verweilen ein. Im Mittelpunkt stehen natürlich die exotischen Schönheiten, die Orchideen, die ihre ganze Blütenpracht entfalten. In den Gewächshäusern werden auf einer Fläche von rund 3600 Quadratmetern tausende Orchideen gezüchtet und kultiviert. Zum Kaffeetrinken geht es auf den Ferienhof Hage in Hüde.

Buskosten 16 € Fördervereinmitglieder, 18 € Andere, Führung 3 €

## **November: Besuch im GOP Bad Oeynhausen**

Magic & more! - Die Vorstellung „Zauberhaft“

## **Herbstreise nach Fehmarn vom 01. bis 07. Oktober 2019**

Fehmarn ist die einzige Ostseeinsel Schleswig-Holsteins, die drittgrößte Insel Deutschlands. Mit fast 2.000 Sonnenstunden im Jahr erreicht Fehmarn einen absoluten Spitzenwert in Deutschland. Das Frühjahr und der Herbst werden nicht nur ärztlicherseits wegen der geringen Pollenbelastung empfohlen, sondern sind bei Kennern auch aufgrund der überwältigenden Naturerlebnisse besonders beliebt. Ein kilometer langer weißer Ostseestrand lädt zum spazieren gehen ein.

Sie wohnen in einer großzügigen Urlaubsanlage mit 3-Sterne-Standard direkt auf der Südstrand-Halbinsel, ca. 25 m von der Strandpromenade entfernt. Alle Zimmer sind ausgestattet mit Bad/WC/Fön, Telefon,

Sat.-TV, Balkon, eingerichteter Pantryküche. Alle Zimmer verfügen über direkten Seeblick.

Im Preis enthalten sind: 6 Übernachtungen mit Halbpension, Meerwasser-Wellenbad & Badeweltnutzung, ein Halbtagsausflug nach Burg, eine Strandführung, Kurtaxe, Bus.

Jede(r) die/der sich für diese Reise interessiert, kann sich im DRK Seniorenbüro informieren.

**Im Oktober wird es wieder einen Kinonachmittags geben, der Termin steht noch nicht fest.**