FEIERABEND!?

Wie wir im Alter (nicht) leben wollen

Schirmherr
OB
MARCEL PHILIPP

Vorträge | Workshops / Seminare | Fortbildungen
Lesungen | Filme | Exkursionen | Stadtviertelbegehung

Evangelische Initiative Aachen
Engagiert älter werden

eeb
Evangelisches Erwachsenenbildungswerk im Kirchenkreis Aachen

eeb
Evangelisches Erwachsenenbildungswerk **Nordrhein** e.V.

GRUSSWORT

Eine Antwort auf die Fragen, wann das Alter beginnt und was das Alter ist, ist kaum möglich. Alter fühlt sich in jedem Alter anders an, Alter fühlt sich für jeden Menschen anders an. Wir möchten alt werden, aber meistens nicht alt sein. Alter steht für Gebrechlichkeit aber auch für Weisheit, Alter steht für Erfahrung aber auch für Vergesslichkeit. Alter ist sehr individuell.

Es ist gut, dass sich die Veranstaltungsreihe „Feierabend!?“ dieser Individualität stellt und es Menschen ermöglicht, sich aus verschiedensten Richtungen und auf unterschiedliche Art und Weise dem Thema Alter, persönliches Alter, zu nähern. Es gibt Informationsveranstaltungen mit konkreten, praktischen Hinweisen zu verschiedensten Themen. Es gibt Erklärendes zur Biologie des Alterns. Es gibt aber auch Möglichkeiten des Austauschs über Lebens- und Wohnformen oder über das Altern in verschiedenen Kulturen. Es gibt Unterhaltsames, Nachdenkliches und viel Begegnung.

So vielfältig wie die Angebote sind, sollen und werden auch Ihre jeweiligen Veranstaltungspakete sein, die Sie sich über die nächsten Monate verteilt schnüren werden. Und ich hoffe, dass am Ende für jeden von Ihnen ein für Sie persönlich passendes Bild Ihres Alters, vielleicht sogar ein Plan für das weitere Älterwerden steht.

Sicher bin ich, dass auch nach „Feierabend!?“ niemand sagen kann, ab wann man alt ist und was das Alter ist. Aber wenn Sie für sich, ganz gleich wie viele Jahre Sie zur Zeit zählen, Ihre individuellen, persönlichen Antworten gefunden haben, haben die Organisatoren und Mitwirkenden ihr Ziel erreicht.

Die Schirmherrschaft für diese Veranstaltungsreihe der Evangelischen Kirche habe ich sehr gerne übernommen, weil sie ein guter und wichtiger Beitrag zu unserem gemeinsamen Bestreben ist, eine für alle Generationen lebenswerte Stadt und Region zu schaffen.

Marcel Philipp
Oberbürgermeister
Stadt Aachen

GRUSSWORT

Einer trage des andern Last, so werdet ihr das Gesetz Christi erfüllen.

Galater 6, 2

Die Weisheit, unser Leben gelassen in allen Veränderungen anzunehmen, sie fehlt uns oft, und zwar in jedem Lebensalter.

In Würde alt werden – das beginnt mit der Geburt. So wie wir leben, so altern wir auch. Keiner von uns kann allein leben und allein alt werden. Manchmal höre ich, wie zu einem beeindruckenden Menschen gesagt wird: „Der hat sein Leben mit allen Schwierigkeiten gemeistert." Als ob das so ginge, das eigene Leben als Produkt meiner Bemühungen. Oft genug sind nicht wir die Meister unseres Lebens, sondern wir werden gelebt. Was wir mit zunehmendem Lebensalter verstärkt erfahren ist die Endlichkeit unseres Lebens. Ich kann manches nicht mehr so wie früher, dafür kommt Neues in mein Leben hinein. Lebensweisheit besteht für mich darin, diese Veränderungen zuzulassen und nicht auf einer Stufe des Lebens verharren zu wollen.

Das kann ich nicht allein, dazu brauche ich eine lebendige und stärkende Gemeinschaft. So wie ich in meinem Leben die Last anderer mittragen kann, mich einlasse auf das, was der andere braucht und mitfühle und mitgehe, ebenso brauche ich andere, die mich auffangen. Erst wenn wir das von Beginn an ein Leben lang eingeübt haben, wird es uns auch im Alter nicht so schwer fallen, anderen zur Last zu fallen.
Das Reden vom selbstbestimmten Leben halte ich für zu kurz gesprungen. Am Ende, wie am Anfang unseres Lebens erfahren wir in besonderer Deutlichkeit, was für unser ganzes Leben gilt: wir brauchen einander. Wir können unser Leben in all seinen Stufen, Höhen und Tiefen nur gemeinsam bewältigen.
Dazu braucht es gerechte und menschenfreundliche Strukturen und Rahmenbedingungen, die Menschen in allen Lebenslagen gesellschaftliche Teilnahme und Teilhabe ermöglichen.

Das Programm Feierabend will einen Beitrag dazu leisten, dass wir über diesen Fragen unseres eigenen Lebens und Alterns fröhlich und ehrlich, befreit und offen, persönlich und politisch ins Gespräch kommen, hoffentlich auch über die Generationen hinweg.

Hans-Peter Bruckhoff
Superintendent
des Kirchenkreises Aachen

Inhalt

Einleitung / Hinweise	S. 6
Vorträge	S. 9
Workshops / Seminare	S. 14
Fortbildungen	S. 17
Lesungen	S. 20
Filmreihe	S. 22
Exkursionen	S. 24
Projekt Stadtviertelbegehung	S. 25
Abschluss	S. 26

Zeitübersicht

Februar		
21.02.	Film: Die Herbstzeitlosen	S. 23
28.02.	Kulturführerschein® Wohnen Schnuppernachmittag	S. 17
März		
06.03.	Schulung Begleiter/innen Stadtviertelbegehungen	S. 25
15.03.	**Auftakt mit Bill Mockridge**	S. 08
21.03.	"Ich höre was, was du nicht hörst"	S. 09
28.03.	Film: Dinosaurier - gegen uns seht ihr alt aus	S. 23
April		
01.04.	Im Alter lebendig bleiben (5 Termine)	S. 14
02.04.	"Wir brauchen Euch"	S. 20
09.04.	In Bewegung bleiben	S. 14
12.04.	**Lebenswerte Stadtviertel - Start der Begehungen**	S. 25
16.04.	Armut im Alter	S. 09
23.04.	Alt und abgeschoben	S. 10
25.04.	Film: Young@Heart	S. 23
28.04.	Wohnqualität im Alter	S. 10

ZEITÜBERSICHT

Mai		
07.05.	Wie sich die Rente retten lässt	S. 11
11.05.	Auf der Suche nach einem erfüllten Leben (2 Tage)	S. 15
13.05.	"Späte Versöhnung“	S. 20
23.05.	Film: Quartett	S. 23
27.05.	In Ruhe verrückt werden dürfen	S. 11
Juni		
03.06.	Älter werden in verschiedenen Kulturen	S. 17
17.06.	Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht	S. 12
27.06.	Film: Best Exotic Marigold Hotel	S. 23
August		
20.08.	In Bewegung bleiben	S. 14
22.08.	Ein märchenhafter Sommerabend	S. 21
29.08.	Film: Harold and Maude	S. 23
September		
03.09.	Leben als Begine	S. 12
08.09.	Aachen - für Demenz	S. 13
09.09.	"Altersreise - wie wir alt sein wollen“	S. 21
12.09.	Exkursion zum Beginenhof in Essen	S. 24
16.09.	"über 70"	S. 21
18.09.	Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht	S. 12
26.09.	Film: Vergiss mein nicht	S. 23
29.09.	Talentkompass (2 x 2 Tage)	S. 19
Oktober		
21.10.	Alternative Wohnformen in Aachen	S. 24
24.10.	Film: Die mit dem Bauch tanzen	S. 23
29.10.	Den demographischen Wandel (er)leben!	S. 13
November		
04.11.	Ausstellungseröffnung Stadtviertel	S. 26
06.11.	**Feierabend - Gottesdienst**	S. 26
08.11.	Versöhnung mit den alten Eltern	S. 16
25.11.	Sucht und Suchtprävention – im Alter?	S. 16
28.11.	Film: Und wenn wir alle zusammenziehen?	S. 23

„Ein Abend zum Feiern!“
„Endlich Feierabend! Endlich Ruhe!“
„Jetzt ist aber Feierabend, es reicht!“
„Feierabend?“
„Bei mir ist nie Feierabend.“
„Feierabend: Zeit für mich, für Interessen, für Freunde, …“

Solche oder ähnliche Sätze kennen wir, mal humorvoll, mal überfordert, mal gelangweilt, mal fröhlich, mal einsam, mal wütend, mal verzweifelt, mal neugierig, mal voller Elan. Wie wollen wir im Alter (nicht) leben? Wie soll der „Feierabend“ unseres Lebens aussehen, damit Feierstimmung möglich ist, damit wir uns darauf und darüber freuen und zufrieden sein können. In den Veranstaltungen dieses Feierabend-Programmes werden viele verschiedene Seiten rund um das Älterwerden und Altsein beleuchtet, mal kritisch, mal kabarettistisch, mal lernend, mal austauschend, … .

Sie sind herzlich dazu eingeladen!

Teilnehmen können Betroffene, Interessierte, Angehörige, Mitarbeiter/innen sozialer oder pflegender Berufe, …, - jeden Alters.

Anmeldung

- **Filmreihe:** keine Anmeldung nötig,
  Kartenreservierung unter Tel. 0241 / 413 180 möglich
- **Vorträge, Lesungen:**
  Anmeldung erwünscht, Teilnahme ohne Anmeldung möglich
- **Workshops/Seminare, Fortbildungen, Exkursionen:**
  Anmeldung unbedingt erforderlich

Kontakt

Evangelische Erwachsenenbildung Aachen
Frère-Roger-Str. 8.-10, 52062 Aachen
Tel. 0241 / 453162
simone.glup@ekir.de

Evangelische Initiative
ENGAGIERT ÄLTER WERDEN
Annastr. 35, 52062 Aachen
Tel. 0241 / 21155
info@engagiert-aelter-in-aachen.de

Bildnachweise
Veranstalter und Projektpartner der Veranstaltungsreihe „FEIERABEND“

Weitere Fotoquellen: © matteo NATALE - Fotolia.com, Markus Haack - Fotolia.com, carlitos/photocase.com, X Verleih, Constantin, Senator, DCM, Fox, Paramount, Farbfilm, Zorro, Pandora

- Anmelden können Sie sich schriftlich, per Email oder telefonisch beim Evang. Erwachsenenbildungswerk und der Evang. Initiative „Engagiert älter werden“. Kontaktdaten siehe Box links.
- Ihre Anmeldung ist verbindlich, bei einer Absage weniger als 10 Tage vor einem Workshop/Seminar, einer Fortbildung oder Exkursion sind die Kosten in voller Höhe zu tragen.
- Hätten Sie gerne eine Anmeldebestätigung, weisen Sie bei der Anmeldung bitte darauf hin.

Sie finden uns auch auf facebook

Über Beiträge und Kommentare im Internet auf der facebook-Seite von „ENGAGIERT ÄLTER WERDEN“ freuen wir uns.

Wir wünschen Ihnen viel Vergnügen, viele Anregungen, Hilfen und Ideen

Ihre

Birgit Esser
Evangelisches Erwachsenenbildungswerk Aachen
- Fachbereich Kultur -

Jürgen Groneberg
Evangelisches Erwachsenenbildungswerk Aachen
- Leiter -

Gunhild Großmann
Evangelische Initiative „ENGAGIERT ÄLTER WERDEN“
- Leiterin -

Feierabend !? –
Wie wir im Alter (nicht) leben wollen

Samstag, 15.03.2014, 15 - 18 Uhr

- **Begrüßung**
- **Grußworte** des Oberbürgermeisters Marcel Philipp und des Vorsitzenden des Gesamtpresbyteriums der Evangelischen Kirchengemeinde Pfr. Mario Meyer
- **Einführung in das Feierabend – Projekt**

Bill Mockrigde
Was ist, Alter? Warum wir immer jünger werden

Warum altern wir?
Bin ich tatsächlich nur so alt, wie ich mich fühle?
Was steckt hinter all den biologischen, kulturellen und kulinarischen Erkenntnissen über Methusalem?
Wieso lebt man in Andorra länger als in Bonn-Endenich?
Was hat Backhefe mit dem Alterungsprozess am Hut? Ist 50 das neue 30?
Stimmt es, dass man als Kassenpatient statt Botox auch günstiges Ameisengift nehmen kann?

Doc Mockridge verabreicht dem Publikum INFO-sionen und unterzieht gewagten Thesen zwischen Jugendwahn und wahnsinnigen Alten dem Praxistest. Mal wissenschaftlich, mal philosophisch stellt er sich und dem Publikum dabei immer wieder die Frage: Was ist, Alter? Und vor allem: Alter, wer ist der Typ im Spiegel eigentlich?

Ort: Haus der Evangelischen Kirche,
Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen

Kosten: 12 / 8 € Vorverkauf im Haus der Evang. Kirche,
15 / 10 € Abendkasse

„Ich höre was, was du nicht hörst!“ – Psychosoziale Folgen von Tinnitus und mögliche Bewältigungsstrategien

21. 03.2014, 17 Uhr

In dem Vortrag stellen die Referenten die besonderen Belastungssituationen von Menschen mit Tinnitus (Ohrgeräuschen) dar und gehen auf die spezifischen Herausforderungen dieser Symptomatik im Alltag ein. Die psychosozialen Folgen, auch unter Berücksichtigung einer möglichen Hörschädigung, werden thematisiert und erste Handlungsmöglichkeiten aufgezeigt. Für außenstehende Personen, denen kurzzeitige Ohrgeräusche oft nicht unbekannt sind, erscheint es oft unverständlich, dass einige Menschen in besonderem Maße unter den Ohrgeräuschen leiden, während andere scheinbar keine Probleme damit haben, wenn es in den Ohren pfeift. Von besonderer Bedeutung sind daher die Betrachtung der Problematik und der möglichen Kompensationsstrategien im Alltag aus psychologischer und audiotherapeutischer Perspektive.

Referenten: Peter Dieler, Audiotherapeut und
Dr. Karin Jahn, Psychologin
Ort: in den Räumen der Barmer GEK, Theaterstr. 35 - 39
Kosten: kostenfrei
In Kooperation mit dem Hörgeschädigtenzentrum Aachen

Armut im Alter – Probleme und Perspektiven der sozialen Sicherung

16.04.2014, 18 Uhr

Altersarmut ist ein Problem, das häufig mit der Alterung der Gesellschaft in Verbindung gebracht wird. Die drohende Verarmung von Millionen älteren Menschen in Deutschland ist aber vor allem auf sinkende Reallöhne, den expansiven Niedriglohnsektor, entsprechende Reformen des Arbeitsmarktes und eine falsche Rentenpolitik zurückzuführen. Mit der Riester-Reform und weiteren Maßnahmen wurde das für den Sozialstaat grundlegende Prinzip der Lebensstandardsicherung in der Rentenversicherung aufgegeben. Absehbare Folgen sind eine noch stärkere Polarisierung der Gesellschaft in Arm und Reich, sowie eine „Reseniorisierung“ der Armut. In seinem Vortrag geht der Referent nicht nur auf aktuelle Risiken ein; er informiert darüber hinaus auch über ein ganzes Bündel möglicher Maßnahmen für eine gerechte und solidarische Alterssicherung.

Referent: Prof. Dr. Christoph Butterwegge,
Politikwissenschaftler und Armutsforscher, Universität Köln
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit der Evang. Stadtakademie

Alt und abgeschoben – der Pflegenotstand und die Würde des Menschen

23.04.2014, 18 – 20 Uhr

Sauber, satt - und allein gelassen. Mit Psychopharmaka ruhig gestellt und hinter Bettgittern weggesperrt. Oder schlimmer: Ausgetrocknet, ausgehungert, abgestellt und abgeschrieben: Altsein in Deutschland. Was verbirgt sich hinter den Mauern der Pflegeheime? Und welche Alternativen gibt es? Die häusliche Pflege, die längst zum Teil der freien Marktwirtschaft geworden ist? Und in den hoch technisierten Krankenhäusern und Kliniken herrschen Drehtüreffekt und schnelles Abschieben. Rehabilitation ist kaum ein Thema.
Seit fast dreißig Jahren kämpft Claus Fussek gegen das Elend in deutschen Alten- und Pflegeheimen an. Er weiß überforderte Pfleger und ohnmächtige Angehörige auf seiner Seite. Ein Thema, das uns alle angeht.

Referent: Claus Fussek,
Sozialpädagoge und Autor, München
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit der Evang. Stadtakademie

Licht, Farbe und Material – Wohnqualität im Alter

28.04.2014, 10 – 12.30 Uhr

Die bedarfsgerechte Gestaltung der Umgebung älterer Menschen kann altersbedingt nachlassende Mobilität und Sinnesleistungen in vieler Hinsicht kompensieren. Der Vortrag „Licht, Farbe und Material – Wohnqualität im Alter“ sensibilisiert für die besondere Bedürfnislage und Sinneswahrnehmung älterer, pflegebedürftiger und demenzkranker Menschen. Grundlegende Kenntnisse zur Bedeutung und zum Einsatz von Licht und Farbe im Wohnumfeld älterer Menschen werden anhand zahlreicher Projektbeispiele vermittelt. Im Anschluss an den Vortrag besteht ausreichend Gelegenheit zum Gespräch mit Erfahrungsaustausch.
Zielgruppe: Leitungskräfte, Pflegende, Architekten, Planer und alle professionellen Akteure der Altenhilfe, sowie alle, die sich für die Verbesserung des Wohnumfeldes älterer Menschen durch Licht, Farbe und Material interessieren.

Referentin: Gudrun Kaiser, Dipl.-Ing. Architektin
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen
Kosten: 8 €

Das Märchen vom demographischen Problem oder: Wie sich die Rente retten lässt

07.05.2014, 18 Uhr

Die Rentenreformen der letzten Jahre werden immer wieder als alternativlos dargestellt. Als Grund wird meist der zum Zukunftsproblem Nummer 1 stilisierte demographische Wandel genannt. Was es mit dem demographischen Wandel auf sich hat und welche Schlussfolgerungen man daraus ziehen sollte – darüber möchte der Vortrag informieren. Außerdem werden die Rentenreformen der letzten 15 Jahre, die dahinterstehenden Interessen und die Folgen für die jetzige und die zukünftige Rentnergeneration dargestellt. Abschließend wird ein Reformvorschlag zur Diskussion gestellt, der die Bezahlung der Renten auf ein breiteres Fundament stellt und Altersarmut weitgehend vermeidet.
Martin Staiger ist evangelischer Theologe und Sozialarbeiter. Er ist als Publizist, in der Fort- und Weiterbildung und als Lehrbeauftragter der Hochschulen Ludwigsburg und Darmstadt tätig und ist ein ausgewiesener Rentenexperte. Letztes Jahr erschien sein neues Buch mit dem Titel „Rettet die Rente. Wie sie ruiniert wurde und wie sie wieder sicher wird“ im Publik- Forum- Verlag, das am 07. Mai auch zum Verkauf angeboten wird.

Referent: Martin Staiger, Journalist und Buchautor, Esslingen
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit der Evang. Stadtakademie

In Ruhe verrückt werden dürfen - Für ein anderes Denken in der Altenpflege

27.05.2014, 18 Uhr

"In Ruhe verrückt werden dürfen"- das wünschen sich viele alte Menschen, deren größte Angst es ist, im Alter zunehmend den Verstand zu verlieren. Schätzungen gehen davon aus, dass dies bei über 20 Prozent der über 80jährigen der Fall sein wird, und die zunehmende Zahl von geistig verwirrten Menschen in Alten- und Pflegeheimen sprechen für diese Annahme.
Der Referent plädiert daher entschieden für ein Umdenken in der Pflege alter Menschen..

Referent: Helmut Wallrafen-Dreisow, staatlich anerkannter Altenpfleger, Gründungsmitglied der "Freien Alten- und Nachbarschaftshilfe Aachen e.V.“ (FAUNA) und seit 1990 Leiter des Amtes für Altenhilfe der Stadt Mönchengladbach.
Ort: Alexianergraben 33, Seminarraum 1, 4. Etage
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit Alexianer Aachen GmbH

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht

17.06.2014, 18-19.30 Uhr
und 18.09.2014, 10 -11.30 Uhr

Welche Möglichkeiten gibt es, sich gegenüber Ärzten, Behörden, Banken und anderen wirksam vertreten zu lassen? Wie kann ich im Voraus bestimmen, welche Pflege oder in welches Pflegeheim ich möchte? Kann ich bestimmte medizinische Behandlungen bereits im Vorfeld ablehnen?
Diese Fragen werden durch den Vortrag und anschließende Möglichkeit für Nachfragen oder eine Diskussion beantwortet. Ferner werden gängige Musterformulare vorgestellt und hier die jeweiligen Vor- und Nachteile erläutert. Es werden ausführliche Skripten zu dem Thema verteilt.

Referent: Andreas Schmeitz, Rechtsanwalt
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen
Kosten: 5 / 3 €

Leben als Begine - mittelalterliche Tradition, neu entdeckte Lebensform

03.09.2014,
18 Uhr

Als Beginen wurden bereits im Mittelalter alleinstehende Frauen bezeichnet, die ein frommes, eheloses Leben in Wohn- und Arbeitsgemeinschaften mit gleich-gesinnten Frauen außerhalb von Klöstern führten. Seit den 1990er Jahren erlebt die Bewegung eine Renaissance – auch in Deutschland gibt es neue Beginenhöfe.
Die moderne Beginen-Bewegung ist so bunt und uneinheitlich wie sie auch im Mittelalter war. Erfahren Sie während des Vortrags Interessantes über das mittelalterliche und gegenwärtige Beginenleben.

Referentin: Antje Wiese, M.A. Geographin
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10, Aachen
Kosten: 5 / 3 €

Aachen – für Demenz

08.09.2014, 18 Uhr

Was können wir dafür tun, dass dementiell veränderte Menschen sicher im häuslichen Umfeld leben können. Braucht es ein Dorf für dementiell erkrankte Menschen, oder können wir dementiell veränderte Menschen in unsere Stadt aufnehmen.

Referentin: Christa Lardinoix, Leiterin des Tagespflegehauses
Ort: Annastr. 35
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit dem Tagespflegehaus des Diakonischen Werkes

---

Den demografischen Wandel (er)leben!

29.10.2014, 18-20 Uhr

Deutschland schrumpft, wird älter und multinationaler. Das betrifft jeden! Ob 18 oder 80: Am demografischen Wandel kommt keiner vorbei. Was verbirgt sich aber eigentlich hinter diesem abstrakten Begriff, der durch alle Medien geistert? Um beim Wortsinn zu bleiben, geht es um Veränderungen, die sich für die nahe Zukunft abzeichnen, und zwar bezogen auf die Struktur der Gesellschaft. Was genau absehbar passiert und wie sich das konkret auf den Alltag, das Zusammenleben und die Perspektiven der hiesigen Bürger auswirkt, erläutert das Team vom Amt für Kultur und Empirische Forschung der StädteRegion Aachen verständlich für jedermann.

Bei der Präsentation der Zahlen, Fakten und Prognosen werden die Referentinnen durch das Improvisationstheater EMSCHERBLUT unterstützt. Drei Schauspieler und ein Musiker setzten überspitzt und augenzwinkend gesellschaftliche Entwicklungen in Szene... Leichtes Schmunzeln und herzhaftes Lachen inbegriffen! Das Ensemble aus dem Ruhrgebiet ist zweifacher Deutscher Meister im Improvisationstheater.

Dem Programm schließt sich eine Diskussionsrunde für alle an, die dazu auffordert, sich mit Fragen und Anregungen aktiv einzubringen.

Referentin: Jessica Lerche M.A., Dipl.-Soz. Antje Rüter
Künstlergruppe: Emscherblut
Ort: Oswald-von-Nell-Breuning-Haus, Wiesenstraße 17, Herzogenrath
Kosten: 3 €
In Kooperation mit der Städteregion Aachen, A 16

Im Alter lebendig bleiben

01., 08., 29.04., 06.05. und 13.05.2014, 9.30-12.30 Uhr

Lebendig und in Würde zu altern, ist zwar ein göttliches Versprechen und ein menschlicher Traum, gibt es aber nicht geschenkt! Aus der Sicht von Gen-, Hirn- und Affektforschungsergebnissen der letzten Jahre ergeben sich neue , begründete Einsichten, wie durch aktives und reflektiertes Seelen-, Geistes und vor allem Beziehungsleben die biologischen Steuerungssysteme bis ins hohe Alter flexibel, belastbar und aktiv bleiben können.
Der Angst vor geistiger Umnachtung, hilflosem Ausgeliefertsein, Verlust an Würde durch beschämende und klein - machende Behandlung uneinfühlsamer (aber teurer)"Helfer" und dem Abbau der Hirnleistungen kann, wohl begründet, von jedem von uns aktiv entgegengewirkt werden.
"Wie Du lebst, vor Gott und mit Anderen, so stirbst Du", sagt ein weises Sprichwort, dass ich als Arzt, der viele Menschen bis in den Tod begleitet hat, nur bestätigen kann.
Das Seminar soll interaktiv! (also lebendig!..) deutlich und begreifbar machen, was wir privat, jeder für sich, in Beziehungen , die uns wichtig sind und von denen wir abhängen, gesellschaftlich und politisch tun können, um der zunehmenden öffentlichen Entwertung und der Gefahr eigener resignierten Entmutigung des Alterns entgegenzuwirken.
Gene, Hirn und Seele steuern nicht nur, sie werden auch gesteuert- durch Signale, welche vom Gehirn ausgesandt werden, als Folge von zwischenmenschlichen Beziehungen, Umwelteinflüssen und individuellen Erfahrungen. Welche Konsequenzen sich daraus ergeben und was dies mit Blick auf körperliche und seelische Erkrankungen des Alterns bedeutet, soll gemeinsam erfasst und bearbeitet werden.

Referent: Dr. med. Berthold Viertmann, Psychotherapeut
Ort: Annastr. 35
Kosten: 25 €
In Kooperation mit der Evang. Stadtakademie

In Bewegung bleiben – auch mit dem Körper

09.04.2014, 16-17.30 Uhr und
20.08.2014, 16-17.30 Uhr

Übungen mit dem Theraband für zuhause.
Stolpern, Stürzen, Knochenbrüche – fast jeder kennt ältere Verwandte oder Bekannte, denen das schon widerfahren ist. Tatsächlich stürzen 30% der über 65-Jährigen mindestens einmal pro Jahr.

Fortsetzung: In Bewegung bleiben – auch mit dem Körper

Viele Senioren brauchen nach solch einem Unfall im Alltag langfristig Hilfe und kommen nicht mehr so richtig auf die Beine. Dagegen kann man vorbeugen und es kann Spaß machen!
Sie erfahren Grundsätzliches zur Vermeidung von Stürzen und lernen Übungen mit dem Theraband mit verschiedenen Schwierigkeitsgraden – angepasst an Ihre individuellen Möglichkeiten. Wichtig für die Vorbeugung von Stürzen sind Kräftigung der Muskeln und Gleichgewichtsübungen. Die Übungen, die Ihnen am besten gefallen, wählen Sie aus für Ihr regelmäßiges Üben zuhause.

Referentinnen: Mirijam Wittenbecher, Stellv. Geschäftsführung & Pädagogische Leitung des Stadtsportbundes
Linde Gärtner, Werkstatt der Kulturen, Projekt TANDEMmia: ehrenamtlicher Besuchsdienst für Senioren
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit dem Diakonischen Werk und dem Stadtsportbund Aachen

---

Auf der Suche nach einem erfüllten Leben in jeder Lebensphase

10. – 11.05.2014, Sa. 12 – 20 Uhr, So. 10 – 17 Uhr

Ein erfülltes und glückliches Leben in jeder Lebensphase zu leben ist für alle Menschen ein existentielles Thema, gerade weil Vergänglichkeit unsere ständige Begleiterin ist. In diesem Bewusstsein können wir unsere Suche nach Lebensglück als individuellen Reifungsprozess unserer Persönlichkeit verstehen. das bedeutet, dass wir uns auch mit unserer persönlichen Geschichte beschäftigen und diese als ein eigenes Stück gelebten Lebens integrieren. Dadurch ist es möglich, ein gutes Verständnis unserer selbst, unserer Fähigkeiten und unserer Kräfte zu entwickeln, das uns ein tiefes Gefühl intensiv erlebter Lebensqualität geben kann. Mit Hilfe von Meditationen, Märchenarbeit und Malen aus dem Unbewussten möchte dieses Seminar dazu beitragen, unsere Ressourcen für ein erfüllendes Leben bewusst zu machen und innere Kraftquellen zu erschließen.
Mitzubringen sind: Decke bzw. eine bequeme Unterlage für die Meditationen, Malsachen und die größtmöglichen Malblöcke.

Referentin: Dr. Edith Marmon, Psychotherapeutin
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10
Kosten: 65 €, max. 20 TNinnen (nur für Frauen)

Versöhnung mit den alten Eltern - wie man trotz tiefer Verletzungen wieder zueinanderfindet

Sa. 08.11.2014, 10-16 Uhr

Zwischen Eltern und Kindern schwelen häufig jahrelange Konflikte durch Missverständnisse und unbewusste Kränkungen und Verletzungen. Die Liste gegenseitiger Vorwürfe und Schuldzuweisungen, die ungeklärt zu Beziehungsstörungen führen, ist lang. Dieser Workshop zeigt gekränkten Kindern, wie es auch in späten Jahren noch möglich ist, mit den bereits alten Eltern zu einer Versöhnung zu kommen und lädt ein zu einer Entdeckungsreise in die eigene Vergangenheit, um trotz aller Konflikte und Verstrickungen den eigenen Eltern neu zu begegnen und alte Wunden zu heilen. Versöhnung ist nicht nur christlicher Auftrag, sondern praktizierter Selbstschutz und die effektivste Seelenhygiene, die beiden Seiten eine neue Freiheit schenkt, fern von Rache und Hass. Anhand vieler Beispiele wird erklärt, wie Eltern und Kinder auf dem Weg der Versöhnung zu mehr innerer Zufriedenheit und zu gelingenden Beziehungen finden können.
Zum Seminar gibt es einen Ratgeber: Dorothee Döring: Späte Versöhnung - Auseinandersetzung und Aussöhnung mit den alten Eltern, Paulus Verlag, Freiburg/Schweiz, 2013

Referentin: Dorothee Döring,
Lebens- und Konfliktberaterin und Autorin
Ort: Annastr. 35
Kosten: 25 €

Sucht und Suchtprävention – (k) ein Thema im Alter?!

Sa. 25.11.2014, 14 - 17.30 Uhr

Suchtmittelkonsum ist schon lange kein Thema mehr ausschließlich für Jugendliche und junge Erwachsene. Vielmehr hat das Phänomen auch die Generation „Sechzig plus“ erreicht: Laut Deutscher Hauptstelle für Suchtfragen sind mehr als zwei Millionen Männer und Frauen über sechzig Jahren Raucher. Bis zu 400 000 sind von Alkoholmissbrauch oder –abhängigkeit bedroht. Das größte Problem stellt aber der missbräuchliche Konsum von psychoaktiven und schmerzlindernden Medikamenten dar. Hiervon sind weitere ein bis zwei Millionen ältere Menschen betroffen. Aufgrund der demographischen Entwicklung ist anzunehmen, dass diese Zahlen in den nächsten Jahren ansteigen. Und mit ihnen auch die Herausforderungen, denen sich Kontaktpersonen von älteren Menschen ausgesetzt fühlen.

- Wie entsteht Sucht?
- Warum können auch ältere Menschen noch süchtig werden?
- Wie wirken Alkohol und Medikamente gerade bei Älteren?
- Warum sollten Betroffene angesprochen werden?
- Wie können hilfreiche Gespräche mit Betroffenen geführt werden?

Dies sind einige der Fragen, die im Workshop behandelt werden. Herzlich eingeladen sind Pflegefachkräfte im ambulanten und stationären Bereich, ehrenamtliche und hauptberufliche Mitarbeiter in Seniorenzentren, Betreuer älterer Menschen sowie Interessierte.

Referentin: Yvonne Michel, Dipl.-Soz.-Päd., Fachkraft für Suchtprävention bei der Suchthilfe Aachen
Ort: Suchthilfe Aachen, Raum 12, Hermannstr. 14
Kosten: 20 € (inklusive Imbiss, Getränke)

Kulturführerschein® Wohnen

Schnuppernachmittag: 28.02.2014, 14.30-16.30 Uhr
Weitere Termine: 21.03., 11.04., 09.05., 06.06., 04.07., 12.09., 24.10.2014 jeweils 10 – 16 Uhr

Wie möchten Sie im Alter wohnen? So lange wie möglich in den eigenen vier Wänden? Oder lieber in einer Senioren WG und mit mehreren Generationen unter einem Dach? Und wäre ein Seniorenheim eine tatsächlich reizvolle Alternative? Um rechtzeitig die Weichen für das Wohnen im Alter zu stellen, ist es sinnvoll, sich beizeiten mit dem Thema zu beschäftigen. Mit dem Fortbildungsseminar „Kulturführerschein-Wohnen" möchten wir Ihnen die Gelegenheit geben, sich in einer Lerngruppe intensiv mit ihrer individuellen Lebenssituation und ihren ganz persönlichen Wünschen an ein „Wohnen im Alter" auseinander zu setzen. Finden Sie heraus, welche Wohnform zukünftig am besten zu Ihnen passt. Wir möchten Sie motivieren, eigene Ideen und (Wohn-) Träume in die Tat umzusetzen. Der „Kulturführerschein – Wohnen" umfasst sieben Seminartage mit zum jeweiligen Thema passenden Exkursionen (z.B. Besuch eines Pflegeheims und eines gemeinschaftlichen Wohnprojektes) und Gespräche mit Experten.
Zielgruppe: Menschen im nachberuflichen Leben, Ehrenamtler/innen

Referentin: Birgit Esser, M.A. Kulturtrainerin
Ort: Annastr. 35
Kosten: 175 € p.P. (inkl. Pausenverpflegung)

Älter werden in verschiedenen Kulturen: Interkulturelle Kompetenz in der ehrenamtlichen Seniorenarbeit

03.06.2014, 13 – 17 Uhr

Die kulturelle Vielfalt unserer Gesellschaft spiegelt sich heute auch zunehmend in den unterschiedlichen Aufgabenfeldern des Ehrenamts wieder. Es ist zu erwarten, dass gerade in der sozialen Arbeit mit älteren Menschen der Anteil derjenigen mit Migrationsgeschichte steigen wird. Für Ehrenamtliche, die sich für und mit Menschen mit Migrationshintergrund engagieren, sind daher interkulturelle Handlungskompetenzen eine wichtige Voraussetzung für ein erfolgreiches Engagement.
In interkulturellen Begegnungssituationen treffen verschiedene kulturelle Normen, Verhaltensregeln, Rollenverständnisse und Erwartungen aufeinander.

Fortsetzung: Älter werden in verschiedenen Kulturen

Ziel dieses Seminars ist es, für diese Prozesse zu sensibilisieren und sich mit dem "Eigenen" und dem "Fremden" auseinander zu setzen. Einen besonderen Focus werden wir dabei auf die Themen Alter, Altersbilder und Altersrollen legen. Situationen und Fragen aus Ihrem jeweiligen Arbeitskontext können gerne in die Fortbildung eingebracht werden.

Referentin: Charlotte Trippen,
Ethnologin/Interkulturelle Trainerin – Aachen
Ort: Annastr. 35
Kosten: 25 €
In Kooperation mit der Low-tec gGmbH,
Interkulturelle MEDIEN-MEDIATION

TalentKompass –
Leben im Alter planen und gestalten

1. Einheit: 29. - 30.09.2014, jeweils 10-15 Uhr
2. Einheit: 16.10. (11 Uhr) bis 17.10.2014 (ca.15 Uhr)

Wie geht es weiter, wenn die Kinder aus dem Haus sind, die Pensionierung vor der Tür steht oder sich schon vorher beruflich „aus Altersgründen" keine neue Aufgabe mehr findet. Vielleicht reisen oder tun, was man immer schon mal tun wollte – und danach? Sind Sie mit Ihrer Lebenssituation unzufrieden und wissen nicht, was und wie Sie daran etwas ändern können. Möchten Sie sich bewusst vorbereiten auf die „Freiheit" des Älterwerdens. So sind Sie hier richtig. Diese Fortbildung hilft Ihnen, sich zu orientieren und Ihr Älterwerden nach Ihren Bedürfnissen und Wünschen aktiv zu gestalten. Als Leitfaden nutze ich den TalentKompass, da er eine gute Unterstützung dabei bietet,

- die eigenen Fähigkeiten, Interessen und Werte zu erkennen,
- das persönliche Potenzial einzuschätzen,
- neue Ideen für Ihr Leben zu entwickeln,
- ein eigenes Ziel möglichst genau zu benennen und
- erste Schritte in die beschriebene Richtung zu gehen

Die Fortbildung umfasst 4 Tage, die ersten zwei Tage werden hier in Aachen stattfinden. Den dritten und vierten Tag verbringen wir in der Talschenke in Simonskall.
Eingeladen sind Menschen ab ca. 50 bis ca. 75 Jahren.

Referentin: Gunhild Großmann,
Leiterin von „Engagiert älter werden"
Ort: 1. Einheit: Annastr. 35
2. Einheit: Simonskall, Eifel
Kosten: 80 € incl. Übernachtung und Halbpension,
ohne Fahrtkosten, Einzelzimmerzuschlag 20 €

Wir brauchen Euch! Wie sich die Generation 50plus engagieren und verwirklichen kann

02.04.2014, 18 Uhr

Heute werden die Menschen immer älter und - vor allem- sie bleiben länger gesund und aktiv. Mit der Rente auf die Resterampe? Nicht mit der Generation 50plus! Die jung gebliebenen Älteren wollen aktiv sein, sie wollen „etwas tun, was Sinn macht". Loring Sittler und der Mitautor Roland Krüger zeigen, wie das geht. Konkret beschreiben sie in ihrem Buch, was jeder tun kann, warum freiwilliges Engagement gut ist und was jeder davon hat.

Referent: Loring Sittler,
Leiter des Generali Zukunftsfonds Deutschland
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit der Arbeitsgemeinschaft der Seniorenbegegnungsstätten Aachen, Rainer Krebsbach

---

Späte Versöhnung – Auseinandersetzung und Aussöhnung mit den alten Eltern

13.05.2014, 18-20 Uhr

Die Autorin ist Lebens- und Konfliktberaterin und Dozentin für Volkshochschulen und kirchliche Erwachsenenbildung im Bereich Persönlichkeitsbildung und zeigt in ihrem Ratgeber, dass zwischen Eltern und Kindern häufig jahrelange Konflikte durch Missverständnisse und unbewusste Kränkungen und Verletzungen schwelen. Die Liste gegenseitiger Vorwürfe und Schuldzuweisungen, die ungeklärt zu Beziehungsstörungen führen, ist lang. Sie zeigt gekränkten Kindern, wie es auch in späten Jahren noch möglich ist, mit den bereits alten Eltern zu einer Versöhnung zu kommen und lädt ein zu einer Entdeckungsreise in die eigene Vergangenheit, um trotz aller Konflikte und Verstrickungen den eigenen Eltern neu zu begegnen und alte Wunden zu heilen. Überzeugend legt sie dar, dass Versöhnung nicht nur christlicher Auftrag, sondern praktizierter Selbstschutz und die effektivste Seelenhygiene ist und beiden Seiten eine neue Freiheit schenkt, fern von Rache und Hass. Anhand vieler Beispiele erklärt sie, wie Eltern und Kinder auf dem Weg der Versöhnung zu mehr innerer Zufriedenheit und zu gelingenden Beziehungen finden können. Während einer anschließenden, lebhaften Diskussion können Meinungen und Erfahrungen ausgetauscht werden.

Referentin: Dorothee Döring,
Lebens- und Konfliktberaterin und Autorin
Ort: Annastr. 35
Kosten: 5/3 €

Altersreise – wie wir alt sein wollen

09.09.2014, 19 – 21 Uhr

Wie wollen wir alt sein? Und vor allem: Wie können wir würdig altern? Nicht weggesperrt in Altensilos, sondern gemeinsam mit anderen, mitten in der Gesellschaft? Dass das möglich ist und wie das geht zeigt Scherf, der sich dafür »vor Ort« begeben hat, Heime besucht, mit alten Menschen mitgelebt hat. Entstanden ist Henning Scherfs persönliches Buch zur Lage der »alten Alten«. Minuten-Pflege und Finanzprobleme müssen nicht sein. Scherf gibt konkrete und positive Antworten: Altsein ist eine Herausforderung. Aber sie ist zu bewältigen.

Referent: Henning Scherf,
ehem. Bürgermeister von Bremen und Autor
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10
Kosten: 5 / 3 €
In Kooperation mit der Buchhandlung Schmetz am Dom.

„über 70“

16.09.2014, 15 Uhr

Georg Immelmann rezitiert und liest aus „Die alte Waschfrau“ von Adelbert von Chamisso („Du siehst geschäftig bei dem Linnen die Alte dort im weißen Haar, die rüstigste der Wäscherinnen im sechundsiebzigsten Jahr …..“), „Die unwürdige Greisin“ von Bertold Brecht („Meine Großmutter war zweiundsiebzig Jahre alt …..“), „Der menschliche Makel“ von Philip Roth („Ich bin ein 71jähriger Mann …..“) und „Das Methusalem-Komplott“ von Frank Schirrmacher („Sie wissen es zwar noch nicht, aber Sie gehören dazu.“)

Referent: Georg Immelmann,
Regisseur, Intendant a.D.
Ort: Annastr. 35
Kosten: 5/3 €

Ein märchenhafter Sommerabend

22.08.2014, 19 Uhr

An einem lauen Abend im August laden wir Sie in den Garten im Haus der Ev. Kirche ein, um Ihren Gaumen und Ihre Seele zu verwöhnen. Genießen Sie einen gut gelagerten Wein, schmecken Sie reifen Käse, abgehangenen Schinken und frisches Brot und lauschen Sie der Erzählerin Claudia Immendorf, wenn Sie Märchen von den Weisheiten des Alters erzählt.

Referentin: Claudia Immendorf, Märchenerzählerin
Ort: Innenhof Frère-Roger-Str. 8-10 / Annastr. 35
Kosten: 5/3 €

Jeweils freitags 17.30 Uhr
im Eden, Franzstr. 45

Freitag, 21. Februar
DIE HERBSTZEITLOSEN
Regie: Bettina Oberli / CH 2006 / 90 Min. / FSK 12

Freitag, 28. März
DINOSAURIER – GEGEN UNS SEHT IHR ALT AUS
Regie: Leander Haußmann / D 2009 / 101 Min. / FSK 6

Freitag, 25. April
YOUNG@HEART
Regie: Stephen Walker / USA 2007 / 107 Min. / FSK 6

Freitag, 23. Mai
QUARTETT
Regie: Dustin Hoffmann / GB 2012 / 98 Min. / FSK 6,
u.a. mit Maggie Smith

Freitag, 27. Juni
BEST EXOTIC MARIGOLD HOTEL
Regie: John Madden / GB, Indien 2011 / 124 Min. / FSK 0

Freitag, 29. August
HAROLD UND MAUDE
Regie: Hal Ashby / USA 1971 / 91 Min. / FSK 12

Freitag, 26. September
VERGISS MEIN NICHT
Regie: David Sieveking / D 2012 / 92 Min. / FSK 0

Freitag, 24. Oktober
DIE MIT DEM BAUCH TANZEN
Regie: Carolin Genreith / D 2013 / 79 Min. / FSK 6

Freitag 28. November
UND WENN WIR ALLE ZUSAMMENZIEHEN?
Regie: Stéphane Robelin / F,D 2012 / 96 Min. / FSK 6

Programm
und Einführungen: Birgit Esser, Filmwissenschaftlerin
Eintritt: 5,- €
Kartenreservierung: Tel. 0241 / 413 180
oder www.cineplex-aachen.de

In Kooperation mit dem Cineplex Aachen

Der Beginenhof Essen und das „Generationenkult-Haus“ in Essen

12.09.2014, 8.30-18.00 Uhr

Wir besichtigen zwei der spannendsten Wohnprojekte im Ruhrgebiet: den Beginenhof Essen e.V. und das „Generationenkult-Haus“. Die Bewohner/innen dieser beiden Projekte haben ihren Traum vom eigenständigen und gleichzeitig gemeinschaftlichen und lebendigen Wohnen in der Stadt ganz unterschiedlich realisiert. Der Beginenhof ist ein Wohnprojekt nur für Frauen. Hier leben ca. 45 Frauen zwischen 20 und 95 Jahren (und Kinder) „ihren“ modernen Beginenhof. Sie ließen sich anregen durch die seit dem Mittelalter bestehende Tradition der Beginenhöfe als spirituelle, unabhängige und sozial engagierte Lebensräume für Frauen. Anders das „Generationenkult-Haus“ in der nördlichen Innenstadt: es verbindet Alt und Jung sowie Arbeiten und Wohnen auf eine ganz neue Weise. Wir erhalten einen anregenden Einblick in die Vielfalt der Möglichkeiten generationenübergreifenden Lebens und Wohnens – über Aachen hinaus.

Referenten: Birgit Esser, Antje Wiese
Ort: Abfahrt ab Franzstraße
Kosten: 39 €

Alternative Wohnformen in Aachen – Besuch von drei Aachener Wohnprojekten

21. Oktober 2014, 10-18 Uhr

Welche Träume vom Leben im Alter haben Sie und welche Wohnform passt dazu? Aachen bietet viele Möglichkeiten! Wir werden drei gemeinschaftliche Wohnprojekte besuchen: STADTHAUS STATT HAUS am Marschiertor, WOHNSINN - „Altbau und Neubau mitten in der Stadt“ in der Stephanstraße und das MEHRGENERATIONENHAUS SUN am Kronenberg.
Mit Führungen durch die Häuser, Hintergrundinformationen und Gelegenheit zum Nachfragen. Sie erfahren Genaueres über die Projekte, deren Organisation und über das Zusammenleben seiner BewohnerInnen. Lassen Sie sich anregen!

Leitung: Birgit Esser,
M.A. Kulturtrainerin

Mit offenen Augen durch das eigene Stadtviertel, die eigene Nachbarschaft gehen und dabei entdecken, was das Älterwerden dort schön und leicht macht oder auch was es erschwert, wo Hindernisse und „Stolpersteine“ sind, das ist Ziel der Stadtviertelbegehungen. **Mitmachen ist sehr erwünscht.**

In ca. 10 Gruppen über ganz Aachen verteilt können sich interessierte Menschen verschiedenen Alters, Nationalität, mit oder ohne Handicap zusammentun und ihren Stadtteil erkunden und fotografieren. Daraus können dann Stadtplancollagen und mehr entstehen. Jede der Gruppen benötigt eine/n Begleiter/in. In einem ersten Schritt werden diese Begleiter/innen geschult und vorbereitet. (Anmeldung als Begleiter/in bitte bis 28.02. bei Gundi Großmann, Tel. 2 11 55, gunhild.grossmann@ekir.de).

Schulung der Gruppenbegleiter/innen

06.03.2014, 10 – 17 Uhr

Referenten: Karin Nell, Dipl. Pädagogin
Christiane Grabe, Dipl. Ing. Raumplanung
Ort: Annastr. 35
Kosten: keine

Anfang April 2014 ist dann der Startschuss geplant mit einer Veranstaltung, zu der neben den geschulten Begleiter/innen alle eingeladen sind, die an einer der Gruppen teilnehmen möchten. Als Referent wird Prof. Dr. Reinhold Knopp von der Fachhochschule Düsseldorf da sein, der schon in mehreren Städten ähnliche Aktionen begleitet hat. Von April bis Oktober finden die Begehungen und die Arbeit in den jeweiligen Gruppen statt. Am Ende steht vom 04. bis 14. November 2014 eine große Ausstellung in der Citykirche an, in der die Ergebnisse der Gruppen gezeigt und gewürdigt werden.

Startschuss Stadtviertelbegehungen

„Lebenswerte Stadtviertel - gemeinsam entdecken und gestalten“

12.04.2014, 14 – 16.00 Uhr

An diesem Tag können sich alle Interessierten der Gruppe ihres jeweiligen Stadtviertels zuordnen, die Gruppenbegleiter/innen kennenlernen und erste Termine und Treffpunkte vereinbaren.

Wie wir in Stadtvierteln „Schätze“ entdecken können, mit welchen Entdecker-Methoden auch schon in anderen Städten Erfahrungen gemacht wurden und welchen lebenswerten Nutzen solche Begehungen haben können, davon erzählt uns an diesem Nachmittag Reinhold Knopp.

Referentin: Prof. Dr. Reinhold Knopp, Stadtsoziologe
Ort: Frère-Roger-Str. 8-10
Kosten: keine

In Kooperation mit den pluspunkt-Begegnungszentren, dem Seniorenrat Aachen, und dem Zentrum „Hören macht verstehen“ .

Lebenswerte Stadtviertel in Aachen???

Ausstellung aller Ergebnisse der Stadtviertelbegehungen

04.11.2014, 18 Uhr Ausstellungseröffnung

04. – 14.11.2014 Ausstellung

Herzliche Einladung zur Ausstellungseröffnung und zur Besichtigung der Ausstellung in der angegebenen Zeit!
Ausgestellt werden Stadtviertelpläne, Collagen, Fotos, … , die zwischen April und Oktober in den verschiedenen, über ganz Aachen verteilten Stadtteilgruppen entstehen. Zum Ausdruck kommen Aachens schöne Orte und Schätze, die im eigenen Älterwerden immer größere Bedeutung bekommen, aber auch Unschönes, Stolperfallen, Fehlendes und schwierige Orte, die unser aller Älterwerden anstrengend machen. Gespannt sein dürfen Sie auf Wünsche, Träume und Verbesserungsvorschläge. Diese zu diskutieren und Wege zu finden, einiges zu realisieren, kann ein Schritt sein, gemeinsam Stadtviertel lebenswerter zu gestalten.

Ort: Citykirche, Großkölnstraße

Feierabend - Gottesdienst

Dies ist der Tag, den der Herr macht; lasst uns freuen und fröhlich an ihm sein!

06.11.2014, 18 Uhr

Mit diesem Gottesdienst feiern wir den „Abend“ des Projektes „Feierabend!? Wie wir im Alter (nicht) leben wollen“. Ein Gottesdienst zum Nachdenken, Weiterdenken, freuen und fröhlich sein. Auch zur anschließenden Feier und Besichtigung der Ausstellung laden wir herzlich ein.

Team: Pfarrerin Silvia Engels,
Jürgen Groneberg,
Gundi Großmann,
Birgit Esser

Ort: Citykirche,
Großkölnstraße

KOOPERATIONSPARTNER

Alexianer Aachen GmbH

Arbeitsgemeinschaft der Seniorenbegegnungsstätten Aachen

Bischhöfliche Akademie

Buchhandlung Schmetz am Dom

Cineplex Aachen

Diakonisches Werk im Kirchenkreis Aachen eV - Werkstatt der Kulturen
Tagespflegehaus
Suchthilfe Aachen

Evangelische Stadtakademie

Hörgeschädigtenzentrum mit dem Projekt "Hören macht verstehen"

Low-tec gGmbH,
Abt. „Gesellschaftliche Projekte"

pluspunkt-Begegnungszentren der Caritas, der AWO, der Forster Seniorenberatung

Seniorenrat der Stadt Aachen

Sparkasse Aachen

Stadtsportbund Aachen

Städteregion Aachen, A16

Buslinien 5, 12, 22, 24, 25, 45, 55, 75 bis Bushaltestelle Annastraße
Parkhäuser in der Annastraße und Jesuitenstraße

eeb
Evangelisches Erwachsenenbildungswerk im Kirchenkreis Aachen

Evangelische Initiative Aachen
Engagiert älter werden

Evangelische Erwachsenenbildung Aachen
Frère-Roger-Str. 8.-10,
52062 Aachen
Tel. 0241 / 453162
simone.glup@ekir.de

Evangelische Initiative
ENGAGIERT ÄLTER WERDEN
Annastr. 35, 52062 Aachen
Tel. 0241 / 21155
info@engagiert-aelter-in-aachen.de

eeb Evangelisches Erwachsenenbildungswerk **Nordrhein** e.V.