

Stadt Reinbek
www.reinbek.de

Programmhinweise für Reinbeker Seniorinnen und Senioren

Veranstaltungen im Jürgen Rickertsen Haus



Schulstraße 7, 21465 Reinbek

Herausgeber:

**Der Bürgermeister der Stadt Reinbek
- Amt für Bürgerangelegenheiten / Seniorenberatung -
Tel. 040/727 50 264**

Stand: 14.02.2017

I n d e x

A – Z

Seite

Ambulanter Hospizdienst Reinbek e. V. - Trauercafe - http://www.hospizdienst-reinbek.de/	23
Arbeiterwohlfahrt www.awo-reinbek.de	4 , 9 , 13 , 15
Behindertenbeirat der Stadt Reinbek bbr@jrh-reinbek.de	21
Betreuungsverein Stormarn e. V. http://www.btv-od.de/	24
Bridge-Club Reinbek	6
CLUB 60 PLUS	14
Deutsches Rotes Kreuz www.drk-reinbek.de	3 , 7 , 9 , 10 , 16
Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose	22
Seniorenbeirat sb@jrh-reinbek.de	5 , 8 , 12 , 19 , 20
Seniorenkabarett „Reinbeker Füchse“	11
Sozialverband Deutschland e. V. (ehem. Reichsbund) www.sovd-reinbek.de	25
Spielegruppe	26
TSV Reinbek www.tsv-reinbek.de	17
Volkshochschule Sachsenwald www.vhs-sachsenwald.de	18

Sollten Sie Ihre Seniorenveranstaltung im Jürgen Rickertsen Haus in diesem Heft vermissen, dann wenden Sie sich an

den Seniorenberater der Stadt Reinbek,
Herrn Siegfried Harms
Tel. Tel. 727 50 264
E-Mail: Soziales@Reinbek.landsh.de

MONTAG

Deutsche Rotes Kreuz

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

09.00 Uhr - 10.30 Uhr

Im Jürgen Rickertsen Haus findet jeden Montag eine rhythmische „**Bewegungsschulung**“ für Seniorinnen und Senioren statt. Eine Wohltat für Körper und Geist können gymnastische Übungen zu angenehmer Musik sein.

Auch Herren sind herzlich willkommen!

Grundkenntnisse sind nicht erforderlich.

Auskunft und Leitung :

Frau Ingrid Dallmann

Tel.: 722 39 75

MONTAG

Arbeiterwohlfahrt

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

14.30 Uhr - 18.00 Uhr

Jeden Montag ist bei einem **Kaffeenachmittag** Gelegenheit zur Unterhaltung und verschiedenen Spielen wie **Skat, Canasta** usw. gegeben.

Besondere Veranstaltungen, wie **Ausfahrten und Feste** werden jeweils an diesen Seniorennachmittagen und als Programm am Anfang des Jahres bekannt gegeben.

An der Infowand im Jürgen Rickertsen Haus und im Rathaus kann man sich informieren.

Auskunft erteilt:
Gudrun Melchert
Tel.: 722 00 49

Nach dem Kaffeetrinken trifft sich jeden Montag die „**Spinngruppe**“ von

15.15 Uhr - 16.30 Uhr

Wer Lust zum Spinnen hat oder es lernen möchte, ist herzlich eingeladen.

Ansprechpartnerin:
Frau Asta Bünning
Tel.: 722 24 75

DIENSTAG

Seniorenbeirat der Stadt Reinbek

Gruppe 3 **09.00 Uhr - 10.30 Uhr**

Gruppe 2 **11.00 Uhr - 12.30 Uhr**

Im Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7
trifft sich **jeden Dienstag und Donnerstag** unsere **PC - Hobbygruppe**



Ziel der AG ist es, den älteren Menschen den Umgang mit einem Computer in kleinen Schritten näher zu bringen, die Angst vor der „Maschine“ zu nehmen.

In dieser Zeit können auch EDV-spezifische Fragen gestellt werden

Auskünfte erteilen:

Dr. Heinz-Dieter Weigert Tel. 040 – 850 24 17
und
Georg A. Suhling, Tel. 0175 – 370 59 81

DIENSTAG

Bridge-Club Reinbek

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

14.00 Uhr - 17.45 Uhr

Seit 30 Jahren spielt der Bridgeclub
"gut aber nicht verbissen".

Die Damen und Herren des Bridge Clubs
treffen sich jeden Dienstag im Rickertsen-Haus
an der Schulstraße 7.

Dort wird von 14 bis 17.45 Uhr gespielt.

Kontakt:

Heidemarie Kitzinger: 040 - 739 289 61

DIENSTAG

Deutsches Rotes Kreuz

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

14.30 Uhr bis 17.00 Uhr

Jeden Dienstag findet ein **gemeinsames Kaffeetrinken** statt.

Kartenspiele und andere Spiele werden durchgeführt.

Des Weiteren machen wir **jeden Monat eine Ausfahrt**.

Weiterhin frühstücken wir **jeden ersten Sonntag** eines Monats **um 9.00 Uhr**.

Hierzu sind alle Seniorinnen und Senioren herzlich eingeladen.

Zu den besonderen Veranstaltungen wird jeweils an den Seniorennachmittagen
eingeladen.

Dienstags im Jürgen Rickertsen Haus können Sie sich über alle Angebote
informieren.

Auskunft erteilt:

Frau Brigitte Kammin

Tel.: 32 51 86 63

MITTWOCH

Seniorenbeirat der Stadt Reinbek

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

Gruppe 3 **09.00 Uhr - 10.30 Uhr**

Gruppe 2 **10.30 Uhr - 11.30 Uhr**

Seniorengymnastik

Auskunft erteilt:

Bärbel Schmidt

Tel.: 040 – 722 16 13

MITTWOCH

Deutsches Rotes Kreuz

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

13.30 Uhr - 14.30 Uhr

Die **Seniorengymnastikgruppe** trifft sich jeden Mittwoch zu gemeinsamen Übungen, die besonders auf die Bedürfnisse der Seniorinnen und Senioren ausgerichtet sind. Es wird mit Geräten und Bällen gearbeitet, die individuell einsetzbar sind.

Nicht nur die Perfektion zählt, sondern auch die **Freude an der Bewegung**.

Auskunft erteilt:

Frau Ingrid Dallmann

Tel.:722 39 75

Arbeiterwohlfahrt

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

14.30 Uhr

Jeden Mittwoch um 14:30 Uhr trifft sich die

Senioren-Schachgruppe

Jede(r) ist willkommen, Anfänger, Freizeit- und Vereinsspieler(innen).

Besondere Leistungsanforderungen gibt es nicht.

Wir wollen Spaß und Unterhaltung beim Schachspiel haben.

Schach-Grundkenntnisse sollten allerdings vorhanden sein.

Die Teilnahme ist kostenlos.

Im Sommerhalbjahr spielen wir auch draußen mit großen Garten-Schachfiguren.

Bei genügend Interesse veranstalten wir auch ein gruppeninternes Schachturnier.

Ansprechpartner:

Harry Grunwald

Tel. 040-722 85 84

MITTWOCH

Deutsches Rotes Kreuz

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

14.30 Uhr - 18.00 Uhr

Jeden **zweiten Mittwoch im Monat** treffen sich interessierte Seniorinnen und Senioren, um **gemeinsam zu basteln** und zu **handarbeiten**.

Kenntnisse und Fähigkeiten können sinnvoll eingesetzt werden, damit die Fingerfertigkeit erhalten bleibt.

Die angefertigten Handarbeiten werden einmal im Jahr auf einem Basar verkauft.

Der Reinerlös kommt der Seniorenarbeit zugute.

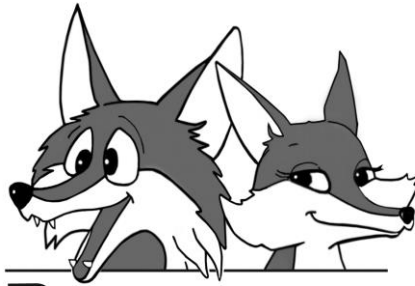
Neben dem guten Zweck bietet das Treffen auch eine willkommene Gelegenheit, in Ruhe miteinander zu plaudern.

Auskunft erteilt:

Frau Brigitte Kammin

Tel.: 32 51 86 63

MITTWOCH



**REINBEKER
FÜCHSE**
Senioren-Kabarett

Proben und Versammlungen – je nach Bedarf - mittwochs
im Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

18.00 Uhr - 22.00 Uhr

Kabarett heißt „Bunte Platte“, eine besondere Kunst der Unterhaltung in Form von Gedichten, Liedern und Sketchen. Wir, das Senioren-Kabarett „REINBEKER FÜCHSE“, haben uns dieser Unterhaltungsform verschrieben und stehen damit seit einigen Jahren erfolgreich auf der Bühne.

Wer Spaß und Lust daran hat, anderen Menschen auf der Bühne Freude und Unterhaltung zu bieten, ist uns jederzeit willkommen. Wenn Sie dazu noch darstellerisches Talent hätten oder gar schon Bühnenerfahrung, laufen Sie bei uns in offene Arme.

Ansprechpartner:
Leitfuchs **Hannes Buck**
Tel.: 639 10 440

DONNERSTAG

Seniorenbeirat der Stadt Reinbek

Gruppe 1 **09.00 Uhr - 10.30 Uhr**

Gruppe 4 **11.00 Uhr - 12.30 Uhr**

Gruppe 5 **13.00 Uhr - 14.30 Uhr**

Im Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7
trifft sich **jeden Dienstag und Donnerstag** unsere **PC - Hobbygruppe**



Ziel der AG ist es, den älteren Menschen den Umgang mit einem Computer in kleinen Schritten näher zu bringen, die Angst vor der „Maschine“ zu nehmen.

In dieser Zeit können auch EDV-spezifische Fragen gestellt werden

Auskünfte erteilen:

Dr. Heinz-Dieter Weigert Tel. 040 – 850 24 17
und
Georg A. Suhling Tel. 0175 – 370 59 81

DONNERSTAG

Arbeiterwohlfahrt

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

10:00 Uhr bis 11:30 Uhr

Jeden Donnerstag trifft sich der

Lesekreis

der Arbeiterwohlfahrt.

In dieser Gruppe werden lange und kurze, lustige und traurige, aktuelle und historische Texte gelesen und diskutiert.

Das Gelesene wird mit eigenen Erfahrungen und Wünschen verglichen und zum Anlass genommen, auch über sich zu sprechen.

Die Bücher oder Aufsätze suchen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer gemeinsam aus.

Jeder, der Lust hat mitzumachen, ist herzlich eingeladen.

Ansprechpartnerin:

Frau Monika Sitz

Tel.: 040 – 722 29 99

Ebenfalls jeden **Donnerstag**
bietet die **AWO** in dem Büro im Jürgen-Rickertsen-Haus eine
Sprechstunde

von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr an.

Termine zu anderen Zeiten stimmen Sie bitte vorher mit der AWO ab unter Tel. 7228789.

DONNERSTAG

CLUB 60 PLUS

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

15.00 Uhr - 17.00 Uhr

jeden 3. Donnerstag im Monat

Das Treffen beginnt mit **Kaffee** und **Kuchen**
und einem regen Gedankenaustausch.

Danach wird ein kleines **Programm** angeboten.

Es werden **Tagesthemen diskutiert**,
sich an schöner **Musik** erfreut,
Literatur vorgestellt und **Filmvorträge** gehalten.

Regelmäßig werden **Ausflüge**, **Reisen**, **Besichtigungen**
und **Theaterbesuche** durchgeführt.

Ansprechpartner:

Herr Gotthard Kalkbrenner Tel.: 040 – 727 99 55

FREITAG

Arbeiterwohlfahrt

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

10.30 Uhr - 12.30 Uhr

in Einzelfällen ersatzweise

15.30 Uhr - 17.30 Uhr

„Seniorentanz“

Wir tanzen Volkstänze und moderne Tänze aus verschiedenen Ländern.

Auskunft erteilt:
Frau Petra Freund
Tel.: 727 94 16

VERSCHIEDENES

Senioren **TANZTEE**

im Jürgen Rickertsen Haus,
Schulstraße 7, 21465 Reinbek

vom **Oktober bis zum April**
am **2. Sonntag des Monats**
von **15:00 Uhr bis 17:00 Uhr**



Termine 2017:

08.01. / 12.02. / 12.03. / 09.04. / 08.10. / 12.11. / 10.12.

Auskunft erteilt:

Frau Ingrid Dallmann
(Deutsches Rotes Kreuz)
Tel.: 040 / 722 39 75

VERSCHIEDENES



TSV REINBEK

Sport mit Spaß!

Herzsport / Sitzgymnastik

im Jürgen-Rickertsen-Haus

freitags von 09:00-12:00 Uhr



Anmeldung und weitere Information bei der

TSV Geschäftsstelle, Theodor-Storm-Str. 22, 21465 Reinbek

Tel.: **040 - 722 18 37**, Fax: 040 - 722 86 89

www.tsv-reinbek.de
info@tsv-reinbek.de

VERSCHIEDENES

Volkshochschule Sachsenwald (VHS)

Klosterbergenstraße 2a (Ecke Schulstraße)

Die Volkshochschule Sachsenwald bietet auch **Kurse** im Jürgen Rickertsen Haus speziell **für ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger** an.

Hinweise finden Sie im Aushang.

Weitere Auskünfte erteilen wir auch persönlich unter:

Tel.: 727 324 0

VERSCHIEDENES

Seniorenbeirat der Stadt Reinbek

Stadtrundfahrten

mit dem



Seniorenmobil

Der Seniorenbeirat lädt zu **kostenlosen Stadtrundfahrten** mit einem kompetenten Stadtführer ein.

Vor bzw. nach der Fahrt ist Gelegenheit, eine Tasse Kaffee und ein Stück Kuchen - natürlich ebenfalls kostenlos - zu genießen.

Die Touren durch Nord- oder Süd-Reinbek finden in den Sommermonaten zweimal pro Monat mittwochs jeweils um 14:00 Uhr und 16:00 Uhr statt. Der Seniorenbus hat Platz für 6 - 7 Gäste.

Im Zeitraum April-Oktober finden jeweils am 1. Mittwoch im Monat je 2 Touren im SeniorenBus mit Kaffeetrinken ab Jürgen-Rickertsen-Haus bzw. Begegnungsstätte Neuschönningstedt (14:00 Uhr und 16:00 Uhr)

Jede Fahrt dauert etwa 2 Stunden. Die Touren führen in die unterschiedlichsten Teile von Reinbek und werden unseren Gästen ganz bestimmt völlig neue Erkenntnisse und Eindrücke über ihre Stadt vermitteln.

Verbindliche Anmeldungen für die Stadtrundfahrten nehmen

Robert Williams (040 / 819 782 72) und **Jochen Corrigox (722 16 65)** entgegen.

VERSCHIEDENES

Seniorenfrühstück

Die Info-Frühstücke werden vom Seniorenbeirat als Sprechstunden **mit integrativer Beratung** einmal monatlich **für Reinbeker Bürgerinnen und Bürger ab 60 Jahre** angeboten. Dabei wechseln die Standorte, um allen Senioren die Teilnahme zu ermöglichen. Die Standorte sind das **Jürgen-Rickertsen-Haus** in der Schulstraße 7 (zwischen VHS und Gymnasium) und die **"BeGe"** Begegnungsstätte in Neuschönningstedt, Querweg 13.

Die Veranstaltungen beginnen um **9.00 Uhr** und dauern in der Regel ca. 2 Stunden. Kostenbeitrag für das Frühstück: 2,00 € pro Person. Im Rahmen des Frühstücks bieten sich ausreichend Gelegenheiten, Ihre Angelegenheiten und Probleme zu besprechen.

Auskünfte bzw. Anmeldungen bei
Frau Bärbel Schmidt (7221613) und Frau Barbara Neumann (7223434)

Unsere Termine für 2017:

11.01.	Das Reinbeker Heimatmuseum	Jürgen-Rickertsen-Haus
08.02.	Das Reinbeker Heimatmuseum	Begegnungsstätte Neuschönningstedt
08.03.	IGEL-Leistungen (Individuelle Gesundheitsleistungen)	Jürgen-Rickertsen-Haus
12.04.	IGEL-Leistungen (Individuelle Gesundheitsleistungen)	Begegnungsstätte Neuschönningstedt
10.05.	Tafel in Reinbek	Jürgen-Rickertsen-Haus
14.06.	Tafel in Reinbek	Begegnungsstätte Neuschönningstedt
09.08.	Tourismus in Stormarn	Jürgen-Rickertsen-Haus
13.09.	Tourismus in Stormarn	Begegnungsstätte Neuschönningstedt
11.10.	Hospiz und Trauercafe	Jürgen-Rickertsen-Haus
29.11.	Adventsfrühstück mit Überraschungen	Begegnungsstätte Neuschönningstedt
13.12.	Adventsfrühstück mit Überraschungen	Jürgen-Rickertsen-Haus

VERSCHIEDENES

Behindertenbeirat der Stadt Reinbek

Norbert Dähling, Rolf Loose und **Kurt Martens**, die Mitglieder des im Mai 2015 neu gewählten Behindertenbeirats der Stadt Reinbek, wollen sich tatkräftig für die Sorgen, Nöte und Rechte der Menschen mit Behinderungen - unabhängig von deren Alter – einsetzen.

Der Behindertenbeirat bietet **Sprechstunden** an folgenden Tagen an:

jeden 2. Dienstag im Monat
von 10:00 – 12:30 Uhr ,
in der BeGe, Querweg 13

14. Februar, 14. März, 11. April, 9. Mai, 13. Juni,
8. August, 12. September, 10. Oktober, 14. November

jeden 4. Dienstag im Monat
von 10:00 Uhr bis 12:30 Uhr
im Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

28. Februar, 28. März, 25. April, 23. Mai, 27. Juni,
22. August, 26. September, 24. Oktober, 28. November

Zu den o.a. Sprechzeiten können Sie den Behindertenbeirat **persönlich** erreichen.

Telefonisch können Sie jeden 4. Dienstag im Monat in der Zeit von 10:00 bis 12:30 Uhr Kontakt zum Behindertenbeirat aufnehmen.

Die Rufnummer lautet: **040 – 788 77 671.**

Außerhalb dieser Zeiten können Sie Nachrichten auf den **Anrufbeantworter** sprechen. Ein Mitglied des Behindertenbeirates wird Sie zurückrufen.

Faxe können an die gleiche Nummer geschickt werden.

Besitzer eines PC mit Internetanschluss haben die Möglichkeit, unabhängig von den Sprechstunden per **E-Mail** mit dem Behindertenbeirat zu kommunizieren.

Die entsprechende E-Mail-Adresse lautet: bbr@jrh-reinbek.de

Wichtig: Die Mitglieder des Behindertenbeirates sind zur Verschwiegenheit verpflichtet und sind, obwohl von der Stadt eingesetzt, an keine Weisungen gebunden.

VERSCHIEDENES

Selbsthilfegruppe Multiple Sklerose in Reinbek

im Landesverband Schleswig-Holstein e. V. der Deutschen Multiple Sklerose
Gesellschaft

Die Selbsthilfegruppe trifft sich **jeden letzten Freitag** im Monat

von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr

im Jürgen Rickertsen Haus (Schulstraße 7).

Ansprechpartnerin:

Frau Hannelore Schadow, Tel. 722 49 33

E-Mail: hannelore.schadow@t-online.de

VERSCHIEDENES

Trauercafé

Ambulanter Hospizdienst Reinbek e.V.

Trauercafé

Wenn ein geliebter Mensch stirbt, verändert sich das eigene Leben; nichts ist mehr so, wie es war. Jeder Mensch trauert individuell. Dieses "Durchleben" der Trauer braucht Raum und Zeit. Das Trauercafé möchte Menschen in ihrer Trauer begleiten und einen geschützten Rahmen für einen Austausch mit anderen Hinterbliebenen anbieten. Begleitet werden diese monatlichen Treffen von Menschen mit eigenen Trauererfahrungen und ausgebildeten Trauerbegleitern. Neben diesen Treffen sind auch Einzelbegleitungen möglich. Das Trauercafé wird veranstaltet von den Ambulanten Hospizdiensten Reinbek und Bergedorf in Kooperation mit der Kirche Reinbek West. Die Teilnahme ist kostenlos.

Termine 2017 (mittwochs)

25. Januar
22. Februar
22. März
19. April
17. Mai
14. Juni
12. Juli
09. August
06. September
04. Oktober
01. November
13. Dezember

jeweils 16-18 Uhr im Jürgen-Rickertsen-Haus, Schulstraße 7

zusätzlich eine Veranstaltung am Mittwoch, 29. November 2017, 16 Uhr

VERSCHIEDENES

Betreuungsverein Stormarn e.V.

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

14.30 Uhr - 16.30 Uhr

Jeden ersten Dienstag im Monat findet eine **Frage- und**

Sprechstunde für Seniorinnen und Senioren zur

Altersvorsorge und zum **Betreuungsrecht**

statt.

Alle interessierten Seniorinnen und Senioren können sich **kostenlos** beraten lassen.

Nur nach telefonischer Anmeldung!

Bei Bedarf werden auch Hausbesuche durchgeführt.

Anmeldung und Auskunft:

Betreuungsverein Stormarn e.V.

Lübecker Straße 44

23843 Bad Oldesloe

Tel.: 04531/67679

Email: betreuungsverein@btv-od.de

Internet: www.btv-od.de

VERSCHIEDENES

Sozialverband Deutschland (SoVD) -ehemals Reichsbund, gegründet 1917-

Ein sozialer Verband stellt sich vor.

Ihre Rechte

Wir helfen Ihnen in sozialen Fragen

Ortsverband Reinbek

Ansprechpartner:

Herr Helmut Uder
1. Vorsitzender
Tel.: 0151 - 414 686 94
email: uder@sovd-reinbek.de

Frau Christiana Leiß
2. Vorsitzende
040 – 72104803
e-mail: leiss@sovd-reinbek.de

**Sprechstunde an jedem dritten Donnerstag im Monat
von 16.00 Uhr bis 19.00 Uhr im Jürgen Rickertsen Haus
(es wird um telefonische Anmeldung gebeten – 040 72104803).**

**Sprechstunde an jedem zweiten Donnerstag im Monat von der
SoVD Behindertenbeauftragten Frau Brandt, ab 16:00 Uhr
(nur nach telefonischer Anmeldung)**

VERSCHIEDENES

Reinbeker Spielekreis

Jürgen Rickertsen Haus, Schulstraße 7

19.00 Uhr – ca. 22.30 Uhr

Jeden 4. Sonntag

im Monat trifft sich der Spielekreis im Jürgen Rickertsen Haus.

Beim Reinbeker Spielekreis wird gespielt,
was auf den Tisch kommt und Spaß macht.
Und keine Bange: Jedes Spiel wird erklärt.
Leute, die gern spielen, sind herzlich willkommen.
Für Fragen, Anregungen usw. stehen wir
gern zur Verfügung.

Ansprechpartner:

Kerstin und Sebastian Grothe

Tel. 040 – 526 42 26