

## Unser Konzept

Ziel des Arbeitskreises ist es, Bildung und Fortbildung für Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit und für interessierte Seniorinnen und Senioren anzubieten.

Unsere Angebote sind Generationen übergreifend, sie werden Menschen mit Einschränkungen und Behinderungen gerecht, laden Angehörige aller Kulturen und Religionen ein und orientieren sich an den aktuellen Bedürfnissen älterer Menschen.

Wir fördern die Ökumene in der Kirche und gestalten diese lebendig. Unsere Veranstaltungen sind offen für alle!

## Unsere Ziele

Wir wollen Ehrenamtliche in der Seniorenarbeit vor Ort unterstützen, fortbilden und mit ihnen neue Handlungsfelder erschließen.

Des Weiteren wollen wir das Interesse der Seniorinnen und Senioren wecken, ihre Ideen aufgreifen und für neue Bildungsangebote gewinnen. Darüber hinaus ermöglichen wir spirituelle Erfahrungen und bieten Ihnen an, neue Formate auszuprobieren.

Wir reflektieren und thematisieren die Veränderungen im Leben, in Kirche und Gesellschaft und entwickeln Perspektiven für die Zukunft.

## Anmeldung

Teilnahme nur bei *verbindlicher* Anmeldung in der Geschäftsstelle des Arbeitskreises beim Caritasverband für die Region Düren-Jülich e.V.:

Sekretariat: Janine Ahlert  
Bürozeit: werktags 9 - 11 Uhr  
Telefon: 02421 481-63  
E-Mail: [jahlert@caritas-dn.de](mailto:jahlert@caritas-dn.de)

Anmeldeschluss ist eine Woche vor der Veranstaltung, sofern nichts anderes angegeben ist. Sollten Sie später oder nicht absagen, wird Ihnen der Kostenbeitrag in Rechnung gestellt.

## Veranstaltungsorte

**Seminarkapelle des Caritasverbandes**  
Eingang auf der Rückseite des Gebäudes  
Friedrichstraße 11, 52351 Düren

**Evangelische Gemeinde zu Düren**  
Vortragsraum, Wilhelm-Wester-Weg 1,  
52349 Düren

**Pfarrkirche St. Marien**  
Hoeschplatz, 52349 Düren

**Papst-Johannes-Haus**  
Annaplatz 9, 52349 Düren

**Kreisverwaltung Düren**  
Bismarckstraße 16, 52351 Düren

## Wir stellen uns vor

**Gisela Gerdes**  
Caritasverband Düren-Jülich  
Telefon: 02427 9481-12  
E-Mail: [ggerdes@caritas-dn.de](mailto:ggerdes@caritas-dn.de)



**Monika Sandjon**  
Kreis Düren  
Telefon: 02421 22-1052904  
E-Mail: [amt52@kreis-dueren.de](mailto:amt52@kreis-dueren.de)



**Agnes Ophoven-Polaczek**  
Stadt Düren  
Telefon: 02421 25-2831  
E-Mail: [a.ophoven-polaczek@dueren.de](mailto:a.ophoven-polaczek@dueren.de)



**Maria Luise Kurtz-Nehring**  
Evangelische Gemeinde zu Düren  
Telefon: 02421 188-174  
E-Mail: [luisse.kurtz@ekir.de](mailto:luisse.kurtz@ekir.de)



**Antje Stevkov**  
Bistum Aachen  
Telefon: 02421 38898-32  
[antje.stevkov@bistum-aachen.de](mailto:antje.stevkov@bistum-aachen.de)



**Petra von der Au**  
Ehrenamtliche Mitarbeiterin

# Bildungsangebote

für Ehrenamtliche  
und Interessierte

# 2024

Januar  
bis Juli



**Arbeitskreis  
Seniorenbildung  
und mehr**

**im Kreis Düren**

## Liebe Seniorinnen und Senioren, liebe Interessierte!

Für das 1. Halbjahr 2024 haben wir für Sie interessante Veranstaltungen und ein attraktives Tagungsangebot zusammengestellt. Bitte beachten Sie, dass die Veranstaltungen an verschiedenen Orten stattfinden.

Wir freuen uns auf Sie!

### Meditationen (monatlich)

Wechselnde Referentinnen und Referenten stellen montags, einmal im Monat, verschiedene Möglichkeiten der Meditation vor. Eingeladen sind Menschen jeden Alters. Ort: Seminarkapelle des Caritasverbandes  
Termine: 22.01.; 26.02.; 18.03.; 22.04.; 24.06.  
Zeit: 18:30 - 20:00 Uhr  
Kostenfrei

### Suchtprophylaxe im Alter

Älter werden wir von ganz alleine. „Gesund älter werden“ ist eine lebenslange Aufgabe. Gesund bleiben kann man durch Bewegung und gesunde Ernährung, aber auch durch Vermeidung von Tabak- und riskantem Alkoholkonsum oder von Missbrauch von Medikamenten. Welche Suchterkrankungen gibt es im Alter? Was können die Gründe dafür sein? Welche Hilfsangebote gibt es im Kreis Düren? Darüber möchten wir informieren, denn Suchtvorbeugung lohnt sich immer, auch im Alter!

Referentin: Gabi Loslever, Fachstelle für betriebliche Suchtprävention im Caritasverband Düren-Jülich e.V.

Ort: Kreisverwaltung Düren

Termin: Donnerstag, 07.03.2024

Zeit: 15:00 - 17:00 Uhr

Kostenfrei

### Literatur und Begegnung

Freuen Sie sich auf spannende Literaturthemen mit Margret Hanuschkin und Petra von der Au. Die Inhalte werden bei der Anmeldung und in der Presse bekannt gegeben

Ort: Papst-Johannes-Haus

Termine: Mittwoch, 20.03. und 19.06.2024

Zeit: jeweils 15:00 - 17:00 Uhr

Kosten: 6 €

### Wellnessnachmittag

Menschliche Kontakte und schöne Begegnungen finden Sie bei unserem Wellnessnachmittag. Lassen Sie sich überraschen und verwöhnen.

Referentin: Monika Lövenich

Ort: Seminarkapelle Caritasverband

Termin: Donnerstag, 18.04.2024

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr

Kosten: 30 €

### Jahrestagung „Im Alter was Neues?!“

In jedem Lebensalter kann man sich auf Neues einlassen. Wichtig sind die Neugier

und ein bisschen Mut, auf das Neue zuzugehen. Dann findet sich ein neues Hobby mit neuen sozialen Kontakten; und für neue Freundschaften gibt es einfach keine Altersgrenzen.

Ort: Ev. Gemeinde zu Düren

Termin: Donnerstag, 25.04.2024

Zeit: 14:00 - 18:00 Uhr

Anmeldeschluss: 31.03.2024

Kostenfrei

### Matinée zum Muttertag

mit Margret Hanuschkin und Petra von der Au. Haben Sie Lust auf einen etwas anderen Muttertag in guter Gesellschaft? Wir verwöhnen Sie mit literarischen Texten, Musik und einem Gläschen Sekt. Das Thema wird vorab in der Presse bekannt gegeben.

Ort: Ev. Gemeinde zu Düren

Termin: Sonntag, 12.05.2024

Zeit: 10:00 - 13:00 Uhr

Kosten: 8 €

### Ländervortrag Norwegen

Die Referentin Ursula Düster bereist schon viele Jahre Norwegen. Sie möchte über das Land, die Geschichte, die Kultur und die aktuelle Situation berichten.

Ort: Papst-Johannes-Haus

Termin: Dienstag, 04.06.2024

Zeit: 16:00 - 18:00 Uhr

Kostenfrei

### Besichtigung Senioren-WG Merzenich

Die neue Einrichtung der Neffeltal Service GmbH bietet eine 12 und 11-Zimmer-WG mit einer Zimmergröße von ca. 20 qm in einem Neubau mit gehobener Ausstattung in Merzenich. Alternativ stehen 32 hochwertige Seniorenwohnungen zur Miete zur Verfügung. Es besteht eine Kooperation mit dem Ambulanten Pflegedienst Neffeltal. Nach der Führung haben Sie Gelegenheit zum Austausch bei einer Tasse Kaffee.

Begleitung: Monika Sandjon und Antje Stevkov

Ort/Treffpunkt: 14:00 Uhr am Haupteingang des Kreishauses, Bismarckstraße 16, Düren zur Bildung von Fahrgemeinschaften oder um 14.30 Uhr vor der Einrichtung. Die genaue Anschrift wird bei Anmeldung bekannt gegeben.

Termin: Mittwoch, 26.06.2024

Zeit: 14:30 - 16:30 Uhr

Kostenfrei



**Arbeitskreis  
Seniorenbildung  
und mehr**

**im Kreis Düren**