



Stadt
Gronau



Kalender für Senior:innen 2023 / 2. Halbjahr

Inhaltsverzeichnis

Impressum	2
Grußwort	3
Termine	
Termine allgemein	5
Regelmäßige Veranstaltungen	6
Monatsplan	32
Reguläre Sport-Angebote	46
Demenz-Angebote	54
Kontaktadressen	55
Senior:innen aktuell	65
Wichtige Dokumente	67

Impressum:

Redaktion: Stadt Gronau, Altenhilfe-Koordination,
Katrín von Trümbach

Quellen:

Foto Seite 4: Carina Schindler

Foto Seite 10: Elisabeth Reinermann

Foto Seite 16: Friedhelm Harmeling

Foto Seite 28: rock´n´popmuseum

Foto Seite 31: Stadt Gronau

Foto Seite 40: Hans Dieter Meyer

Fotos Seite 5, 18, 25, 29, 52, 54, 66: pixabay

Druck: Hausdruckerei Stadt Gronau

Wenn Du lange gearbeitet hast, um etwas zu erreichen, dann nimm Dir auch die Zeit, das Erreichte zu genießen.

-Jean-Jacques Rousseau-

Liebe Leserinnen und Leser!

Die neue Ausgabe des Kalenders für Senior:innen ist da!

„Plötzlich ist es soweit“: Die Rente steht an. Während des Berufslebens ist man regelmäßig in Termine und Projekte eingebunden. Mit Beendigung des Arbeitslebens ändert sich Vieles innerhalb kürzester Zeit. Man ist schließlich nicht nur seine mitunter lästigen Pflichten los, sondern muss auch seine gesamte Tagesstruktur neu überdenken. Das kann gemischte Gefühle auslösen. Manche Menschen verlieren zunächst ein Stück weit das Gefühl, gebraucht zu werden.

Aber keine Sorge: Ruhestand bedeutet vor allem, dass man sich endlich ganz neuen Beschäftigungen widmen kann. Nutzen Sie Ihre Zeit für Dinge, die Sie schon immer tun wollten. Es gibt viel zu entdecken! Genießen Sie zum Beispiel die Lust am Lernen - ohne Druck und aus purer Freude. Oder gestalten Sie die Zukunft aktiv mit, indem Sie ein Ehrenamt übernehmen. Nun haben Sie das Sagen und die Kontrolle über Ihren Terminkalender, planen Sie also auch gemütliche Auszeiten ein!

Damit der Übergang von der Berufstätigkeit zur Rente gut funktioniert, sollten Sie einige Tipps beherzigen:

- Pflegen Sie regelmäßig Kontakte zu Freund:innen und Bekannten
- Denken Sie positiv
- Bleiben Sie körperlich aktiv
- Suchen Sie sich Beschäftigungen, die Sie gemeinsam mit anderen Senior:innen unternehmen können

Es gibt zahlreiche Begegnungsmöglichkeiten in Gronau, die mit vielfältigen Angeboten eine willkommene Abwechslung in Ihren Alltag bringen.

Die Veranstaltungs-Hinweise, die speziell auf Senior:innen zugeschnitten sind, habe ich auf den folgenden Seiten zusammengetragen. Ich freue mich, Ihnen jetzt die neue Ausgabe des Kalenders für Senior:innen zur Verfügung stellen zu können. Möge er Ihnen als Wegweiser gute Dienste leisten.

Auch hier möchte ich noch einmal ausdrücklich allen Vereinen, Verbänden und Gruppen danken, die sich in den unterschiedlichsten Bereichen für ein aktives und abwechslungsreiches Leben im Alter einsetzen. **Vielen Dank für Ihr Engagement!**

Ich wünsche Ihnen, liebe Leser:innen, eine abwechslungsreiche Zeit mit guter Gesundheit und schönen Erlebnissen. Ich würde mich freuen, wenn Sie die verschiedenen Angebote aktiv nutzen und im positiven Sinne neugierig bleiben.

Das sind die besten Voraussetzungen dafür, dass Ihr Leben nach Beginn der Rente erst richtig Fahrt aufnehmen kann.

Bleiben Sie gesund, munter und interessiert!



Mit herzlichen Grüßen
Ihre

Katrin von Trümbach
Altenhilfe-Koordinatorin
Stadt Gronau

Termine...

Es ist in jedem Alter richtig und wichtig, aktiv am Leben in der Gesellschaft teilzunehmen. Dadurch bringen Sie Abwechslung und Zufriedenheit in Ihren Alltag. Gleichzeitig wirkt es sich positiv auf die Gesundheit und Ihr Wohlbefinden aus.

Wenn Sie also gerne unter Menschen sind und Freude an Gesprächsrunden, Informationsveranstaltungen oder moderaten Sportangeboten haben, dann ist hier bestimmt auch für Sie das Passende dabei. Auf den folgenden Seiten können Sie vielfältige Veranstaltungen nachschlagen.

Wer an einem der vorgestellten Angebote teilnehmen möchte, sollte sich mit dem jeweiligen Anbieter in Verbindung setzen.

Bei dieser Kontaktaufnahme können Sie klären, ob für das Angebot Kursgebühren anfallen. Ebenfalls erhalten Sie die wichtige Information, ob das Angebot, wie es hier abgebildet ist, auch wie geplant stattfinden kann oder ob sich möglicherweise Änderungen ergeben haben.

Die Kontaktadressen finden Sie alphabetisch sortiert im Anschluss ab Seite 55.



Regelmäßige Veranstaltungen

St. Agatha-Domizil

Zum Bahnhof 7, Gronau-Epe

Singen, loben, danken

Gottesdienst in leichter Sprache für Senior:innen und ihre Angehörigen

Jeden Donnerstag (außer Feiertage) 15.00 Uhr

Ort: Kapelle im St. Agatha-Domizil

Anschließend: **Musik im Café**

Das **Brunnen Café** im St. Agatha Domizil ist

sonntags von 14.30 – 17.00 Uhr geöffnet.

Der Erlös ist für die Aktion „Schulgeld in Uganda“ bestimmt.

Weitere Veranstaltungen des St. Agatha-Domizils finden Sie im Monatsplan ab Seite 32.

St. Antonius Pfarrzentrum Senior:innentermine Ü65-Treffen

Pfarrzentrum: Mühlenmathe 19a, Gronau

Hubert-Vietmeier-Haus und Jugendzentrum St. Josef: Kaiserstiege 120

Spielen, Klönen und mehr:

jeden 2. Mittwoch im Monat, findet im Wechsel mit dem Pfarrzentrum und dem Hubert-Vietmeier-Haus statt.

Anmeldungen erbeten im Pfarrbüro Tel. 02562/ 9919880

Spielenachmittag für Senior:innen:

jeden 1. und 3. Freitag im Monat ab 14.30 Uhr

Ort: Mühlenmathe 19a

Skat & Doppelkopf:

jeden Montag ab 14.00 Uhr im Hubert-Vietmeier-Haus

(nicht in den Ferien und an den Feiertagen)

Senior:innengymnastik:

jeden Montag ab 16 Uhr im Jugendzentrum St. Josef

Alle Termine des St. Antonius für Senior:innen finden NICHT in den Ferien und an den Feiertagen statt.

Fahrradtour der Männer:

Auch in diesem Jahr werden Fahrradtouren mit Pfarrer Edward Pawolka stattfinden. Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Betreuungsverein Gronau und Umgebung e.V.

Regelmäßige offene Sprechstunden

Fragen rund um Angelegenheiten der rechtlichen Betreuung sowie Vorsorgevollmachten und Patientenverfügung.

Donnerstags von 14.00 Uhr – 16.00 Uhr

Ort: Vereinsstr. 75, Gronau

Anmeldung / Terminreservierung bei dem Betreuungsverein Gronau und Umgebung e.V. ist unbedingt erforderlich.

Die Kontaktangaben finden Sie auf Seite 55.

Informationsveranstaltungen Vorsorge

„Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Ehegattennotvertretungsrecht“ Öffentlicher Vortrag

Montag, 07.08.2023 19.00 Uhr – 21.00 Uhr

Montag, 04.09.2023 10.00 Uhr – 12.00 Uhr

Montag, 09.10.2023 19.00 Uhr – 21.00 Uhr

Montag, 04.12.2023 10.00 Uhr – 12.00 Uhr

Ort: Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3, Gronau-Epe

„Das ABC der rechtlichen Betreuung“

Ausführlicher Einführungskurs für ehrenamtliche rechtliche Betreuer:innen.

09.11.2023 bis einschließlich 30.11.2023

4x donnerstags, 19.00 Uhr – 21.00 Uhr

Ort: Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3, Gronau-Epe

Besonderheit: Dieser fortlaufende Kurs ist ein Angebot der Amtsgerichtsbezirke Gronau und Ahaus.

Eine Anmeldung beim Betreuungsverein Gronau oder Betreuungsverein SkF Ahaus-Vreden ist ausdrücklich erforderlich bis zum 28.10.2023

Die Kontaktangaben finden Sie auf Seite 55.

Regelmäßige Treffen

Erfahrungsaustausch mit anderen ehrenamtlich Betreuenden in gemütlicher Atmosphäre. Informationen über allgemeine oder spezielle Themen rund um die ehrenamtliche Betreuung.

Dienstag, 25.07.2023, sowie Dienstag, 17.10.2023

jeweils von 19.00 Uhr – 21.00 Uhr

Ort: Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3, Gronau-Epe

Sonderveranstaltung/Fortbildung:

„Sexualisierte Gewalt – ein Thema auch im Ehrenamt!

Was versteht man unter sexualisierter Gewalt und woran kann ich diese erkennen? Wie mit sexualisierter Gewalt im Ehrenamt umgehen? Wie kann ich Betroffene schützen, stärken und begleiten?

All diesen Fragen und weiteren Themen wird in diesem Zusammenhang durch die „Frauenberatungsstelle, Fachstelle gegen sexualisierte Gewalt im Kreis Borken“ nachgegangen.

Freitag, 10.11.2023, von 14.00 – 17.00 Uhr

Ort: Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3, Gronau-Epe

Blinden- und Sehbehindertenverein Ahaus-Coesfeld

„Offener Treff“ (Anmeldung nicht erforderlich)

An jedem 3. Mittwoch von 14.00 Uhr – 16.30 Uhr treffen sich alle Interessierten und Mitglieder zu einem gemütlichen Plausch und Erfahrungsaustausch.

Beginn: 16.08.2023

im Café Grenzenlos, Kurt-Schumacher-Platz 6, Gronau

Ansprechpartner: Dietmar Segbert und Alfred Kötter-Orthaus

Weitere Termine:

20.09.2023, 18.10.2023, 15.11.2023 sowie 20.12.2023

CDU Senioren

Treffpunkt: CDU Bürgerbüro, Auf der Sunhaar 15, Gronau-Epe

Aktuelle Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Nähe, Geborgenheit und Sicherheit für das Leben im Alter.



- Vier Altenhilfe-Einrichtungen in Gronau, Epe und Alstätte
- Kurzzeitpflege und Probewohnen
- Tagespflege in Gronau und Epe
- Betreutes Wohnen in Alstätte
- Wohnen in Einzelzimmern
- Ambulante Angebote
- Begleitung, Betreuung und Seelsorge
- Beratung für Senioren und Angehörige



St. Antonius-Hospital
Gronau GmbH

Hier geht es zu interessanten Jobs in unserer Altenhilfe >



altenhilfe-gronau.de

Biologische Station Zwillbrock

„Abenteuer Wald – Großeltern erleben mit ihren Enkelkindern im Grundschul-Alter die Natur des Rünenberger Waldes in Gronau

Die Biologische Station Zwillbrock bietet erneut Nachmittage in der Gronauer Natur für Grundschul Kinder mit ihren Großeltern.

Gemeinsam erleben, erforschen und erfühlen sie den Wald, mit allen Sinnen.

Unter der Leitung von Umweltpädagogin Elisabeth Reiner mann geht es darum, die Schätze der Natur (wieder-) zu entdecken. Ein Bachlauf, ein uralter Buchenwald und ein Bauernhof mit Tieren stehen auf dem abwechslungsreichen Programm. Außerdem präsentiert eine rollende Waldschule präparierte heimische Tiere.

Was krabbelt dort im Laub? Wie schmecken Waldfrüchte? Wie klingt der Wald? – Diese und viele weitere Fragen werden während der Exkursion an verschiedenen Stellen im Rünenberger Wald beantwortet.

Frau Reiner mann ruft alle Kinder auf:

„Bringt mit, was Ihr als kleine Forscher:innen Zuhause habt!“ – (zum Beispiel Lupe, Fernglas, Sammelkiste und Fotoapparat)

Die aktuellen Termine sind:

Freitag, 29.09.2023,

Freitag, 06.10.2023 sowie Freitag, 13.10.2023

jeweils von 14.30 Uhr – ca. 17.30 Uhr

Treffpunkt: Wanderparkplatz Schöttelkotter Damm

Die Teilnahme kostet 13 Euro für Erwachsene und 9 Euro für Kinder.

Eine Anmeldung ist erforderlich bei der Biologischen Station Zwillbrock.

Für weitere Informationen steht die Biologische Station Zwillbrock unter der Rufnummer 02564/ 986020 zur Verfügung. (www.bszwillbrock.de)



DRK

Nachbarschaftshilfekurs

Jeden 2. Dienstag im Monat, 17.30 Uhr – 20.00 Uhr
(3 x 2 Unterrichtsstunden-Std.)

Leitung: Martina Röttger-Hölscher und Martina Niehoff

Anmeldung: Generationenbüro Epe Tel.: 02565/ 8490936

Generationenbüro - offene Sprechstunde

Merschstr. 14, Gronau-Epe

Dienstag: 15.00 – 17.00 Uhr

Donnerstag: 10.00 – 14.00 Uhr

Freitag: 09.00 – 13.00 Uhr

Wohnberatung

Merschstr. 14, Gronau-Epe

Jeden 2. Montag im Monat von 14:30 Uhr – 17.00 Uhr

Leitung: Birgit Lorenzen, Tel.: 02861/ 8029-280

Mobil.:0176/ 18029704, wohnberatung@drkborken.de

Ev. Kirchengemeinde Gronau

Walter-Thiemann-Haus, Alfred-Drögstra-Platz 1

Frauenkreis am Nachmittag:

Jeweils montags in geraden Kalenderwochen
von 15.30 – 17.00 Uhr.

Senior:innen- & Gemeindefrühstück:

Jeweils am 1. Donnerstag im Monat von 9.00 – 11.00 Uhr.

Ev. Kirche Epe, Bernhardstr. 10

Kaffee-Kränzchen:

Jeweils am 1. Mittwoch im Monat von 14.30 – 16.30 Uhr.

Senior:innen- & Gemeindefrühstück:

Jeweils am 2. Dienstag im Monat von 9.00 – 11.00 Uhr.

Bei uns sind Sie in guten Händen



Wir betreuen Sie dort, wo Sie zu Hause sind!

- Ambulante Pflege
- Wohnberatung
- Hausnotruf
- verschiedene Wohnformen für pflegebedürftige Menschen
- Kurse und Beratung für pflegende Angehörige
- Generationenbüro
- Qualifizierung zur Nachbarschaftshilfe

Rotes Kreuz im Kreis Borken

Tel. 02561 94 95

pflegedienst@drkborken.de

www.DRKBorken.de



Evangelisch Freikirchliche Gemeinde

Baptistengemeinde Gronau, Eschenstr. 1 – 5

Seniorentreff, jeden 3. Dienstag im Monat um 15.30 Uhr

Euregio-Volkshochschule

Stadtbücherei Gronau, Bücherei Epe

Anmeldung und Auskunft über die Höhe der Kursgebühren direkt bei der Euregio-Volkshochschule, von-Keppel-Str. 10, Gronau-Epe, Telefon: 02562/ 12-666

Lese-Mentor:innen gesucht

Haben Sie Lust und Zeit, sich ehrenamtlich in der Leseförderung zu engagieren? Die Euregio Volkshochschule, die Stadtbücherei und bereits praktizierende Leselernhelfer:innen planen gemeinsam ein auf Dauer angelegtes Projekt zur lesepraktischen Unterstützung von Grundschulkindern.

Nähere Informationen erhalten Sie bei der Euregio-Volkshochschule.

Lese-Matinee für Senior:innen:

Erinnern, Erleben, Diskutieren

Unterhaltsames Zusammensein mit Gleichgesinnten, Geschichten und Anekdoten füllen die Zeit problemlos aus. Wer Freude daran hat, in Gemeinschaft ausgewählten Geschichten zu lauschen, ist hier richtig.

Donnerstag: 19.10.2023 und

Dienstag: 12.12.2023 jeweils von 10.00 Uhr – 11.30 Uhr

Bücherei Epe, von-Keppel-Str. 8, Leitung: Dorothe Roling

Anmeldung erforderlich, gebührenfrei

Donnerstag: 16.11.2023 von 10.00 Uhr – 11.30 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Ulrich Lenzing

Anmeldung erforderlich, gebührenfrei

Smartphone für Senior:innen – Umgang mit dem Android-Smartphone, Kleingruppenangebot

2 x dienstags: ab 05.09.2023, 9.30 Uhr – 12.00 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Thomas Adriaans
Anmeldung erforderlich

Smartphone für Senior:innen – WhatsApp – Einrichten und Nutzung der Nachrichten-App mit Android Smartphones, Kleingruppenangebot

Dienstag: 19.09.2023 von 9.30 Uhr – 12.00 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Thomas Adriaans
Anmeldung erforderlich

Umgang mit dem Android- Smartphone für Senior:innen - Auffrischkurs, Kleingruppenangebot

Dienstag: 26.09.2023 von 9.30 Uhr – 12.00 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Thomas Adriaans
Anmeldung erforderlich

Englisch für Senior:innen– Niveau A2

10 x montags ab 04.09.2023, 9.00 Uhr – 10.30 Uhr im
Wirtschaftszentrum WZG, Fabrikstr. 3, 1. OG, Bereich D
Leitung: Gisela Evers, Anmeldung erforderlich

Medientreff am Montag 60+

Der Kurs richtet sich an alle älteren Menschen, die aktiv an der zum Teil rasanten Entwicklung der Medienlandschaft teilhaben und von ihr profitieren möchten. Dabei sollen konventionelle Medien mit all ihren Vorzügen ebenso besprochen werden wie digitale Medien.

Medientreff am Montag 60+:

Geschichten, Erinnerungen, Lieder: Medien aus dem SingLiesel-Verlag

Montag, 09.10.2023 von 10.30 Uhr – 12.30 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Dorothe Roling,
Anmeldung erforderlich, gebührenfrei

Medientreff am Montag 60+

Literaturgespräch zum 125. Todestag von Theodor Fontane

Montag: 04.09.2023 von 10.30 Uhr – 12.30 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Ulrich Lenzing

Anmeldung erforderlich, gebührenfrei

Medientreff am Montag 60+ Spielertreff

Montag: 13.11.2023 von 10.30 Uhr – 12.30 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Dorothe Roling,

Anmeldung erwünscht, gebührenfrei

Medientreff am Montag 60+

Literaturgespräch: 110. Geburtstag von Albert Camus

Montag: 11.12.2023 von 10.30 Uhr – 12.30 Uhr

Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Ulrich Lenzing

Anmeldung erwünscht, gebührenfrei

Kreativer Töpferkurs für Jung und Alt

Töpfern/ Formen:

Samstag: 19.08.2023 von 10.00 Uhr – 13.00 Uhr

Berufskolleg, Brändströmstr. 20, Werkraum, Zugang

über den Schulhof, Leiterin: Martina Eckstein-Linke

Glasieren:

Samstag: 02.09.2023 von 10.00 Uhr – 13.00 Uhr

Berufskolleg, Brändströmstr. 20, Werkraum, Zugang

über Schulhof, Leiterin: Martina Eckstein-Linke

Abholung:

Samstag: 16.09.2023, 09.00 Uhr

Eper Amtshaus, 2. OG, R. 7 - **Gebührenpflichtig** -

Bildvorträge

„Als der 2. Weltkrieg beendet war und wir in Epe wieder anfangen zu leben“

Montag: 18.09.2023 von 15.00 Uhr – 16.30 Uhr

St. Agatha-Domizil, Leitung: Georg Frieler, gebührenfrei

„Erkundungsgänge durch Epe – früher und heute“

Montag, 06.11.2023 von 15.00 Uhr – 16.30 Uhr

St. Agatha-Domizil, Leitung: Peter Benger, gebührenfrei

Ausstellung „Was heißt schon alt?“ in der Stadtbücherei Gronau

Mittwoch, 11.10.2023 – Dienstag, 07.11.2023

Viele ältere Menschen leben heute bis ins hohe Alter bei guter Gesundheit und gestalten ihren Alltag sehr abwechslungsreich. Entsprechen aber die in der Gesellschaft vorherrschenden Altersbilder den vielfältigen Lebensentwürfen und Stärken der älteren Menschen von heute?

Wie alt ist alt? Bis wann ist man noch jung? Wie sieht das Leben im Alter tatsächlich aus? Die Bilder zeigen ältere Menschen in ganz unterschiedlichen Situationen und vermitteln ein neues Bild vom Alter(n). Bilder von aktiven und engagierten Menschen sind neben solchen zu sehen, die den Lebensweg alter pflegebedürftiger Menschen aufzeigen. Die verschiedensten Facetten des Alters und des Älterwerdens werden so zum Ausdruck gebracht. Jung und Alt sind eingeladen, über ihre Vorstellungen vom Alter nachzudenken und miteinander ins Gespräch zu kommen. Ein Besuch der Ausstellung ist während der Öffnungszeiten der Stadtbücherei möglich, gebührenfrei.



„Spirituelle Orte im deutsch niederländischen Grenzgebiet“ lautete das Thema einer Vortrags- und Exkursionsreihe des St. Agatha-Domizils in Zusammenarbeit mit der Euregio VHS Gronau. Ziele der Ausfahrten waren u.a. das ehemalige Redemptoristenkloster in Glanerbrug und das Schmugglercafé an der Grenze (Bild). Hier wusste der Nachtwächter Georg Frieler einiges von der Bedeutung und Entstehung des ehem. Klosters zu berichten.

Familienbildungsstätte Gronau (FBS)

Laubstiege 15, Gronau, Telefon: 02562/ 9395-0

Anmeldung und Auskunft über die Höhe der Kursgebühren erhalten Sie direkt bei der Familienbildungsstätte.

Singen und Musizieren für Senior:innen

16 x donnerstags von 15.00 Uhr – 17.00 Uhr, ab 17.08.2023

Leitung: Bärbel Manfré

-kostenfrei-

Sonntags-Schreib-Werkstatt – Creative Writing

9 x sonntags von 11 – 12.30 Uhr, ab 22.10.2023

Leitung: Bianca Austermann-Wolf, gebührenpflichtig

MS-Kontaktkreis

Offener Treff für Multiple-Sklerose- Erkrankte

Anmeldung nicht erforderlich, Terminanfrage bitte direkt an die Familienbildungsstätte

Jeden 2. Mittwoch im Monat von 15.00 Uhr – 17.00 Uhr

Leitung: Monika Miercke

-kostenfrei-

Weitere Veranstaltungen der Familienbildungsstätte finden Sie im Monatsplan ab Seite 32 sowie in der Rubrik „Reguläre Sport-Angebote“ ab Seite 46.

Heimatverein Epe e.V.

Heimathaus, von-Keppel-Straße 10, Gronau-Epe

Öffnungszeiten:

Montag: 9.30 Uhr – 12.00 Uhr, Dienstag: 15.00 Uhr – 18.00 Uhr
und nach Vereinbarung, Telefon 02565/ 7899

Küernachmittage für Männer und Frauen:

Dienstags ab 15.00 Uhr im Heimathaus Epe

Wanderfreunde/ Treffpunkt für Kurz- bzw. Radwanderungen:

Dienstags um 14.00 Uhr ab Heimathaus

Familienforschung:

Während der Öffnungszeiten wird Hilfe angeboten

Im Heimathaus werden gesammelt:

Fotos, Postkarten, Bilder, Familienunterlagen, Totenzettel etc.

Weitere Veranstaltungen des Heimatvereins Epe finden Sie im Monatsplan ab Seite 32.





www.lukas-gronau.de

Erstklassige medizinische Versorgung - menschliche Nähe



Akutgeriatrie + Frührehabilitation
Psychiatrie + Psychotherapie

Wachsen
Sie mit uns...



Evangelisches Lukas-Krankenhaus Gronau
Zum Lukaskrankenhaus 1 · 48599 Gronau · Tel. (0 25 62) 79 - 0
05/23 Ev. Lukas-Krankenhaus Gronau gGmbH; Bilder: Lukas-Krankenhaus Gronau

Hospizbewegung

Ochtruper Str. 20, Gronau

Sterbebegleitung

Menschenwürdige Begleitung in der letzten Lebensphase in vertrauter Umgebung

Offene Sprechstunde:

Donnerstags von 15.00 Uhr – 17,00 Uhr

im Hospizbüro, Ochtruper Str. 20

Weitere Termine nach Vereinbarung

Tel.: 02562/ 9645996 oder 0171/ 7801075

Ansprechpartner: Silvia Rickert-Ehrlichmann und Doreen Böcker

Trauercafé „Haltende Hände“

Jeden 2. Sonntag im Monat von 15.00 Uhr – 17.00 Uhr

im Paul-Gerhardt-Heim, Gildehauser Str. 170

Ansprechpartnerin: Doreen Böcker

Trauertreff der Hospizbewegung Gronau

Jeden 3. Dienstag im Monat von 18.00 Uhr – 19.30 Uhr

im Seminarraum der Hospizbewegung, Ochtruper Str. 20

Ansprechpartnerin: Monika Mersmann

Für das Trauercafé und den Trauertreff ist eine Anmeldung über das Hospizbüro erforderlich.

Telefon: 02562/ 9645996 oder 0171/ 7801075

Menschen in Not – Gronau e.V.

Seniorenhilfe Gronau „HoffnungsSchimmer“

Organisiert vom Förderverein

Jeden 2. Donnerstag im Monat von 10 Uhr – 12 Uhr im St. Josef Jugendzentrum, Kaiserstiege 120.

Jeden 4. Donnerstag im Monat von 10 Uhr – 12 Uhr im Walter-Thiemann-Haus, Alfred-Drögstra-Platz 1

Wichtig: Terminvergabe telefonisch unter 0160/ 98655564



Seniorenhilfe Gronau „HoffnungsSchimmer“

Wir helfen Senioren/Seniorinnen aus Gronau/Epe schnell und unbürokratisch, wenn sie plötzlich in eine akute materielle/finanzielle Notlage geraten sind.

WIR HELFEN GRONAU

ORGANISIERT VOM FÖRDERVEREIN
„MENSCHEN IN NOT- GRONAU E.V.“

Jeden 2. St. Josef Jugendzentrum
Donnerstag Kaiserstiege 120
im Monat von 10 Uhr bis 12 Uhr

Jeden 4. Walter Thiemann Haus
Donnerstag Alfred-Drögstra-Platz 1
im Monat von 10 Uhr bis 12 Uhr

Terminvergabe telefonisch unter :

0160 / 98 65 55 64

Pflege im Kreis Borken

Kompakte Online-Vorträge für Pflegebedürftige und pflegende Angehörige

Eine Pflegesituation wirbelt den Alltag aller Betroffenen durcheinander. Pflegende Angehörige leisten in diesem Zusammenhang einen äußerst wertvollen Dienst. Sie stehen täglich vor dem Problem, die vielfältigen Aufgaben zu meistern. Die Situation stellt immer wieder ganz besondere Herausforderungen an pflegende Angehörige, das führt oft dazu, dass diese ihre eigene Gesundheit nicht ausreichend berücksichtigen. Bei neu auftretender Pflegebedürftigkeit stellen sich die Beteiligten die Frage, was zu tun ist.

Wo erhalte ich erste Informationen, Hilfe und finanzielle Unterstützung?
Mit welchen Hilfsmitteln kann ich mir die Pflgetätigkeit erleichtern?

Damit der Einstieg in die Pflege gelingen kann ist es besonders wichtig, gut informiert zu sein und sich ein gut funktionierendes Netzwerk aufzubauen.

Bei ersten Fragen wenden Sie sich gerne an mich, die Altenhilfe-Koordinatorin, Katrin von Trümbach, unter der Telefonnummer 02562/12-542 oder per Mail (k.vontruembach@gronau.de).

Ich möchte außerdem alle Betroffenen auf eine Reihe interessanter Online-Vorträge des Kreises Borken zum Thema „Pflege“ aufmerksam machen.

Nutzen Sie die Möglichkeit, auf diesem Wege wichtige Informationen zu erhalten und dadurch den Alltag besser meistern zu können.

Die Vorträge sind kostenfrei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Hinweise zu den Terminen und zu den aktuellen Themen sind auf der Pflege-Internetseite des Kreises Borken unter

www.pflege-kreis-borken.de abrufbar. Dort finden Sie ebenfalls Informationen zu Möglichkeiten einer individuellen Pflegeberatung.

Haben Sie Interesse?

Dann können Sie den Zoom-Vorträgen mit folgendem Link beitreten:

www.kreis-borken.de/pflege-vortrag

Meeting-ID: 923 7674 0948

Kenncode: rV9Hb2



Pflege im Kreis Borken

Kompakte Online-Vorträge für
Pflegerbedürftige und pflegende Angehörige

WEST MÜNSTERLAND
KREIS  BORKEN



Termine & Themen:

18. Juli 2023, 19.00 Uhr

Leistungen der Pflegeversicherung | Gudula Decking, Kreis Borken

08. August 2023, 19.00 Uhr

Wohnformen im Kontext von Alter und Pflege | Gudula Decking, Kreis Borken

12. September 2023, 19.00 Uhr

Nachbarschaftshilfe | Lena Schlamann, Kreis Borken

24. Oktober 2023, 19.00 Uhr

Finanzierung eines Pflegeheimplatzes | Ruth Weddelling, Kreis Borken

28. November 2023, 19.00 Uhr

Vereinbarkeit von Beruf und Pflege | Gudula Decking, Kreis Borken

12. Dezember 2023, 19.00 Uhr

Feststellung der Pflegebedürftigkeit durch den Medizinischen Dienst | Gudula Decking, Kreis Borken



Die Online-Vorträge sind kostenfrei.
Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.
Sie können dem Zoom-Vortrag mit
folgendem Link beitreten:
www.kreis-borken.de/pflege-vortrag
Meeting-ID: 923 7674 0948
Kenncode: rV9Hb2

Ihre Ansprechpartnerin:

Gudula Decking
Koordination Pflegeberatung



Tel.: 02861 681 4805
E-Mail: g.decking@kreis-borken.de
www.pflege-kreis-borken.de

Pflegeinformationszentrum PIZ, St. Antonius-Hospital Gronau GmbH

Gesprächskreis für pflegende Frauen

Jeden ersten Dienstag im Monat von 19.30 – 21.30 Uhr im St. Agatha-Domizil, Zum Bahnhof 7, Gronau-Epe. Anmeldung wünschenswert

ReparaturTreff

organisiert von der Freiwilligenzentrale Gronau. Dieser findet in den Räumen der Familienbildungsstätte, Laubstiege 15, statt.

Jeden 1. Samstag im Monat von 10.00 – 12.00 Uhr

Nachhaltig! Defekte Dinge müssen nicht direkt auf dem Müll landen. Ehrenamtliche Helfer:innen stehen 1x im Monat bereit, um gegen eine Spende kleine Reparaturen durchzuführen.

Informationen zum ReparaturTreff erhalten Sie während der Öffnungszeiten bei der Freiwilligenzentrale.

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe/ chronische Schlafstörungen Gronau und Umgebung e.V

Viele ältere Menschen sind von einem Schlafapnoesyndrom (SAS) betroffen und somit chronisch krank. Dieses SAS bildet sich meist nicht mehr spontan zurück, sondern begleitet Patient:innen ein Leben lang, auch jüngere Menschen bleiben nicht verschont. Mittlerweile ist unbestreitbar, dass das SAS eine ernste Erkrankung darstellt.

Neben den quälenden Beschwerden sind es vor allem Erkrankungen des Herz- und Kreislaufsystems, den die Patient:innen als Folge der Schlafapnoe ernstlich gefährden.

Darüber hinaus besteht eine beträchtliche Unfallgefährdung (z.B. durch Sekundenschlaf) aufgrund der großen Müdigkeit während des Führens von Kraftfahrzeugen und Maschinen.

Die Selbsthilfegruppe beschäftigt sich auch mit dem Thema „Insomnie“. Sind Dauer, Qualität oder Zeitpunkt des Schlafs nachhaltig und dauerhaft gestört, sollten Sie auch das Ihrem Hausarzt/ Ihrer Hausärztin erklären.

Bei den regelmäßigen Treffen werden neben den angesprochenen Krankheiten in Verbindung mit der Schlafapnoe auch aktuelle Themen behandelt, die für ältere Mitbürger:innen in Gronau von Interesse sind. Wenn Sie selbst betroffen sind und/oder sich für einen Erfahrungsaustausch interessieren, sind Sie in der Selbsthilfegruppe herzlich willkommen.

Die Mitglieder treffen sich in regelmäßigen Abständen in der Gaststätte Bösing, Am Berge 51.

Die Selbsthilfegruppe ist ein eingetragener Verein und als gemeinnützige Körperschaft öffentlichen Rechts offiziell anerkannt. Informationen zu den nächsten Terminen und zum Thema Mitgliedschaft und erhalten Sie bei dem Vorsitzenden:

Hans Dieter Meyer Tel. 02565/ 8490219 und 0176-70597954

E-Mail: hdm_Epe@gmx.de

SENIOREN-KINO



Jeden zweiten Dienstag im Monat
im Cinetech-Gronau, Mühlenmathe 37

Einlass: 14 Uhr mit Kaffee & Kuchen

Filmbeginn um 15.00 Uhr, Komplettpreis: 8,50 €

Weitere Informationen, zum Beispiel welcher Film gezeigt wird, erhalten Sie im Internet (gronau.cinetech.de) und während der Kassenzeiten auch telefonisch unter der Rufnummer 02562/ 4555.

Öffnungszeiten: Mo. - Fr. ab 16.30 Uhr

Sa. + So. ab 14.00 Uhr

Seniorenbeirat der Stadt Gronau

Boule-Nachmittag auf dem Laga-Gelände

Jeden Samstag ab 15 Uhr als freier Treff (bei trockenem Wetter).

An anderen Tagen können Boule-Kugeln an der Kasse des rock'n'popmuseums gegen ein Pfand ausgeliehen werden. Nähere Informationen erteilen Mitglieder des Seniorenbeirates.

Boule-Platz im Eper Park

Seit Juli 2023 steht nun auch in Epe ein Boule-Platz zur Verfügung. Mit Unterstützung der Sparkassenstiftung konnte das Projekt des Seniorenbeirates umgesetzt werden. Die neue Boule-Möglichkeit befindet sich im Eper Park hinter der „BMX-Bahn“. Für eine Pause stehen Tisch und Bank zur Verfügung. Boulen ist für alle Interessierten jederzeit möglich.

Ab Mitte Juli soll sich ein „Freier Treff am Sonntagvormittag“ etablieren. Start-Termin: Sonntag, 16.07.2023 um 10.30 Uhr an der Boulebahn (bei trockenem Wetter).

Nähere Informationen erteilen die Mitglieder des Seniorenbeirates.

Ausleihmöglichkeit:

Das therapeutische Elektro-Parallel-Tandem „Fun2Go“

Fahrradfahren ist für Menschen ohne Handicap normal, warum nicht auch für Menschen mit Handicap?

Der Seniorenbeirat hat diese Frage positiv umgesetzt und mit finanzieller Unterstützung der Sparkasse Westmünsterland und der Bürgerstiftung Gronau ein „Fun2Go“-Rad erworben, ein therapeutisches Elektro-Parallel-Tandem. Dieses Rad ermöglicht es, dass ein Mitfahrender mit Handicap nicht nur mitfährt, sondern selbst aktiv teilnehmen kann – im Rahmen seiner individuellen Möglichkeiten.

Eine ungewöhnliche Gelegenheit, die Dinkelstadt und die schöne Umgebung zu erfahren!

Die Ausleihe für Senior:innen und Begleitung ist gratis, eine rechtzeitige Reservierung ist empfehlenswert.

Der Verleih erfolgt über das Generationenbüro Epe, Merschstr. 14, (generationenbuero-epe@drkborken.de)

Tel. 02565/ 8490936 bzw. 0176/ 18029324 und 0176/ 18029763

Tanz in der Turbine:

Mittwoch, 13.09.2023 und 08.11.2023

jeweils 16.00 – 19.00 Uhr im Musikclub Turbine,
rock´n´popmuseum. Udo-Lindenbergr-Platz 1.

Nähere Informationen zu der Tanzveranstaltung erhalten Sie auf der Folgeseite.

Haben auch Sie Interesse, sich für Senior:innen im Seniorenbeirat der Stadt Gronau zu engagieren?

Eine gute Möglichkeit, aktiv an der Gestaltung des Lebensraums für ältere Menschen in Gronau mitzuwirken!

Im Jahr 2024 werden Neuwahlen für den Seniorenbeirat stattfinden.

Alle Interessierten können sich bereits jetzt informieren.

Fragen, Anliegen, Hinweise sowie Kontaktvermittlung zu den Beiratsmitgliedern entweder direkt an den Seniorenbeirat der Stadt Gronau, Neustr. 31 (E-Mail: info@seniorenbeirat.de) oder gerne an die Altenhilfe-Koordinatorin der Stadt Gronau, Mühlenmathe 41

Tel. 02562/ 12-542 (E-Mail: k.vontruembach@gronau.de)

Die Mitglieder des Seniorenbeirates geben gerne Auskunft über ihre Arbeit.

Weitere Informationen über die Tätigkeiten und Aktionen des Seniorenbeirates auf der Internetseite:

www.seniorenbeirat-gronau.de

Tanz in der Turbine



Haben auch Sie Rhythmus im Blut oder genießen Sie es einfach, Menschen zu treffen und Musik zu hören?

Dann sollten Sie unbedingt beim **Tanz in der Turbine** vorbeischauchen!

Evergreens der 1950er, Rock´n´Roll-Hymnen von Elvis und Co., Ohrwürmer aus der Beat-Generation, Schlagerschnulzen von Roy und Gitta oder doch lieber Flower-Power mit den Klassikern des Psychedelic Rocks – alles hatte seine Zeit!

Egal, in welchem Genre Sie sich wiederfinden, beim DJ-Nachmittag im rock´n´popmuseum hören Sie Klassiker und Altbekanntes, vielleicht Neues und Interessantes.

Auf jeden Fall können Sie das Tanzbein schwingen oder einfach nur zuhören und klönen.

Der Seniorenbeirat der Stadt Gronau und das rock´n´popmuseum laden Sie ganz herzlich in den Musikclub Turbine ein. Dieser befindet sich in den Räumen des rock´n´popmuseums und ist durch einen Seiteneingang erreichbar.

Kontakt im rock´n´popmuseum: Britta Drewitz, Tel. 02562/ 814821

„Save the Date“
Notieren Sie die Termine für den
Tanz in der Turbine direkt in Ihrem Kalender:

Mittwoch, 13.09.2023 und 08.11.2023
jeweils 16 – 19 Uhr
Der Eintritt ist frei

SPD 60 plus

Kurt-Schumacher-Platz 6, Gronau

Bürgerbüro der SPD, jeden Montag von 14.30 Uhr – 17.30 Uhr
(ausgenommen Feiertage)

Aktuelle Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Verbraucherzentrale NRW e.V.

Beratungsstelle Gronau, Konrad-Adenauer-Str. 47 – 49

Öffnungs- und Beratungszeiten:

Montag und Donnerstag: 09.00 – 12.00 Uhr und 14.00 – 18.00 Uhr

Mittwoch und Freitag: 09.00 – 14.00 Uhr

<https://www.verbraucherzentrale.nrw/beratungsstellen/gronau.de>



AG 60plus – Aktiv sein im SPD-Ortsverein Gronau und Epe

Die Arbeitsgemeinschaft 60plus versteht sich als Organisation der SPD, die insbesondere inhaltliche Impulse für die SPD geben und zugleich Vermittlerin zu den Senioren und Seniorinnen in Organisationen, Verbänden und Institutionen – aber auch persönlich – sein will.

Dabei steht in Gronau und Epe der Generationenausgleich im Vordergrund.

Ansprechpartner für die AG 60plus der SPD in Gronau und Epe sind:

Kurt Rehbein

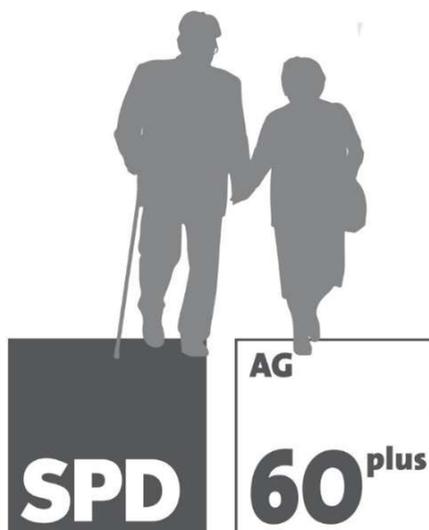
Telefon: 015150539189

Mail: RehbeinKurt@aol.com

Winfrid Schmidt

Telefon: 02562/1879323

Mail: winfrid.schmidt@web.de



G-Mobil in Gronau



Jetzt buchen per
oder

Telefon **0251-62853110**
RVM On-Demand App

Das G(ronau)-Mobil ist der Bedarfsverkehr für Gronau und stellt damit eine moderne Alternative zum Linienbusverkehr im Stadtgebiet Gronau dar. Das G-Mobil ist am im Jahr 2021 gestartet und hat den Stadtbuss ersetzt (**Hinweis: Der Bürgerbus Gronau ist weiterhin unverändert im Einsatz!**).

Die vorhandenen Haltestellen wurden übernommen und durch weitere Zustiegs-Punkte ergänzt, damit möglichst kurze Wege entstehen. Per App oder Telefon können Sie barrierefreie Fahrzeuge bequem zu mehr als 130 Haltestellen im Stadtgebiet bestellen. Es gibt keinen starren Fahrplan oder festgelegte Routen. Innerhalb des Bediengebiets kann jede Verbindung (Haltestelle zu Haltestelle) gebucht werden. Durch das flexible System entstehen kurze Reisezeiten.

Weitere Informationen unter www.mein-gmobil.de.

Juli

Mo. 03.07.2023 10 Uhr	Wie plane ich eine Radtour mit „Komoot“ Veranstaltung des Heimatvereins Epe im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10, Anmeldung erforderlich
Mi. 05.07.2023	Besuch in Epe / Niederlande Tagestour für Mitglieder des Heimatvereins, Zeiten werden noch bekannt gegeben. Anmeldung erforderlich
Do. 06.07.2023 15.30 Uhr	„Party in der Haifischbar“ Shanty Chor Gronau - Konzert und Unterhaltung Ort: St. Agatha Domizil / Foyer, Zum Bahnhof 7, Anmeldung erforderlich
Mo. 10.07.2023 18 Uhr	Wir singen ein neues Lied, Für alle, die gerne singen! Heimatverein Epe: Neuanfang der Singegruppe mit Johannes Wigbels, im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10
Do. 13.07.2023 Abfahrt: 10 Uhr	Radtour zum Glockenmuseum Gescher, ca. 60 km mit Besuch der Ausstellung zum Thema: „Gießereien, Glocken und Geschütze“ Tour mit dem Heimatverein Epe. Abfahrt ab Heimathaus, von-Keppel-Str. 10, Anmeldung und Überweisung 6 € erforderlich
So. 16.07.2023 10.30 Uhr	Starttermin: „Boulen am Sonntagvormittag“ Treffpunkt: Neuer Boule-Platz im Eper Park (hinter der BMX-Bahn) weitere Informationen auf Seite 26
So. 30.07.2023 13 Uhr	Radtour in den Sommer Ausfahrt mit dem Heimatverein Epe Abfahrt ab Heimathaus, von-Keppel-Str. 10

August

Di. 01.08.2023 10 – 11.30 Uhr	„Wie geht das eigentlich mit WhatsApp und Facetime“ – Handyhilfe für Ältere in kleiner Gruppe Angebot des Heimatvereins Epe im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10. Anmeldung erforderlich
Mo. 07.08.2023 19 – 21 Uhr	„Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung u. Ehegattennotvertretungsrecht“ Öffentlicher Vortrag des Betreuungsvereins im Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3
Di. 08.08.2023 10 – 11.30 Uhr	„Wie geht das eigentlich mit WhatsApp und Facetime“ – Handyhilfe für Ältere in kleiner Gruppe Angebot des Heimatvereins Epe im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10. Anmeldung erforderlich
So. 13.08.2023	Radtour nach Stadtlohn (ca. 70 km), mit Besuch einer Ausstellung zum Thema „400 J. Schlacht am Lohner Bruch“–Tour mit dem Heimatverein Epe. Abfahrt ab Heimathaus, Näheres wird noch bekannt gegeben
Di. 15.08.2023 10 – 11.30 Uhr	„Wie geht das eigentlich mit WhatsApp und Facetime“ – Handyhilfe für Ältere in kleiner Gruppe Angebot des Heimatvereins Epe im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10. Anmeldung erforderlich
Mi. 23.08.2023 18 – 22.30 Uhr	Erlebniskochkurs für Frauen Ort: Familienbildungsstätte, Laubstiege 15 Leitung: Hermann Brefeld / Anmeldung bei der Familienbildungsstätte, gebührenpflichtig
Mo. 28.08.2023 9 Uhr	Radtour zum Düstermühlenmarkt mit dem Heimatverein Epe, Abfahrt ab Heimathaus, von-Keppel-Str. 10, Rückfahrt ca. 13 Uhr

September

Mo. 04.09.2023 10 – 12 Uhr	„ Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Ehegattennotvertretungsrecht “ Öffentlicher Vortrag des Betreuungsvereins im Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3
Do. 07.09.2023 18 Uhr	Radwegenetz in Gronau und Epe Informationsveranstaltung des Heimatvereins Epe, Informationen vom Fahrradbeauftragten Hermann Nieratschker im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10
Mi. 13.09.2023 16 – 19 Uhr	„ Tanz in der Turbine “ im rock´n´popmuseum Udo-Lindenberg-Platz 1, Tanzveranstaltung organisiert durch den Seniorenbeirat, mit DJ. Der Eintritt ist kostenfrei
Mi. 13.09.2023 14 Uhr	Exkursion ins Grenzdorf Zwillbrock „Ehemalige Missionsstation u. Fluchtkirche wurde indisches Karmeliterkloster“ Friedhelm Harmeling / Peter Benger Abfahrt ab St. Agatha-Domizil, Zum Bahnhof 7 Anmeldung erforderlich
Mo. 18.09.2023 15 Uhr	Lichtbildervortrag: „ Als der 2. Weltkrieg beendet war und wir in Epe wieder anfangen zu leben “ Georg Frieler Ort: St. Agatha-Domizil, Zum Bahnhof 7, in Zusammenarbeit mit der Euregio VHS
Do. 21.09.2023 18 Uhr	„ 125 Jahre Amt Epe “, mit Gerd Lippert, Stadtarchivar der Stadt Gronau, Vortrag im Heimatverein Epe / Heimathaus, von-Keppel-Str. 10
So. 24.09.2023 14 Uhr	Michaelismarkt in Epe: Bewirtung mit Weggen, Schinken u. Pflaumenschnaps Heimatverein Epe im Heimathaus, von-Keppel-Str 10.

<p>Do. 28.09.2023 15 Uhr</p>	<p>Auf Entdeckungstour in Gronau Geschichte & Geschichten der Stadt mit „Eper Augen“. Stadtbesichtigung mit Klaus Wiedau Treffpunkt: rock'n'popmuseum, Udo-Lindenberg-Platz 1 Anmeldung beim Heimatverein Epe und Überweisung von 10 € erforderlich</p>
<p>Fr. 29.09.2023 19.30 – 21.45 Uhr</p>	<p>Fair-Kostung: Wein und Schokolade – Faire Wochen 2023 Informationen zum fairen Handel und Verkostung Ort: Familienbildungsstätte, Laubstiege 15 Leitung: Georg Knipping, Anmeldung erforderlich, gebührenpflichtig</p>
<p>Fr. 29.09.2023 14.30 – 17.30 Uhr</p>	<p>„Abenteuer Wald“ - Großeltern erleben mit ihren Enkelkindern den Wald Ein Nachmittag in der Natur für Schul-Kinder und ihre Großeltern. Treffpunkt: Wanderparkplatz Schöttelkötter Damm Referentin: Umweltpäd. Elisabeth Reiner mann. Anmeldung bei der BS Zwillbrock erforderlich, gebührenpflichtig. Mehr Informationen auf S. 10</p>

Oktober

Fr. 06.10.2023 14.30 – 17.30 Uhr sowie	„Abenteuer Wald“ - Großeltern erleben mit ihren Enkelkindern den Wald , Treffpunkt: Wanderparkplatz Schöttelkotter Damm, Referentin: Umweltpäd. Elisabeth Reiner mann, Anmeldung bei der BS Zwillbrock erforderlich, gebührenpflichtig. Mehr Informationen auf S. 10
Fr. 13.10.2023 14.30 – 17.30 Uhr	
Mo. 09.10.2023 19 – 21 Uhr	„Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Ehegattennotvertretungsrecht“ Öffentlicher Vortrag des Betreuungsvereins im Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3
Do. 12.10.2023 18 Uhr	„Kirche selber machen“ Reformbemühungen in der katholischen Kirche Informationsvortrag des Heimatvereins Epe und des KKV im Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3, Referent: Prof. Dr. Thomas Sternberg
So. 15.10.2023 13 Uhr	Radtour in den Goldenen Herbst (40 – 50 km) mit dem Heimatverein Epe, Abfahrt ab Heimathaus, von-Keppel-Str. 10
Mi. 18.10.2023 18 – 22.30 Uhr	Erlebniskochkurs für Frauen , Ort: Familienbildungsstätte, Laubstiege 15, Leitung: Hermann Brefeld, Anmeldung erforderlich, gebührenpflichtig
Do. 19.10.2023 10 – 11.30 Uhr	Lese-Matinee für Senior:innen , Bücherei Epe, von-Keppel-Str. 8, Leitung: Dorothe Roling, Anmeldung erforderlich, gebührenfrei
Fr. 20.10.2023 14.30 – 18 Uhr und Sa. 21.10.2023 11 – 18 Uhr	Genealogie praktisch: „Opa, bin ich damit verwandt?“ Heimatverein Epe im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10, Die Ahnenforscher stehen Rede und Antwort

So. 22.10.2023 11 Uhr	30 Jahre Bestehen des Heimatvereins Epe Festveranstaltung mit Frühschoppen und Festvortrag von Prof. Dr. Hans-Gert Pöttering Ort: Altes Gasthaus Meyer, Merschstr. 24
Mo. 23.10.2023 15 Uhr	Lichtbildervortrag: „Erkundungsgänge durch Epe – früher und heute“ Georg Frieler Ort: St. Agatha-Domizil, Zum Bahnhof 7 In Zusammenarbeit mit der Euregio VHS
Do. 26.10.2023 14 Uhr	Fa. Anton Hörmann, Betriebsbesichtigung und Referat: „Energetische Sanierung von Häusern (Wärmepumpen, PV Anlagen)“ , Besichtigung mit dem Heimatverein Epe und KKV, Abfahrt ab Heimathaus, von-Keppel-Str. 10, Anmeldung erforderlich

November

Do. 02.11.2023 18 Uhr	Epe aktuell „Was gibt es Neues in der Stadt?“ Veranstaltung des Heimatvereins Epe Der Bürgermeister zu Gast im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10.
Mo. 06.11.2023 15 Uhr	Lichtbildervortrag: „Handels-, Wirtschafts- und Verkehrswege – Entstehung u. Entwicklung Leitung: Peter Benger, Ort: St. Agatha-Domizil, Zum Bahnhof 7
Mi. 08.11.2023 16 – 19 Uhr	„Tanz in der Turbine“ im rock´n´popmuseum Udo-Lindenberg-Platz 1, Tanzveranstaltung organisiert durch den Seniorenbeirat, mit DJ. Der Eintritt ist kostenfrei

Do. 09.11.2023 19 – 22 Uhr	Die Kommissarin und der Metzger – Krimi- lesung mit Likör- und Brände-Tasting, Ort: Gartenland Schmitz, Schelverweg 51, Leitung: Bent Ohle Anmeldung erforderlich. Karten sind in der Familienbildungsstätte und im Gartenland Schmitz erhältlich, gebührenpflichtig
Do. 09.11.2023 10 Uhr	Kranzniederlegung an der Alten Synagoge Wilhelmstraße 5, Heimatverein Epe
Sa. 11.11.2023 10 – 12.15 Uhr	Starker Rücken – Workshop nach der Cantienica Methode Ort: Familienbildungsstätte, Laubstiege 15, Leitung: Adriana Epping, Anmeldung erforderlich, gebührenpflichtig
Mo. 13.11.2023 15 Uhr	„Düt und dat up Eper-Platt“: Heiteres und Besinnliches in plattdeutscher Sprache Leitung: Bernd Vischedyk Ort: St. Agatha-Domizil, Zum Bahnhof 7
Di. 14.11.2023 18 Uhr	„Wat et nich alle so giff!“ – Plattdeutsches mit Otto Pötter, Heimatverein Epe, im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10
Do. 16.11.2023 10 – 11 Uhr	Lese-Matinee für Senior:innen, Stadtbücherei Gronau, Parkstr. 1, Leitung: Ulrich Lenzing, Anmeldung erforderlich, gebührenfrei
Mo. 20.11.2023 10 Uhr	Radtour zum Clemensmarkt in Nienborg Mit dem Heimatverein Epe, Treffen um 10 Uhr: St. Katharinen-Kapelle Epe, Nienborger Str. 88
Mo. 20.11.2023 18 Uhr	Flüchtlingssituation in Gronau und Epe Heimatverein Epe und KKV. Referentin: Sandra Cichon, 1. Beigeordnete der Stadt Gronau Ort: Heimathaus, von-Keppel-Str. 10

Dezember

Fr. 01.12.2023 bis So. 03.12.2023	Weihnachtsmarkt in Epe „Der Heimatverein Epe ist dabei mit Glühwein, Piepkuchen und Pflaumenschnaps“
Mo. 04.12.2023 10 – 12 Uhr	„Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Ehegattennotvertretungsrecht“ Öffentlicher Vortrag des Betreuungsvereins im Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3
Fr. 08.12.2023 17 Uhr	Adventsfeier: Heimatverein Epe, im Heimathaus , von-Keppel-Str. 10, Anmeldung erforderlich
Sa. 09.12.2023 14 – 16 Uhr	Weihnachts- und Winterlieder singen , Ort: Familienbildungsstätte, Laubstiege 15, Leitung: Charlotte Winkelhorst, gebührenpflichtig
Di. 12.12.2023 10 – 11.30 Uhr	Lese-Matinee für Senior:innen , Bücherei Epe, von-Keppel-Str. 8, Leitung: Dorothe Roling Anmeldung erforderlich, gebührenfrei
Mi. 13.12.2023 18 Uhr	„Alte Synagoge Epe“: Neueste Informationen zum Förderkreis , Heimatverein Epe, im Heimathaus, von-Keppel-Str. 10
Mi. 13.12.2023 18 – 22.30 Uhr	Erlebniskochkurs für Frauen , Ort: Familienbildungsstätte, Laubstiege 15, Leitung: Hermann Brefeld, gebührenpflichtig
Mi. 13.12.2023 16.30 Uhr	Offenes Advents-Singen „Macht hoch die Tür“ , St. Antonius-Chor-Epe, Ort: St. Agatha-Domizil / Kapelle, Zum Bahnhof 7
Sa. 16.12.2023 15 Uhr	Chor-Konzert „Frauenchor Allegria Vocale“ - Programm mit meditativen Texten und Chorgesang zur Weihnachtszeit, Ort: St. Agatha-Domizil / Kapelle, Zum Bahnhof 7

Bürgerbus Gronau und Epe



Seit sieben Jahren fährt der Bürgerbus zwischen Gronau und Epe und erfreut sich besonders bei den älteren Mitbürger:innen steigender Beliebtheit. Viele schätzen besonders die Zuverlässigkeit und Pünktlichkeit. Die ehrenamtlichen Fahrer:innen des Bürgerbusses sind darüber hinaus für ihre Hilfsbereitschaft bekannt, helfen besonders der älteren Generation beim Aus- und Einsteigen. Daher ist es in der dunklen Jahreszeit besonders wichtig, dass sich die Fahrgäste an den **Haltestellen B 11** des Bürgerbusses deutlich bemerkbar machen, um nicht übersehen zu werden.

Es gibt auch im Jahr 2023 erstmals keinen neuen Fahrplan, der alte Plan behält seine Gültigkeit.

Auch gibt es **keine Preissteigerung**. Es bleibt bei dem Fahrpreis von 1,50 Euro bzw. kein Fahrpreis für Menschen, die einen Schwerstbehindertenausweis vorlegen können. Auch zahlen Kinder bis zum 6. Lebensjahr keine Fahrtkosten. „Wir wollen unser ehrenamtliches Angebot auch weiterhin gerne fortsetzen“, teilt der Vorsitzende des Vereins, Herbert Krause, mit. Es bleibt also dabei: Der Bürgerbus trifft meist pünktlich (zur selben Minute) alle zwei Stunden an der jeweiligen der 32 Haltestellen ein.

Fahrpläne erhalten Sie im Bürgerbus.

Hilfreiche Hinweise, aber auch berechtigte Beschwerden bitte direkt an den Vorstand Tel. 02562-3349. Bei Bandaufzeichnung nennen Sie bitte die eigene Telefonnummer, damit zurückgerufen werden kann.

Sollten Sie Interesse haben, als Fahrer:in ehrenamtlich beim Bürgerbus tätig zu sein, melden Sie sich bitte beim Vorsitzenden Herbert Krause unter Tel. 02562-3349. Auch hier nennen Sie bitte Ihre Telefonnummer, damit zurückgerufen werden kann.

FÜR MEHR MITEINANDER

café grenzenlos

Mehr als nur ein Café

Für mehr Miteinander:

Regelmäßige Veranstaltungen,
Grenzüberschreitende Begegnungen, Vereine,
Projekte, Musik, Tanz und Kultur,
Nachhaltige Produkte, Bio, Fairtrade
und immer leckeren
selbstgebackenen Kuchen nach Omas Rezept!

**Wir suchen immer
ehrenamtliche Mitarbeiter*innen
für eine sinnstiftende Aufgabe.**

Wir sind erreichbar unter: 02562 7197100
grenzenlos.gronau@gmail.com
www.grenzenlos-gronau.org

Anmeldung für Veranstaltungen bitte an:
mechthild_odenbach@web.de
Kurt Schumacher Platz 6, 48599 Gronau

Unsere Öffnungszeiten:
Dienstag - Freitag: 14:00 - 17:30 Uhr
Samstag: 9:30 - 14.00 Uhr

Terminplanung Café Grenzenlos 2023 – 2. Halbjahr

02.07.	09.30 Uhr	Frühstücksbuffet mit Musik
05.08.	19.00 Uhr	9. Couchgespräch mit Michael Schaedel
06.08.	09.30 Uhr	Frühstücksbuffet mit dem Hitparadentrio
13.08.	15.00 Uhr	Wiener Melange: „Kaffee, Kuchen und Wiener Kaffeehausmusik“ (mit Alicja Kummert u.a.)
14.08.	19.00 Uhr	Erzähl mir woher Du kommst: Kultur, Essen und mehr
26.08.	19.00 Uhr	Die ultimative Tanzparty mit DJ, Disco, Rock und Classics
01.09.		Herbstwettbewerb: Igel, Eichhörnchen & Co.
03.09.	09.30 Uhr	Frühstücksbuffet mit Musik
06.09.	18.00 Uhr	Bingoabend mit Birgit
10.09.	15.00 Uhr	Wiener Melange „Kaffee, Kuchen und Wiener Kaffeehausmusik“ (mit Alicja Kummert u.a.)
11.09.	19.00 Uhr	Erzähl mir woher Du kommst: Kultur, Essen und mehr
15.09. bis 20.10.		Ausstellung: Faire Kitas
30.09.	15.00 Uhr	"Junge Talente"; kunstschaffende junge Menschen stellen sich und ihr Talent vor. Ein Projekt mit VHS und Musikschule
01.10.	09.30 Uhr	Frühstücksbuffet mit dem Hitparadentrio
07.10.	19.00 Uhr	Die große Karaoke Show für alle unentdeckten Talente
08.10.	15.00 Uhr	Wiener Melange: „Kaffee, Kuchen und Wiener Kaffeehausmusik“ (mit Alicja Kummert u.a.)
09.10.	19.00 Uhr	Erzähl mir woher Du kommst: Kultur, Essen und mehr
21.10.	19.00 Uhr	Greyhound-Blues-Band
26.10.	18.00 Uhr	Digitale Stadtführung mit Klaus Wiedau
28.10.	19:00 Uhr	10. Couchgespräch mit Ida und Martin Siedler, Inhaber von „Wildcat“
03.11.	19.00 Uhr	Irish Folk Abend
05.11.	09.30 Uhr	Frühstücksbuffet mit Live Musik
10.11.	18:00 Uhr	Bingoabend mit Birgit
11.11.	19.00 Uhr	SAM aus Epe Live Musik
13.11.	19.00 Uhr	Erzähl mir woher Du kommst: Kultur, Essen und mehr
16.11.	19.00 Uhr	Stephan Sigg, Fairtrade Experte und Autor
18.11.	19.00 Uhr	Sirko, Alias Mr.Panik / Eintritt 10,00
25.11.	15.00 Uhr	"Junge Talente"; kunstschaffende junge Menschen stellen sich und ihr Talent vor. Ein Projekt mit VHS und Musikschule
26.11.	15.00 Uhr	Wiener Melange: „Kaffee, Kuchen und Wiener Kaffeehausmusik“ (mit Alicja Kummert u.a.)

- 03.12. 09.30 Uhr Frühstücksbuffet mit dem Hitparadentrio
- 10.12. 15.00 Uhr Tanz im Café mit dem Hitparaden Trio
- 11.12. 19.00 Uhr Erzähl mir woher Du kommst: Kultur, Essen und mehr
- 16.12. 19.00 Uhr 11. Couchgespräch „Die Weihnachtsedition“ mit
Hans Peter Dickel und vielen Überraschungen
- 17.12. 15.00 Uhr Wiener Melange: „Kaffee, Kuchen und Wiener
Kaffeehausmusik“ (mit Alicja Kummert u.a.)

Dienstags ab 14.00 Uhr: Spielenachmittag und Ankommens-Treff

Freitags ab 15.00 Uhr: Senioren-Treff mit Kaffee & Kuchen

u.a. am	07.07.2023	04. und 18.08.2023
	01., 15. und 29.09.2023	13. und 27.10.2023
	10. und 24.11.2023	08. und 15.12.2023

**Anmeldungen bitte unter: mechthild_odenbach@web.de oder
telefonisch 02562/ 7197100 www.grenzenlos-gronau.org**

Einladung zum **SENIOREN - TREFF**

„DEINE NEUE HEIMAT HAT DIR VIEL ZU BIETEN“

*Wir laden alle Senior/innen mit und ohne
Migrationshintergrund 50+ zu einem lockeren
Beisammensein bei Kaffee und Kuchen und
musikalischer Begleitung ein.*

**07. Juli ab 15 Uhr
im „Café Grenzenlos“**

Kurt-Schumacher-Platz 6, 48599 Gronau

**Weitere Treffen finden am:
04.08., 18.08., 01.09., 15.09., 29.09., 13.10.,
27.10., 10.11., 24.11., 08.12., 15.12. statt.**



Ziel des Senioren-Treffs „Deine neue Heimat hat dir viel zu bieten“ ist die gemeinsame Gestaltung des Lebens in der neuen Heimat, das Kennenlernen neuer Menschen, der niedrigschwellige Spracherwerb und die Freude sein.

Bei Kaffee und Kuchen, gemeinsamen Veranstaltungen mit Vorträgen und musikalischen Ausklängen am Ende sollen die Menschen zum Austausch animiert werden. Das soll bei der Integration helfen und aufmuntern. Um dieses Ziel langfristig und nachhaltig zu erreichen, sind alle Senior:innen und alle interessierten Bürger:innen aus Gronau und Umgebung herzlich willkommen!

BETHESDA-SENIORENZENTRUM



Pflege mit  und Verstand



Betreuungs- und Pflegezentrum

Demenzbereich "Im Meer der Sinne"

Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege

Ambulanter Pflegedienst "Leben zu Hause ..."

Service-Wohnen am Bethesda

Bethesda-Seniorenzentrum GmbH

Zum-Lukas-Krankenhaus 3

48599 Gronau

Tel.: 0 25 62 / 71 92 -0

www.bethesda-seniorenzentrum.de

Pflegedienst Bethesda

Zum-Lukas-Krankenhaus 3

48599 Gronau

Tel.: 0 25 62 / 96 45 90 5

www.pflegedienst-bethesda.de



Im Alter sicher Wohnen und Leben!



Reguläre Sport-Angebote

Familienbildungsstätte

Laubstiege 15, Gronau

Anmeldung und Auskunft über die Höhe der Kursgebühren erhalten Sie direkt bei der Familienbildungsstätte.

Atem- und Entspannungskurs:

4 x mittwochs von 19.30 – 20.45 Uhr, ab 08.11.2023

Leitung: Charlotte Winkelhorst gebührenpflichtig

Beckenbodentraining

6 x freitags von 9.45 – 10.45 Uhr, ab 18.08.2023

9 x freitags von 9.45 – 10.45 Uhr, ab 20.10.2023

Leitung: Andrea Laumann gebührenpflichtig

Engpassdehnung nach Liebscher&Bracht

7 x mittwochs von 8.30 – 10.00 Uhr, ab 16.08.2023

8 x mittwochs von 8.30 – 10.00 Uhr, ab 18.10.2023

Leitung: Roland Heinelt gebührenpflichtig

Gymnastik im Sitzen für Ältere:

16 x montags von 09.00 Uhr – 9.45 Uhr, ab 14.08.2023,

Leitung: Roland Heinelt gebührenpflichtig

Klangschalenerlebnis:

2 x montags von 19.00 – 20.30 Uhr, ab 06.11.2023

Leitung: Petra Assing gebührenpflichtig

Rückenfit – Gymnastik für die Wirbelsäule:

15 x mittwochs von 10.30 Uhr – 11.15 Uhr, ab 16.08.2023

Leitung: Roland Heinelt gebührenpflichtig

Tänze für Jung und Alt:

7 x dienstags von 15.00 Uhr – 16.30 Uhr, ab 15.08.2023

9 x dienstags von 15.00 Uhr – 16.30 Uhr, ab 17.10.2023

Leitung: Yvonne Kamperman gebührenpflichtig

Workshop Starker Rücken –

Workshop nach der Cantienica Methode

1 x Samstag, 11.11.2023, 10.00 – 12.15 Uhr

Leitung: Adriana Epping gebührenpflichtig

Weitere Kurse können Sie bei der Familienbildungsstätte, Telefon 02562/ 9395-0, erfragen oder dem aktuellen Programmheft entnehmen.

Euregio-Volkshochschule – Senioren VHS

von-Keppel-Str. 10, Gronau-Epe

Anmeldung und Auskunft über die Höhe der Kursgebühren erhalten Sie direkt bei der Euregio-Volkshochschule, Telefon: 02562/ 12-666

Rhythmische Sitzgymnastik – Sitztanz:

Tanzen soll Freude an rhythmischer Körperbewegung wecken, geistig aktivieren und Gemeinschaft im fröhlichen Miteinander fördern.

Jede:r kann mitmachen, alleine oder als Paar.

Neuanfänger:innen sind herzlich willkommen. Geist und Körper werden gefordert, gestalterischer Freiraum entwickelt. Dadurch kann man mehr Selbstvertrauen gewinnen, was sich positiv auf die gesamte Ausstrahlung auswirkt.

8 x montags, ab 07.08.2023, 11.00 Uhr – 12.00 Uhr und

10 x montags, ab 16.10.2023, 11.00 Uhr – 12.00 Uhr

im Eper Amtshaus, 2. OG, Raum 8, Agathastr. 39,

Leitung: Agnes Sandkamp

und

8 x mittwochs, ab 09.08.2023, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr und

8 x mittwochs, ab 18.10.2023, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr

im St. Antonius-Stift Gronau, Möllenweg 24, Leitung: Agnes Sandkamp

Herzsport Gronau und Epe

OCPD-, Hocker- und Übungsgruppen

Mittwochs, 17.30 Uhr

Trainingsgruppen

Mittwochs, 18.45 Uhr

Sporthalle Eilermarkschule, Albrechtstraße, Gronau



Bereits zahlreiche
Wohnungen vermietet!

 **lively**

*Vielseitig wohnen
gemeinsam leben*



WEISSE DAME
GRONAU



**LERNEN
SIE UNS
KENNEN**



**TRAUM
WOHNUNGEN
FÜR SENIOREN**



Wir sind regelmäßig vor Ort in Gronau und freuen uns auf ein persönliches Treffen zum Kennenlernen mit Ihnen. Wir sind jederzeit für Sie erreichbar: **04133-20116944** oder gronau@lively.de

Kneipp-Verein

Parkweg 50, Gronau-Epe

Anmeldung und Auskunft über die Höhe der Kursgebühren erhalten Sie direkt beim Kneipp-Verein, Telefon: 02565/ 3528.

Reha im Wasser – Verordnung der Krankenkasse notwendig.

Die folgenden Kurse „Reha im Wasser“ finden bei Linds Wellness, Hoofdstraat 129, Overdinkel (NL) statt:

Montag 15.00 Uhr – 15.45 Uhr und 16.00 Uhr – 16.45 Uhr

Referentin: Christa Wallner, Reha-Übungsleiterin

Montag 18.30 Uhr – 19.15 Uhr und 19.30 Uhr – 20.15 Uhr

Referent: Renè Redder, Reha-Übungsleiter

Dienstag 17.00 Uhr – 17.45 Uhr und 18.00 Uhr – 18.45 Uhr

Referentin: Christa Wallner, Reha Übungsleiterin

Mittwoch 17.00 Uhr – 17.45 Uhr, 18.00 Uhr – 18.45 Uhr und 19.00 Uhr – 19.45 Uhr

Referentin: Aani Ichoua, Reha Übungsleiterin

Wassergymnastik, Kurs

Montags 04.09.2023 – 04.12.2023 (12 Einheiten) 17.15 – 18.15 Uhr

Referent: René Redder, Übungsleiter

Linds Wellness, Hoofdstraat 129, Overdinkel (NL)

Rücken-Fit für Männer um die 50:

Mittwochs 06.09.2023 – 06.12.2023 (11 Einheiten) 19 – 20 Uhr

Referent: Roland Heinelt, Präventionsübungsleiter

Ort: Martin-Luther- Turnhalle, Herzogstr. 26, Gronau

Engpassdehnung nach Liebscher Bracht

Mittwochs, 06.09.2023 – 06.12.2023 (11 Einheiten) 20 – 21 Uhr

Referent: Roland Heinelt, Präventionsübungsleiter

Ort: Martin-Luther-Turnhalle, Herzogstr. 26, Gronau

Bewegen statt schonen:

Dienstags, 05.09.2023 – 05.12.2023 (12 Einheiten) 9 – 10 Uhr

Referentin: Johanna Vöcking

Ort: Sporthalle 1, Laubstiege, Gronau

Tanzcocktail für Frauen:

Tanzen ist ein Fitnessstraining, das für jede/n geeignet ist. Es steigert die Stabilität, Flexibilität, Balance und fördert die Körperwahrnehmung. Gleichzeitig hat es einen positiven Einfluss auf das Herz- und Kreislaufsystem.

Einfach einmal zum Schnuppern kommen, tanzen und Spaß haben.

Donnerstags, 07.09 – 07.12.2023 (12 Einheiten) 18.30 – 19.30 Uhr

Referentin: Barbara Köth-Gahlen, Übungsleiterin Gymnastik und Tanz

Ort: Aula des Berufskollegs, Brändströmstr. 20, Gronau

Stuhlyoga:

Donnerstags, 07.09. – 07.12.2023 (12 Einheiten) 9.30 – 10.30 Uhr

Referentin: Johanna Vöcking

Ort: Pfarrhof St. Agatha, von-Keppel-Str. 3, Gronau-Epe

Mitzubringen: eine eigene Yogamatte sowie Decke, kleines Kissen, warme Socken und bequeme Kleidung

Information des Kneipp-Vereins:

„Kneipp sucht dich“, um sein Bewegungsangebot zu erweitern.

Der Kneipp-Verein möchte auch zukünftig ein zielgruppengerechtes und qualifiziertes Sportangebot anbieten können. Dafür sind gut ausgebildete Übungsleiter:innen essenziell. Der Kneipp-Verein ist auf der Suche nach Aktiven, die Freude daran haben, mit Menschen zu arbeiten, Sport zu treiben und die Leitung einer Sportgruppe zu übernehmen.

Neueinsteiger:innen wird ein 50-prozentiger Zuschuss an den Kosten der Grundausbildung geboten. Neben einer Aufwandsentschädigung und der Erstattung von Fahrtkosten verfügt jeder Übungsleiter über ein jährliches Budget für die individuelle Weiterbildung.

Eine gute Möglichkeit, Ihr Hobby zum Zweit-Job zu machen! Kreativität wird großgeschrieben, natürlich im Rahmen fachlicher Erkenntnisse.

Wurde Ihr Interesse geweckt?

Dann kontaktieren sie den Kneipp-Verein unter der Tel. 02565-3528 oder per E-Mail: kneipp-gronau@gmx.de.

Turnverein Westfalia 07 Epe e.V.

Anmeldung und Auskunft über die Höhe der Kursgebühr erhalten
Sie direkt in der Geschäftsstelle, Im Sunhag 2, Gronau-Epe
Dienstags und freitags von 8.30 Uhr – 12.00 Uhr
Mittwochs von 17.00 Uhr – 19.00 Uhr
Telefon: 02565/ 9705160

Regelmäßige Angebote - Einstieg jederzeit möglich
(Reha-Sport mit und ohne Verordnung möglich)

Reha-Sport Aquafitness für Ältere:

Im Saunapark Epe, Klosterstr. 63
Montags von 8.00 Uhr – 8.45 Uhr
Mittwochs von 8.00 Uhr – 8.45 Uhr
Freitags von 8.00 Uhr – 8.45 Uhr

Reha-Sport Wirbelsäulengymnastik für Damen und Herren:

Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Gronau-Epe
Montags von 18.00 Uhr – 18.45 Uhr
Donnerstags von 10.45 Uhr – 11.30 Uhr

Gymnastik für Damen:

Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Gronau-Epe
Dienstags von 18.15 Uhr – 19.15 Uhr

Gymnastik für Damen und Herren:

Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Gronau-Epe
Montags von 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Gymnastik für Damen:

Overberg-Turnhalle, Kottker Esch, Gronau-Epe
Donnerstags von 19.30 – 20.30 Uhr

Faustball für Herren:

Dreifachhalle, Gasstraße, Gronau-Epe
Montags von 20.00 – 22.00 Uhr



Sportangebote beim TV Gronau 1887 e.V.

Anmeldung und Auskunft über die Höhe der Kursgebühren erhalten Sie direkt beim TV Gronau, Telefon: 02562/ 21155
Alle Kurse finden im Vereinsheim statt: Laubstiege 42, Gronau

Gymnastik am Vormittag:

Montags 08.30 Uhr – 09.30 Uhr und 09.30 Uhr – 10.30 Uhr
Leitung: Saskia Herzberg
Dienstags 09.00 Uhr – 10.00 Uhr, Leitung: Iris Müller

Senioren-gymnastik:

Mittwochs 08.45 Uhr – 09.30 Uhr und 09.45 Uhr – 10.30 Uhr
Donnerstags 09.45 Uhr – 10.30 Uhr
Leitung: Ellen Meier

Reha-Sport-Angebote (Termine auf Anfrage):

Zudem bietet der TV Gronau Reha-Sport-Angebote in folgenden Bereichen an:

- Wirbelsäulengymnastik, auch als Hockergymnastik
- Lungensport
- Krebsnachsorge
- Neurologische Erkrankungen, wie Schlaganfall, Parkinson und multiple Sklerose



Verband
**AHAUS
VREDEN**

BESTENS VERSORGT VOR ORT



ALLTAG



PFLEGE

Caritas Ambulante Pflege

Gronau
Berliner Platz 8
Ruth Zimmermann
Tel. 02562/991110

E-Mail: cpg-gronau@caritas-ahaus-vreden.de



GESUNDHEIT



WOHNEN

Epe
Hindenburgring 7
Katharina Sutthoff
Tel. 02565/407740
E-Mail: cpg-epe@caritas-ahaus-vreden.de



BERATUNG



HOSPIZ

City-Wohnpark Gronau

Neustraße 27-31
Tel. 02562/93760
E-Mail: city-wohnpark-gronau@caritas-ahaus-vreden.de

www.caritas-ahaus-vreden.de

Demenz-Angebote

Spezielle Angebote zur Unterstützung, Förderung und Verbesserung bei beginnender oder vorhandener Altersverwirrtheit – dementieller Veränderung und Demenzerkrankung.

Caritas Pflege & Gesundheit

Caritas ambulante Pflege Gronau

„Cafe Zeitlos“ – Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz

Dienstag von 15.00 – 18.00 Uhr

In den Räumlichkeiten des City Wohnparks,

Neustraße 27-31 in Gronau, 3. Etage

Im Bedarfsfall kann ein Fahrdienst angeboten werden.

Kontakt: Ruth Zimmermann, Telefon: 02562/ 991110

Caritas ambulante Pflege Ortsteil Epe

„Cafe Zeitlos“ – Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz

Montag und Dienstag von 15.00 – 18.00 Uhr

Mittwoch und Freitag von 9.00 – 12.00 Uhr

In den Räumlichkeiten der Ambulanten Pflege,

Hindenburgring 7, Gronau-Epe

Kontakt: Katharina Sutthoff, Telefon: 02565/ 407740



Kontaktadressen

A

ANTI-ROST

Kleinstreparaturen im Rahmen „Nachbarschaftlicher Hilfe“
Konrad-Adenauer-Str. 47-49, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 992766

AmbuPflege Lanvermann & Sohn GbR
Gildehauser Str. 145, 48599 Gronau
Tel. 02562/ 97904, info@ambu-pflege.de

B

Bethesda – Seniorenzentrum GmbH
Reinhard van Loh
Zum Lukas Krankenhaus 3, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 7192-0
www.bethesda-seniorenzentrum.de

Betreuungsverein Gronau und Umgebung e.V.
Anja Jäger-Beckhelling,
Vereinsstr. 75, 48599 Gronau
Tel. 02562/ 907650, www.betreuungsverein-gronau.de
jaeger-beckhelling@betreuungsverein-gronau.de

Biologische Station Zwillbrock e.V.
Zwillbrock 10, 48691 Vreden
Tel. 02564/ 98600
www.bs-zwillbrock.de

Blinden- und Sehbehindertenverein
Coesfeld-Ahaus
Leitungsteam: Gabi Hens, Tel. 02547/ 1349
Ansprechpartner „Offener Treff Gronau“:
Dietmar Segbert, Tel. 02565/ 1583
Alfred Kötter-Orthaus, 0157/ 74656520
Email: coesfeld-ahaus@bsvw.de

Bücherei Gronau der Stadt Gronau
Ulrich Lenzing
Parkstr. 1, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 12-442

Bücherei Epe der Stadt Gronau
Dorothe Roling
von-Keppel-Str. 8, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02562/ 12-325

Bürgerbusverein Gronau + Epe e.V.
Vorsitzender: Herbert Krause
Enscheder Str. 238, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 3349

C

Caritas Ambulante Pflege Gronau
Ruth Zimmermann
Berliner Platz 8, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 991110

Caritas Ambulante Pflege Epe
Katharina Sutthoff
Hindenburgring 7, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 407740

Caritas City-Wohnpark
Maria Arndt-Rengers
Neustraße 27 – 31, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 93760

CDU Senioren Union
Erwin Aust
Bottost. 13, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 5829

D

Deutsches Rotes Kreuz
Pflege-Beratungsbüro
Vereinsstr. 79, 48599 Gronau Tel. 02562/ 8152095
pflagedienst@drkborken.de

Deutsches Rotes Kreuz
Ambulante Wohngemeinschaft "Haus Morgenstern"
Vereinsstr. 79, 48599 Gronau Tel. 02562/ 7191130
morgenstern@drkborken.de

Deutsches Rotes Kreuz
Ambulante Wohngemeinschaft "Henry Dunant"
Gasstr. 55, 48599 Gronau-Epe Tel. 02565/ 4061304
henry.dunant@drkborken.de

Deutsches Rotes Kreuz - Generationenbüro
Merschstr. 14, 48599 Gronau-Epe Tel. 02565/ 8490936
generationenbuero-epe@drkborken.de

Deutsches Rotes Kreuz - Wohnberatung
Merschstr. 14, 48599 Gronau-Epe, Tel. Mobil.:0176/ 18029704
wohnberatung@drkborken.de
(jeden 2. Montag im Monat von 14.30 – 17.00 Uhr)

Dorotheenhof Epe
Hausleitung Alexandra Brands
Laurenzstr. 34, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 404090

E

Evangelische Kirchengemeinde
Alfred-Drögstra-Platz 1, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 712317

Evangelisch Freikirchliche Gemeinde
Michael Gordon
Eschenstraße 1-5, 48599 Gronau
Tel. 02562/ 24292

Ev. Lukas-Krankenhaus
Zum Lukas-Krankenhaus 1, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 79-0

F

Familienbildungsstätte
Laubstiege 15, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 9395-0
Fax: 02562/ 9395-95

Franziskus-Haus
Neziha Yildirim
Alstätter Str. 43, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 915-1700

Freiwilligenzentrale
Konrad-Adenauer-Str. 47-49, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 992766
info@fwz-gronau.de

H

Heimatverein Epe
von-Keppel-Straße 8, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 7899

Heimatverein Gronau
Enscheder Str. 1, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 4793

Herzsport Gronau-Epe e.V.
Klaus Dobrowolski
Eschenholt 4, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 4689

Hospizbewegung Gronau
Ochtruper Str. 20, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 9645996

K

Kneipp-Verein Gronau
Parkweg 50, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 3528

Kreis Borken, Pflegeberatung
Frau Decking
Tel. 02861/ 681-4805
g.decking@kreis-borken.de

www.pflege-kreis-borken.de

M

Menschen in Not-Gronau e.V. Förderverein
Unland 3
48599 Gronau-Epe
Tel. 0151 72411811
kontakt@menscheninnot.org

P

Pflegeinformationszentrum St. Antonius-Hospital - PIZ
Christine Gerwing
Zum Bahnhof 7, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 93081317

Parkinson-Forum Kreis Steinfurt e.V.
Kantstr. 25, 48565 Steinfurt
Tel.: 02551/ 834173
reiner.krausse@parkinson-steinfurt.de

S

Selbsthilfegruppe Schlafapnoe/
chronische Schlafstörungen Gronau und Umgebung e.V.
Hans Dieter Meyer, Gildehauser Damm 42 a, 48599 Gronau-Epe
Tel. 02565/ 8490219 u. 0176 70597954
hdm_Epe@gmx.de

Seniorenbeirat der Stadt Gronau
Mathias Frings, Vorsitzender, Tel.: 02562/ 1444
Martha Bösing, stellv. Vorsitzende, Tel.: 02565/ 3693
Hedwig Ellerkamp
Gerhard Engbrink
Manfred Haupt
Margot Haupt
Jutta Kolk
Christian Mönninghoff
Wilfried Prangenberg
Herbert Schröter
Hans-Jürgen Sleutel
Thomas-Michael Wans
www.seniorenbeirat-gronau.de
info@seniorenbeirat-gronau.de

Senioren-gemeinschaft
St. Antonius Gronau
Mühlenmathe 19 c, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 9919880

SPD 60 plus - Bürgerbüro
Kurt-Schumacher-Platz 6, 48599 Gronau
Kurt Rehbein, Tel.: 0151/ 50539189
rehbeinkurt@aol.com
Winfried Schmidt, Tel. 02562/ 1879323
winfrid.schmidt@web.de

St. Antonius-Stift
Hausleitung Alina Schöpping
Möllenweg 24, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 915-1900
Fax: 02562/ 915-1995

St. Agatha-Domizil
Hausleitung Anja Doetkotte
Zum Bahnhof 7. 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 9308-0
Fax: 02565/ 9308-1005

St. Agatha-Domizil – Tagespflege
Tanja Jochheim
Zum Bahnhof 7, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 9308-1370

Stadt Gronau
Altenhilfe-Koordinatorin Katrin von Trümbach
Postanschrift: FD 350, Neustr. 31
Besuchsadresse: Mühlenmathe 41, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 12-542
k.vontruembach@gronau.de

T

TV Gronau 1887 e.V.
Geschäftsstelle:
Laubstiege 42, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 21155

TV Westfalia 07 Epe e.V.
Geschäftsstelle:
Im Sunhag 2, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565/ 9705160

V

VdK Sozialverband, Ortverband Gronau
Düppelstraße 3, (Euregio Tower), 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 817180
ov-gronau@vdk.de

Verbraucherzentrale Gronau
Konrad-Adenauer-Str. 47-49, 48599 Gronau
Tel.: 02562/ 608 6901
gronau@verbraucherzentrale.nrw
www.verbraucherzentrale.nrw/beratungsstellen/gronau.de

VHS Gronau (Euregio-VHS)
Helga Ausländer
von-Keppel-Straße 10, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02562/ 12-666
Fax: 02562/ 12-669
vhs@gronau.de

W

Weißer Dame – LIVELY
Ansprechpartnerin: Nicole Grosse
Tel. 04133/ 20116944
gronau@lively.de www.lively.de

„Senior:innen aktuell“

Wohnsituation: Lassen Sie Ihren Anspruch auf Wohngeld prüfen

Viele Haushalte mit niedrigem Einkommen werden durch die Wohnkosten stark belastet. Einige Menschen können sich ihre Wohnung nicht oder *nicht mehr* leisten, obwohl sie eine relativ gute Rente bekommen.

Viele Rentner:innen blicken auf ein bewegtes Arbeitsleben zurück. Vorwiegend Frauen haben sich jahrelang der Kindererziehung gewidmet. Obwohl sie ihr Leben lang gearbeitet haben, kommen sie im Alter „mehr schlecht als recht“ über die Runden und sie können die Miete unter Umständen nicht mehr vollständig bezahlen.

Hier kann das Wohngeld helfen. Es ist ein staatlicher Zuschuss zu den Wohnkosten für eine Mietwohnung oder selbstgenutztes Wohneigentum. Wohngeld dient zur Sicherung eines angemessenen und familiengerechten Wohnens. Auch Bewohner:innen eines Pflegeheimes können Anspruch auf Wohngeld haben.

Anfang des Jahres 2023 erfolgte eine Änderung im Wohngeld-Gesetz, die sogenannte „Wohngeld-Plus-Reform“ wurde auf den Weg gebracht. Dadurch haben nun deutlich mehr Menschen Anspruch auf Wohngeld als bisher. Dies führt dazu, dass sich die Zahl der Wohngeld-Neuanträge verdreifacht hat. Die Folge: Lange Bearbeitungszeiten.

Auffällig ist jedoch die geringe Zahl an Wohngeld-Neuanträgen von Rentner:innen.

In vielen Fällen ist leider gerade für ältere Menschen die Hürde besonders hoch, finanzielle Unterstützung zu beantragen. Einige möchten im Alter unabhängig bleiben – koste es, was es wolle.

Die Verwaltung möchte daher gerade ältere Menschen beim ersten Antrag unterstützen.

Auch ich, Katrin von Trümbach, als Altenhilfe-Koordinatorin der Stadt Gronau möchte alle, die sich in einer finanziellen Notlage befinden, aufrufen:

„Scheuen Sie sich nicht vor einer Antragstellung! Sie verschenken im Zweifel bares Geld. Wohngeld ist kein Almosen.

Grundsätzlich gilt: Wer wenig Einkommen hat, sollte seinen Anspruch auf Wohngeld prüfen lassen. Es kann sich jetzt durchaus lohnen, Kontakt zur Wohngeldstelle aufzunehmen und sich beraten zu lassen.“

Auch wenn die Anträge derzeit eine längere Bearbeitungszeit haben, wird das Wohngeld ab dem Monat der Antragstellung nachgezahlt, sofern ein Anspruch besteht. Geduld ist weiterhin wichtig.

Die Mitarbeitenden der Wohngeldstelle sind telefonisch montags, mittwochs und freitags von 8.00 bis 12.30 Uhr unter der Rufnummer 02562/ 12-555 erreichbar.

Anfragen per Mail sind ebenfalls möglich an: wrs@gronau.de



Wichtige Dokumente

Es ist empfehlenswert, persönliche und wichtige Dokumente gesammelt an einem bestimmten Ort aufzubewahren, über die eine Person Ihres Vertrauens Bescheid weiß.

Dazu gehören insbesondere

- Abstammungs-/ Geburtsurkunde / ggf. Heiratsurkunde / Familienstammbuch
- Sozialversicherungsunterlagen der Krankenkasse, Pflegeversicherung, Rentenbescheide
- Versicherungsunterlagen:
(z. B. Lebensversicherung, Privathaftpflicht-, Unfall-, Hausrats- und Gebäudeversicherung, gesetzliche und private Pflegeversicherung, Kraftfahrzeugversicherung, Auslandsrankenversicherung u.a.)
- Verträge (z. B. Hauskauf-, Miet- und Grundstücksverträge)
- Übergabevertrag (sofern vorhanden)
- Vorsorgevollmacht (sofern vorhanden)
- Betreuungsverfügung (sofern vorhanden)
- Patientenverfügung (sofern vorhanden)
- Testament, Erbvertrag (sofern vorhanden)
- Zeugnisse
- Nachweise von Mitgliedschaften
- Bankunterlagen