

Impressum:

Redaktion: Stadt Gronau, Altenhilfekoordination,
Edith Brefeld, Sandra Bockholt-Matthie,

Layout: Martin Wesselmann

Druck: Hausdruckerei Stadt Gronau

Die Hoffnung hilft uns leben Johann Wolfgang von Goethe

2020 - was für ein Jahr! Die Corona-Pandemie hat uns viel abverlangt und einmal mehr gezeigt, wie wichtig soziale Arbeit, bürgerschaftliches Engagement und soziales Verhalten ist. Da hört sich das Lied von August Mühling aus dem Jahr 1842 „Froh zu sein bedarf es wenig, doch wer froh ist, ist ein König“ ziemlich fehl am Platze an. Aber wenn wir es mal aus der Warte anderer Europäer oder Menschen weltweit betrachten, dann relativiert es sich: Wir können zu Hause bleiben, denn wir haben ein Zuhause; wir müssen nicht hungern oder frieren, denn der Kühlschrank ist gefüllt und funktioniert. Auch das Licht, der Fernseher, das Radio, der Computer, das Telefon - auf nichts müssen wir verzichten. Die Heizung läuft: mit Gas, Öl oder Pellets - alles war und ist vorhanden. Vor unseren Türen stapelt sich kein Müll, wir können einkaufen gehen - vielleicht müssen wir andere schicken - aber Lebensmittelknappheit kennen wir nicht. Unser Pflegepersonal arbeitet rund um die Uhr - Arzt und Ärztin kümmern sich. Die Feuerwehr macht kein Home Office und die Polizei ist nach wie vor zur Stelle.

Zudem steht ab Beginn dieses Jahres Impfstoff zur Verfügung!

Ja, es wird noch einige Zeit in Anspruch nehmen, bis viele geimpft werden, aber es bedarf auch einer gewissen Zeit, diese große Aufgabe vorzubereiten und umzusetzen. Wir können also verhalten frohlocken: Licht am Ende des (Corona)Tunnels scheint in Sicht.

Von daher wünsche ich Ihnen Gesundheit, Freude am Leben, wieder mehr Nähe und hoffnungsvolle Perspektiven.

Mit freundlichen Grüßen

Edith Brefeld

Edith Brefeld
Altenhilfekoordinatorin der
Stadt Gronau



****Termine...***

können zurzeit nur eingeschränkt oder gar nicht angeboten werden, so dass in diesem Seniorenkalender ausschließlich die bekannten, wiederkehrenden Termine benannt sind. Gleichzeitig müssen wir darauf hinweisen, dass die genannten Termine eventuell nur eingeschränkt unter den Bedingungen der Corona-Schutzverordnungen des Landes NRW sowie des Kreises Borken stattfinden bzw. durchgeführt werden dürfen.

Heimatverein Gronau e.V.

Drilandmuseum (Bahnhofstr. 6):

- **Öffnungszeiten:**

jeden Dienstag 10.00 Uhr – 12.00 Uhr (auch als Sprechstunde)

jeden Freitag 17.00 Uhr – 18.00 Uhr,

jeden Samstag und Sonntag 15.00 Uhr – 17.00 Uhr

Gruppen nach telefonischer Vereinbarung unter 02562- 4419

Heimatverein Epe e.V.

Heimathaus (von-Keppel-Straße 8):

- **Öffnungszeiten:**

montags 9.30 Uhr – 12.00 Uhr, dienstags 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

-Kurzwanderung bzw. Radwanderung für Wanderfreunde
jeden Dienstag um 14:00 Uhr ab Heimathaus Epe

-Familienforschung:

Während der Öffnungszeiten wird Hilfe angeboten

Im Heimathaus werden weiter gesammelt:

Fotos, Postkarten, Bilder, Familienunterlagen, Totenzettel, Akten und Verträge

Ev. Kirche Epe (Bernhardstr. 10, Epe)

Frauenhilfe, jeden 1. Mittwoch im Monat, 14.30 Uhr

Ev. Kirche Gronau - (Alfred-Drögstra-Platz 1)

Walter-Thiemann-Haus

Frauenhilfe, jeden Mittwoch, ab 15.00 Uhr

EKMD

Sprechzeiten für Mitglieder, telefonisch oder auch persönlich,
jeweils dienstags von 19.30 - 20.30 Uhr in der Geschäftsstelle

Hospizbewegung

Sterbebegleitung/Beistand (Menschenwürdige Begleitung)

„Trauercafé“

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

im Paul Gerhard Heim

„Trauertreff“

jeden 3. Dienstag im Monat, im Hospizbüro, Ochtruper Str. 20,
Gronau, Anmeldung erforderlich

„Vorsorgeberatung“ – nach Terminabsprache

Patientenverfügung – Vorsorgevollmacht - Betreuungsverfügung

Ansprechpartnerin: Mechthild Thorenz, Tel., 02562-9645996

Paul-Gerhardt-Heim (Gildehauser Straße 170)

- **Trauercafé „Haltende Hände“**

jeden 2. Sonntag im Monat, ab 15.00 Uhr

- **Frühstück für Seniorinnen und Senioren**

jeden 2. Donnerstag im Monat, 9.00 Uhr

Sozialverband VdK Ortsverband Gronau

jeden 1. Mittwoch im Monat in der Zeit von 10.00 Uhr bis 12.00 Uhr
und jeden 3. Freitag im Monat von 14.00 Uhr bis 16.00 Uhr (außer an
Feiertagen) Mitgliederbetreuung durch die Vorstandschaft.

Aktuelle Termine entnehmen Sie bitte der Tagespresse.

Freiwilligenzentrale Gronau

Anti Rost: Hilfe bei Kleinstreparaturen - bitte telefonisch Termine vereinbaren

Reparaturtreff - jeweils 1. Samstag im Monat, 10-12.00 Uhr,
in der Familienbildungsstätte

„Senioren auf Achse“

Frühstück und anschließendem Bingo

Dienstag, 16. und Donnerstag, 18. **FEBRUAR** 2021
von 9.30 - 11.30
in der Familienbildungsstätte. Gronau

Frühstück mit anschließendem Quiz

Donnerst, 18. und Dienstag, 23. **MÄRZ** 2021
von 9.30 - 11.30
in der Familienbildungsstätte. Gronau

Dienstag, 20. und Donnerstag, 22. **APRIL** 2021
von 9.30 - 11.30
in der Familienbildungsstätte. Gronau



» ERSTKLASSIGE MEDIZINISCHE VERSORGUNG – MENSCHLICHE NÄHE «

AUF HÖCHSTEM NIVEAU VERSORGEN WIR PATIENTEN, DIE

- ▶ eine sehr intensive Pflege,
- ▶ eine umfangreiche medizinische Betreuung und
- ▶ individuelle Unterstützung benötigen.

UNSERE ABTEILUNGEN

- Geriatrie (Altersheilkunde) - Psychiatrie und Psychotherapie

www.lukas-gronau.de



Seniorenbeirat der Stadt Gronau

Am 07. Mai 2020 wurde in Gronau nach fünfjähriger Amtszeit ein neuer Seniorenbeirat gewählt. Durch Modifizierung der Geschäftsordnung konnten 13 Mitglieder, statt bislang 7 Mitglieder und 7 Vertretungen, per Briefwahl von den Gronauer Bürgerinnen und Bürger in den Beirat gewählt werden.

Wir möchten Ihnen hier nun die neuen Mitglieder des Seniorenbeirates für die Wahlperiode 2020-2024 vorstellen:

Vorsitzender:

**Mathias Frings, Geburtsjahr 1948,
Rechtsanwalt und Notar i.R.**



In seiner ersten Wahlperiode hat der Seniorenbeirat einerseits seine politische Teilhabe gefestigt, andererseits bereits etliche Anstöße gegeben, die Lebensqualität für die älteren Mitmenschen in Gronau zu verbessern. Die gerade für diesen Personenkreis bestehenden Probleme gegenüber Politik und Verwaltung aufzuzeigen und zu deren Lösung beizutragen, daran möchte ich, wie in den vergangenen 5 Jahren, gerne mitwirken.

mathias.frings@seniorenbeirat-gronau.de

stellv. Vorsitzende
Martha Bösing, Geburtsjahr 1948,
Sozialpädagogin i.R.

Als Mitglied des Seniorenbeirates habe ich mich in den letzten Jahren für das Verständnis und die Akzeptanz der Generationen eingesetzt. Die Arbeit im Seniorenbeirat zeigt aber auch, dass es weitere, gravierende Probleme der älteren Generation gibt, die dringend angegangen werden müssen, wie z.B. Bekämpfung der Altersarmut, bezahlbarer Wohnraum für Seniorinnen und Senioren sowie Maßnahmen gegen Vereinsamung alleinstehender Menschen. Dafür möchte ich mich in den nächsten Jahren verstärkt einsetzen



martha.boesing@seniorenbeirat-gronau.de

Hedwig Ellerkamp, Geburtsjahr 1952,
Ang. im Veranstaltungsmanagement i.R.

Ich möchte mich für die Seniorinnen und Senioren engagieren, damit sie durch uns eine Stimme zu den verschiedenen Belangen und Entscheidungen in der Stadt Gronau bekommen.

Viele ältere Menschen können gerade durch ihre Erfahrung dazu beitragen, unser Zusammenleben mit der jüngeren Generation bunter zu gestalten.



hedwig.ellerkamp@seniorenbeirat-gronau.de

**Gerhard Engbrink, Geburtsjahr 1947,
Justizoberamtsrat a.D**



Als Pensionär habe ich mich für eine Mitgliedschaft im Seniorenbeirat beworben, um mich so als Sprachrohr für die Generation 60 Plus zu engagieren. In der Gesellschaft, der Politik aber auch in vielen anderen Bereichen ist diese Generation, meiner Meinung nach, zu wenig vertreten und daher möchte ich mich als Vermittler zur Verfügung stellen.

gerhard.engbrink@seniorenbeirat-gronau.de

**Manfred Haupt, Geburtsjahr 1950,
Kaufmann i.R**



Als Mitglied im Seniorenbeirat habe ich mich für die verschiedensten Angelegenheiten von Seniorinnen und Senioren eingesetzt, unter anderem für den Boule Platz, die Verkehrssicherheit und vieles mehr. Es ist jedoch noch einiges zu tun und ich würde gerne weitere Projekte für die ältere Generation mit auf den Weg bringen.

manfred.haupt@seniorenbeirat-gronau.de

**Margot Haupt, Geburtsjahr 1953
KiTa Leiterin i.R.**

Als Mitglied im Seniorenbeirat habe ich mich in den letzten fünf Jahren verstärkt um die Förderung von Initiativen und Aktivitäten älterer Mitmenschen eingesetzt, wie die Erweiterung des Mehrgenerationenplatzes auf dem LAGA Gelände. Aber auch die Förderung des Dialogs und der Solidarität zwischen den Generationen ist mir nach wie vor ein wichtiges Anliegen.

margot.haupt@seniorenbeirat-gronau.de



**Mechthild Kersten, Geburtsjahr 1950,
Krankenschwester i.R.**

Meine Motivation für eine weitere Mitgliedschaft im Seniorenbeirat gilt nach wie vor dem Thema Mobilität, insbesondere seniorengerechte und Barriere arme Einrichtungen im öffentlichen Verkehrsbereich. Gesundheit im Alter ist ebenfalls ein Thema, dessen ich mich verstärkt weiter widmen möchte.

mechthild.kersten@seniorenbeirat-gronau.de



**Jutta Kolk, Geburtsjahr 1952,
Apothekenhelferin (PKA) i.R**

**Ich bewerbe mich als Mitglied im
Seniorenbeirat, weil ich die bisherige Arbeit
des Beirates schätze, für wichtig erachte und
das persönlich unterstützen möchte. Ich
möchte mich für gleichaltrige Menschen
einsetzen und stelle mich gerne als
Ansprechperson für ihre Belange zur
Verfügung**



jutta.kolk@seniorenbeirat-gronau.de

**Hans-Jürgen Sleutel, Geburtsjahr 1950,
Maschinenbautechniker i.R**

**In den letzten fünf Jahren habe ich mich
als Mitglied des Seniorenbeirates
verstärkt um das Projekt der
Notfallpunkte bemüht und es erfolgreich
umgesetzt. Ich möchte mich weiterhin
tatkünftig mit meinem Engagement zum
Wohle der älteren Menschen einsetzen
und weitere Projekte, die den Senioren
Sicherheit und Erleichterung bringen,
angehen.**



hans-juergen.sleutel@seniorenbeirat-gronau.de

**Thomas-Michael Wans, Geburtsjahr 1952,
Bankjurist i.R**

Eine Mitgliedschaft im Seniorenbeirat bedeutet für mich, dass ich mich besonders im Bereich der sozialen Kommunalpolitik für die Belange meiner Generation einsetzen kann. Aufgrund anderer ehrenamtlicher Tätigkeiten weiß ich um die Notwendigkeit von barrierefreien und bezahlbaren Wohnraum für ältere Menschen. Gleiches gilt für die Mobilität und Barrierefreiheit im Verkehrsraum. Dafür möchte ich mich stark machen.



thomas-michael.wans@seniorenbeirat-gronau.de

**Christian Mönninghoff, Geburtsjahr 1952
Kaufm. Angestellter i.R.**

Ich möchte mich als Mitglied im Seniorenbeirat der Stadt Gronau explizit um die Belange der älteren Menschen, besonders in den Bereichen Freizeit und Kultur, kümmern. Es gibt noch so viele Möglichkeiten für unsere Generation, die es zu erschließen gilt. Hier sehe ich mich als Fürsprecher der Seniorinnen und Senioren der Stadt Gronau.



christian.moenninghoff@seniorenbeirat-gronau.de

**Wilfried Prangenberg, Geburtsjahr 1941,
Gymnasiallehrer a.D**



Ein demokratisch gewählter Seniorenbeirat als Vertretung für die Generation 60 Plus erachte ich als wichtig. Darum habe ich mich erneut zur Wahl gestellt und werde versuchen, weiterhin für die älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger die Gegebenheiten in der Stadt Gronau positiv für sie mit zu gestalten.

wilfried.prangenberg@seniorenbeirat-gronau.de

**Herbert Schröter, Geburtsjahr 1952,
Oberbrandmeister a.D**



Ich habe mich für eine Mitgliedschaft im Seniorenbeirat beworben, weil ich mich gerade auf dem Gebiet der Mobilität und Sicherheit für meine Generation einsetzen möchte. Präventionsmaßnahmen, Sicherheitsinformationen aber auch barrierefreie Mobilität für Seniorinnen und Senioren sind bislang Themen, um die sich in der Stadt Gronau noch zu wenig Gedanken gemacht wird. Diesen Themen möchte ich mich annehmen.

herbert.schroeter@seniorenbeirat-gronau.de

Sie können selbstverständlich zu allen Mitgliedern Kontakt aufnehmen. Der Seniorenbeirat möchte Wünsche, Anliegen und Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren aufgreifen und den Fachausschüssen der Stadt Gronau zur Beratung, Entscheidung und Lösung zuleiten.

Die Arbeit des Seniorenbeirats umfasst außerdem regelmäßige Sitzungen, die selbstverständlich für Interessierte öffentlich zugänglich sind. Die Sitzung am 05. Januar 2021 wurde aufgrund der Corona-Schutzverordnung abgesagt und ist jetzt für Februar anberaumt:

<i>Di., 23.02.2021</i>	<i>Seniorenbeiratsitzung -öffentlich-</i>
<i>17.00 Uhr</i>	<i>Sitzungssaal im Rathaus Gronau</i>

<i>Di., 06.04.2021</i>	<i>Seniorenbeiratsitzung -öffentlich-</i>
<i>17.00 Uhr</i>	<i>Sitzungssaal im Rathaus Gronau</i>



Liebevoll betreut und rundum gut versorgt in unseren Senioreneinrichtungen

Gronau

St. Antonius-Stift*

- Stationäre Pflege

Franziskus-Haus

- Tagespflege

Telefon: 02562 915-1900

* In allen unseren stationären Einrichtungen bieten wir die Möglichkeit des Probewohnens und der Kurzzeitpflege an.

Epe

St. Agatha-Domizil*

- Stationäre Pflege

PIZ Pflegeinformationszentrum**

Tagespflege im St. Agatha-Domizil

Telefon: 02565 9308-0

Dorotheenhof*

- Stationäre Pflege

Telefon: 02565 40409-0

Alstätte

Katharinen-Stift*

- Stationäre Pflege
- Betreutes Wohnen

St. Antonius-Haus

- Seniorenrehabilitation
- Seniorenbildungsheim

Seniorenbegegnungsstätte

Telefon: 02567 938-0

***Senioren-Reisen:**

Caritas-Senioren-Reisen

- begleitete Seniorenreisen,
- Reisen für pflegende Angehörige,
- Urlaub von der Pflege,
- Urlaub ohne Koffer,
- Tagesausflüge,
- Begegnungstage.

Rückfragen und Anmeldung:

Caritas, Coesfelder Str. 6, 48683 Ahaus

Montag bis Freitag von 8.30 Uhr bis 12.00 Uhr

Frau Huning, Tel. 02561/42090

Diakonisches Werk

Reisedienst der Diakonie Ruhr-Hellweg e. V.

Anfragen und Anmeldungen an das Diakonische Werk, Frau Carmen Wiechers, Bohlenstiege 34, 48565 Steinfurt.

Gerne stehen wir Ihnen in unserer Geschäftsstelle im Kreiskirchenamt Steinfurt auch zu einem persönlichen Gespräch zur Verfügung. Bitte informieren Sie sich vorab über die aktuelle Erreichbarkeit unter der Telefonnummer 0 25 51 / 1 44-46/48.

Pflege hat immer zwei Gesichter.



DRK in Gronau
Herzogstraße 58 a

Pflege ist Vertrauenssache. Sprechen Sie uns an.



Beratung: Gronau 9081088

**Deutsches
Rotes
Kreuz**



DRK im Kreis Borken

www.DRKBorken.de

***REGULÄRE SPORTANGEBOTE**

Familienbildungsstätte

Tänze für Jung und Alt

dienstags, 15.00 Uhr – 16.30 Uhr

Leitung: Agnes Tenhagen

Gymnastik im Sitzen

montags, 11.00 Uhr – 11.45 Uhr

Leitung: Roland Heinelt

Rückenfit – Gymnastik für die Wirbelsäule

mittwochs, 14.00 Uhr – 14.45 Uhr Leitung: Roland Heinelt

donnerstags, 11.00 Uhr – 11.45 Uhr

Leitung: Roland Heinelt

Aktiv bleiben – Gymnastik und mehr

donnerstags, 09.00 Uhr – 10.00 Uhr Leitung: Margret Hundorf

Euregio-Volkshochschule

Gymnastik für Damen 60+

mittwochs, 16.00 Uhr – 17.00 Uhr

Turnhalle Pestalozzischule, Leitung: Ursula Müller

Fitnessgymnastik nach Musik für Damen 50+

mittwochs, 18.15 Uhr – 19.15 Uhr

Turnhalle Pestalozzischule, Leitung: Ursula Müller

Yoga auf dem Stuhl

montags, 9.30 Uhr – 10.30 Uhr (10x) und

montags, 9.30 Uhr – 10.30 Uhr (8x)

TVG-Vereinsheim, Leitung: Johanna Vöcking

Rücken-Fit an Geräten

*dienstags, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr (10x)
TVG-Vereinsheim, Leitung: Susanne Klüsekamp*

Rollator-Training

*mittwochs, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr (10x)
Jugendzentrum St. Antonius, Mühlenmathe, Leitung: Steffi Moß*

Fit im Kopf und flott in den Beinen

*donnerstags, 15.30 Uhr – 16.30 Uhr) und
donnerstags, 15.30 Uhr – 16.30 Uhr
TVG-Vereinsheim, Leitung: Steffi Moß*

Mobil und Fit im Alter

*donnerstags, 13.00 Uhr – 11.30 Uhr und
donnerstags, 13.00 Uhr – 11.30 Uhr
TVG-Vereinsheim, Leitung: Ellen Meier*

Line Dance für Frauen ab 55 Jahren / Anfängerinnen

*donnerstags, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr (10x)
Georgschule Sporthalle, Leitung: Agnes Sandkamp*

Herzsport Gronau/Epe e.V.

Herzsport für Frauen und Männer –
6 Übungsgruppen (je nach Belastbarkeit)

Sport bei COPD sowie

Sport bei Diabetes

Ingrid Volmer

Sporthalle Eilermarkschule, Albrechtstraße

jeden Mittwoch, 17.30.-18.45 Uhr und 18.45-20.00 Uhr

Kurse vom Kneipp Verein Gronau für Seniorinnen und Senioren

„Reha-Sport Orthopädie“

Reha an Land

montags, 19.00 Uhr – 19.45 Uhr

Ort: Arche Noah KiTa, Moltkestr. 25, 48599 Gronau

Reha im Wasser

montags, 15.00 Uhr – 15.45 Uhr und

15.45 Uhr – 17.00 Uhr

dienstags, 18.00 Uhr – 18.45 Uhr

mittwochs, 17.45 Uhr – 18.30 Uhr und

19.00 Uhr – 19.45 Uhr

Ort: Linds Wellness, Hoofdstraat 129, 7586 BN Overdinkel (NL)

„Gesund und fit für Männer um die 60“

montags,

19.00 Uhr – 20.00 Uhr in der Buterland-Turnhalle Gronau

Leitung: Roland Heinelt, Sportlehrer

„Pilates“ - Sanft und Wirkungsvoll zu neuer Energie

montags,

17.30 Uhr – 18.30 Uhr im Familienzentrum St. Ludgerus, Königstr. 11

Leitung: Johanna Hampf, Übungsleiterin für Pilates

Wassergymnastik

montags

Kurs 01: 17.00 Uhr – 18.00 Uhr

Kurs 02: 18.00 Uhr – 19.00 Uhr

Kurs 03: 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

dienstags,

Kurs 04: 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

donnerstags,

Kurs 05: 17.30 Uhr – 18.30 Uhr

Kurs 07: 18.30 Uhr – 19.30 Uhr

Ort: Linds Wellness, Hoofdstraat 129, 7586 BN Overdinkel (NL)

Aquafitness

montags,

Kurs 01: 18.00 Uhr – 19.00 Uhr

Kurs 02: 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Kurs 03: 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

dienstags,

Kurs 04: 17.00 Uhr – 18.00 Uhr

Kurs 05: 18.00 Uhr – 19.00 Uhr

Kurs 06: 19.00 Uhr – 20.00 Uhr

Kurs 07: 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

mittwochs,

Kurs 08: 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

donnerstags,

Kurs 09: 20.00 Uhr – 21.00 Uhr

freitags,

Kurs 10: 18.15 Uhr – 19.15 Uhr

Ort: Kloster Bardel, Klosterstr.11, Bad Bentheim

Wassergymnastik

montags,

Kurs 01: 14.45 Uhr – 15.30 Uhr

Ort: Hallenbad, Laubstiege, Gronau

Turnverein Gronau

Frauengymnastik

montags, 8.30 Uhr - 9.30 Uhr und 9.30 Uhr – 10.30 Uhr

Leitung: Susanne Klüsekamp

Schongymnastik

dienstags, 9.00 Uhr – 10.30 Uhr

Leitung: Iris Müller

Seniorengymnastik

*mittwochs, 9.30 Uhr – 10.30 Uhr und 10.30 Uhr – 11.30 Uhr
donnerstags, 9.30 Uhr – 10.30 Uhr*

Leitung: Ellen Meier

Diese Angebote finden regelmäßig statt, Einstieg ist jederzeit möglich:

Rücken Fit an Geräten

dienstags, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr (10 x 1 Std.)

Leitung: Susanne Klüsekamp

Kurs 2

dienstags, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr (8 x 1 Std.)

Rollator-Training

mittwochs, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr (10 x 1 Std.)

Leitung: Steffi Moß

Kurs 2

mittwochs, 14.30 Uhr – 15.30 Uhr (8 x 1 Std.)

Dieser Kurs findet im Pfarrzentrum der Antoniuskirche statt

Einfach losstapen für 60+

Kurs 1

donnerstags, 9.30 Uhr – 10.30 Uhr (10 x 1 Std.)

Leitung: Gika Buss-Engemann

Kurs 2

donnerstags, 9.30 Uhr – 10.30 Uhr (8 x 1 Std.)

Fit im Kopf und flott in den Beinen

Kurs 1

donnerstags, 15.30 Uhr – 16.30 Uhr (10 x 1 Std.)

Leitung: Steffi Moß

Kurs 2

donnerstags, 15.30 Uhr – 16.30 Uhr (8 x 1 Std.)

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

- *Wirbelsäulengymnastik*
- *Lungensport*
- *Krebsnachsorge*
- *Neurologische Erkrankungen, wie Schlaganfall, Parkinson und Multiple Sklerose*

Alle Angebote finden im Vereinsheim des TV Gronau, Laubstiege 42, statt

Turnverein Westfalia Epe e.V.

Regelmäßige Angebote - Einstieg jederzeit möglich:

Aquafitness für Ältere im Saunapark Epe

montags, 07.45 Uhr – 8.30 Uhr

freitags, 07.30 Uhr – 8.15 Uhr

Leitung: Sonja Klein-Reesink

Gymnastik für Damen

Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Epe

montags, 19.00 – 20.00 Uhr

Gymnastik für Damen ab 60 Jahren

Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Epe

dienstags, 08.30 – 9.30 Uhr

mittwochs, 13.45 – 14.30 Uhr

Reha-Sport Wirbelsäulengymnastik für Damen und Herren

Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Epe

mittwochs, 10.30 Uhr

freitags, 18.00 Uhr

Gymnastik Damen und Herren

Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Epe
dienstags, 18.15 – 19.15 Uhr

Gymnastik Damen
Overberg-Turnhalle, Epe
donnerstags, 19.30 – 20.30 Uhr

Faustball Herren
Dreifachhalle, Gasstraße, Epe
montags, 20.00 – 22.00 Uhr

Fitness und Bodyforming für Damen 50+
Geschäftsstelle des TV, Im Sunhag 2, Epe
mittwochs, 14.00 Uhr – 14.45 Uhr

Anmeldungen hierzu sind erforderlich:
dienstags u. freitags von 8.30 Uhr – 11.30 Uhr und
mittwochs von 17.00 Uhr – 19.00 Uhr
Telefon: 02565/9705160 in der Geschäftsstelle des
Turnvereins Epe, Im Sunhag 2.

„Bewegt älter werden in Gronau“

Kurse beim TV Gronau

- Rollator Fit
- Yoga auf dem Stuhl
- ATP (AlltagsTrainingsProgramm)
- Rücken Fit an Geräten
- Seniorentanz



Foto: LSB Datenbank Andreas Borchardt/Imann



**Anmeldung und Informationen beim Turnverein Gronau unter
Tel.: 02562/21155**

***Demenzangebote**

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

Caritas Pflege & Gesundheit

"Café Zeitlos" - Betreuungsangebot für Menschen mit Demenz

- jeden Mittwoch und Freitag von 9.00 - 12.00 Uhr
in den Räumlichkeiten von Caritas Pflege & Gesundheit,
Hindenburgring 7 in Epe
Kontakt: Caritas Beratungsstelle, Ruth Zimmermann
Tel. 02562/ 991110

Pflegeinformationszentrum PIZ, St. Antonius-Hospital Gronau GmbH

- Betreuungsnachmittag „Mittwochstreff“

jeden Mittwoch von 15.00 – 17.30 Uhr im St. Antonius-Stift,
Möllenweg 24, Gronau

- Gesprächskreis für pflegende Frauen

jeden ersten Dienstag im Monat von 19.30 Uhr - 21.30 Uhr im
St. Agatha-Domizil, Zum Bahnhof 7, Epe

Turnverein Westfalia Epe e.V.

„Bewärch di, und du bliefs jung und fit“

Ein Sportangebot für Menschen mit Gedächtnisproblemen und Demenz“

Dazu bieten wir Ihnen:

- Kraft und Balance-Training
- Gleichgewichtsübungen

- Koordinationsübungen
- Motorikübungen
- Tanzeinheiten (Sitztanz)
- Bewegungsgeschichten und vieles mehr

Zeit: immer montags von 10.30 Uhr – 11.30 Uhr

Anmeldungen hierzu sind möglich:

dienstags 8.30 Uhr – 11.30 Uhr

mittwochs 8.30 Uhr – 11.30 Uhr und 17.00 Uhr – 19.00 Uhr

Unter Tel.: 02565/9705160 in der Geschäftsstelle des Turnvereins

Turnverein Gronau

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

- Wirbelsäulengymnastik
 - Lungensport
 - Krebsnachsorge
 - Neurologische Erkrankungen wie Schlaganfall, Parkinson, multiple Sklerose
-

****Termine...***

können zurzeit nur eingeschränkt oder gar nicht angeboten werden, so dass in diesem Seniorenkalender ausschließlich die bekannten, wiederkehrenden Termine benannt werden. Gleichzeitig beachten Sie auch den Hinweis, dass die genannten Termine eventuell nur eingeschränkt unter den Bedingungen der Corona-Schutzverordnungen des Landes NRW sowie des Kreises Borken stattfinden bzw. durchgeführt werden dürfen.

Liebe Leserinnen und Leser,

noch eine kurze Mitteilung zum Schluss:

*Der Fahrplan des Bürgerbusses bleibt für 2021 unverändert. Auch müssen Sie den Bürgerbus nicht telefonisch anfordern. Er bedient ausschließlich und gleichbleibend die Haltestelle **B 11**, so wie hier am Gronauer Rathaus.*

Rathaus	
B11 Epe - Gronau	
Uhr	Montag - Freitag
8:00	keine Fahrten
12:00	keine Fahrten
14:00	keine Fahrten
16:00	keine Fahrten
18:00	keine Fahrten

B11 Gronau- Epe	
Uhr	Montag - Freitag
8:00	keine Fahrten
12:00	keine Fahrten
14:00	keine Fahrten
16:00	keine Fahrten
18:00	keine Fahrten

Was Sie ebenfalls wissen sollten ist, dass der Bürgerbus Rollatoren, Kinderwagen und andere Gehhilfen mit Rädern, mitnehmen kann und die ehrenamtlichen Fahrerinnen und Fahrer Ihnen gerne und jederzeit behilflich sind. Fahrräder selbst jedoch werden nicht mit dem Bürgerbus transportiert.

Kontaktadressen

A

ANTI-ROST

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

AWO - Ortsverein Gronau

Gildehauser Str. 145
48599 Gronau
E-Mail: AWO-Gronau@web.de
AWO-Gronau-Westfalen.de

B

Bethesda – Seniorenzentrum GmbH

Reinhard van Loh
Zum Lukas Krankenhaus 3, 48599 Gronau
Tel.: 02562/7192-0
Fax: 02562/7192112
www.bethesda-seniorenzentrum.de

Betreuungsverein Gronau und Umgebung e.V.

Anja Jäger-Beckhelling
Vereinsstr. 75, 48599 Gronau
Tel. 02562-907650
jaeger-beckhelling@betreuungsverein-gronau.de
www.betreuungsverein-gronau.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Coesfeld/Ahaus
Vorsitzender: Raimund Kamps
Ebbingshof 44
48712 Gescher
Tel. 02542-6615
coesfeld-ahaus@bsvw.de

Bücherei Gronau der Stadt Gronau
Anne Kammholz
Parkstr. 1, 48599 Gronau
Tel.: 02562-12442

Bücherei Epe der Stadt Gronau
Dorothe Roling
von-Keppel-Str. 8, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02562-12325

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

C

Caritas, Pflege und Gesundheit – Mobile Pflege
Ruth Zimmermann, Martina Wensker
Berliner Platz 8, 48599 Gronau
Tel.: 02562/991110

Caritas, Pflege und Gesundheit - Mobile Pflege
Katharina Labod
Hindenburingring 7 – 9, 48599 Gronau-Epe
Tel.: 02565-407740

Caritas, City-Wohnpark
Walburga Uppenkamp
Neustraße 27 – 31, 48599 Gronau
Tel.: 02562/96761

CDU Senioren Union
Erwin Aust
Bottotr. 13, 48599 Gronau
Tel.: 02562-5829

D

Deutsches Rotes Kreuz
Pflegeberatungsbüro Gronau
Vereinsstr. 79, 48599 Gronau
Tel.: 02562/7191130

Deutsches Rotes Kreuz
Ortsverein Gronau und Epe e.V.
Frau Lorentzen
Ochtruper Str. 138, 48599 Gronau
Tel.: 0152-09851047
Pflegedienst@drkborken.de
www.DRKBorken.de

Dorotheenhof Epe
Hausleitung Alexandra Brands
Laurenzstr. 34, 48599 Gronau
Tel.: 02565/404090
E-Mail: gsd2@st-antoniushof-gronau.de

E

Euregio-Volkshochschule Gronau
Helga Ausländer
von-Keppel-Straße 10, 48599 Gronau
Tel.: 02562/12-666
Fax: 02562/12-669
E-Mail: vhs@gronau.de

Ev. Kirchengemeinde
B. Grieger
Am Dreiländerwald 8,
48599 Gronau
Tel.: 02562/3396

Evangelisch-Kirchlicher Männerdienst –EKMD-
Spinnereistr. 10
48599 Gronau
Tel.: 02562/819189

Evangelisch Freikirchliche Gemeinde
Michael Gordon
Eschenstraße 1-5
48599 Gronau

Ev. Lukas-Krankenhaus
Zum Lukas-Krankenhaus 1
48599 Gronau
Tel.: 02562/790

F

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

Franziskus-Haus
Tanja Jochheim
Alstätter Str. 43
48599 Gronau
Tel.: 02562/9151700

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

H

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

Heimatverein Gronau
Bahnhofstr. 6
48599 Gronau
Tel.: 02562/4419

Herzsport Gronau-Epe e.V.
Hermann Grundmann
Vietmeierstr. 26
48599 Gronau
Tel.: 02562/4829

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

K

Kolpingfamilie Gruppe „Senioren“
Christine Steven
Auf der Sunhaar 44
48599 Gronau
Tel.: 02565/97630

Kneipp-Verein Gronau
Walter-Thiemann-Haus
48599 Gronau

P

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

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

S

Seniorenbeirat der Stadt Gronau
Mathias Frings, Vorsitzender, Tel.: 02562-1444
Martha Bösing, stellv. Vorsitzende, Tel.: 02565-3693
Hedwig Ellerkamp
Hans-Jürgen Sleutel
Herbert Schrötter
Thomas-Michael Wans
Wilfried Prangenberg
Manfred Haupt
Jutta Kolk
Mechthild Kersten
Gerhard Engbrink
Christian Mönninghoff
Margot Haupt

www.seniorenbeirat-gronau.de
info@seniorenbeirat-gronau.de

Seniorencommunity St. Antonius Gronau
Mühlenmathe 19 c
48599 Gronau
Tel.: 02562 /9919880

Seniorencommunity St. Josef
Kaiserstiege 120
48599 Gronau
Tel.: 02562/ 96727

Sozialverband VdK Ortverband Gronau
Enscheder Str. 8
48599 Gronau
Tel.: 02562/817180
ov-gronau@vdk.de
www.vdk-gronau.de

SPD 60 plus
Bürgerbüro
Bahnhofstr. 28
48599 Gronau

St. Antonius-Stift
Hausleitung Wolfgang Averbeck
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.: 02565/93081370

Stadt Gronau
Altenhilfe-Koordination
Konrad-Adenauer-Str. 1
48599 Gronau
Tel.: 02562/12-477
Fax: 02562/12-7477

T

TV Gronau 1887
Laubstiege 42
48599 Gronau
Tel.: 02562 – 211 55

TV Westfalia Epe e.V.
Im Sunhag 2
48599 Gronau Epe
Tel.: 02565 – 97 05 160

V

Verbraucherzentrale Gronau
Konrad-Adenauer-Str. 47-49
48599 Gronau
Tel.: 02562 – 608 696 01

www.verbraucherzentrale.nrw/beratungsstellen/gronau.de

