

2. Soester

Seniorenwoche

Älter werden - jung bleiben



22.-28. August 2022

Seniorenbeiratswahl 2022



*und Du
bist dabei!*

Infos über die Mitarbeit
im Seniorenbeirat und
das Wahlverfahren
erhalten Sie bei:

Petra Arlitt

Rathaus 1, 59494 Soest

Tel.: 02921/103 2212

e-mail: p.arlitt@soest.de

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

Soest ist eine Stadt zum Wohlfühlen für alle Generationen. Mit der Seniorenwoche 2018 haben wir erstmals Informations- und Aktionsangebote für die älteren Bürgerinnen und Bürger in einem besonderen Veranstaltungsformat gebündelt. Das kam so gut an, dass eine Wiederholung der Seniorenwoche schnell beschlossene Sache war. Coronabedingt mussten die Soesterinnen und Soester leider länger als geplant auf die 2. Soester



Seniorenwoche warten. Vom 22. bis 28. August 2022 ist es nun aber so weit. Unter dem Motto „Älter werden – jung bleiben“ lade ich alle Seniorinnen und Senioren ein, verschiedenste Institutionen und Einrichtungen unverbindlich kennen zu lernen, neue Erfahrungen und Kontakte zu knüpfen und wichtige Impulse für die Gestaltung des eigenen Älterwerdens zu erhalten.

Angeboten werden Vorträge und Informationsveranstaltungen, Sport- und Freizeitangebote, gesellige Zusammenkünfte, Besichtigungsmöglichkeiten, generationsübergreifende Projekte und mehr. Das vorliegende Programmheft gibt Ihnen einen Überblick der Aktionswoche. Stöbern Sie auf den folgenden Seiten und machen Sie doch von möglichst vielen Angeboten Gebrauch. Die Soester Seniorenwoche findet für Sie statt! Viele unterschiedliche Einrichtungen und Gruppen warten darauf, sich vorzustellen und mit Ihnen ins Gespräch zu kommen.

Für die Stadt Soest ist die Seniorenwoche zudem ein wichtiger Baustein, um unter Ihrer Beteiligung unser bereits bestehendes Angebot für die ältere Generation weiterzuentwickeln. Immerhin sind schon jetzt mehr als 20 Prozent aller Soesterinnen und Soester 65 Jahre alt oder älter. Doch die Bedürfnisse der Generation 65plus ändern sich im Laufe der Jahre, und wir möchten natürlich stets mit passgenauen Rahmenbedingungen eine hervorragende Lebensqualität in Soest schaffen.

Ohne das Engagement der vielen Mitwirkenden und Organisatoren wäre die 2. Soester Seniorenwoche nicht möglich. All diesen Menschen und Gruppen danke ich für die Beteiligung und ich wünsche den Aktionstagen einen ebenso erfolgreichen Verlauf wie seinerzeit der Premiere.

Dr. Eckhard Ruthemeyer
Bürgermeister

Montag, 22. August 2022

Es wird heiß - Soest auf dem Weg zur Klimaneutralität

Vortrag



Winter werden milder, Sommer heißer und trockener. Auch Soest und alle dort Lebenden sind von diesen globalen Phänomenen betroffen. Welche Pläne die Stadt hat, eine baldige Klimaneutralität zu erreichen und wie sich auch ältere Menschen in Soest an diesem Projekt beteiligen können, darüber gibt Tim Scharschuch, der neue Klimabeauftragte der Stadt Soest, Auskunft.

Termin: 15:00 – 16:00 Uhr

Ort: Ev. Frauenhilfe, Tagungsstätte, Feldmühlenweg 15, Soest

Anbieter: Ev. Frauenhilfe, Lina-Oberbäumer Haus, Feldmühlenweg 17, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 21. August
Tel.: 02921/371250 (Frau Ollinger)



= ***barrierefrei***



= ***eingeschränkt
barrierefrei***

Boule-Spiel am Kattenturm



Wir vergnügen uns mit drei Kugeln und dem "Schweinchen". Dauer des Spiels ca. 1 Stunde. Teilnehmen können alle Interessierten, leichte körperliche Einschränkungen sind kein Hindernis. Boulekugeln werden gestellt.

Termin: 16:00 – 17:00 Uhr

Ort: Bouleplatz unterhalb des Kattenturmes,
Wall stadteinwärts

Anbieter: Sauerländischer Gebirgsverein Abt. Soest 1890 e.V.,
Windmühlenweg 45, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich



Montag, 22. August 2022

Auftaktveranstaltung der Seniorenwoche 2022

Motto: „Älter werden - jung bleiben“



Die 2. Soester Seniorenwoche wird mit einer kurzen Ansprache von Bürgermeister Dr. Eckhard Ruthemeyer eröffnet. Anschließend hält Frau Margarete Heckel (Autorin, Journalistin und Moderatorin) einen humorvollen und informativen Vortrag zum Thema *„Leben für Fortgeschrittene: Wie wir länger und gesünder leben und dabei auch noch glücklicher als je zuvor sind“*.



Margarete Heckel



Claudia Hirschfeld

Nach einer kurzen Pause wird die überregional bekannte und beliebte Musikerin und Komponistin Claudia Hirschfeld die Gäste mit „Melodien mit Herz“ von Klassik bis Evergreens erfreuen, Erinnerungen wecken und gute Laune verbreiten.

Freuen Sie sich auf einen kurzweiligen und abwechslungsreichen Abend!

Termin: 18:00 Uhr

Ort: Kulturhaus „Alter Schlachthof“, Ulrichertor 4, Soest

Anbieter: Seniorenbeauftragte der Stadt Soest in Zusammenarbeit mit dem Kulturhaus „Alter Schlachthof“; Ansprechpartnerin ist Petra Arlitt, Tel.: 02921/103 2212 (vormittags)

Gebühr: Eintrittskarten sind kostenlos im Seniorenbüro der Stadt Soest, im Kulturhaus „Alter Schlachthof“ und in der Hauptstelle der Sparkasse Soest/Werl, Puppenstr. 7-9 in Soest erhältlich.

Rollator-Training



Sie haben die Gelegenheit einen speziellen Rollator-Parcour zu durchlaufen und erhalten von uns Tipps für den richtigen und sicheren Umgang mit dem Rollator. Gleichzeitig führen wir mit Ihnen Kraft- und Gleichgewichtsübungen durch und prüfen, ob Ihr Rollator passend für Sie eingestellt ist.

Bitte bringen Sie Ihren eigenen Rollator mit!

Termin: 10:00 - 11:00 Uhr

Ort: Perthes-Zentrum, Bleskenweg 1-3, Soest

Anbieter: Perthes-Zentrum, Altenpflegeeinrichtung
Ansprechpartnerin: Sabine Lehnert, Tel.: 02921/96880

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 15. August, Tel.: 02921/96880

Sonstiges: Die Veranstaltung findet draußen statt

Führung über den Osthofenfriedhof



Während eines ca. einstündigen Rundganges mit Herrn Goerdts von der Friedhofsverwaltung über die unterschiedlichen Teile des Friedhofes werden vorhandene und neue Bestattungsformen vorgestellt. Grabstätten von bekannten Soester Persönlichkeiten werden besucht und Informationen zur Historie des Friedhofes gegeben.

Termin: 10:00 – ca. 11:30 Uhr

Ort: Nottebohmweg 28, Soest
Treffpunkt: Trauerhalle Osthofenfriedhof

Anbieter: Kommunale Betriebe Soest/Friedhofsverwaltung

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

„Auf Nummer sicher gehen“



Tipps Ihrer Polizei zum Verhalten bei Bankgeschäften, auf der Straße, an der Haustür und bei dubiosen Anrufen

Ältere Menschen werden zunehmend von Unbekannten angerufen, die sich als Personen der Polizei-, Gerichts- oder sonstigen Behörden ausgeben. Hierbei erscheinen die Rufnummern örtlicher Polizeidienststellen, des Bundeskriminalamtes oder die Telefonnummer 110 mit der jeweiligen Ortsvorwahl im Telefondisplay.

Die Opfer werden telefonisch manipuliert, indem ihnen überzeugende Geschichten über aktuelle Straftaten erzählt werden. Sie werden zum vermeintlichen Schutz ihres Eigentums auffordert, Geld oder andere Wertgegenstände an „fremde“ Personen auszuhändigen.

In manchen Fällen werden die Opfer dazu gebracht, ihr gesamtes Vermögen von ihrer Bank nach Hause zu holen. Es gibt immer wieder sehr schlüssige und erfolgreiche Abwandlungen dieser Vorgehensweise.

Wir werden in unserem Vortrag auf verschiedene Varianten eingehen und Ihnen dazu wertvolle und einfache Tipps an die Hand geben, wie Sie in solchen Situationen reagieren können.

Die Veranstaltung dauert ca. 90 Minuten, während unseres Vortrages und anschließend stehen wir selbstverständlich für Fragen zur Verfügung

Termin: 10:00 – 12:00 Uhr

Ort: Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöttenstr. 29c, Soest

Anbieter: Kreispolizeibehörde Soest,
Walburger-Osthofen-Wallstr. 2,
Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 18. August unter
der Tel.: 02921/91004131

Sonstiges: Mindestteilnehmerzahl: 10



Internet-Treff

Im Internet-Treff stehen PCs und Internet für Sie zur Verfügung. Hier erhalten Sie von fachkundigen, ehrenamtlichen Kräften Hilfe und Unterstützung bei allen Fragen rund um den PC und das Internet. Schauen Sie doch mal vorbei!

Termin: 10:00 - 13:00 Uhr

Ort: Petrushaus (Keller), Petrikirchhof 10, Soest

Anbieter: Internettreff Soest e.V.

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Begegnungen und Aktivitäten am Barfußpfad

für Groß und Klein - Jung und Junggebliebene



Die Mitarbeiterinnen des Lina-Oberbäumer-Hauses laden Sie herzlich ein, neue Erfahrungen auf dem Barfußpfad im Park der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. zu sammeln. Unterschiedliche Naturmaterialien - z.B. verschiedene Natursteine, Kies, Holz, Wasser, Gras oder Pinienrinde - sollen Ihre Füße entspannen und Ihre Sinneswahrnehmung fördern. Für Ihre Sicherheit auf dem Barfußpfad sorgt ein stabiles Haltegeländer.

Termin: 10:15 - 11:00 Uhr

Ort: Lina-Oberbäumer-Haus, Feldmühlenweg 17, Soest

Anbieter: Ev. Frauenhilfe in Westfalen e.V., Lina-Oberbäumer-Haus, Feldmühlenweg 17, Soest und Hanse-Zentrum, Kasernenweg 11, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Rechtsirrtümer-Quiz



Geschäftsleute müssen gekaufte Waren zurücknehmen, probieren im Supermarkt ist kein Problem und Zahlungen mit der Bankkarte lassen sich ohne Weiteres rückgängig machen? Nicht beirren lassen: Die Regeln fürs Kaufen und Bezahlen von Waren sind nicht immer gleich - was auf den ersten Blick als gutes Recht erscheint, erweist sich beim genauen Hinsehen oftmals als ein weit verbreiteter Irrglaube. Wir nehmen uns einiger weitverbreiteter Rechtsirrtümer an und testen Ihr Wissen: Wie gut kennen Sie sich mit dem alltäglichen Recht aus? Die Person mit den meisten richtigen Antworten erhält einen Preis.

Termin: 11:00 – 12:00 Uhr

Ort: Verbraucherzentrale NRW Beratungsstelle Soest,
Nottebohmweg 2-8, Soest

Anbieter: Verbraucherzentrale NRW e.V. Beratungsstelle Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Erlebnistanz - Tanzen für die Generation 60+



Wir tanzen in verschiedenen Tanzformen, z.B. Kreistänze, Gassentänze, Volkstänze, Squares, und vieles mehr. Bei flotter Musik werden der Körper und der Geist trainiert. Der Körper dankt für mehr Beweglichkeit und der Geist für das Gedächtnistraining. Gerlinde John, ausgebildet vom Bundesverband Seniorentanz e.V., zeigt die Tanzschritte, führt sie vor, sagt sie an und hat vor allem viel Geduld. Die Gruppe würde sich über neue tanzinteressierte Gäste sehr freuen. Probieren Sie es doch einfach mal aus!

Termin: 14:30 – 16:00 Uhr

Ort: Stadtteilhaus Soester Süden, Britischer Weg 10, Soest

Anbieter: „Erlebnistanz“ vom Bundesverband Seniorentanz e.V. &
Seniorenbüro der Stadt Soest, Am Vreithof 8, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Latschen und Tratschen

Gemeinsames wohnortnahes Spazierengehen



Sind Sie nicht mehr so gut zu Fuß, haben keine Lust alleine Ihre Spaziergänge zu machen und sind offen für neue Kontakte? Dann könnte „Latschen und Tratschen“ genau das Richtige für Sie sein. Ehrenamtliche Spazierpatinnen begleiten gemeinsame Spaziergänge, die sich an Ihren Möglichkeiten orientieren (auch für Menschen mit Rollator oder Rollstuhl). Die Spaziergänge in einer Gruppe bieten Ihnen Bewegung, Kontakt zu anderen Menschen und dienen Ihrer Gesundheit. Im Anschluss an den Spaziergang gibt es die Gelegenheit, gemeinsam einzukehren und bei einem Kaffee ins Gespräch zu kommen.

Termin: 14:30 Uhr

Treffpunkt: Soester Rathaustreppe/Vreithof, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Seniorenbüro, Ansprechpartnerin: Petra Arlitt, Seniorenbeauftragte, Tel.: 02921/103 2212

Gebühr: frei (ev. Kosten für Kaffeegedeck)

Anmeldung: nicht erforderlich



Musikalischer Nachmittag mit sommerlichen Veeh-Harfenklängen

An diesem Nachmittag erklingt Musik von Veeh-Harfen und es werden gemeinsam bekannte Lieder gesungen. Die fröhliche Musik wird durch Gedichte und Texte abgerundet.

Termin: 15:00 – 16:00 Uhr

Treffpunkt: Speisesaal der Thomä Residenz

Anbieter: Pflege- und Beratungszentrum Thomä Residenz, Lütgen Grandweg 4-6, Soest; Ansprechpartnerin: Frau Sträter

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 22. August unter der Tel.: 02921/3760

Ein kleines Klavierkonzert



Frau Irrgang wird zusammen mit ihrem Sohn (9 Jahre) kleine Klavierstücke zur Unterhaltung spielen.

Termin: 15:30 – 16:30 Uhr

Treffpunkt: Hanse-Zentrum, Kasernenweg 11, Soest

Anbieter: Ev. Frauenhilfe in Westfalen e.V., Kasernenweg 11, Soest;
Ansprechpartnerin: Frau Hähler

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 09. August unter der Tel.: 02921/969750

Besichtigung der Feuerwehr

Wie funktioniert der Brandschutz in der Stadt Soest mit einer rein freiwilligen Feuerwehr. Alle Informationen rund um das vielfältige Aufgabengebiet der Feuerwehr erhalten sie bei einer kurzweiligen Führung durch die Feuerwache am Florianweg. Auch werden Informationen zur Brandvorbeugung im Haushalt und Verhalten bei Ausbruch eines Brandes oder Notfalls gegeben.

Termin: 16:30 – 18:00 Uhr

Ort: Feuerwache Soest
Florianweg 11-13,
Soest

Anbieter: Feuerwehr Soest,
Florianweg 11-13,
Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, unter
Tel.: 02921/103 2212
Seniorenbeauftragt
Petra Arlitt



Erste Hilfe – wie war das noch?

Druckverband, Defibrillator & Co



Leicht erklärt und auch geübt: Erste Hilfe bei Unfall, Erkrankung, Vergiftung. Die Unterrichtsinhalte und der Ablauf sind abgestellt auf die besonderen Interessen und die individuellen Möglichkeiten von älteren Menschen. Alle können und machen nach den eigenen Bedürfnissen und Möglichkeiten mit. Der Kurs (3 Schulungstage) dient der Auffrischung des Erste-Hilfe-Wissens und ersetzt keinen offiziellen Erste-Hilfe-Kurs, so dass keine anerkenntnngsfähige Teilnahmebescheinigung ausgestellt wird.

Termin: 24.08., 31.08. und 07.09., jeweils von 9:00 - 12:00 Uhr

Ort: Rotkreuzzentrum Soest, Ferdinand-Gabriel-Weg 7, Soest

Anbieter: Deutsches Rotes Kreuz (DRK), Ortsverein Soest e.V in
Zusammenarbeit mit dem
DRK-Kreisverband Lippstadt-Hellweg e.V.

Gebühr: 30 Euro

Anmeldung: ja, bis zum 22.08. unter Tel.: 02943/9789630;

Sonstiges: Maximal 15 Anmeldungen sind möglich.



Spaziergang mit Köpfchen



Abwechslungsreiche Gedächtnisübungen für alle Sinne während des Gehens und während kurzer Pausen werden mit Bewegungsübungen kombiniert. Das Verknüpfen von Bewegung im Freien mit Gedächtnistraining erhält die mentale und körperliche Fitness ganz nach dem Motto „Wer rastet der rostet“. Nach einer kurzen Einführung gehen wir im gemütlichen Tempo durch die Gräfte.

Termin: 09:30 – 11:00 Uhr

Treffpunkt: Rezeption der Thomä Residenz

Anbieter: Pflege- und Beratungszentrum Thomä Residenz, Lütgen Grandweg 4-6, Soest; Ansprechpartnerin: Frau Sträter

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 22. August unter der Tel.: 02921/3760

Sonstiges: Das Angebot ist auch für Seniorinnen und Senioren mit Rollatoren geeignet. Bei schlechtem Wetter findet ein kombiniertes Bewegungs- und Gedächtnistraining im Veranstaltungssaal der Thomä Residenz statt.

Rollatoren-Sicherheitscheck



Rollatoren sind aus dem Leben vieler älterer Menschen nicht wegzudenken. Die fahrbaren Hilfsmittel unterstützen Sie dabei, mobil zu bleiben! Doch sind die Bremsen noch voll funktionsfähig? Passen alle Einstellungen zu Ihrer Körpergröße? Diese und weitere Fragen beantwortet Ihnen gerne das qualifizierte Personal des Sanitätshauses Asshauer und Cordes im Rahmen eines Rollatoren-Sicherheitschecks im Seniorenzentrum St. Antonius.

Termin: 09:30 – 12:00 Uhr

Treffpunkt: Seniorenzentrum St. Antonius, Thomästr. 8a, Soest

Anbieter: Seniorenzentrum St. Antonius, Thomästr. 8a, mit dem Sanitätshaus Asshauer & Cordes, Schüttweg 3, Soest;

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

E-Bike & Pedelec live erleben

Wir laden Sie gerne auf eine unverbindliche Probefahrt mit einem für Sie angepassten Pedelec oder E-Bike ein.

Termin: 10:00 – 18:00 Uhr

Treffpunkt: Radleben GmbH, Walburgerstr. 24, Soest

Anbieter: Radleben GmbH, Walburgerstr. 24, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Begegnungen und Aktivitäten am Barfußpfad

für Groß und Klein - Jung und Junggebliebene



Die Mitarbeiterinnen des Lina-Oberbäumer-Hauses laden Sie herzlich ein, neue Erfahrungen auf dem Barfußpfad im Park der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. zu sammeln. Unterschiedliche Naturmaterialien - z.B. verschiedene Natursteine, Kies, Holz, Wasser, Gras oder Pinienrinde – sollen Ihre Füße entspannen und Ihre Sinneswahrnehmung fördern. Für Ihre Sicherheit auf dem Barfußpfad sorgt ein stabiles Haltegeländer.

Termin: 10:15 – 11:00 Uhr

Ort: Lina-Oberbäumer-Haus, Feldmühlenweg 17, Soest

Anbieter: Ev. Frauenhilfe in Westfalen e.V., Lina-Oberbäumer-Haus, Feldmühlenweg 17, Soest und Hanse-Zentrum, Kasernenweg 11, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Barrierefrei und energiesparend umbauen und wohnen



Wie funktioniert das?

Ab einem bestimmten Alter ist es erforderlich, Maßnahmen am Haus vorzunehmen, um auch im hohen Alter ein Leben in den eigenen vier Wänden führen zu können. Diese baulichen Veränderungen dienen meist der Barrierefreiheit, können aber mit energetischen Maßnahmen verbunden werden. Dadurch kann ein erhöhter Wohnkomfort gewonnen werden, gleichzeitig aber auch Energie und damit Geld gespart sowie der Wert Ihrer Immobilie gesteigert werden.

Die Veranstaltung bietet eine Führung durch das neue Stadtteilhaus Soester Süden an, welches durch seine Barrierefreiheit und der klimafreundlichen Bauweise ein Vorzeigegebäude in Soest ist. Nach der Führung wird bei Kaffee und Kuchen über mögliche Maßnahmen informiert, die eine Verbindung zwischen barrierefreiem und energetischem Sanieren für Ihr Gebäude ermöglichen können.

Termin: 14:00 Uhr – 15:30 Uhr

Treffpunkt: Stadtteilhaus Soester Süden, Britischer Weg 10, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Sanierungsmanagement, Ansprechpartnerin: Melina Steinsträter, Windmühlenweg 21, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Latschen und Tratschen - Gemeinsames Spazierengehen



Sind Sie nicht mehr so gut zu Fuß, haben keine Lust alleine Ihre Spaziergänge zu machen und sind offen für neue Kontakte? Dann könnte „Latschen und Tratschen“ genau das Richtige für Sie sein. Ehrenamtliche Spazierpatinnen begleiten gemeinsame Spaziergänge, die sich an Ihren Möglichkeiten orientieren (auch für Menschen mit Rollator oder Rollstuhl). Die Spaziergänge in einer Gruppe bieten Ihnen Bewegung, Kontakt zu anderen Menschen und dienen Ihrer Gesundheit. Im Anschluss an den Spaziergang gibt es die Gelegenheit, gemeinsam einzukehren und bei einem Kaffee ins Gespräch zu kommen.

Mittwoch, 24. August 2022

Termin: 14:30 Uhr

Treffpunkt: Grandweg/Bank gegenüber der Fa. Wendrich, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Seniorenbüro, Ansprechpartnerin: Petra Arlitt, Seniorenbefragte, Tel.: 02921/103 2212

Gebühr: frei (ev. Kosten für Kaffeegedeck)

Anmeldung: nicht erforderlich

Filmcafé mit Kaffeepause



Am vierten Mittwoch im Monat öffnet die Begegnungsstätte Bergenthalpark das "Filmcafé mit Kaffeepause".

Die Stammgäste und auch neue Gäste sind eingeladen, sich gemeinsam einen unterhaltsamen Spielfilm anzuschauen.

Auf dem Programm steht die französische Filmkomödie "Der Wein und der Wind" aus dem Jahr 2017, in der ein Geschwisterpaar vor der schwierigen Aufgabe steht, das Familienweingut weiterzuführen und dabei auch ihre Beziehung zueinander ins Reine zu bringen. In der Filmpause wird ein Kaffeegedeck angeboten.

Informationen auch unter www.awo-soest.de.

Termin: 14:30 Uhr - 17:00 Uhr

Ort: Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöttenstr. 29c, Soest

Anbieter: Begegnungsstätte Bergenthalpark

Gebühr: frei; (Kaffeegedeck 4 Euro, wenn gewünscht)

Anmeldung: nicht erforderlich

Online-Shopping für Neulinge



Das Internet gehört für viele Menschen mittlerweile zum Alltag wie die Butter aufs Brot: Der nächste Kauf ist häufig nur ein Klick auf dem Smartphone oder Tablet entfernt. Häufig locken Internetgeschäfte dabei mit unschlagbar günstigen Preisen und kurzer Lieferzeit. Wenn alles klappt ist die Freude groß, aber: Was mache ich, wenn es zu Problemen kommt? Von A wie Abzocke bis Z wie Zahlungsmethoden: Welche Tücken gibt es beim Onlineshopping und wie kann ich mich am Besten davor schützen? Darüber wird in einem Vortrag informiert.

Anschließend bleibt genug Zeit für die Beantwortung Ihrer Fragen.

Hinweis: Individuelle rechtliche Beratungen können an diesem Termin nicht vorgenommen werden. Auch können keine technischen Fragen rund um ein Smartphone oder Tablet beantwortet werden.

Termin: 15:00 – 16:00 Uhr

Ort: Verbraucherzentrale NRW Beratungsstelle Soest,
Nottebohmweg 2-8, Soest

Anbieter: Verbraucherzentrale NRW e.V. Beratungsstelle Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 17. August unter der Tel.: 02921/91087-0

Ein Ausflug zur digitalen Erlebniswelt InfoTastic



Verbringen Sie einen Tag rund um digitale Medien und Technik: Das Team der InfoTastic Academy in Attendorn hat es sich zur Aufgabe gemacht, Technik erleb- und erlernbar zu machen, insbesondere für ältere Menschen.

Lassen Sie sich inspirieren und machen Sie mit im Ausstellungsraum von InfoTastic. Ausprobieren ist erwünscht!

Termin: 15:00 Uhr -17:30 Uhr

Ort: InfoTastic Academy, Kölner Str. 14A, 57439 Attendorn

Anbieter: Volkshochschule Soest, Nöttenstr. 29, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: bitte auf www.vhssoest.de oder per Email an vhs@soest.de

Sonstiges: Die Anfahrt erfolgt privat per PKW oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln

Kreativ mit Enkelkindern

Papier & Co.



Die Volkshochschule (VHS) bietet einen generationsübergreifenden Bastelkurs unter dem Thema: "Papier und Co." an: Aus einem vielfältigen Angebot aktueller Deko-Objekte wählen Sie aus und gestalten gemeinsam mit Ihrem Enkelkind. Dabei werden die Arbeitsschritte nach Schwierigkeitsgraden aufgeteilt. Schneiden, stanzen, kleben - fertig ist das Familienprojekt! Materialkosten sind je nach Modell an die Dozentin zu entrichten.

Termin: 15:30 Uhr -17:45 Uhr

Ort: Volkshochschule Soest-Gebäude Kückelhaus,
Nöttenstr. 29, Soest

Anbieter: Volkshochschule Soest, Nöttenstr. 29, Soest

Gebühr: 3,50 Euro

Anmeldung: bitte auf www.vhsssoest.de oder per Email an vhs@soest.de

Ein bisschen vergesslich – oder doch schon dement?



Im Vortrag wird auf folgende Fragen eingegangen: Wie erkenne ich Warnzeichen für eine beginnende Demenz? Wer stellt die Diagnose? Welche Hilfen gibt es?

Der Vortrag versucht, diese Fragen mit Beispielen aus dem Alltag zu beantworten.

Termin: 16:00 Uhr -17:00 Uhr

Ort: Gemeindehaus Heilig Kreuz, Paradieserweg 60, Soest

Anbieter: Alzheimer Gesellschaft im Kreis Soest e.V.

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Mittwoch, 24. August 2022

Wohltätigkeitskonzert des Luftwaffenmusikkorps Münster



Das Luftwaffenmusikkorps Münster gastiert heute in der bekannten Egerländer-Blasbesetzung in der Soester Stadthalle. Bekannte Melodien und Weisen laden zum Mitwippen und Schunkeln ein. Eintrittskarten für das Wohltätigkeitskonzert zugunsten der Soester Seniorenarbeit sind im Seniorenbüro erhältlich.

Termin: 16:00 – 18:00 Uhr (Einlass: 15:30 Uhr)

Ort: Soester Stadthalle, Dasselwall 1, Soest

Anbieter: Seniorenbeirat und Seniorenbeauftragte der Stadt Soest

Gebühr: 10 Euro (SoestPassInhaber 8 Euro)
Kartenvorverkauf im Seniorenbüro (Eingang Am Seel)



Donnerstag, 25. August 2022

Bei Kaffee und Kuchen in virtuelle Welten eintauchen



Das stadtLABOR lädt Sie herzlich ein, bei Kaffee und Kuchen in virtuelle Welten abzutauchen. Mit einer digitalen Brille, einer sogenannten VR-Brille, können Sie von der Marktstraße 20a aus Gorillas in freier Wildbahn sehen oder das Weltall bestaunen. Das Schöne: es braucht keinerlei Vorkenntnisse. Kommen Sie gerne mit Ihren Enkelkindern vorbei, die können genauso mitmachen.

Donnerstag, 25. August 2022

Gerne erzählen wir darüber hinaus mehr über unsere Projekte im stadtLABOR und in der Stadt Soest. Haben Sie schon mal einem 3D-Drucker beim Drucken zugeschaut? Ein Gedicht gelesen, das von einer Künstlichen Intelligenz geschrieben wurde? Oder wissen Sie, dass es die ganze Stadt Soest auch als virtuelles 3D-Modell gibt?

Sie können es sich noch nicht richtig vorstellen? Kein Problem, schauen Sie einfach vorbei. Wir beantworten sehr gerne alle Ihre Fragen und erklären alles auf einfache Weise!

Das stadtLABOR ist der Raum, wo wir über das Thema Digitalisierung diskutieren, Technologien ausprobieren und Veranstaltungen auf die Beine stellen. Mehr Infos unter www.stadtlabor-soest.de.

Termin: 10:00 – 18:00 Uhr

Ort: stadtLABOR, Marktstraße 20a, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Abt. Innovation und Digitaler Wandel, stadtLABOR Soest, Team Soest digital

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Führung über den Osthofenfriedhof



Während eines ca. einstündigen Rundganges mit Herrn Goerdts von der Friedhofsverwaltung über die unterschiedlichen Teile des Friedhofes werden vorhandene und neue Bestattungsformen vorgestellt. Grabstätten von bekannten Soester Persönlichkeiten werden besucht und Informationen zur Historie des Friedhofes gegeben.

Termin: 10:00 - ca. 11:30 Uhr

Ort: Nottebohmweg 28, Soest
Treffpunkt: Trauerhalle Osthofenfriedhof

Anbieter: Kommunale Betriebe Soest/Friedhofsverwaltung

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Begegnungen und Aktivitäten am Barfußpfad

für Groß und Klein - Jung und Junggebliebene



Die Mitarbeiterinnen des Lina-Oberbäumer-Hauses laden Sie herzlich ein, neue Erfahrungen auf dem Barfußpfad im Park der Evangelischen Frauenhilfe in Westfalen e.V. zu sammeln. Unterschiedliche Naturmaterialien - z.B. verschiedene Natursteine, Kies, Holz, Wasser, Gras oder Pinienrinde – sollen Ihre Füße entspannen und Ihre Sinneswahrnehmung fördern. Für Ihre Sicherheit auf dem Barfußpfad sorgt ein stabiles Haltegeländer.

Termin: 10:15 – 11:00 Uhr

Ort: Lina-Oberbäumer-Haus, Feldmühlenweg 17, Soest

Anbieter: Ev. Frauenhilfe in Westfalen e.V., Lina-Oberbäumer-Haus,
Feldmühlenweg 17, Soest und Hanse-Zentrum,
Kasernenweg 11, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Offenes Singen „Singe, Seele“



Das Offene Singen spricht alle Interessierten an, die gerne in Gemeinschaft singen möchten, sich aber dem Anspruch des regelmäßigen Chorgesangs mit dem Ziel von Auftritten und Konzerten nicht gewachsen fühlen. Das Angebot dieses Offenen Singens ist niederschwellig und erfordert weder Notenkenntnisse noch gehobene Singerfahrung. Die reine Freude am gemeinsamen Singen steht im Vordergrund mit Liedern aus vielen musikalischen Bereichen: Choräle, Kanons, Taizé, neues geistliches Liedgut, Volkslieder u.v.m. Sie sind herzlich eingeladen!

Termin: 10:30 – 11:30 Uhr

Ort: Petrushaus oder Petrikirche, Petrikirchhof 10, Soest

Anbieter: Ev. St. Petri-Pauli-Kirchengemeinde Soest, Petrikirchhof 10,
Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich



Latschen und Tratschen

Gemeinsames wohnortnahes Spaziergehen

Sind Sie nicht mehr so gut zu Fuß, haben keine Lust alleine Ihre Spaziergänge zu machen und sind offen für neue Kontakte? Dann könnte „Latschen und Tratschen“ genau das Richtige für Sie sein. Ehrenamtliche Spazierpatinnen begleiten gemeinsame Spaziergänge, die sich an Ihren Möglichkeiten orientieren (auch für Menschen mit Rollator oder Rollstuhl). Die Spaziergänge in einer Gruppe bieten Ihnen Bewegung, Kontakt zu anderen Menschen und dienen Ihrer Gesundheit. Im Anschluss an den Spaziergang gibt es die Gelegenheit, gemeinsam einzukehren und bei einem Kaffee ins Gespräch zu kommen.

Termin: 14:30 Uhr

Treffpunkt: Soester Rathaustreppe/Vreithof, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Seniorenbüro, Ansprechpartnerin: Petra Arlitt, Seniorenbeauftragte, Tel.: 02921/103 2212

Gebühr: frei (ev. Kosten für Kaffeegedeck)

Anmeldung: nicht erforderlich

Hitze und ältere Menschen – Gesundheitstipps und Gesundheitsfürsorge

Wärmebelastung kann die Gesundheit gefährden. Flüssigkeitsmangel, eine Verschlimmerung vorbestehender Krankheiten, Sonnenstich und Hitzschlag können die Folge sein. Ältere Menschen haben dafür ein erhöhtes Risiko. Was können Sie tun, um bei Hitze gesund zu bleiben?

Der Amtsarzt Hansjörg Schulze vom Kreisgesundheitsamt gibt einfache Tipps, um für den Sommer gerüstet zu sein!

Termin: 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Treffpunkt: Petrushaus, Petrikirchhof 10, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Geschäftsstelle Klimaschutz, Markt 13, Soest, Ansprechpartner Rainer Wolf, Tel.: 02921/103 3022

Gebühr: frei Anmeldung: nicht erforderlich

Sonstiges: Im Rahmen der Veranstaltung wird Kaffee und Kuchen angeboten.

Donnerstag, 25. August 2022

Tanznachmittag im Kulturhaus „Alter Schlachthof“



Einmal im Monat findet donnerstags im Saal des Kulturhauses „Alter Schlachthof“ ein Tanznachmittag für ältere Menschen aus Soest und der Umgebung statt. Eingeladen sind alle, die Spaß am Tanzen haben oder einfach nur plaudern möchten.

Es gibt Live-Musik zum Tanz, dazu wird Kaffee und Kuchen gereicht. Auch Gruppen und Seniorenheime sind herzlich willkommen.

Termin: 15:00 – 17:30 Uhr

Ort: Saal des Kulturhauses „Alter Schlachthof“,
Ulrichertor 4, Soest

Anbieter: Kulturhaus „Alter Schlachthof“

Gebühr: Eintritt frei (Kaffee und Kuchen für 4 Euro)

Anmeldung: nicht erforderlich
Gruppen ab 6 Personen bitten wir, sich bei
michael.horn@schlachthof-soest.de kostenlos anzumelden



Pflege älterer Menschen mit Migrationshintergrund



Der Integrationsrat der Stadt Soest lädt pflegende Angehörige von Menschen mit Migrationshintergrund, die Geschäftsleitung der Soester Pflegeheime und deren Pflegepersonal sowie alle interessierten Personen zu dieser Veranstaltung recht herzlich ein.

Sie hören einen Vortrag von Frau Prof. Dr. Dr. Teczan-Güntekin mit anschließender Diskussionsrunde zu dem Thema „Wie sieht die Zukunft der pflegebedürftigen Menschen mit Migrationshintergrund in naher Zukunft bei uns aus.“

Termin: 15:00 Uhr

Ort: Blauer Saal, Rathaus I

Anbieter: Integrationsrat der Stadt Soest c/o Karin Liedmann und Olga Aust, Integrationsbeauftragte der Stadt Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, per E-Mail bis zum 22. August an: karin.liedmann@web.de

Internet-Treff

Im Internet-Treff stehen PCs und Internet für Sie zur Verfügung. Hier erhalten Sie von fachkundigen, ehrenamtlichen Kräften Hilfe und Unterstützung bei allen Fragen rund um den PC und das Internet. Schauen Sie doch mal vorbei!

Termin: 15:00 – 17.00 Uhr

Ort: Petrushaus (Keller), Petrikirchhof 10, Soest

Anbieter: Internettreff Soest e.V.

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich

Führung durch das neue Stadtarchiv



Was macht eigentlich das Stadtarchiv? Was wird dort aufbewahrt, und was kann man dort alles finden? Darf man einfach so mal hereinkommen und fragen?

Auf all diese Fragen soll bei der Führung durch das neue Stadtarchiv eingegangen werden. Anhand von Urkunden, Akten, Fotos, Plakaten, Zeitungen und anderem werden Aufgaben und Vorgehensweise des Archivs geschildert. Parallel dazu bietet sich ein Blick in die Magazine und den Lesesaal an, in dem nahezu die gesamte Soest-Literatur aufgestellt ist.

Termin: 17:00 – 18:30 Uhr

Ort: Stadtarchiv Soest, Niederbergheimer Str. 24, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Abt. Kultur, Arbeitsgruppe Archiv und Kultur

Gebühr: frei

Anmeldung: ja, bis zum 24. August
unter Tel.: 02921/103 1242 (vormittags)



Ansicht aus dem Soester Nequam-Buch (Nichtsnutz-Buch) von 1315

Nicht rasten – ran an die Tasten!



Akkordeon-Schnupperkurs für alle, die das Akkordeon kennenlernen möchten oder bereits erste Erfahrungen mit dem Musikinstrument haben. Das Angebot richtet sich an alle, die sich den Wunsch erfüllen möchten, auch im fortgeschrittenen Alter ein Instrument zu erlernen. Der Kurs besteht aus drei Informations- und Übungstagen und bietet Einblicke in die Funktion des Akkordeons, die ersten Tasten und Bässe werden gedrückt. Auch diejenigen, die vielleicht schon in der Jugend Akkordeon gespielt haben und dies wieder aufgreifen möchten, können sich anmelden. Ein Leihinstrument wird ohne weitere Berechnung zur Verfügung gestellt. Vorkenntnisse im Notenlesen sind nicht erforderlich.

Termin: 25.08., 01.09. und 08.09., jeweils von 18:00 - 19:00 Uhr

Ort: Rotkreuzzentrum Soest, Ferdinand-Gabriel-Weg 7, Soest

Anbieter: Deutsches Rotes Kreuz (DRK), Ortsverein Soest e.V.

Gebühr: 20 Euro

Anmeldung: ja, bis zum 24.08.2022 bei Frau Große-Berkhoff,
Tel.: 02921/71943 (ab 18 Uhr) oder per
E-Mail: s.grosse-berkhoff@drk-soest.de

Sonstiges: Maximal 6 Personen können teilnehmen



Fit in den Tag – ein Vormittag für aktive ältere Menschen



Das AquaFun Soest bietet heute Vormittag ein abwechslungsreiches Programm, das sich speziell an aktive und bereits ältere Menschen richtet:

09:00 – 10:00 Uhr	Führung durch unsere Technik
10:00 – 10:30 Uhr	Wassergymnastik
11:00 – 11:30 Uhr	Bistro Talk mit Gewinnspiel
11:30 – 12:00 Uhr	AquaMix

Ort: AquaFun Soest, Ardeyweg 35, Soest

Anbieter: AquaFun Soest GmbH, Ardeyweg 35, Soest

Gebühr: 8 Euro

Anmeldung: nicht erforderlich

Zehn Irrtümer rund ums Erben



Wer bekommt mein Vermögen nach dem Tod? Diese Frage hat schon manche Stunde Schlaf gekostet. Doch für viele ist dieses Thema zu komplex und allerlei Gerüchte laden zu fehlerhaften Annahmen ein. Huberta Pohlmann, zertifizierte Beraterin für Vermögensnachfolge bei der Sparkasse SoestWerl, wird mit manchem Irrtum aufräumen.

Termin: 10:30 – 12:00 Uhr

Ort: Sparkasse SoestWerl, Veranstaltungsraum im 3. Obergeschoss „Sparkassen-Forum“, Hauptstelle Puppenstr. 7-9, Soest

Anbieter: Sparkasse SoestWerl

Gebühr: frei

Sonstiges: Kostenfreie Eintrittskarten sind bei allen Geschäftsstellen der Sparkasse SoestWerl erhältlich.

Malen mit Heidelinde Briedigkeit



Wer seine Kreativität mit Malen zum Ausdruck bringen möchte, kann sich in der Begegnungsstätte Bergenthalpark der Gruppe „Malen mit Heidelinde Briedigkeit“ anschließen. Heidelinde Briedigkeit steht allen Interessierten mit Ratschlägen und Tipps zur Seite. Nach einer kurzen Begrüßung bei einer Tasse Kaffee und Waffeln werden heute Grußkarten mit Soest-Motiven gemalt.

Vorkenntnisse sind nicht erforderlich und das Material wird gestellt.

Termin: 14:30 Uhr

Ort: Begegnungsstätte Bergenthalpark, Nöttenstr. 29c, Soest

Anbieter: AWO Soest/Begegnungsstätte Bergenthalpark

Gebühr: frei; (Kaffeegedeck 4 Euro, wenn gewünscht)

Anmeldung: ja, bis zum 24. August unter der Tel.: 02921/33061

Umgang mit dem Tablet: iPad & Co - leicht gemacht

Sie haben Fragen rund um Ihr Tablet? Dann bringen Sie Ihr Gerät einfach mit. Das Team der VHS antwortet und berät Sie gern und individuell.

Termin: 15:00 – 16:30 Uhr

Ort: Volkshochschule Soest, Nöttenstr. 29, Soest, Raum E4

Anbieter: Volkshochschule Soest, Nöttenstr. 29, Soest

Gebühr: 5 Euro / 2 Unterrichtsstunden

Anmeldung: bitte auf www.vhssoest.de, telefonisch oder per Email an vhs@soest.de

Sonstiges: Höchstteilnehmerzahl: 10

Wirbelsäulen-Gymnastik

Häufiges Sitzen, wenig Bewegung, falsche Körperhaltung können zu einseitigen Belastungen führen, die unserem Rücken nicht gut bekommen. Mobilisieren, kräftigen und dehnen - diese drei Trainingsbereiche sind wichtig, um die Funktion der Wirbelsäule (WS) zu verbessern. Durch Mobilisierungsübungen werden Sie beweglicher, Kräftigungsübungen stärken die Muskeln rund um die WS, Dehnübungen dienen der Entspannung der WS. Zudem lernen Sie Übungen, die Sie in den Alltag integrieren können. Bei Rückenproblemen bitte zunächst Rücksprache mit Ihrem Arzt halten.

Termin: 16:00 – 16:45 Uhr

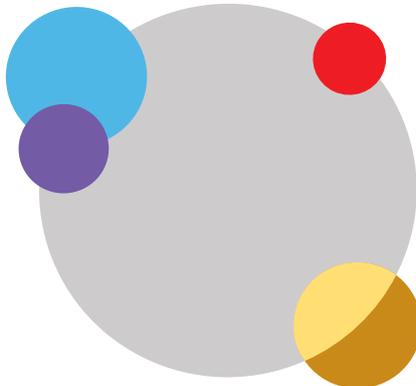
Ort: VHS-Seminargebäude, Ostenhellweg 23A, Raum 5

Anbieter: Volkshochschule Soest, Nöttenstr. 29, Soest

Gebühr: 4,50 Euro / 1 Unterrichtsstunden

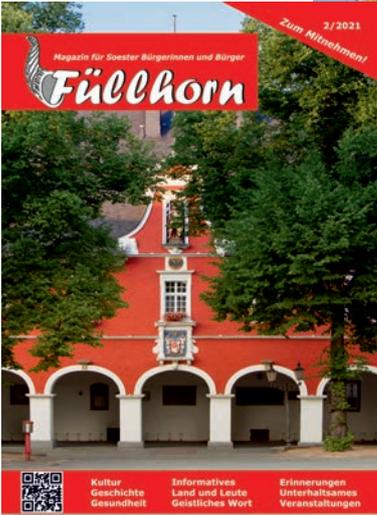
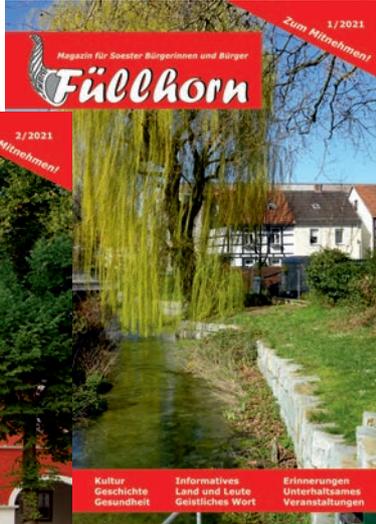
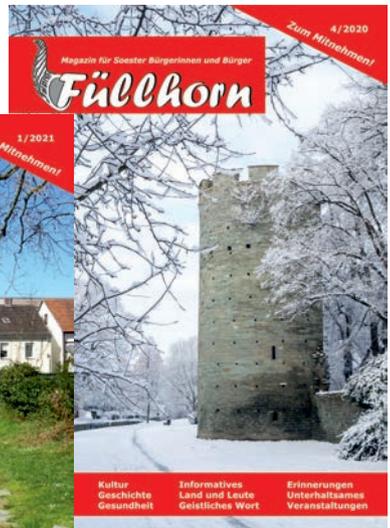
Anmeldung: bitte auf www.vhsssoest.de, telefonisch oder per Email an vhs@soest.de

Sonstiges: Mitzubringen sind eine Gymnastikmatte und ein Handtuch.



**„Schreiben ist leicht.
Man muss nur die
falschen Wörter weglassen.“**

(Mark Twain)



Sie sind Soester/in
mit Leib und Seele?

Sie kennen das Füllhorn
und finden es lesenswert?

Sie haben Lust, zu schreiben:

Geschichten, Gedichte, Selbsterlebtes,
So war es damals....

LEGEN SIE LOS!

www.fuellhorn-soest.de



Schicken Sie
Ihren Text per mail an:
fuellhornredaktion@gmail.com

**Wir freuen uns,
von Ihnen zu lesen.**

Ihre Füllhorn-Redaktion

Neues entdecken - Freizeit gestalten – Kontakte knüpfen

Informations- und Mitmachtag im Petrushaus



Heute haben Sie die Möglichkeit, Neues zu entdecken und auszuprobieren.

Machen Sie mit bei der Sitzgymnastik „Locker vom Hocker“, beim Rollator-Tanz oder beim Gedächtnistraining, lernen Sie das erfolgreiche Projekt „Latschen und Tratschen“ und die „Taschengeldbörse Soest“ kennen, versuchen Sie sich musikalisch am Trommeln unter fachkundiger Anleitung.

Sie können auch die Gelegenheit nutzen und mit speziellen Brillen in virtuelle Realitäten wie z.B. berühmte Museen, Kirchen oder Naturerlebnisse abzutauschen und Orte zu besuchen, die sonst nur schwer erreichbar wären. Gleichzeitig können Sie die weiteren digitalen Angebote der Stadtbücherei kennen lernen.

Vor dem Petrushaus stellt sich der Verein DrehMomente Soest e.V. vor. Er lädt ältere und gehbehinderten Menschen zu einer kurzen Fahrt mit der Fahrradrickscha (bei trockenem Wetter) durch die Soester Altstadt ein.

Im Keller des Petrushauses ist der Internet-Treff geöffnet. Hier erhalten Sie fachkundige Hilfe und Unterstützung bei allen Fragen rund um den PC und das Internet.

Vielleicht haben Sie auch Interesse, sich zukünftig ehrenamtlich zu engagieren, vielleicht im Deutschen Roten Kreuz, im Koordinierungsteam der „Taschengeldbörse Soest“ oder als Mitglied im Redaktionsteam des Magazins „Füllhorn“. Entsprechende Informationen und persönliche Beratung erhalten Sie heute.

An weiteren Info-Ständen gibt es Informationen zur Pflegeberatung, zur Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, zur ambulanten Pflege, zur Wohnberatung, zur Gesundheitsfürsorge, zur Demenz- und Alzheimer Erkrankung, zu Veranstaltungen des Seniorenbüros/-beirates und auch zur bevorstehenden Seniorenbeiratswahl im November 2022.

Zusätzlich haben Sie die Möglichkeit Ihren Blutdruck und Ihren Blutzucker messen zu lassen.

Samstag, 27. August 2022



Programm im Pauli-Saal:

- 10:00 – 10:10 Uhr „Vernetzt im Netz“ – Kontakte pflegen und knüpfen. Kurzvortrag zum Thema soziale Netzwerke. (Frau Söllner, Herr Ernst, Stadtlabor Soest)
- 10:15 – 10:25 Uhr „Wo Digitalisierung im Alltag hilft“ -Digitale Trends und ihr Nutzen kurz vorgestellt (Frau Söllner, Herr Ernst, Stadtlabor Soest)
- 10:30 – 10:40 Uhr „Stadtlabor – Was ist das überhaupt?“ – Das Stadtlabor stellt sich bzw. seine Aufgaben vor und weckt Interesse an einem gemeinsamen Dialog (Frau Söllner, Herr Ernst, Stadtlabor Soest)
- 10:45 – 11:15 Uhr „Locker vom Hocker“ - Sitzgymnastik für ältere Menschen; Übungen im Sitzen und Stehen zur Kräftigung und Lockerung der Muskulatur (Frau Freund, SportBildungswerk Soest)
- 11:30 – 12:00 Uhr Rollator-Tanz
Der Tanz mit dem Rollator; Wie das möglich ist und welche Freude es bereiten kann, dürfen Sie heute erleben! (Frau John, Tanzlehrerin)
- 12:00 – 12:30 Uhr Gedächtnistraining mit Schlager-Musik
Musiktitel hören, sich gemeinsam erinnern, die Stimme erkennen, macht Freude und schult nebenbei das Gedächtnis (Frau John, Gedächtniscoach)
- 12:30 – 12:50 Uhr Westafrikanisches Trommeln – Mitmachangebot (Trommelgruppe der St.Thomä-Kirche, Soest)
- 13:00 – 13:30 Uhr Ukulelen-Orchester der Musikschule Soest lädt zum Lauschen von Melodien auf dem „Gute-Laune-Instrument“ der Ukulele ein (Babette Freitag, Musikschule Soest)
- Um 12:30 Uhr besteht die Möglichkeit in Begleitung mit ehrenamtlichen Spazierpatinnen „Latschen und Tratschen“ kennenzulernen.
Treffpunkt: Eingang Petrushaus.

Samstag, 27. August 2022

Auch für Ihr leibliches Wohl ist gesorgt.

Das „Café Kränzchen“ vom Osthofenfriedhof stellt sich vor und gibt Ihnen die Gelegenheit, sich bei einer Tasse Kaffee und Waffeln, gebacken von einem jungen Team der Hannah--Arendt-Gesamtschule, zu stärken und mit anderen Gästen ins Gespräch zu kommen.



Gebührenfreie Parkplätze finden Sie auf dem südlichen Petrikirchhof.

Termin: 10:00 – 14:00 Uhr

Ort: Petrushaus Soest, Petrikirchhof 10, Soest

Veranstalter:

Frau Eckel (Stadtbücherei Soest), Frau Plesser (Volkshochschule Soest), Frau Böhmer (Alzheimer Gesellschaft Soest), Frau Brennecke (Cafe Kränzchen, Osthofenfriedhof), Frau Söllner, Herr Ernst, (Stadtlabor Soest), Frau Freund (SportBildungswerk Soest), Frau John (Tanz- und Gedächtnistrainerin), Frau Höpner (Trommelgruppe Thomä-Kirche), Frau Freitag (Musikschule Soest), Frau Wilhelm (Service und Pflege gGmbH der Diakonie – Diakoniestation Soest), Frau Pfeiffer (Trägerunabhängige Pflegeberatung), Herr Gehlmann (Deutsches Rotes Kreuz), Frau Groth-Hollmann („Runder Tisch Demenz“), Frau Vedder und Herr von Hagen (Betreuungsverein der Diakonie), Herr Ebbes (Internettreff), Frau Wilzer und Herr Weber (Taschengeldbörse Soest), Frau Liedmann (DrehMomente Soest e.V.), Seniorenbeirat der Stadt Soest, Mitglieder des „Füllhorn“-Redaktionsteams, Frau Arlitt (Seniorenbeauftragte Stadt Soest)

Gebühr: keine

Anmeldung: nicht erforderlich

Sonntag, 28. August 2022

Offener Treff für Wollbegeisterte



An jedem letzten Sonntag im Monat verwandelt sich der Café-Bereich oder bei gutem Wetter der idyllische Garten der Bücherei in eine Wollwerkstatt. Hier können die Bereiche Stricken, Häkeln, Spinnen und Weben ausprobiert werden. Tipps und Tricks werden ausgetauscht, Neues kann erlernt und Vergessenes aufgefrischt werden. Interessierte sind jederzeit willkommen und herzlich eingeladen.

Termin: 14:00 Uhr

Ort: Stadtbücherei Soest, Severinstr. 10, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Stadtbücherei Soest, Severinstr. 10, Soest

Gebühr: frei

Anmeldung: nicht erforderlich





Abschlussveranstaltung der 2. Soester Seniorenwoche

Gemeinsam wollen wir die 2. Soester Seniorenwoche bei Kaffee und Kuchen und musikalischer Unterhaltung im Kulturhaus „Alter Schlachthof“ ausklingen lassen. Die Zwei-Mann-Band, Just4Us, wird mit Musik der 40er, 50er, 60er und 70er Jahre für gute Stimmung sorgen. Es darf getanzt und mitgesungen werden!

Termin: 15:00 – 17:00 Uhr

Ort: Kulturhaus „Alter Schlachthof“, Ulrichertor 4, Soest

Anbieter: Stadt Soest, Seniorenbeirat und Seniorenbüro,
Am Vreithof 8, Soest

Gebühr: 8 Euro (incl. Kaffee- und Kuchen);
SoestPass-Inhaber erhalten eine Ermäßigung von 50%)

Eintrittskarten sind im Seniorenbüro der Stadt Soest (Mo. - Fr. von 9 Uhr bis 12 Uhr) und im Kulturhaus „Alter Schlachthof“ (Mo. - Fr. von 13 Uhr bis 17 Uhr) erhältlich.



*Herzlichen Dank an alle
mitwirkenden Institutionen und
Einrichtungen für ihre
Unterstützung und ihr
Engagement!*

*Petra Arlitt
Seniorenbeauftragte
Stadt Soest*

