

**Seniorenakademie
Herbst
2023**

HERBSTGOLD



Liebe Leserinnen und Leser!

Herzliche Einladung zum neuen Herbst-Programm unserer Senior*innen-Akademie in der Südstadt!

Unsere Veranstaltungen finden entweder im Kirchsaal in der Lutherkirche statt oder im großen Saal des Gemeindehauses, bei kleineren Gruppen auch in der Guten Stube dort. Bitte achten Sie ggf. auf Aushänge.



Wir bieten **unsere Veranstaltungen** in der Regel ohne Gebühren an und bitten herzlich um eine Spende, damit wir die Kosten decken können. Herzlichen Dank dafür!

Die Gebühr für den **Tanzkurs** sammelt die Leiterin selber bei der Veranstaltung ein.

Der **Mädelsabend** am 06.10. kostet inklusive 3-Gang-Menü und Getränken 25 Euro per Vorkasse/Überweisung – siehe unten.

Die beiden **Bibliodrama-Treffen** für Frauen kosten 5 Euro, die bei den Abenden eingesammelt werden.

Bitte melden Sie sich für die **Dienstag Vormittage** und die **Cafès** am Donnerstag Nachmittag mit dem Anmeldebogen schriftlich im Gemeindebüro an, gerne auch per Mail. Sagen Sie bitte rechtzeitig ab, wenn Sie einmal doch nicht teilnehmen können, das hilft uns beim Planen und Einkaufen.

Ich wünsche allen eine wunderschöne zweite Jahreshälfte und freue mich, viele von Ihnen bei uns wiederzusehen!

Ihre

Regelmäßige Treffen- Eine Anmeldung ist nicht nötig

Tanzkurs

Der Tanzkurs mit Elke Beyling findet statt jeweils Montags um 10 Uhr – die Referentin sammelt die Teilnahmegebühr von 5 Euro direkt ein.

Gemeinsam Handarbeiten

Endlich die Hacken schaffen beim Sockenstricken? Oder Tipps bekommen für ein Stickprojekt? Und sich dabei nett unterhalten bei einer Tasse Kaffee - dazu lädt Maria Frommeyer ein um 15 Uhr an folgenden Mittwoch Nachmittagen: am 25.10. und am 22.11.

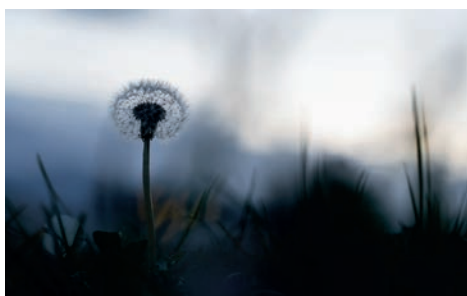


Offene Spielerunde

Lust auf Mensch-ärger-dich-nicht oder Canasta? Oder Sie bringen Ihr Lieblingsspiel einfach mit und suchen sich Mitspieler*innen. Jeweils Mittwochs um 14.30 - 17 Uhr unter der Leitung von Jutta Jeskolski: am 18.10.; 15.11.; 13.12.

Ökumenische Meditation

Wir laden einmal im Monat dienstags um 18.30 Uhr dazu ein, für gut eine Stunde gemeinsam Ruhe und Stille zu erleben, zu singen, Kerzen anzuzünden für das, was uns bewegt. Mit Sigrid Nötzel, Meditationsbegleiterin; Julia Telscher-Bultmann, Pastorin; Stefan Schulte, Gemeindefereferent St. Joseph am 10.10. (St. Joseph); 14.11. (Luther-Kirchsaal); 12.12. (St. Joseph); 09.01.24 (Luther-Kirchsaal)



Für folgende Veranstaltungen bitte unbedingt **schriftlich** im Gemeindebüro mit dem Anmeldezettel (siehe Rückseite) oder per Mail: kg.suedstadt.osnabrueck@evlka.de anmelden.

Vormittags-Treff am Dienstag um 10 Uhr

Am 10.10.

(1) Pompeji ist eine Reise wert!

Helga Pannenberg bringt uns drei kleine Filme mit über die Ausgrabungen in der antiken Stadt Pompeji, die durch den Ausbruch des Vesuv im Jahr 79 n.Chr. Verschüttet wurde und so unter der Asche weitgehend erhalten blieb. So lassen sich faszinierende Einblicke in den Alltag einer römischen Stadt erhalten.



Am 17.10.

(2) „Joggen fürs Gehirn!“ - Gedächtnistraining mit Bärbel Hochartz und Jutta Jeskowski für maximal 8 Personen.

Am 24.10.

(3) „Ich könnte es mir ja gönnen, aber ...“

Und was hindert Sie daran? Finden Sie mit Ulla Kalberg heraus, wie Meridian-Klopft Techniken Ihnen helfen können, wirklich Ja zu Ihrem Wunsch zu sagen – materiell oder anderweitig, so dass Ihnen dann auch die Verwirklichung Freude macht.

Maximal 8 Personen.

Am 07.11.

(3) „Mut zur Begegnung“

Aufstehn, aufeinander zugehn, miteinander da zu sein ...Kommt Ihnen das bekannt vor? Lassen Sie uns doch zusammen etwas machen aus diesem Lied.

Ulla Kalberg zeigt Ihnen, wie Sie es sich mit Meridian-Klopft Techniken

leichter machen können, den ersten Schritt und auch weitere Schritte auf einen anderen Menschen zuzugehen.

Maximal 8 Personen.

Am 14.11. und 21.11.

(4) „Aus dem Leben eines Taugenichts“ – Marianne Stiehl liest an zwei Vormittagen aus der Novelle von Joseph von Eichendorff, die er vor 200 Jahren schrieb und die als einer der Höhepunkte der Romantik gilt – schön wie ein Märchen, spannend wie ein Krimi, aktuell wie eine Geschichte von heute.

Am 28.11.

(5) „Joggen fürs Gehirn!“ - Gedächtnistraining mit Bärbel Hochartz und Jutta Jeskolski für maximal 8 Personen.

Am 05.12.

(6) „Das Café ohne Namen“ von Robert Seethaler zeigt uns einen fleißigen und hilfsbereiten Wirt, in dessen Kaffeestube sich Menschen treffen, die hier ihre Sorgen und Nöte teilen können. Vorgetragen von Marianne Stiehl.

Am 12.12.

(7) „Joggen fürs Gehirn!“ - Gedächtnistraining mit Bärbel Hochartz und Jutta Jeskolski für maximal 8 Personen.



Cafès am Donnerstag Nachmittag um 15 Uhr

Am 05.10.

(8) „Grüße, Gustav!“ Vergnügliches von und über den Menschen und berühmten Maler Gustav Klimt aus dem Buch von Erich Weidinger.

Vorgetragen von Marianne Stiehl.



Am 12.10.

(9) „Blutjung und steinalt“ – die Künstlerin Angelika Litzkendorf bringt uns zwei großformatige Bilder mit, auf denen es viel zu entdecken gibt! Wie sieht der Welt der jungen Leute von heute aus und wie die Vergangenheit? Darüber kommen wir ins Gespräch.



Am 19.10.

(10) Christsein im Imperium – Jesusnachfolge als Vision einer anderen Welt.

Ina von Häfen stellt uns das gleichnamige Buch von Renate Wind vor, das überraschende Einblicke gibt in die Entstehung der Evangelien und das Leben der ersten christlichen Gemeinden.



Am 26.10.

(11) Majestätische Bergwelt - mit dem Glacier- und dem Bernina-Express durch die Schweiz – nach dem letzten Café zu diesem Thema wurde dringend eine Fortsetzung gewünscht!! Hier ist sie: Wolfgang Maaß erzählt mit vielen interessanten Bildern von seinen Reisen auf den berühmten Eisenbahnstrecken.



Am 09.11.

(12) Es war einmal eine Bäckerei in Pompeji – Helga Pannenberg zeigt uns kleine Videos über das Leben in Pompeji. Dazu gibt es frisch gebackenes Brot mit Butter und leckeren Aufstrichen.

Am 16.11.

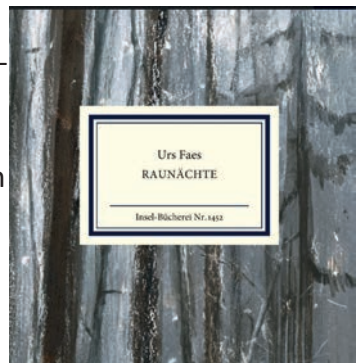
(13) „Heute schon gelächelt?“ Helga Panneborg und Ina von Häfen laden ein zu einem unterhaltsamen Nachmittag mit viel Zeit für Gespräche am Tisch.

Am 23.11.

(14) „Märchen sind nicht nur was für Kinder!“ - Der Kinderarzt i.R. Ekkehard Thiele hat eine neue Praxis eröffnet für philosophische Beratung. Er denkt mit uns über den Sinn und die Bedeutung von Märchen nach und erzählt dazu ausgewählte Märchentexte.

Am 30.11.

(15) „Rauhnächte“ von Urs Faes. Rauhnächte sind die „heiligen Nächte“ zwischen Weihnachten und dem Fest der Hl.drei Könige am 06. Januar. Marianne Stiehl liest aus den Erinnerungen eines Mannes, der nach vielen Jahren in seine Heimat zurückkehrt und sich auf dem Weg durch den Winterwald an die alten Sitten und Gebräuche der Rauhnächte erinnert.



Am 07.12.

(16) „Advent, Advent! Ein Lichtlein brennt!“ - Wir laden herzlich ein zu einem gemütlichen Nachmittag mit Liedern, Gedichten und Geschichten.

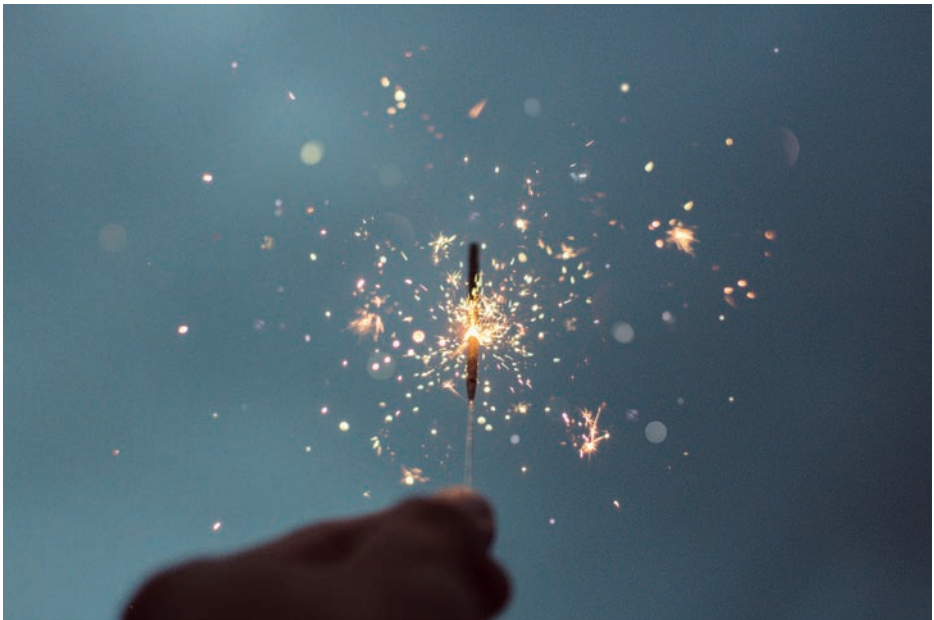


Am 14.12.

(17) Bibliolog zur Weihnachtsgeschichte in HILTER – Ina von Häfen läßt auf dem Adventsnachmittag der ev. Kirchengemeinde Hilter die Weihnachtsgeschichte lebendig werden. Möchten Sie mitkommen? Wir bilden Fahrgemeinschaften – bitte teilen Sie uns mit, ob Sie einen Platz im Auto brauchen oder selber fahren und andere mitnehmen können. Abfahrt um 14.15 Uhr Parkplatz an der Lutherkirche.

Am 04.01.2024

(18) „Und allem Anfang wohnt ein Zauber inne“ – wir begrüßen das neue Jahr mit Geschichten und Lieder vom Anfangen.



Und außerdem...

Am 06.10., 19-21.30 Uhr

(19) Mädelsabend MACHT was?!

Wir laden Frauen ein zu einem netten Abend mit einem dreigängigen vegetarischen Menü, bei dem wir via Internet verbunden sind mit der ev. Kirchengemeinde in Bremerhaven, wo die Kabarettistin und Sängerin Anni Heger moderiert und es verschiedene Impulse zum Thema Frauen und Macht gibt, die vor Ort in Bremerhaven und natürlich auch bei uns im Kirchsaal an den Tischen diskutiert werden.

Kosten: 25 Euro inklusive Getränke. Bei der Anmeldung überweisen auf unser Südstadt-Konto mit dem Verwendungszweck „Mädelsabend 23“. Wenn das Geld eingegangen, haben Sie einen Platz am Tisch.

Am 10.10. ,19-21.30 Uhr in LUKAS

(20) „Ihr dachtet, es böse zu machen – aber Gott gedachte, es gut zu machen!“ Bibliodrama für Frauen mit dem Ende der Josephsgeschichte im 1. Buch Mose 50.

Ein kreativer Abend in geschützter Atmosphäre zur Frage von Schuld und Vergebung bei Joseph und seinen Brüdern mit Ina von Häfen (Bibliodramaleiterin) und Rita Steinbreder (Ev. Frauen* Hannover).

Kosten: 5 Euro. Snacks und Getränke stehen bereit.

Am 12.12., 19-21.30 Uhr

(21) „Es begab sich aber zu der Zeit...“

Bibliodrama für Frauen zur Weihnachtsgeschichte aus Lukas. Leihen Sie in geschützter Atmosphäre den biblischen Personen Ihre Phantasie und Lebenserfahrung und entdecken Sie spielerisch überraschende Seiten eines Klassikers. Mit Ina von Häfen (Bibliodramaleiterin) und Rita Steinbreder (Ev. Frauen* Hannover).

Kosten: 5 Euro. Snacks und Getränke stehen bereit.



Kontakt

Pastorin Ina von Häfen

Miquelstr. 5
49082 Osnabrück
0176 56 88 13 43
Ina.vonHaefen@evlka.de

Gemeindebüro

Miquelstr. 5
49082 Osnabrück
0541 5 69 01 66
kg.suedstadt.osnabrueck@evlka.de
suedstadt.net

Spendenkonto

IBAN: DE63 2655 0105 0000 697748

Sie möchten mitarbeiten?

Sie haben Zeit?- Sie haben Lust?

Wenn Sie Lust und Zeit haben uns in der Seniorenakademie zu unterstützen, melden Siesich gerne.

Ob für Kurse, Raumgestaltung oder das Backen von Kuchen.

Wir freuen uns über jeden Beitrag und unterstützen Sie gerne.

Wenden Sie sich dazu an Pastorin Ina von Häfen.



Meine Anmeldung

Name: _____ Vorname: _____

Straße: _____

PLZ: _____ Ort: _____

Telefon: _____

Mail: _____

Nummer und Thema	Auswahl
(1) Pompeji ist eine Reise wert!	
(2) „Joggen fürs Gehirn!“	
(3) „Ich könnte es mir ja gönnen, aber ...“	
(4) „Aus dem Leben eines Taugenichts“	
(5) „Joggen fürs Gehirn!“	
(6) „Das Cafè ohne Namen“	
(7) „Joggen fürs Gehirn!“	
(8) „Grüße, Gustav!“	
(9) „Blutjung und steinalt“	
(10) Christsein im Imperium	
(11) Majestätische Bergwelt	
(12) Es war einmal eine Bäckerei in Pompeji	
(13) „Heute schon gelächelt?“	
(14) „Märchen sind nicht nur was für Kinder!“	
(15) „Rauhnächte“	
(16) „Advent, Advent! Ein Lichtlein brennt!“	
(17) Bibliolog zur Weihnachtsgeschichte in HILTER	
(18) „Und allem Anfang wohnt ein Zauber inne“	
(19) Mädelsabend MACHT was?!	
(20) „Ihr dachtet, es böse zu machen“	
(21) „Es begab sich aber zu der Zeit...“	

