

Dezember 2023



Der Weihnachtsbaum

*Strahlend, wie ein schöner Traum,
steht vor uns der Weihnachtsbaum.*

*Seht nur, wie sich goldenes Licht
auf den zarten Kugeln bricht.*

*“Frohe Weihnacht” klingt es leise
und ein Stern geht auf die Reise.*

*Leuchtet hell vom Himmelszelt -
hinunter auf die ganze Welt.*



*Frohe Weihnachten
und ein gutes neues Jahr*



In der heutigen Ausgabe informieren wir Sie über folgende Themen:

- KlönCafé am 15. November 2023
- KlönCafé am 3. Januar 2024
- Reparatur Café Windeck öffnet am 09. Dezember 2023
- Gedächtnistraining mit Gedächtnistrainerin Anne Halbach
- Seniorentanzgymnastik/ Seniorensitzanz
- Wir laden ein zum Spielenachmittag
- **Zusammenfassung Termine im November 2023**
- Wir freuen uns auf die Weihnachtsfeier am 06. Dezember 2023
- Sprachen lernen im Alter
- Impressum

KlönCafé am 15. November 2023

Abschied von Marita Wendler



Wir kannten Marita jetzt seit Februar 2023.

Seitdem engagierte sie sich in unserem Helferteam.

Marita die Bastelnde, die Dekorierende, die Helferin, die Urlaubsbegleiterin, die Spitzwegerichsalben- und Fichtenspitzensirupmacherin, die Besorgerin, die Zuhörerin, die mit uns geklönt, gespielt, gerätselt, nachgedacht.....hat.

Sie und ihre hilfreiche Art wird uns fehlen!

Ein letzter Gruß an einen Menschen, den wir ein Stück des Lebensweges begleiten durften.

KlönCafé am 3. Januar 2024



Am 03. Januar 2024 um 14 Uhr lädt das KlönCafé zum Thema "Neues Jahr" ein.

Vielleicht bringt der ein oder andere ein Gedicht, Spruch oder eine Anekdote zum Thema „Neues Jahr“ mit.

Am 09. Dezember 2023 sind wir das letzte mal in diesem Jahr für Sie/Euch da.



Zwischen 09.30 Uhr und 12.30 Uhr stehen unsere ehrenamtlichen Reparatereure zur Verfügung, um kostenlos bei allen möglichen Reparaturen zu helfen.

Dann heißt es wieder: Verschrotten war gestern!
Reparieren ist die Zukunft!

Egal, ob Kaffeemaschine, Toaster, Lampe, Bohrmaschine, Tablet oder PC - da geht noch was!
Wir freuen uns auf Euren Besuch in den Räumen des Seniorenbüros Windeck, Bergische Str. 30, 51570 Windeck-Dattenfeld.

Gedächtnstraining mit Gedächtnistrainerin Anne Halbach

Achtung: Geänderte Anfangszeit



Nächster Termin:

13. Dezember 2023 von 14.00 bis 16.00 Uhr im Seniorenbüro in Dattenfeld, Bergische Str. 30.

Das Gedächtnistraining am 27.12.23 macht eine Weihnachtspause und fällt aus. Es geht dann am 10. Januar 2024 wie gewohnt weiter.

Anmeldungen in einer Warteliste für Neuzugänge unter:

Telefon: 02243 – 9292546 oder per

E-Mail: a.aberfeld@seniorenbuero-windeck.org.

Seniorentanzgymnastik/ Seniorensittanz

Ganz nach dem Motto: „Man ist nie zu alt zum Tanzen“, ist das Angebot des Seniorenbüros für Alle ab 60 Jahren, die ihren Körper fit und gesund erhalten wollen, sowie Spaß und Freude an Tanz und Musik haben.

Es sind keine tänzerischen Vorkenntnisse erforderlich und die Bewegungen werden überwiegend auf dem Stuhl ausgeführt. Ziel ist es, unseren Körper aktiv zu halten, Gelenke zu mobilisieren, Muskeln zu stärken, Beweglichkeit- und Koordinationsvermögen zu fördern und gemeinsam Spaß zu haben. „Ein fitter Körper = ein fitter Geist“. In dieser Gruppe geht es rein um den Spaß am Tanzen und das gemeinsame Zusammensein.

Das Seniorentanzen findet jeden Freitag von 17.00 bis 18.00 Uhr in den Räumen des Seniorenbüros, Bergische Str. 30, 51570 Windeck-Dattenfeld, statt.

Anmeldungen:

Lara-Marie Gerhards – Telefon: 0179-4143402 – Email: laramarie@tanzinsglueck.de

Weitere Infos unter: www.tanzinsglueck.de

Wir laden ein zum Spielenachmittag am 20. Dezember 2023



Der Spielenachmittag findet jeden 3. Mittwoch im Monat um 14.00 Uhr statt!

Bei Kaffee treffen wir uns jeden dritten Mittwoch im Monat ab 14:00 Uhr für jeweils 2 Stunden zum gemeinsamen Spielen in den Räumen des Seniorenbüros in Windeck-Dattenfeld, Bergische Str. 30.

Bei Rückfragen: Telefon: 02243 – 9292546 oder per E-Mail: a.aberfeld@seniorenbuero-windeck.org.

Zusammenfassung Termine im November 2023

Auf Wunsch der Teilnehmer, werden die Anfangszeiten für alle Veranstaltungen in den Wintermonaten an den Mittwochnachmittagen auf 14.00 Uhr vorverlegt und enden um 16 Uhr.



KlönCafé

Spielenachmittag

Reparatur Café

Gedächtnistraining

Seniorentanzgymnastik

Weihnachtsfeier am 06.12.2023 ab 13.00 Uhr

20.12 2023 von 14.00 bis 16.00 Uhr

09.12.2023 von 09.30 bis 12.30 Uhr

13.12.2023 von 14.00 bis 16.00 Uhr

08., 15., 22.12.2023

von 17.00 bis 18.00 Uhr

Wir freuen uns auf die Weihnachtsfeier am 06. Dezember 2023 mit Büfett

Wir freuen uns, dass wir am 06.12.2023 ab 13 Uhr etwa 60 Teilnehmer erwarten dürfen.



Wir möchten Sie jedoch bitten, uns im Verhinderungsfall rechtzeitig zu informieren, damit wir entsprechend umdisponieren können.

a.aberfeld@seniorenbuero-windeck.org

oder unter: 02243 – 9292546

Sprachen lernen im Alter

Geistig fit bleiben mit einem Englisch-Kurs für Anfänger



Ältere Menschen reisen heute sehr viel öfter als früher ins Ausland. Da liegt der Wunsch nahe, sich auch in der Landessprache verständigen zu können.

Die nötigen Grundkenntnisse lassen sich in einem Sprachkurs des Seniorenbüros erwerben.

Eine fremde Sprache zu erlernen hat viele Vorteile. Man kommt auf Reisen besser zurecht, findet leichter Kontakt zu Menschen vor Ort. Das Allerbeste ist aber, dass Sprachen lernen geistig fit hält. Das Gehirn bekommt neue Aufgaben und muss diese mit dem vorhandenen Wissen verknüpfen.

Wer bereits eine Fremdsprache in der Schule gelernt hat und diese mit einem Kurs auffrischen will, wird bald feststellen, wie altes Wissen an die Oberfläche gelangt und sich mit neu gelerntes verbindet.

Das Seniorenbüro wird für kommendes Frühjahr einen Englisch-Kurs für Anfänger anbieten. Interessenten werden gebeten, sich schon jetzt bei uns zu melden, damit wir entsprechend planen können.

Rätsel des Monats Dezember

Was ist ein Anagramm?

Bei einem Anagramm ist ein Wort vorgegeben – in diesem Fall "Schornsteinfeger".

Aus den Buchstaben des Wortes werden so viele neue Wörter gebildet wie möglich.

Je mehr Buchstaben das ursprüngliche Wort hat, desto mehr Wörter lassen sich bilden.

SCHORNSTEINFEGER

Beispiele: Christrose, frostsicher, Oestereich.....

Impressum

Herausgeber:

Seniorenbüro Windeck e.V.

Bergische Str. 30

51570 Windeck-Dattenfeld

Telefon: 02292 - 3948795

h.mueller@seniorenbuero-windeck.org

V.i.S.d.P. Horst Müller, Vorsitzender

Brandschutz-Tipps zur Advents-, Weihnachts- und Neujahrszeit



Oft wird die Gefahr, die von einer brennenden Kerze ausgeht, grob unterschätzt. Durch die Wärmeausstrahlung können sich Tannenzweige oder andere brennbare Stoffe in der Umgebung leicht entzünden. Zudem stellen auch unsachgemäß angebrachte oder falsch bestückte Lichterketten eine Gefahr dar. Bereits bei der Auswahl von Ersatzleuchten werden Fehler gemacht. So sollten defekte Lichter grundsätzlich nur durch solche mit der gleichen Voltstärke ersetzt werden.

Stärkere Birnen ziehen zu viel Energie - mit der Folge, dass sich die dünnen Stromkabel im Dauerbetrieb überhitzen und einen Schmelzbrand verursachen.

Deshalb gilt: Vorbeugen ist besser als Löschen

Für eine möglichst ungetrübte Adventszeit und Festtagsstimmung zur Weihnachts- und Neujahrszeit folgende Verhaltensregeln:

- Brennende Kerzen niemals unbeaufsichtigt lassen.
- Kränze und Gestecke nur auf nicht brennbaren Unterlagen aus Metall oder Keramik postieren.
- Weihnachtsbaum mit regelmäßigen Wassergießen vor Austrocknung schützen.
- Defekte Lichterketten nur mit geeigneten Ersatzbirnen bestücken / Bedienungsanleitung und Sicherheitshinweise des Herstellers beachten.
- Und - für den Fall der Fälle - einen Schaum- oder Wasser- Feuerlöscher bereithalten.

Feuerlöschsprays sind für Kleinbrände bedingt geeignet. Feuerlöscher mit mehr als 2 Liter Löschmittelinhalt bieten hingegen einen größeren Löscherfolg und Löschmittelreserve für den Fall des Wiederentflammens.

- Nach den Festtagen Weihnachtsbaum umgehend entsorgen.
- Feuerlöscher und Rauchwarnmelder gibt es z.B. beim qualifizierten Brandschutz-Fachbetrieb.
- Wer bereits einen Feuerlöscher besitzt, sollte unbedingt darauf achten, dass er regelmäßig, mindestens jedoch alle zwei Jahre, sachkundig geprüft wird. Nur so ist sichergestellt, dass das Gerät und dessen Lösch- und Treibmittel im Ernstfall auch voll funktionstüchtig sind.

Feuerlöscher zur sofortigen Bekämpfung entstehender Brände und Rauchmelder zur lebensrettenden Warnung bei einem Zimmer- oder Wohnungsbrand erhält man beim qualifizierten Brandschutz-Fachbetrieb. Dieser bietet die kompetente Beratung bei der Auswahl passender Geräte und übernimmt deren regelmäßige Prüfung und Instandhaltung zur Erhaltung der ständigen Funktionsbereitschaft.

Im Brandfall richtig reagieren

- 1 Feuerwehr anrufen**
 - Was ist passiert? Wo und wann?
 - Auf Rückfragen warten!
- 2 In Sicherheit bringen**
 - gefährdete Personen warnen
 - Türen und Fenster schließen
 - auf Anweisungen achten
 - gekennzeichnete Fluchtwege benutzen
- 3 Feuerlöscher auslösen**
 - Sicherungsstift oder -lasche ziehen
 - Schlagknopf betätigen
 - Feuer gezielt löschen
- 4 Richtig löschen**
 - Genug Abstand vom Feuer halten
 - Mit kurzen, gezielten Stößen löschen
 - Löschmittel auf brennenden Gegenstand sprühen
 - Bei mehreren Feuerlöschern: gleichzeitig einsetzen
 - Elektrische Anlagen und Fettbrände nie mit Wasser löschen
- 5 Nach dem Brand**
 - Feuerlöscher vom Kundendienst überprüfen und auffüllen lassen

Grafik: bvbf Bundesverband Brandschutz-Fachbetriebe e.V.