

## SCHWIMMEN IN BENTHEIM

SAMSTAG 25. März

Treffen auf dem K+K Parkplatz Friedrichstraße. Es werden Fahrgemeinschaften gebildet und die Kosten entsprechend umgelegt.

14 Uhr

Anmeldungen bitte an Hildegard Strodt-Sievers, Tel. 9419604 (mit AB) oder per Mail [hstrotdtsi@web.de](mailto:hstrotdtsi@web.de)

## PROBIER'S DOCH MAL MIT PHILOSOPHIEREN

DIENSTAG 07. März

10 Uhr

Thema: „Ist es in Ordnung, manchmal zu lügen?“  
in den Räumen der Ems 8, Emsstr. 8

## REPAIR-CAFÉ - REPARIEREN STATT WEGWERFEN

MONTAG 06. März

15 - 17 Uhr

Ems8, Emsstr. 8

## LASS UNS WANDERN

Wann: Jeden Montag um 10.00 Uhr eine kurze Tour

Treffpunkt: Bushaltestelle am Nordring (bei der Mühlenbachbrücke)

Wanderstrecke: ca. 7 km, also ca. 1,5 - 2 Stunden

## Und:

Wann: Jeden Mittwoch um 09.30 Uhr eine längere Tour

Treffpunkt: Bahnhof Ostseite (Parkhauseinfahrt)

Wanderstrecke: ca. 10 km, also ca. 2,5 - 3 Stunden

Information unter <https://www.beckwermert.de/geh-mit/>

oder telefonisch bei Reinhard Beckwermert Tel: 02572 9467047

## 3-TAGES - WANDERUNG

VON MO., 05.06. BIS FR., 09.06.

ins Grüne von Berlin.

Dort werden verschiedene Wanderungen geführt, wobei auch die Montagswanderer (7km) Berücksichtigung finden. Das Doppelzimmer für die 4 Nächte in einem guten Hotel kostet 360€ incl. Frühstück. Die Hin- und Rück-Fahrt im IC der Bahn kostet derzeit 55€/Person kann mitgebucht oder auch selbst organisiert werden. Näheres im Büro der Agenda Älterwerden während der Sprechstunden in der Ems 8, Emsstraße 8 oder direkt beim Tourenführer, Tel.: 02572-9467047.



## UNSERE AKTIONEN IN DER ÜBERSICHT

# Agenda Älterwerden

## Übersicht der Aktivitäten im März 2023

Sprechstunden in der EMS8, Emsstraße 8

Jeden Montag 15 - 17 Uhr

Jeden Donnerstag 10 - 12 Uhr

Telefon 02572 922 218

Die Agenda Älterwerden ist eine Initiative der Stadt Emsdetten in Kooperation mit dem Beirat Ü 60. Die jeweils aktuellen Termine finden Sie im Schaufenster der EMS 8 und auf der Internetseite [www.emsdetten.de/agenda-aelterwerden](http://www.emsdetten.de/agenda-aelterwerden)

## WIR FEIERN 5 JAHRE AGENDA ÄLTERWERDEN IN EMSDETEN

### „Agenda ÄLTERWERDEN- Hauptsache gesund“

Kabarett mit Funke & Rüther

**MITTWOCH, 29.03.**

**19 Uhr**

im Bürgersaal von Stroetmanns Fabrik.

Der Eintritt kostenlos, doch eine Eintrittskarte ist erforderlich.

Diese ist erhältlich am 24.02. von 15 - 18 Uhr und später zu den üblichen Sprechzeiten in der Ems8, Emsstraße 8, solange der Vorrat reicht. Pro Person werden nur 2 Karten ausgegeben.

**JEDEN MONTAG START IN DIE WOCHE 10 - 12 Uhr**

In der EMS8, Emsstr. 8

Kaffee trinken, klönen, was auch immer wir möchten....

**JEDEN DIENSTAG KLÖN-CAFÉ 14 Uhr**

AWO Begegnungsstätte, Friedrichstr. 2

**JEDEN FREITAG SPIELENACHMITTAG 14.30 - 17 Uhr**

In der EMS8, Emsstr. 8

Wir spielen einfache Gesellschaftsspiele

**Jeder 1. und 3. Freitag im Monat offener Skat- Treff**

**MITTWOCH, 01.03. KLÖN-CAFÉ 14.30 - 16 Uhr**

Luzy-Café, Kirchstr. 9a

Zu erkennen ist der Tisch mit dem Schild darauf „Setz dich dazu“

**MITTWOCH, 08.03. GEMÜTLICHES BEISAMMENSEIN 18 Uhr**

„Bei Albert“, Wilhelmstr. 3

Zu erkennen ist der Tisch mit dem Schild darauf „Setz dich dazu“

**MITTWOCH, 15.03. BINGO SPIelen 15 Uhr**

In der EMS8, Emsstr. 8

**MITTWOCH, 22.03. GEMEINSAMES SINGEN 15 Uhr**

In der EMS8, Emsstr. 8

**MONTAG, 27.03. KEGELN 17 - 19 Uhr**

Gaststätte Diekhues Hoff, Diekstr. 2

**DONNERSTAG, 30.03. SETZ DICH DAZU 14 Uhr**

TRIFFT SICH ZUM KINOCAFÉ zu Kaffee und Kuchen und besucht anschließend die Vorstellung im Seniorenkino Cinetech Kino, Bahnhofstr. 2-8

### Handy-Schulungen

#### an Apple-Geräten:

DIENSTAG 14. März 17 Uhr

DIENSTAG 28. März 17 Uhr

#### an Android-Geräten:

MITTWOCH 08. März 9.30 Uhr

MITTWOCH 22. März 9.30 Uhr

Jeweils in der Ems8, Emsstraße 8

Einfach mit den aufgeladenen Geräten vorbeikommen.

### GEMEINSAM INS DIGITALE NETZ

#### STAMMTISCH

DIENSTAG 07. März 18 - 19 Uhr

DIENSTAG 21. März 18 - 19 Uhr

Per ZOOM. Möchten auch Sie eingeladen werden? Dann melden Sie sich gerne bei Klaus Hagemeister, E-Mail: klaus@hagemeister-emsdetten.de , Tel: 0171 37 27 47 8

### GEH NICHT ALLEIN - WHATSAPP-GRUPPE

Je nach Lust und Laune verabreden.

Jede und jeder, die bzw. der Lust hat etwas zu unternehmen, schreibt es in die Gruppe und lädt die anderen Gruppenmitglieder ein. Möchten Sie in die Gruppe aufgenommen werden?

Dann melden Sie sich gerne über WhatsApp bei Lisa Spielmann Tel.-Nr. 0175 248 4518

### GEMEINSAMES FRÜHSTÜCK DER GRUPPE „GEH NICHT ALLEIN“

SAMSTAG 11. März 9:30 Uhr

Ems8, Emsstraße 8

Wir wollen gemeinsam frühstücken, klönen und uns besser kennen lernen.

Alle bringen etwas mit, was dann zu einem Buffet zusammengestellt wird. Gerne auch den Lieblingsbecher für Kaffee oder Tee mitbringen, Kaffee und Tee kann nachgekocht werden, Milch und Zucker ist vorhanden.

Bitte per WhatsApp bei Lisa Spielmann Tel.-Nr. 0175 248 4518 bis zum 08. März anmelden, damit wir besser planen können