

**Kurse finden im Arbeitsraum „An der Wolfsburg 1“
und „An der Wolfsburg 35“ (Tentenhaus) statt.
Sie müssen sich bei dem jeweiligen Kursleiter
anmelden.
April-Mai-Juni 2024**

Montagsgespräche Forts.: 15.04.2024

Leitung: Werner Reuter Tel.: (0228) 669975
„Warteliste“ wernreuter@web.de

Hätten Sie Lust, mit uns Senioren bei einer Tasse Kaffee gute Gespräche zu führen? Aktuelle Berichte aus Zeitungen, Radio- oder Fernsehsendungen, auch persönliche Themen können Sie gerne einbringen.

Jeden 1. und 3. Montag im Monat von 14 – 16 h

Gymnastik im Sitzen und Stehen Forts.: 08.04.2024

Leitung: Brigitte Röck Tel. (0228) 46 02 04
brigitte.roeck@t-online.de

Sie wollen beweglich bleiben und können aber nicht mehr auf die Matte? Dann sind Sie in diesem Kurs richtig. Wir machen Dehn-, Kräftigungs- und Gleichgewichtsübungen im Stehen und Sitzen bei leiser Musik.

Jeden Montag im Monat von 10 – 11 h

Gymnastik Forts.:08.04.2024

Leitung: Gerd von Harten (0228) 38928341
gerd.von.harten@gmx.de

Wir machen Reha-Gymnastik im Stehen und Liegen. Das dient der Verbesserung von Ausdauer, Kraft und Koordination, aber soll auch in der Gruppe Spaß machen

Jeden Dienstag im Monat von 16-17h

Ort: im Tentenhaus An der Wolfsburg 35

AG Philosophie“ Forts.: 02.04.2024

Leitung: Paul Huesmann (0228) 9763085
huesmann@freenet.de

Was kann ich wissen? Was soll ich tun? Was darf ich hoffen? In gemeinsamen Gesprächen werden wir uns mit diesen Grundfragen beschäftigen und eigene Vorstellungen entwickeln. Vorkenntnisse werden nicht erwartet.

Jeden 1. und 3. Dienstag im Monat von 10 – 12 h

Digitales Fotografieren Forts.: 09.04.2024

Kommissarische Leitung: Ekkehard Brettschneider
eurbrettschneider@t-online.de

Wir stellen uns Aufgaben und besprechen gemeinsam die Ergebnisse unserer Fotos. Die Vielfalt unserer Bilder stellen wir im Gruppenraum und in der Webseite des T&R e.V. aus.

Jeden 2. Dienstag im Monat 9:30 – 11:30 h

Bildbearbeitung Forts.: 23.04.2024

Leitung: Raimund Papke lieber.biber@web.de
In diesem Kurs erkennen wir Fehler und Schwächen in unseren Fotos, die wir mit Hilfe von Photoshop Elements beseitigen.

Jeden 4. Dienstag im Monat 9:30 – 11:30 h

Englisch Anfänger Forts.: 03.04.2024

Leitung: Cornelia Schmidt-Rost (0228)3862444
cornelia@schmidt-rost.de

Bd.1 von Autumm Years ist abgeschlossen. Jetzt wird gründlich wiederholt.

Jeden 1. und 3. Mittwoch von 14:15 – 16:15 h

Kunst- und Literaturreunde Forts.: 10.04.2024

Ansprechpartnerin: Frau Brettschneider Tel (02241)319401
Lese-hungrige Damen und Herren diskutieren und plaudern in lockerer Runde über aktuelle literarische Themen. Außerdem besuchen wir Theater, Kino und Ausstellungen in Bonn und der näheren Umgebung.

Jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat von 10:30–12:15h

Bewegung Forts.:03.04.2024

Leitung: Brigitte Röck Tel. (0228) 46 02 04
brigitte.roeck@t-online.de

Motto: Jeder nach seinen Möglichkeiten, so gut er kann. Was wir tun: Aufwärmen, Koordinations-, Dehnungs-, Kräftigungs-, Balance- und Lockerungsübungen.

Jeden Mittwoch von 10:00 – 11:00h

Ort: im Tentenhaus An der Wolfsburg 35

Französisch mit Vorkennntnis Forts.:03.04.2024

Leitung: Marianne Weiler-Burgunder Tel. (0228)466480

Die Teilnehmenden haben keine oder nur geringe Vorkenntnisse.

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 11 -12:30h

Arbeitsgruppe Macintosh Forts.: 10.04.2024

Leitung: komm. Michael Sahner (02246)8225
sahnerfamilie@t-online.de

Macintosh-Freunde (Anfänger u. Fortgeschrittene) finden hier eine Plattform, um ihre Kenntnisse zu vertiefen und Probleme gemeinsam zu lösen. Umsteiger, die Windows unter Mac erproben wollen sind hier genau richtig.

Jeden 2. Mittwoch im Monat von 15 – 17 h

Boule Forts.: 03.04.2024

Leitung:ChristophSchwarte christoph.schwarte@gmx.net

Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat von 15h

Ort: Beueler Rheinufer südl. Chinaschiff

Französisch Fortgeschrittene Forts.: 04.04.2024

Leitung: Dr. Elisabeth Rolffs Tel. (0228)28615570
elisabethrolffs@gmx.de

Die Teilnehmenden haben Vorkenntnisse

Jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat von 10–12:30 h

Englisch Forts.: 11.04.2024

Leitung: Frau Paaß, Tel. 01788453063
margretpaass@gmx.de
gill.lion13@gmail.com

Frau Atkinson

Mittlere: 09:30 – 10:45 h Frau Paaß

Mittlere: 11:00 – 12:15 h (belegt) Frau Paaß

Fortgeschrittene-Lesen/Konversation

14:45 – 16:15 h belegt Frau Atkinson

Jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat

Internet für Senioren Forts.:05.04.2024

Leitung: Frau Petra Winkels winkels04@gmail.com

Dieser Kurs zeigt die Möglichkeiten auf, wie das Internet im alltäglichen Leben sinnvoll eingesetzt werden kann, ohne die Gefahren aus dem Blick zu verlieren

Jeden 1. und 3. Freitag im Monat von 15 -17h

Meditativer Tanz Forts.:12.01.2024

Leitung: Frau Malou Radig (0228)92960309

Wer Freude an Musik und rhythmischer Bewegung hat, ist herzlich zum Mittanzen eingeladen. Tanzerfahrung ist nicht erforderlich.

Jeden 2. und 4. Freitag von 15 -16:30 h

Ort: im Tentenhaus An der Wolfsburg 35

Abendländische Philosophie Forts.: 12.04.2024

Leitung: komm. Michael Sahrer (02246)8225

Es werden neben alten und neuen Philosophen auch Philosophen besprochen, die von den Kursteilnehmern vorgeschlagen werden.

Jeden 2. und 4. Freitag im Monat von 14 – 16 h

Offene Bühne 25. April 2024 18:00 Uhr

Bonn-Touren, Wanderungen, Fahrradtouren und Vortragsreihe „Reisebilder“, Vorträge

stehen in unserem Web-Auftritt

www.senioren-tat-rat.de

Mitgliedschaft 48 €/Jahr, Bonn-Ausweisinhaber 24 €/Jahr.

Stand: .04.03.2024