

# »Älter werden – älter sein«

## 3. SENIORENTAG KÖNIGSWINTER

Samstag, 24. Juni 2023 / 11.00 – 17.00 Uhr  
Klostergelände Heisterbach



Im Netzwerk Senioren Königswinter treffen sich regelmäßig die in der Seniorenarbeit tätigen Organisationen, wie Seniorenheime, Offene Türen, Seniorentreffs, kommunale Stellen und Initiativen, Beratungsorganisationen und Pflegedienste.

Moderiert und begleitet vom Forum Ehrenamt verfolgen sie das Ziel, vorhandene Angebote für Senioren in Königswinter zu vernetzen und gemeinsam neue Projekte zu entwickeln.

### Das Netzwerk Senioren Königswinter lädt ältere Bürger am 3. Seniorentag erneut ein

- sich zu informieren
- sich mit anderen auszutauschen und einen erlebnisreichen Tag zu verbringen
- zur Aktivität im Alter und zum Engagement für Mitbürger
- die Interessen und Belange älterer Menschen zu vertreten

Der 3. Seniorentag findet im Rahmen des bundesweiten Netzwerkprogramms „Engagierte Stadt“ statt.

Weitere Informationen zur Engagierten Stadt Königswinter finden Sie auf [www.forum-ehrenamt.de](http://www.forum-ehrenamt.de)



»Es gibt fast nichts, was man nicht auch noch im Alter beginnen kann.«

– unbekannt



Liebe Seniorinnen und Senioren, es ist mir eine große Freude, die Schirmherrschaft über den 3. Seniorentag in Königswinter „Älter werden – älter sein“ übernehmen zu dürfen.

Die beliebte Veranstaltung, die in diesem Jahr bereits zum dritten Mal stattfindet, wird vom „Netzwerk Senioren Königswinter“ geplant und durchgeführt, das sich regelmäßig um die Belange der Senioren in Königswinter und Umgebung kümmert.

Im Laufe der Jahre ist das Engagement von und für Senioren in unserer Stadt stetig gewachsen. Das Programm des Seniorentags verdeutlicht diese Entwicklung.

Besuchen Sie Vorträge und Informationsstände zu Themen, die im Laufe des Lebens zunehmend an Bedeutung gewinnen.

Entdecken Sie unter einer Vielzahl von seniorenrechtlichen, sportlichen Mitmachaktionen Ihr ganz persönliches Bewegungsangebot.

Knüpfen Sie neue Kontakte und laden Sie gerne Freunde und Bekannte zu dieser Veranstaltung ein.

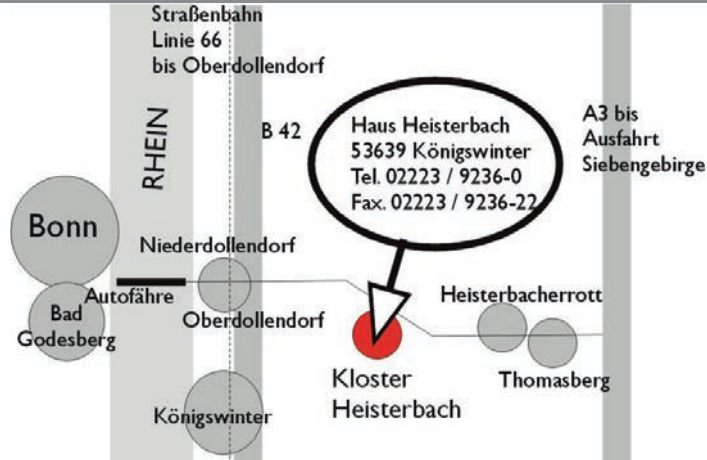
Ich freue mich, wenn der Seniorentag für Sie viele positive Eindrücke bereithält.

Ihr



Lutz Wagner, Bürgermeister

Der Seniorentag wird unterstützt von:



#### VERANSTALTUNGSORT:

Klostergelände Heisterbach  
53639 Königswinter

#### PARKMÖGLICHKEITEN:

Parkplatz vor Ort

#### ÖPNV-VERBINDUNG:

Buslinie 520 | Haltestelle »Kloster Heisterbach«

#### VERPFLEGUNG:

Freuen Sie sich auf Getränke, selbstgebackenen Kuchen und herzhaft Snacks, die ganztägig in unserem hauseigenen Bistro vor Haus Heisterbach angeboten werden.

#### KONTAKT:

Netzwerk Senioren  
c/o Forum Ehrenamt  
Haus Heisterbach, 53639 Königswinter

Tel. 02223 – 92 36 0  
[info@senioren-koenigswinter.de](mailto:info@senioren-koenigswinter.de)  
[www.forum-ehrenamt.de](http://www.forum-ehrenamt.de)

Fotos: M. Cyron / Jean-Pierre Chayriguet



# »Älter werden – älter sein« 3. Seniorentag Königswinter Klostergelände Heisterbach SAMSTAG, 24. Juni 2023

## PROGRAMM

11.00 Uhr  
**Freigelände\***  
**Ökumenische Andacht**  
Pfarrerin Anna Quaas  
und Kaplan Klaus Heep  
  
**Eröffnung:** Bürgermeister Lutz Wagner  
und Jochen Beuckers, Forum Ehrenamt

12.00 – 16.30 Uhr  
**Vorträge, Mitmachaktionen,  
Informationsstände  
Bistro**

16.00 Uhr  
**Freigelände\***  
**Abschluss des Tages**  
Platzkonzert des Musikzugs Bergklänge e.V.



## VORTRÄGE

12.00 Uhr – 13.00 Uhr

**Gelber Raum  
Haus Heisterbach** **Heimatgeschichten aus Königswinter**  
Herbert Krämer, Bürgermeister a.D.

**Zehntscheune** **Ausgewogene Ernährung**  
Dr. Brita Larenz  
Praktische Ärztin

**Cäsariussaal,  
Brauhaus** **Leben im Hospiz**  
Edgar Drückes  
Elisabeth-Hospiz gGmbH, Lohmar

13.00 Uhr – 14.00 Uhr

**Gelber Raum  
Haus Heisterbach** **Pflegeberatung nach §7A SGB XI**  
Leistungen – Hilfsangebote – Versorgungsplan  
Daniela Horn-Wald  
Compass private Pflegeberatung

**Zehntscheune** **Wenn das Leben alleine nicht mehr klappt**  
Karin Schneider  
GepflegtPflegen Königswinter

**Cäsariussaal,  
Brauhaus** **Dement oder nur vergesslich?**  
Dr. med. Christoph Kley, Neurologe

14.00 Uhr – 15.00 Uhr

**Gelber Raum  
Haus Heisterbach** **Bestattungskulturen im Wandel der Zeit**  
Stephan Wirz  
Bestattungshaus Wirz

**Zehntscheune** **Wohnberatung**  
Elke Emmerich  
AWO Rhein-Sieg-Kreis

**Cäsariussaal,  
Brauhaus** **Selbstverantwortete Wohngemeinschaften**  
Wohnen wie zuhause  
Axel Dewald

15.00 Uhr – 16.00 Uhr

**Gelber Raum  
Haus Heisterbach** **Der Computer – eine Zeitreise**  
Ulrich Utsch  
Computer- und Internetgruppe

**Zehntscheune** **Die Geschichte der Zisterzienserabtei**  
Gerhard Schade  
Kuratorium Stiftung Abtei Heisterbach

**Cäsariussaal,  
Brauhaus** **Senioren Naturprojekt  
„Die Wunder des Waldes“**  
Rainer Harf

## MITMACHAKTIONEN & RAHMENPROGRAMM

auf dem Freigelände\*

12.00 – 16.30 Uhr **Bistro**  
vom Netzwerk Senioren

12.00 – 16.30 Uhr **Aktion „Schnappschuss“**  
vom Netzwerk Senioren Königswinter

12.00 – 16.30 Uhr **Rollatorparcours**  
Polizei Bonn

12.00 – 12.30 Uhr **Fit bis ins hohe Alter**  
Gitta Becker

12.30 – 13.00 Uhr **Vorführung der Rettungshundestaffel**  
Johanniter Bonn

13.00 – 13.30 Uhr **Sitzgymnastik**  
Jutta Otto, exam. Krankenschwester

14.00 – 14.30 Uhr **Rollator Tanz**  
Dancing Station / Daniela Sass

15:00 – 15:30 Uhr **Line Dance für alle**  
Johanna Niegl, Musik- und Tanzpädagogin

15.30 – 16.00 Uhr **Qi Gong**  
Gudrun Mick, Physiotherapeutin  
und Heilpraktikerin

16:00 – 16:30 Uhr **Platzkonzert mit dem  
Musikzug Bergklänge e.V.**

\*Blauer Raum bei schlechtem Wetter



## INFORMATIONSTÄNDE & AUSSTELLER

- Agentur für Haushaltshilfe GmbH
- AWO Ortsverein Königswinter
- AWO Kreisverband Bonn Rhein-Sieg e.V., Wohnberatung
- BN – Senioren Betreuungsdienst
- Compass – private Pflegeberatung
- Computer und Internet Gruppe
- Die Alltagsbegleiter
- 3D Die Tagespflege, Seniorenwohnanlage Wolke 7
- Forum Ehrenamt – Freiwilligenagentur für Königswinter und Umgebung
- GepflegtPflegen – gut beraten zuhause pflegen
- Home Instead Seniorenbetreuung
- Kaiserpalais Königswinter
- Mittwochs-Café Haus Heisterbach
- Ölberg – Ökumenischer Hospizdienst Königswinter e.V.
- Polizei Bonn, Kriminalkommissariat Prävention und Opferschutz
- Selbsthilfekontaktstelle und Pflegeselbsthilfe Rhein-Sieg-Kreis
- Senioren Tagesbetreuung Bettina Dill
- Sozialpsychiatrisches Zentrum SPZ Eitorf/ Siebengebirge
- Stadt Königswinter, Servicecenter für Soziales

Königswinter –  
Königswürde –  
Menschenwürde

Eine Fotoausstellung des  
Hospizdienstes Königswinter

