

Begegnungszentrum Kostenberg



April - Juni 2023

Evangelische Kirchengemeinde Velbert-Dalbecksbaum

Liebe Besucherinnen und Besucher des
Begegnungszentrums,

vor Ihnen liegt das neue Programmheft für die
schöne Frühlingszeit von April bis Juni.

In diesem Frühjahr erwarten Sie einige musikalische
Highlights, sowie ein Ausflug zur Villa Hügel, unser
ökumenisches Gemeindefest und vieles mehr.

Auch einen Kino-Sonntag wird es wieder geben –
achten Sie bitte auf unseren Aushang dazu.

Allen herzliche Frühlingstage!

mit herzlichen Grüßen,

Ihre Nicole Bernhardt

Regelmäßige Angebote:

Montag

10.00 – 11.00	Frühlings-Spaziergang
13.30 – 15.00	Musik-Treff (ungerade KW)
14.00 – 16.00	Handarbeits-Klön-Café (gerade KW)
15.00 – 16.30	Mütterkreis Kostenberg (ungerade KW)
16.30 – 18.30	Meditatives Tanzen

Dienstag

09.30 – 11.30	Aquarellmalerei
10.00 – 12.00	Der Digitalpate kommt
12.00 – 13.00	Körper & Geist
13.30 – 16.30	Spielenachmittag
13.30 – 16.30	Männer-Skatrunde
16.30 – 17.30	Qi-Gong
Ab 18.00	Bürgerverein Kostenberg – Lindenkamp (2. Dienstag im ungeraden Monat)

Mittwoch

10.00 – 12.00	PC-Kurs
10.00 – 11.00	Seniorengymnastik
11.00 – 12.00	Seniorengymnastik
10.00 – 12.00	Demenz-Café (1. Mittwoch im Monat)
14.30 – 16.00	Osteoporose-Gruppe (26.04., 31.05. und 28.06.2023)
15.00 – 17.00	Multiple Sklerose-Gruppe (19.04., 17.05. und 21.06.2023)
15.30 – 16.30	Töttertreff per Videokonferenz
15.45 – 16.30	Funktionsgymnastik Osteoporose
17.00 – 18.30	Yoga
19.00 – 21.00	Schloßstadtsänger

Donnerstag

09.00 – 10.30	Englisch mit Frau Heubgen
13.00 – 14.30	Kostenberger Chor
14.30 – 16.30	Senioren-Nachmittag (Programm auf den nächsten Seiten)
16.00 – 18.00	Sprachtreff Deutsch für Migrantinnen
18.30 – 20.00	Entspannungsmix
Ab 19.30	Velberter Mandolinen-Gesellschaft

Freitag

09.00 – 10.00	Sprechstunde für Anliegen aller Art
10.00 – 11.00	Beckenbodentraining
11.00 – 12.00	Gedächtnistraining
14.15 – 16.00	Tanzkreis Kostenberg (Termine lt. Aushang)
16.30 – 17.30	Tanzkreis II (Termine lt. Aushang)

Samstag

15.00 – 18.00	ZWAR-Kreativ (14-tg., ungerade Woche)
---------------	---------------------------------------

Kursleitungen

Sie möchten Informationen zu unseren regelmäßigen Angeboten oder haben Fragen zu Terminen?

Rufen Sie unsere Kursleiterinnen und Kursleiter einfach direkt an:

Aquarellmalerei	Jutta Steinsiepen	02051 / 85990
Beckenbodentraining	Karen Möller	0179 / 5225023
Digital-Pate	Rüdiger Wirth	02051 / 62400
Englisch (Do)	Angelika Heubgen	02051 / 607703
Gymnastik	Anja Martschinke	02051 / 601482
Handarbeits-Café	Nicole Roß	02051 / 68697
Kostenberger Chor	Petra Kubernus	02051 / 255348
PC - Kurs	Mario Bettchen	0160 / 7546044
Osteoporose	Angelika Laimann	0178 / 6268655
Qi Gong	Petra Nocken	02051 / 83339
Schloßstadtsänger	Peter Zimmermann	02051 / 250209
Sprachtreff Deutsch	Hazan El'darhanova	02052 / 926534
Tanzkreise	Klaus-Dieter Hilbertz	0202 / 509517
Yoga	Marion Galvagni	0152 / 32047772
ZWAR-Kreativ	Brigitte Klatt	02051 / 62400

Programm des Seniorennachmittags am Donnerstag:

14.30 – 16.30 Andacht, Kaffee und Kuchen
ab ca. 15.15 Uhr wechselndes Programm

06.04. **Gründonnerstag - Abendmahlfeier**
mit Pfarrerin Andrea Kupatz

13.04. **Kaffeeklatsch**

20.04. **Versicherungen im Alter**
mit Anne Silkenat-Grahe von der
Verbraucherzentrale NRW

27.04. **Schlager der 40er – 60er Jahre**
mit Pfr. i.R. Eckehard Fröhme

04.05. **WIR MACHEN EINEN AUSFLUG!**

- 11.05. **Lieder im Wonnemonat Mai**
mit Gustav Brinkmann und Petra Kubernus
- 25.05. **Die Liebe ist eine Himmelsmacht**
mit Pfarrerin Andrea Kupatz
- 01.06. **Wir spielen BINGO !**
- 15.06. **Eine musikalische Weltreise**
mit Prof. Gerhard Henning
- 22.06. **Töttertreff**
Mit Petra Kubernus
- 29.06. **Sicher im Alter**
mit Kriminalhauptkommissarin Ilke Steffens
Kriminalprävention im Kreis Mettmann

KINO-Sonntag

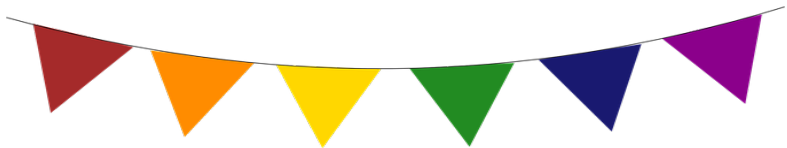
30. April 2023 findet unser nächster **Kino-Sonntag** mit Kaffee und Kuchen statt. Freuen Sie sich auf einen lustigen Film in netter Gesellschaft. Eine **Anmeldung** ist erforderlich.



150 Jahre Villa Hügel

Am **4. Mai 2023** fahren wir gemeinsam mit dem Reisebus nach Essen und besichtigen die **Villa Hügel**.

Weitere Details entnehmen Sie bitte unserem Aushang.



EIN TAG AM MEER

Frau Kupatz lädt herzlich zum Tagesausflug am **4. Juli 2023** nach **Nordwijk / Holland** ein.

Kosten: 30 €

Anmeldung bei Frau Kupatz unter 02051/67005

Herzliche Einladung

zum

ökumenischen Gemeindefest

am Berg



Sonntag, 18. Juni 2023

Beginn ist um **10.30 Uhr** mit einem ökumenischen Gottesdienst in der **Apostelkirche**.

Im Anschluss feiern wir mit Kind und Kegel, bei Gegrilltem und Kuchen auf der Gemeindegewiese weiter.



Herzliche Einladung

ZUR

Café-Zeit

Wir haben ein besonderes monatliches Angebot für pflegende und betreuende Angehörige von Menschen mit Demenz.

Für viele Betroffene stellt die Diagnose Demenz eine große Herausforderung dar.

Die Treffen bieten Gelegenheit für Gespräche in einem geschützten Rahmen und bilden eine wertvolle Informationsquelle.

Astrid Kothe-Matysik vom Begegnungszentrum Klippe 2 in Langenberg und Velberter Demenznetz wird das Café begleiten und Ihre Fragen beantworten.

Wo: Begegnungszentrum Kostenberg

Wann: 1. Mittwoch im Monat um 10 Uhr

Bei Fragen rufen Sie uns gerne an – Tel: 02051 / 62400



Wir sind für Sie da:

Öffnungszeiten:

Montag	08.30 – 15.00
Dienstag	08.30 – 17.00
Mittwoch	08.30 – 13.00
Donnerstag	11.00 – 18.00
Freitag	08.30 – 13.00
Samstag	15.00 – 18.00 (ungerade Woche)

Unser Team:

Leitung:	Nicole Bernhardt
Hauswirtschaft:	Gabi Haagmann (Mo, Mi, Do) und Nicole Roß (Di)

Begegnungszentrum Kostenberg

Am Hardenberger Hof 24-26

42549 Velbert

Telefon 02051 / 62400

bzk.velbert@web.de

www.begegnungszentrumkostenberg.de