



## Monatsplan März 2018

### Zentrale Veranstaltungen:

- Do, 01.03.2018** "Such Dir ein Ehrenamt..."  
**10:00 Uhr** Beratung von Bürgern zur Aufnahme eines Ehrenamtes  
**ganztägig** Büro Kompetenzzentrum, Juri-Gagarin-Ring 64, Frau Rita Hofmann, Tel.: 0361-2620775,
- Mo, 05.03.18** Sitzung des Stadtvorstandes  
**10:00 Uhr** Seminarraum, Juri- Gagarin-Ring 56a
- Mo, 05.03.18** Digitaler Stammtisch mit dem Landesfilmdienst zum Thema CyberCrime  
**11:00 Uhr** Bibliothek, Juri-Gagarin-Ring 64. Eine Anmeldung bei Fr. Schwalbe ist erforderlich. Tel.: 0361 78929902
- Mo, 05.03.18** Offene Sprechstunde zu Fragen rund um Smartphone oder Tablet mit Frau Haase  
**12:30 Uhr** Eine Anmeldung bei Frau Schwalbe ist erforderlich. Tel.: 0361 78929902
- Do, 08.03.18** Kultur am Nachmittag mit festlicher Kaffeetafel zum Frauentag  
**14:00 Uhr** Unterhaltungsprogramm: Musikalisch-literarische Städtereise mit Dr. med. Volker Steffen, Kardiologe, Musiker, Hobbyautor. Unkostenbeitrag: Mitglieder 5.00 €, Gäste: 6.00 €  
Anmeldungen/ Kartenreservierungen: Kompetenzzentrum, Juri-Gagarin-Ring 64, Rita Hofmann Tel: 0361-2620775
- 12.03.2018** Ehrenamtsstammtisch mit Projektleitern zum Stand der Arbeit, Beratung von  
**14:00 Uhr** Maßnahmen zur Nachwuchsgewinnung für ehrenamtliche Aufgaben, KBZ Büro
- 12.03.18** Treffpunkt zum gemeinsamen Rundgang durch die Erfurter Innenstadt mit den  
**16:30 Uhr** Oberbürgermeister-Kandidaten mit anschließender Diskussionsmöglichkeit - eine Initiative der City-Runde Erfurt, Saal, Juri-Gagarin-Ring 56a
- 14.03.18** Beratung mit Bürgern zur Mitwirkung im Projekt „Pflegebegleitung“  
**14:00 Uhr**
- 15.03.18** Treffen des ehrenamtlichen Wanderleiters Eckhard Wiederhold mit  
**10:00 Uhr** Interessenten zur Gründung einer neuen Wandergruppe,
- 19.03.18** Treffen des Org.teams von Seniortrainern zur Vorbereitung des 11. Schülerfreiwilligen-  
**14:00 Uhr** tages am 7.06.18 und des 4. Ehrenamtstages in der Woche des bürgerschaftlichen Engagements ( 14.09.-23.09.18)
- Mo, 19.03.18** Sitzung des Stadtvorstandes  
**10:00 Uhr** Seminarraum, Juri-Gagarin-Ring 56a
- Mo, 19.03.18** Offene Sprechstunde zu Fragen rund um Smartphone oder Tablet mit Frau Haase  
**12:30 Uhr** Eine Anmeldung bei Frau Schwalbe ist erforderlich. Tel.: 0361 78929902
- 20.03.- 23.03.18** Internet-Kurs  
**10–13:00 Uhr** In einem 4-tägigen Kurs erklärt Herr Gertig die Grundbegriffe des Internet. Sie werden an Recherchemöglichkeiten, **Email**, Google-Konten, **Kaufen** und Verkaufen (u.a. Ebay),

**Reisebuchungen** herangeführt. Praktische Übungen zeigen, was Sie bei den Sicherheitseinstellungen beachten und wie Sie Betrugs- und Phishing-Angriffe abwehren. Sie können Ihren eigenen Laptop mitbringen. Anmeldungen nehmen Frau Müller unter Tel.: 0361-2620775 oder Fr. Schwalbe 0361 78929902 entgegen.

- Mi, 21.03.18**  
**10:00 Uhr**      **Gesprächsrunde über Zufriedenheit im Alter** mit Frau Haasler  
Sie können sich gern auf die Warteliste eintragen lassen.
- Do, 22.03.18**  
**ganztägig**      **Bildungsfahrt nach Oberwiederstedt und Aschersleben** mit Frau Müller  
ist ausgebucht
- Mo, 26.03.18**  
**10:00 Uhr**      Beratung mit Bürgern zur Aufnahme eines Ehrenamtes, Büro KBZ  
**ganztägig**
- Mi, 28.03.18**  
**10:00 – 11:30 Uhr**      Beginn des Kurses - **Der Weg zum eigenen Fotobuch**  
Das moderne Fotobuch ist im digitalisierten Leben geeignet, die klassischen Fotoalben als bedeutende Erinnerungsstücke zu ergänzen. Vorausgesetzt, das Fotobuch wird nicht als schnelles Massenprodukt gesehen, sondern individuell und liebevoll gestaltet. Der praxisorientierte Kurs soll jedem Teilnehmer diesen kreativen Weg aufzeigen. Der Kurs findet wöchentlich zur gleichen Zeit für 5 Wochen statt. Eine Anmeldung bei Frau Schwalbe ist erforderlich. Tel.: 0361 78929902

## Veranstaltungen der Selbsthilfegruppen

- Mi, 28.03.18**  
**14:30 Uhr**      Die Selbsthilfegruppe „**Herrenberg- Lebenshilfe**“ trifft sich zu dem Thema „Wir über uns“ Mitglieder erzählen kuriose Begebenheiten aus ihrem Leben (freiwillig und nach vorheriger Absprache) max. 10 min. Family-Club am Drosselberg
- Montag**  
**14:00 Uhr**      Die **SHG 007 „Kreative Freizeitgestaltung“** trifft sich **jeden 2. und 4. Montag** im Monat Nachfragen über Frau Büchner Tel.: 0361- 6464257, DIZ, Friedrich- Engels- Straße 49
- Di, 13.03.18**  
**14:00 Uhr**      **Die Mitglieder der SHG 008** „Gesund und aktiv im höheren Lebensalter“ treffen sich zu einem Vortrag zum Thema „Allgemeinmedizin im Alter“. Dr. med Bennemann, **FA** für innere Medizin, spricht über Probleme der Gesundheit im Alter und wird in ungezwungener Form Fragen zu diesem Thema beantworten.  
Veranstaltungsort: Juri – Gagarin – Ring 56a, Veranstaltungssaal  
Gäste sind willkommen.
- Di, 20.03.18**  
**14:00 Uhr**      Die Mitglieder der **SHG 9 „Aktive Herbstzeit“** treffen sich zum Vortrag über die Geschichte des Brotes mit Hans-Joachim Schwabe. Seminarraum, Juri-Gagarin-Ring 56a

## Neuigkeiten/Vorankündigungen

Gemeinsam mit dem Landesfilmdienst gibt es am **09. April 2018** die Möglichkeit an einem digitalen Stammtisch zum Thema "**Gesundheit aus dem Internet**" teilzunehmen. In der Bibliothek werden Fragen zu diesem Thema in einer Skype-Konferenz zu erörtern. Für die Veranstaltung, die um 11 Uhr beginnt, ist eine Voranmeldung bei Frau Schwalbe unter Tel.: 0316-78929902 notwendig.

### **Interessenten für eine Video-Gruppe gesucht**

Haben Sie Lust mit anderen gemeinsam Fragen zu Video-Schnitt und –bearbeitung auszutauschen? Zur Bildung einer Interessengruppe werden Mitstreiter gesucht. Bitte melden Sie sich bei Frau Schwalbe unter Tel.: 0361 78929902.

### **Dozent/in für Kunst-Geschichte gesucht**

Seit Jahren gibt es eine engagierte und stabile Gruppe von Senioren und Seniorinnen, die interessiert gemeinsam mit einem/r Kursleiter/in wöchentlich Themen im Bereich Kunstgeschichte behandeln. Ab Februar suchen wir eine/n Dozent/in, der/die sein/ihr Wissen gern an die Gruppe weitergeben möchte. Insbesondere Fragen zu Alltagskultur, bildender Kunst und/oder Architektur wurden bisher nicht behandelt

und entsprechende Erläuterungen werden auf ein wissbegieriges Publikum stoßen. Bitte melden Sie sich bei Interesse bei Frau Schwalbe, Tel.: 0316 78929902 oder per Email: [schwalbe@senioren-schutzbund.org](mailto:schwalbe@senioren-schutzbund.org).

## **IG Radwandern**

**Mo, 21.03.18** Fahrradcodierung, ADFC Radhaus, Bahnhofstraße 22  
**18:00 Uhr**

Anmeldungen zu Rad-Bus-Reisen und Tagesfahrten sind noch möglich, EZ nur noch auf Anfrage. Die TR 10 (Fulda - RW 1) ist ausgebucht. Kontakt: Dieter Dennstedt 0177 5852521 oder E-Mail: [dieter.dennstedt@gmx.de](mailto:dieter.dennstedt@gmx.de)

DER SBSV LÄDT ZUM AKTIVEN RADWANDERN EIN

Mit dem Frühling beginnt auch wieder die Radsaison, denn das Bedürfnis nach aktiver und im Alter auch gelenkschonender Bewegung wächst. In einigen unserer 13 Radgruppen, die z.T. schon länger als 10 Jahre gemeinsam radeln, kann die eine oder andere Lücke aufgefüllt werden.

Wir wollen aber auch Einsteigern mit geringerem Leistungsvermögen oder solchen, die vorübergehend eingeschränkt sind, eine solche Möglichkeit anbieten.

Vielleicht gibt es auch solche, die gar nicht wissen, was sie sich zutrauen können oder nach einer längeren Auszeit den Wiedereinstieg wagen möchten.

INTERESSENTEN melden sich bitte beim SBSV am Juri-Gagarin-Ring 64 oder telefonisch unter 0361 2620735 bzw. per E-Mail: [info@senioren-schutzbund.org](mailto:info@senioren-schutzbund.org).

Im April wird es dazu eine Informationsveranstaltung geben.

**Redaktionsschluss für den Monatsplan April 2018 ist der 07.03.2018**

Zuarbeiten **bitte rechtzeitig** in Schriftform oder per E-Mail bei Frau Schwalbe abgeben.