



Stadt  
Hameln

1979 2019



**A.R.A.**

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

Erkunden - Erleben - Erfahren

PROGRAMM

Januar - Juni 2024

19/01/24



## Impressum

Stadt Hameln

Abt. Familie und Soziales  
**Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“**  
Alte Marktstraße 7c (Alte Feuerwache)  
31785 Hameln

Tel.: 05151 / 202 1344  
E-Mail: [treffpunkt-ara@hameln.de](mailto:treffpunkt-ara@hameln.de)

Titelbild: Ute Gibas  
Bilderquelle: pixabay.de, Valerie Epperlein & Stadt Hameln



**Liebe Interessierte,**

mit dem Jahr 2024 gehen bereits seit 45 Jahren im Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“ viele Menschen unterschiedlichster Charaktere aus und ein und bereichern den „A.R.A.“-Alltag. Im Sommer werden es bereits 10 Jahre am „neuen“ Standort in der Alten Feuerwache sein.

Zum Treffpunkt gehört einerseits ein breites Gruppenangebot zur individuellen Freizeitgestaltung. Aber auch zu besonderen Veranstaltungen laden wir Sie im Rahmen unseres vielfältigen Halbjahresprogrammes ein.

Im 1. Halbjahr 2024 möchten wir mit Ihnen wieder ein vielseitiges Angebot erleben, tolle Gespräche führen und gemeinsame Erlebnisse schaffen.

Haben auch Sie Lust unser nächstes Halbjahresprogramm mitzugestalten?  
Sie interessieren sich für einen speziellen Ort oder möchten gerne mal etwas Neues ausprobieren?  
Dann teilen Sie uns gerne ihre **Ideen** und **Anregungen** mit! Wir freuen uns!

**Melden Sie sich gerne unter folgender Telefonnummer:  05151 / 202 1344**

**Sprechzeiten:**  
**Dienstag, Mittwoch und Freitag von 10 – 12 Uhr**  
**und Dienstag 14 – 16 Uhr**

# JANUAR - JUNI 2024

## Bewegungskurs

### „Sicher, aktiv und beweglich“

Aktiv und gesund bleiben und das gesundheitliche Wohlfühl erhalten, auch im fortgeschrittenen Lebensalter - dieses Ziel verfolgt der Bewegungskurs. Mithilfe regelmäßiger Übungen soll die Beweglichkeit und das Gleichgewichtsgefühl gefördert werden. Selbständigkeit und Sicherheit im Alltag können somit erreicht werden. Frau Osterloh-Sutmar, eine zertifizierte Ergotherapeutin leitet diesen Kurs und zeigt verschiedene Übungen um die Beweglichkeit im Alter zu fördern und zu erhalten. Der Kurs findet im Bewegungsraum des Kinderspielhauses (Kurie Jerusalem) statt.

Der Kurs findet an folgenden Terminen statt:

**Kurs 1: 8 Termine**  
**11. / 18. / 25.01.2024**  
**01. / 08. / 29.02.2024**  
**07. / 14.03.2024**

**Kurs 2: 8 Termine**  
**04. / 11. / 18. / 25.04.2024**  
**02. / 16. / 23. / 30.05.2024**



Frau Osterloh-Sutmar

**Donnerstag, 15:00 Uhr – 16:00 Uhr**  
Referentin: Elke Osterloh-Sutmar,  
zertifizierte Ergotherapeutin  
Im Bewegungsraum des Kinderspielhauses  
(Kurie Jerusalem) (1. UG, nur über eine Treppe  
erreichbar), Alte Marktstraße 20  
Je Kurs 40 Euro pro Person, bitte zum ersten  
Termin mitbringen. Anmeldung erforderlich.

# JANUAR – JUNI 2024

Generationenübergreifende Angebote

## Jung und Alt – gemeinsam sind's die besten Jahre

Für ein gelungenes Miteinander sind wir alle verantwortlich. Wenn wir keine Vorurteile haben, respektvoll und wertschätzend miteinander umgehen, können wir die Gesellschaft zukunftsfähig und nachhaltig gestalten. Hierfür bedarf es Begegnungsräumen, bei denen unterschiedliche Nationen, Religionen und Generationen ins Gespräch kommen können. Gemeinsam mit den Kindern aus dem Kinderspielhaus und Jugendlichen aus dem Regenbogen möchten wir bunte generationenübergreifende Nachmittage gestalten, bei denen Sie vielleicht auch das ein oder andere Neue kennenlernen können.

**17. Januar 2024** 12:45 Uhr | Gemeinsamer Mittagstisch im Kinderspielhaus  
15:00 Uhr | Besuch im Museum

**21. Februar 2024** 12:45 Uhr | Gemeinsamer Mittagstisch im Kinderspielhaus  
15:00 Uhr | TikTok-Mal-Challenge im Kinderspielhaus  
(Kreativangebot, lassen Sie sich überraschen!)

**13. März 2024** 12:45 Uhr | Gemeinsamer Mittagstisch im Kinderspielhaus

**20. März 2024** 16:15 Uhr | Gemeinsames Kochen oder Konsolenspiele ausprobieren im Regenbogen



### Unterhaltsames Gedächtnistraining ohne Leistungsdruck

„Wer rastet, der rostet!“ - dies gilt nicht nur für die körperliche Fitness, sondern auch für die Gehirnfunktion. Ganz in diesem Sinne bietet Marion Sterner, zertifizierte Gedächtnistrainerin, einen Schnupperkurs an. Auf spielerische Art und Weise können Sie Ihr Gedächtnis verbessern, sich anregen lassen und im Gedankenaustausch Neues erfahren.

Die Schnupperstunde ist für alle interessierten Personen in der zweiten Lebenshälfte geeignet, nach oben ist dem Alter keine Grenze gesetzt. Probieren Sie doch mal in stressfreier Atmosphäre Ihre geistigen Kräfte zu aktivieren und aufzufrischen.



Marion Sterner

**Mittwoch, den 31.01.2024**

**14:30 Uhr – 15:30 Uhr**

Referentin: Marion Sterner,  
zertifizierte Gedächtnistrainerin

Kostenfreie Veranstaltung

Anmeldung erforderlich

# FEBRUAR 2024

## Besuch der Stadtbücherei Hameln

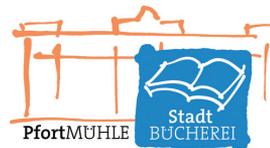
### Für Bücherwürmer – Führung durch die neu gestaltete Stadtbücherei Hameln

Die Stadtbücherei in der historischen Pfortmühle Hameln wurde im Jahr 2023 umfassend renoviert und erstrahlt in einem neuen Glanz. Viele neue Bereiche sind entstanden, welche die Bibliothek als Ort der Begegnung, als Lernraum, als Rückzugs- und Veranstaltungsort mit Wohlfühl-atmosphäre frisch aufleben lassen.

Kennen Sie zum Beispiel schon die Café-Ecke im Erdgeschoss, die Computerarbeitsplätze, den Sonic Chair und das Grüne Labor?

Bei unserem Ausflug in die Stadtbücherei führen uns die Bibliothekarinnen Frau Henning und Frau Behrendt durch die neugestalteten Räumlichkeiten und geben im Anschluss Buchempfehlungen aus den verschiedenen Genres, die in der Bibliothek geliehen werden können.

Auch ihre Fragen, zum Beispiel zu den Online Angeboten (Ebooks, Hörbücher und Filme) der Stadtbücherei können Sie an diesem Tag stellen.



Frau Henning und Frau Behrendt

**Mittwoch, den 07.02.2024**

**10:30 Uhr – 12:00 Uhr**

**Referentinnen: Ruth Henning & Cornelia Behrendt, Bibliothekarinnen**

**Treffpunkt: Vor dem Haupteingang der Stadtbücherei, Pfortmühle Hameln**

**Kostenfreie Veranstaltung**

**Anmeldung erforderlich**

# FEBRUAR 2024

Selbstschutztraining

Zuhause im Quartier



## Selbstverteidigung im Alter? – Na klar! Tipps und Tricks für ein souveränes Auftreten

Kennen Sie auch diese Situationen, die man gerne vermeidet? Zum Beispiel im Dunkeln den Friedhof zu besuchen oder alleine durch dunkle Gassen laufen? Möchten Sie sich ihrer Unsicherheit gerne stellen und diesen Situationen selbstbewusst gegenüberstehen und sicher auftreten?

In diesem Kurs zeigt Ihnen das Trainerteam Anett und Andreas Wehrlich ein souveränes Auftreten mithilfe von Gestik und Mimik sowie Selbstverteidigung ohne Körperkontakt. Auch erfahren Sie, wie Sie Angreifer auf Abstand halten und potentiell gefährliche Situationen entschärfen können.



Anett und Andreas Wehrlich, PSST

**Mittwoch, den 14.02.2024**

**10:30 Uhr – 12:00 Uhr**

Referenten: Anett und Andreas  
Wehrlich, PSST

Saal Gemeindezentrum St. Elisabeth Hameln,  
Arndtweg 17, 31785 Hameln  
7,50 Euro pro Person, bitte eine Woche  
vor der Veranstaltung bezahlen.  
Anmeldung erforderlich



**PRÄVENTIONS RAT  
HAMELN**



# FEBRUAR 2024

## Ausflug zum Gut Adolphshof

### „Zu Besuch bei Zicklein und Kälbchen“ – Einblicke in die biologisch-dynamische Landwirtschaft

Bereits 1827 gegründet, ist Gut Adolphshof einer der ältesten ökologisch betriebenen Höfe in Niedersachsen. Die landwirtschaftliche Fläche erstreckt sich über 130 Hektar und bietet somit viel Platz für die Milchkühe und Milchziegen, sowie für den Obst- und Gemüseanbau. Die Milch der Kühe und Ziegen wird auf dem Adolphshof in der hofeigenen Käserei weiterverarbeitet.

Gemeinsam wollen wir uns bei einer Hofführung die Besonderheiten der biologisch-dynamischen Landwirtschaft anschauen und anschließend den Ausflug bei Kaffee und Kuchen ausklingen lassen.

Im Preis für den Ausflug zum Gut Adolphshof in Lehrte, ist die Hin- und Rückfahrt, die Hofführung vor Ort, sowie Kaffee und Kuchen bereits enthalten.



**Mittwoch, den 28.02.2024**

**Abfahrt: Um 09:30 Uhr  
beim Treffpunkt „A.R.A.“**

**Rückkehr: Ca. 15:30 Uhr**

**20 Euro pro Person, bitte eine Woche  
vor der Veranstaltung bezahlen.**

**Anmeldung erforderlich**

# MÄRZ 2024

## Zentangle – Malen

### Frühlingsfrisch und kreativ dem Alltag entkommen

Kreative Ruhe für Körper und Geist – hierfür bildet das Zentangle Malen eine ideale Gelegenheit. Ohne Zwang und Ergebnisdruck soll diese Zeichentechnik eine beruhigende Wirkung entfalten. Ein Zentangle ist eine freie Zeichnung, die aus Formen mit immer wiederkehrenden Mustern aus einer Kombination von Punkten, Linien, einfachen Kurven und Kreisen strukturiert ist. Ziel ist es nicht, ein vorab festgelegtes Motiv auf das Papier zu bringen, sondern völlig frei drauf los zu zeichnen.

Im Zentangle Kurs zeigt Ihnen Frau Rottmann-Heuer, Krankenschwester und Diplom Sozialpädagogin, wie Sie mit Linien, Kreisen und Strichen tolle Frühlingsmotive erstellen können. Alle Materialien werden gestellt. Die Kosten dafür sind in der Kursgebühr enthalten. Der Kurs findet an zwei Terminen statt. Bitte wählen Sie einen aus.



**Mittwoch, den 13.03.2024**

**oder 20.03.2024**

**10:00 Uhr – 12:00 Uhr**

Referentin: Dorothee Rottmann-Heuer,  
Krankenschwester und Dipl. Sozialpädagogin

Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“

5 Euro pro Person, bitte eine Woche

vor der Veranstaltung bezahlen.

Anmeldung erforderlich

## „Tiefe Traurigkeit oder Stimmungstief - Was ist eine Depression und was macht Sie mit uns?“

Die Depression ist eine stille Erkrankung. Von außen ist sie häufig nicht ersichtlich, für Betroffene ist die Erkrankung jedoch sehr schwerwiegend. Dauerhafte Traurigkeit, Interessenlosigkeit und mangelndes Vermögen die alltäglichen Aufgaben zu meistern gehen mit der Krankheit einher. Fachärztin Dr. Beate Ley geht in ihrem Vortrag darauf ein, wie eine Depression entsteht und welche Symptome die Krankheit mit sich bringt. Wie kann diese seelische Krankheit diagnostiziert werden und wie grenzt sie sich auch zu anderen Krankheitsbildern ab? Schließlich sollen Behandlungsmöglichkeiten aufgezeigt werden und hierbei auch der Unterschied dargestellt, zwischen der Behandlung von jüngeren und älteren Patient\*innen.



**Mittwoch, den 13.03.2024**

**15:00 Uhr – 16:30 Uhr**

Referentin: Dr. Beate Ley,  
Fachärztin für Psychiatrie & Psychotherapie,  
Psychosomatische Medizin, Psychoanalyse  
und Rehabilitationsmedizin  
Ökumenisches Zentrum Klein Berkel,  
Schulstraße 24, 31789 Hameln  
Kostenfreie Veranstaltung  
Anmeldung erforderlich

# MÄRZ 2024

## Frühlingsfrühstück

### Gemeinsam den Frühling willkommen heißen bei einem leckeren Frühstück

Die Märzbecher und die Osterglocken blühen, die Sonnenstunden werden länger und die Temperaturen wärmer. So langsam kommt der Frühling in Gang und die wärmere Jahreszeit beginnt.

Duftender Kaffee, knusprige Brötchen, frisches Obst, Eierspeisen und ein leckeres Buffet mit allem was das Frühstücksherz begehrt. Anlässlich der bevorstehenden Feiertage möchten wir mit Ihnen gemeinsam den Frühling begrüßen und einen vorösterlichen Vormittag verbringen.

Wir laden Sie herzlich zum gemeinsamen Frühstück im Treffpunkt „A.R.A.“ ein.



**Mittwoch, den 27.03.2024**  
**09:00 Uhr – 11:00 Uhr**  
Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“  
5 Euro pro Person, bitte eine Woche  
vor der Veranstaltung bezahlen.  
Anmeldung erforderlich



## Cyberkriminalität - Sicherheit im digitalen Netz

Ob Bestellungen bei Online Kaufhäusern, die Buchung der nächsten Reise, die Recherche in Suchmaschinen oder die Nutzung von Online-Banking – wir sind viel im Internet unterwegs und nutzen die zahlreichen Möglichkeiten des „World Wide Web“ (dt.: Weltweites Netz). Auch wenn der Umfang an Gestaltungsmöglichkeiten lockt, sollte stets Vorsicht geboten sein, denn auch im Internet lauern Gefahren, die der ein oder andere gar nicht vermutet. Diese Betrugsform im Internet wird als Cyberkriminalität (dt.: Internetkriminalität) bezeichnet.

Über diese kriminellen Machenschaften möchte Polizeioberkommissar Ilja Walter vom Präventionsteam der Polizeiinspektion Hameln-Pyrmont/ Holzminden informieren. Des Weiteren erhalten Sie einige Hinweise und Tipps um Cyberkriminalität zu umgehen und im Fall der Fälle richtig zu reagieren. Im Anschluss ist auch Zeit für ihre eigenen Fragen.



**Mittwoch, den 03.04.2024**

**15:00 Uhr – 16:30 Uhr**

Referent: Ilja Walter, Polizeiinspektion

Hameln-Pyrmont/ Holzminden

Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“

Kostenfreie Veranstaltung

Anmeldung erforderlich

# APRIL 2024

## Entspannungskurs

### Körper – Geist – Seele: Wege zur Entspannung

Dem Alltagsstress entkommen und den Weg zu sich selbst finden. Begeben Sie sich auf eine Reise und tun Sie ihrer Seele etwas Gutes. Stärken Sie aktiv ihre psychische Gesundheit und wirken Sie Belastungssituationen entgegen, indem Sie sich Zeit für sich selbst nehmen und verschiedene Entspannungs- und Atemübungen kennenlernen. Innere Ruhe und regelmäßige Entspannung helfen beim Umgang mit Stress im Alltag und führen langfristig zu geistigem und körperlichen Wohlbefinden.

Frau Lohmeyer, examinierte Krankenschwester und Übungsleiterin für Entspannung, Fitness und Gesundheit leitet diesen Wellnessvormittag an.



Petra Lohmeyer

**Mittwoch, den 10.04.2024**

**10:30 Uhr – 11:30 Uhr**

Referentin: Petra Lohmeyer, examinierte Krankenschwester und Übungsleiterin für Entspannung, Fitness und Gesundheit

Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“

5 Euro pro Person, bitte eine Woche vor der Veranstaltung bezahlen.

Anmeldung erforderlich

# APRIL 2024

## Vortrag zum Thema Steuern

**„Kaum etwas braucht so viel Erklärung wie eine Steuererklärung.“ (Brigitte Fuchs)**

Jeder Mensch zahlt Steuern, sei es beim Einkaufen, für das Auto oder beim Kaffeetrinken im Café. Manchmal bezahlen wir sogar doppelt – zum Beispiel bezahlen wir für den Cappuccino sowohl eine Kaffeesteuer als auch eine Mehrwertsteuer.

Wussten Sie schon, dass es über 30 verschiedene Steuerarten gibt? Das kann schon mal für Verwirrung sorgen und wirft so manches Mal die ein oder andere Frage auf. Gerade beim Eintritt in einen neuen Lebensabschnitt treten oftmals Veränderungen auf. Nicht unwichtig ist deshalb die Frage, ob man auch als Rentner\*in Steuern bezahlen muss und ob die Einkommensteuererklärung auch selbständig gemacht werden kann.

Auf diese und viele weitere Fragen rund um das Thema Steuern geht Herr Emmel, Steuerberater aus der Kanzlei Emmel in seinem Vortrag ein. Auch Ihre Fragen werden nach dem Vortrag beantwortet.



David-Niclas Emmel

**Mittwoch, den 17.04.2024**

**15:00 Uhr – 16:00 Uhr**

**Referent: David-Niclas Emmel, Steuerberater der Kanzlei Emmel**

**Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“**

**Kostenlose Veranstaltung.**

**Anmeldung erforderlich**

# APRIL 2024

## Schlossbesichtigung

### Führung durch das Schloss Hämelschenburg und Besuch im Schlosscafé

Begeben Sie sich in die Zeit der Weserrenaissance und erkunden Sie mit uns das Schloss Hämelschenburg, welches bereits zwischen 1588 und 1613 erbaut wurde und mit seiner originalen Ausstattung zu besichtigen ist. Lernen Sie die Geschichte der Erbauer Jürgen Klencke und seiner Frau Anna von Holle bei einer etwa 50-Minütige Führung kennen und erfahren Sie mehr über die Geschichte und Entstehung des Schlosses. Die Führung ist barrierefrei mit Ausnahme des Kellergeschosses. Im Anschluss besuchen wir das Schlosscafé und genießen bei Kaffee und einem Stück Torte den Blick auf die Südfassade des Schlosses.

Wer möchte kann mit uns gemeinsam mit dem Fahrrad nach Hämelschenburg „anreisen“, hierzu folgen wir dem Weserradweg bis Emmerthal und anschließend der Emmer Richtung Schloss Hämelschenburg. Bei Interesse an der Fahrradtour (je Weg ca. 14 Kilometer) bitte bei der Anmeldung Bescheid geben. In der Gebühr sind die Führung und das Kaffeegedeck enthalten.



**Mittwoch, den 24.04.2024**

**Treffpunkt: Um 13:45 Uhr vor dem Schloss Hämelschenburg (Parkplätze vorhanden)**

Bei eigener Anreise mit dem Bus: Abfahrt um 13:19 am Bahnhof Hameln, Linie 40 (Richtung Lüntorf Abzweigung), Ausstieg um 13:46 an der Haltestelle Emmerthal-Hämelschenburg Schloss (Stand November 2023, ggf. Fahrplanänderungen, bitte beachten)

**20 Euro pro Person, bitte eine Woche vor der Veranstaltung bezahlen.**

**Anmeldung erforderlich**

## Den Kuckuck einmal anders erleben

Gemeinsam nehmen wir uns die Zeit für einen Spaziergang durch die Natur. Wir lenken dabei unsere Aufmerksamkeit ganz bewusst auf alles, was uns erfreuen könnte. Das Ziel ist es, viele schöne Dinge wahrzunehmen. Das kann das Wetter sein, Vogelgezwitscher, schöne Blumen oder ... Wir nutzen dabei unsere Sinne und schauen, welche erfreulichen Dinge wir auf diesem Spaziergang entdecken. Und damit es uns nicht zu langweilig wird, lösen - fast nebenbei - interessante Denksportaufgaben. Neugierig geworden? Na dann bis hoffentlich bald! Freuen Sie sich danach auf das gemeinsame Kaffeetrinken im Kuckuck Treff.



**Mittwoch, den 08.05.2023**

**14:45 Uhr – 16:45 Uhr**

**Referentin: Marion Sterner, zertifizierte Gedächtnistrainerin**

**Treffpunkt: Kuckuck Treff, Kuckuck 23a, 31789 Hameln**

Anreise mit dem Bus: Abfahrt um 14:15 Uhr am Bahnhof Hameln, Linie 1 Richtung Robert-Henseling-Straße, Ausstieg um 14:23 Uhr an der Haltestelle Kuckuck

(Stand November 2023, ggf. Fahrplanänderungen, bitte beachten)

**5 Euro pro Person, bitte eine Woche vor der Veranstaltung bezahlen.**

**Anmeldung erforderlich**

# JUNI 2024

## Tag der offenen Tür

### 45 Jahre Treffpunkt „A.R.A.“ – 10 Jahre in der „Alten Feuerwache“

Es ist schon lange her, dass der Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte seine Türen das erste Mal geöffnet hat, die ersten Ausflüge geplant wurden und sich die ersten Gruppen bildeten. 45 Jahre um genau zu sein.

Seitdem haben viele unterschiedliche Menschen den Treffpunkt mit Leben gefüllt – erst in der Alten Marktstraße 2 und nun schon seit 10 Jahren in der „Alten Feuerwache“. Von gemeinsamen Klönstunden bis zu aktiven Bewegungsangeboten, Seniorenfreizeiten und Projekten kann der Treffpunkt auf eine lange ereignisreiche Geschichte zurückblicken.

Dies wollen wir zum Anlass nehmen und mit Ihnen gemeinsam unser „doppeltes Jubiläum“ bei einem Tag der offenen Tür feiern!

Sie kennen den Treffpunkt noch nicht, haben aber schon mal von uns gehört? Dann bietet sich jetzt die Gelegenheit das „A.R.A.“-Team und die vielfältigen Angebote unverbindlich kennenzulernen. Wir freuen uns auf viele neue Gesichter!



Bild: Dagmar Thoms

**Freitag, den 07.06.2024**  
**11:00 Uhr – 16:00 Uhr**  
Treffpunkt für die  
2. Lebenshälfte „A.R.A.“

# JUNI 2024

Vortrag der Sparkasse Hameln-Weserbergland

## Übergabe von Immobilien zu Lebzeiten

Sollte die eigene Immobilie verkauft, verschenkt oder vererbt werden? In diesem Vortrag erfahren Sie über die Möglichkeiten zur Weitergabe der eigenen vier Wände. Welche Art der Weitergabe hat welche Vor- und welche Nachteile? Was ist der Unterschied zwischen Erbe und Schenkung? Was bedeuten ein vorweggenommenes Erbe und Nießbrauchs-/Wohnrechte und wie verhält es sich mit Rentenschulden? Diese und weitere Fragen sollen in dem Vortrag geklärt werden.

Es handelt sich um einen Vortrag des Beratungsdienstes „Geld und Haushalt“ der Sparkassen Finanzgruppe. Veranstalter ist die Sparkasse Hameln-Weserbergland in Kooperation mit der Seniorenarbeit der Stadt Hameln und dem Senioren- und Pflegestützpunkt.



Michaela Maria Bahlmann

 **Senioren- und  
PflegeStützpunkt**  
Niedersachsen



**Mittwoch, den 12.06.2024**

**15:00 Uhr – 16:30 Uhr**

Referentin: Michaela Maria Bahlmann,  
Rechtsanwältin, Notarin und Mediatorin  
Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“  
Kostenlose Veranstaltung.  
Anmeldung erforderlich

# JANUAR - JUNI 2024

Veranstaltungen des Senioren- und Pflegestützpunktes

## Vorankündigungen

- 06. Februar** „Innenansichten“ – Einblicke in den Alltag einer Pflegeeinrichtung: Die Scharnhorst Residenz
- 06. März** Schwerbehindertenausweis – Wie stelle ich einen Antrag und welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein? (Unabhängige Teilhabeberatung Hameln-Pyrmont)
- 12. März** „Selbstbestimmung durch Vorsorge“ (Betreuungsverein Hameln-Pyrmont, Martin Bischoff)
- 14.+15. Mai** 2x „Fit im Auto“ – in Theorie und Praxis (Polizeiinspektion Hameln-Pyrmont/Holzminden, Verkehrswacht Hameln-Pyrmont)
- 29. Mai** „LGBTQIA+.... – Was heißt das eigentlich?“ (Queeres Netzwerk Weserbergland e.V.)

### Von der Gesellschaft für die Gesellschaft - wir alle für mehr Respekt und Toleranz in unserem Alltag.

Waren Sie in der letzten Zeit vielleicht in anderen Städten unterwegs und haben einen großen bunten Container gesehen? Haben Sie sich gefragt, wozu dieser mitten in der Stadt aufgestellt wird und welchen Hintergrund dies hat?

Die Container werden als „Toleranzräume“ bezeichnet und wandern durch viele deutsche Städte. Sie verfolgen das Ziel, neue Sichtweisen auf das Thema Toleranz zu eröffnen. Hiermit begründet sich auch die Bezeichnung: Wir alle sind in unterschiedlichen Räumen aktiv – in Städten, im Internet, im Verein, ... - wünschenswert wäre in all diesen Räumen ein respektvolles und tolerantes Miteinander. Diese Vorstellung beschreibt der Titel „Toleranzräume“.

Auch die Stadt Hameln wirkt bei dieser Ausstellung mit - die Toleranzräume werden im Zeitraum vom 28. Mai bis 10. Juni 2024 in der Innenstadt in Hameln aufgestellt.

Begleitend zu der Ausstellung erwartet Sie ein buntes Programm. Dieses ist noch in der Planung und wird zeitnah veröffentlicht.

Auch Sie können sich für mehr Respekt und Toleranz einsetzen und das Programm mitgestalten – melden Sie sich hierzu bei uns und wir stellen den Kontakt zur Planungsgruppe her.

## **TOLERANZ**



## **RÄUME**



Vom 28.05. bis 10.06.2024  
Gantztägig zu besichtigen  
Toleranzcontainer in der Innen-  
stadt vor dem FiZ (Familie im  
Zentrum), Osterstraße 46  
Veranstaltungen werden noch  
bekannt gegeben

# BITTE BEACHTEN!

## Hinweise zum Anmeldeverfahren

- Aus organisatorischen Gründen ist eine verbindliche Anmeldung erforderlich.
- Die jeweiligen Teilnahmeentgelte sind unbedingt eine Woche vor dem Veranstaltungstermin zu entrichten.

Für eventuelle Rückfragen stehen wir gern zur Verfügung:

Hilke Meyer  
Seniorenbeauftragte  
Alte Marktstraße 10 (Kurie Jerusalem)  
31785 Hameln

Tel.: 05151 / 202 1271  
E-Mail: meyer@hameln.de

Francesca Lissel & Miriam Schnee  
Treffpunkt „A.R.A.  
Alte Marktstraße 7c (Alte Feuerwache)  
31785 Hameln

Tel.: 05151 / 202 1344  
E-Mail: treffpunkt-ara@hameln.de

# WIR FREUEN UNS AUF SIE!



Hilke Meyer  
Seniorenbeauftragte



Francesca Lissel  
Treffpunkt „A.R.A.“ und  
Seniorenarbeit im Quartier



Miriam Schnee  
Treffpunkt „A.R.A.“ und  
Seniorenarbeit im Quartier



Celine Wendt  
Treffpunkt A.R.A.



Sabrina Koyro  
(in Elternzeit)  
Treffpunkt A.R.A.



1979

2019



**A.R.A.**

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte

1979/2019

1979/2019