



Programm des Nachbarschaftstreffs Pennenfeld

Maidenheadstr. 20, 53177 Bonn

Oktober 2024

Wöchentlich stattfindende Angebote:

Mittwochs
9:30-11 Uhr

Deutsch-Konversationskurs für Frauen

Möchten Sie zusammen mit anderen Frauen Ihre Deutschkenntnisse üben und erweitern? Dann sind Sie hier genau richtig! Der Kurs ist für Anfängerinnen und Fortgeschrittene geeignet.

Kursleiterin: Simone Saure

Der Kurs ist kostenlos, keine Anmeldung erforderlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Infos bei: andreea.bretan@awo-badgodesberg.de, 0228-227 424 41

Mittwochs
18-19 Uhr

Tai Chi & Qi Gong

Die in den Kursen vermittelten Gesundheitsübungen hat die Kursleiterin Maria di Gennaro (www.zen-shiatsu.it) von Prof. Li Xiaoming, einem authentischen chinesischen Meister, von 2006 bis heute gelernt. Sie unterrichtet in Englisch (bei Bedarf auch in Spanisch und Italienisch).

Teilnehmerbeitrag: € 4,- pro Termin.

Anmeldung: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de

Donnerstags
jeweils um
10:00-11:00
und
11:00-12:00

Fitness für Körper und Geist

Bewegungsangebot für Seniorinnen und Senioren

Gymnastik im Sitzen und Stehen mit Übungen aus dem Ganzheitlichen Gehirntraining (GGT), Wahrnehmungs-, Gleichgewichts-, Konzentrations- und Koordinationsübungen, Training von Alltagskompetenzen; bei gutem Wetter nutzen wir den Outdoor-Fitnesspark

Buchung des gesamten Kurses (8 Termine, 12.9.-14.11.): € 45,-

Infos unter: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de

<p>Donnerstags 12:30-14 Uhr und Freitags 17:30-19 Uhr</p>	<p><i>Deutsch-Konversationskurs für Männer</i></p> <p>Möchten Sie gemeinsam mit anderen Männern Ihren Wortschatz bereichern und Ihre Sprachfähigkeiten im Deutschen vertiefen? Wollen Sie sich in alltäglichen Gesprächsthemen auf Deutsch sicherer fühlen? Dann sind Sie hier genau richtig!</p> <p>Dieser Kurs ist speziell für Männer konzipiert, die als Anfänger oder mit mittlerem Sprachniveau (A2-B1) ihre Sprachfähigkeiten erweitern und im Alltag anwenden möchten.</p> <p>Kursleiter: Yaser Darkashly</p> <p>Der Kurs ist kostenlos, keine Anmeldung erforderlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich.</p> <p>Infos bei: hasan.barbar@caritas-bonn.de, 0228-227 424 42</p>
<p>Samstags 9:30-11 Uhr</p>	<p><i>Tai Chi & Qi Gong für Frauen</i></p> <p>Die in den Kursen vermittelten Gesundheitsübungen hat die Kursleiterin Maria di Gennaro (www.zen-shiatsu.it) von Prof. Li Xiaoming, einem authentischen chinesischen Meister, von 2006 bis heute gelernt. Der Unterricht erfolgt hauptsächlich auf Englisch.</p> <p>Teilnehmerbeitrag: € 4,- pro Termin.</p> <p>Anmeldung: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de</p>

Regelmäßige Gruppen:

<p>Dienstag 1.10. 15:30-17 Uhr</p>	<p><i>Strick- und Häkeltreff</i></p> <p>Gemeinsames Handarbeiten, Austausch von Anleitungen und Tipps, Hilfestellung für Anfängerinnen sowie Knüpfen neuer Kontakte in lockerer Atmosphäre. Die Treffen finden in Deutsch und Englisch (wenn gewünscht auch in Spanisch und Italienisch) statt.</p> <p>Bitte eigene Handarbeitssachen und Material mitbringen.</p> <p>Kostenloses Angebot; Anmeldung unter 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de</p>
---	---

<p>Dienstag 8.10. 17:30-20:30 Uhr</p>	<p><i>Kochen im Nachbarschaftstreff</i></p> <p>Lernen Sie nette Menschen kennen und haben Sie Spaß beim gemeinsamen Kochen! Wir kochen regionale Gerichte aus regionalen Zutaten und probieren auch die internationale Küche mit exotischen Zutaten.</p> <p>Teilnehmerbeitrag: € 1,50</p> <p>Anmeldung erforderlich bei Herrn Lee: 0151-121 84 230</p> <p>In Kooperation mit der Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg</p>
<p>Donnerstag 10.10. 15-17 Uhr</p>	<p><i>Gesangsnachmittag mit Kaffee und Kuchen</i></p> <p>Gemeinsam singen wir Lieder quer durch das deutsche Liederbuch und werden dabei von Akkordeon, Mandoline und Mundharmonika begleitet.</p> <p>Teilnehmerbeitrag: € 2,50</p> <p>Keine Anmeldung erforderlich</p>
<p>Freitag 11.10. 10-11:30 Uhr</p>	<p><i>Interkulturelles Frauenfrühstück</i></p> <p>Herzliche Einladung zu unserem interkulturellen Frauenfrühstück! Bitte bringen Sie einen kleinen Beitrag zum gemeinsamen bunten Buffet mit.</p> <p>Anmeldung: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de</p>
<p>Dienstag 15.10. 15-16 Uhr</p>	<p><i>Pennenfeld Clean Up!</i></p> <p>Gemeinsam sammeln wir Müll auf und belohnen uns anschließend dafür mit Kaffee und Kuchen.</p> <p>Greifzangen, Handschuhe und Müllsäcke sind vorhanden und warten auf ihren Einsatz.</p> <p>Treffen vor dem Nachbarschaftstreff Pennenfeld, Maidenheadstr. 20 Infos unter: 0228-9158 444 oder petra.martischewski@t-online.de</p> <p>In Kooperation mit dem Bürgerverein Buntes Pennenfeld e.V.</p>

<p>Donnerstag 17.10. 15:00-16:30 Uhr</p>	<p><i>English-Reading-and-Conversation-Club</i></p> <p>Wir lesen gemeinsam eine sprachlich einfache, aber thematisch anspruchsvolle Lektüre und besprechen sie.</p> <p>Teilnehmerbeitrag: € 3,- Anmeldung: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de</p>
<p>Freitag 18.10. 15-17 Uhr</p>	<p><i>Repair Café - Reparieren statt wegwerfen!</i></p> <p>In gemütlicher Atmosphäre unter fachkundiger Anleitung Elektrogeräte, Möbelstücke etc. reparieren.</p> <p>Kostenloses Angebot, Spenden willkommen. Anmeldung/ Terminvergabe: Frank Wilbertz 0228-9158 444 oder info@wohnen-im-pennenfeld.de</p>
<p>Mittwoch 23.10. 12-13 Uhr</p>	<p><i>Mittagstisch</i></p> <p>Kostenbeitrag inkl. Nachtisch und Kaffee: € 4,- Bitte melden Sie sich bis zum 16.10. verbindlich an: 0228-227 424 41 oder andreea.bretan@awo-badgodesberg.de</p>
<p>Donnerstag 24.10. 15-17 Uhr</p>	<p><i>Spielenachmittag für Erwachsene</i></p> <p>Doppelkopf und Rummy-Cup</p> <p>Kostenloses Angebot, Spenden willkommen. Keine Anmeldung erforderlich.</p> <p>Wir suchen noch Mitspieler*innen für Rummy-Cup. Einfach vorbeikommen!</p>
<p>Dienstag 29.10. 17:30-20:30 Uhr</p>	<p><i>Kochen im Nachbarschaftstreff</i></p> <p>Lernen Sie nette Menschen kennen und haben Sie Spaß beim gemeinsamen Kochen! Wir kochen regionale Gerichte aus regionalen Zutaten und probieren auch die internationale Küche mit exotischen Zutaten.</p> <p>Teilnehmerbeitrag: € 1,50 Anmeldung erforderlich. Bei Herrn Lee: 0151-121 84 230 oder bei Frank Wilbertz: 0228-9158 444, info@wohnen-im-pennenfeld.de</p> <p>In Kooperation mit der Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg</p>

Ständiges Angebot:

Nach Vereinbarung

SPOTS- kostenlose qualifizierte Sozialberatung für Seniorinnen und Senioren

Sozialberatung für Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren und deren Angehörige, z.B. zu Leistungen der Pflegeversicherung, Wohnen im Alter, Informationen zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Hilfestellung bei Anträgen (Leistungen nach SGB XI oder SGB XII, Wohngeld, Bonn-Ausweis, GEZ-Befreiung u.a.). Darüber hinaus können weitere Stellen und Dienste zu ambulanten Hilfe- und Unterstützungsmöglichkeiten vermittelt werden.

Hausbesuche bei Bedarf möglich. Terminvergabe unter:
marina.takopoulos@awo-badgodesberg.de oder 0228-227 424 41

Nach vorheriger Vereinbarung

**Dienstags
12-14:30 Uhr**

Verbraucher- und Umweltberatung

Die Verbraucherzentrale berät Sie kostenlos zu rechtlichen Themen, z.B. zu Telefon- und Internetverträgen, Inkassobriefen, Kaufverträgen, dubiosen Kreditkartenangeboten, Abos und Abzocke, Energiesparen und Umweltschutz.

Für einen Termin melden Sie sich bitte mindestens einen Tag vorher an: Telefonisch unter 0163-19 14 272 oder 0160-98 17 34 30 oder über die E-Mail-Adresse: bonn.quartier@verbraucherzentrale.nrw

Quartiersmanagement Pennenfeld

www.wohnen-im-penneneld.de

Hasan Barbar: 0228-227 424 42

hasan.barbar@caritas-bonn.de

Andreea Bretan: 0228-227 424 41

andreea.bretan@awo-badgodesberg.de

Frank Wilbertz: 0228-9158 444

wilbertz@vebowag.de

Gefördert durch das Amt für Soziales und Wohnen
der Stadt Bonn



**FREUDE.
JOY.
JOIE.
BONN.**