



# **Bonn**

## **Veranstaltungsübersicht**

### **Januar-Juni 2023**

**Aktives, geselliges und informatives  
Programm für Interessierte**

**Was ist Parea? .....04**  
Informationen vom Beirat.....06

**Das Parea-Team Bonn stellt sich vor**

Vorwort .....10  
Ansprechpartnerinnen & Standorte .....14

**Programm**

Regelmäßige Veranstaltungen .....16  
Besondere Veranstaltungen .....20

**Terminübersicht**

Paulinum »An der Josefshöhe« .....22  
Paulinum »Am alten Poststadion«.....40  
Paulinum »Am Hauptbahnhof« .....53  
Paulinum »Auf dem Hügel«.....56

## DAS WORT »PAREA« KOMMT AUS DEM ALTGRIECHISCHEN UND BEDEUTET »MITEINANDER«.

Das Wort »Parea« kommt aus dem Altgriechischen und bedeutet »Miteinander«. Für uns hat dieser Name besondere Bedeutung, denn nur miteinander und gemeinsam lassen sich Verbesserungen der Lebenssituation in Groß- und Hochhaussiedlungen erzielen. Wirkliche Veränderungen bedürfen eines Zusammenspiels von Bewohnern, Nachbarn und Wohnungswirtschaft.

**Parea** ist ein erst- und einmaliges Projekt der Wohnungswirtschaft in der Bundesrepublik Deutschland, das von dem mittelständischen und überregional tätigen Wohnungsunternehmen Sahle Wohnen ins Leben gerufen wurde. Wir sind auch für andere Wohnungsunternehmen und Kommunen tätig. Als gemeinnützige Gesellschaft für soziale Dienstleistungen ist es unser Ziel, soziales Engagement in den Mieterschaften von Groß- und Hochhaussiedlungen zu fördern und die Wohn- und Lebenssituation hier und in den angrenzenden Stadtteilen zu verbessern. Durch die enge Zusammenarbeit mit der Wohnungswirtschaft werden bedarfsgerechte Angebote erstellt und dann gemeinsam mit dem Wohnungswirtschaftler begleitet. Mit unseren Tätigkeiten gehen wir neue Wege in der Ansprache und Betreuung von Mieterinnen und Mietern.

Hilfe zur Selbsthilfe ist dabei zugleich Motto und Arbeitsprinzip.

**Parea** ist auch ein Beispiel dafür, dass man soziale Verantwortung mit den Interessen der Wohnungswirtschaft verbinden kann. Unsere Dienstleistungen und unser Know-how bieten wir allen

Wohnungsunternehmen an, die sich um zukunftsorientierte wohnbegleitende Dienstleistungen und um eine Verbesserung der Wohn- und Lebensqualität von Bewohnerinnen und Bewohnern bemühen.

**Parea** ist als gemeinnützige Gesellschaft mit beschränkter Haftung organisiert. Sie finanziert sich aus Mitteln der Wohnungswirtschaft, Spenden und öffentlichen Förder- sowie Projektmitteln.

**Parea** ist:

- **korporatives Mitglied der Arbeiterwohlfahrt Bezirk Westliches Westfalen**
- **anerkannter Träger der Jugendhilfe**
- **in Kooperation mit dem Internationalen Bund für Sozialarbeit (IB), Bildungsträgern, Wohlfahrtsverbänden, Jugend- und Sozialämtern, Schulen tätig**

Als Dienstleistungsgesellschaft für die Wohnungswirtschaft fördern wir soziales Engagement bei Bewohnerinnen und Bewohnern in Groß- und Hochhaussiedlungen im Rahmen der Hilfe zur Selbsthilfe. Die Arbeit von Parea zielt ab auf eine umfassende Verbesserung der Wohnsituation, zum Beispiel durch die Förderung aktiver Nachbarschaften, den Aufbau wohnortnaher Kultur- und Bildungsangebote und gemeinsamer Freizeitaktivitäten. Mit ihren Tätigkeiten weckt Parea die Mitverantwortung der Bewohner/innen für attraktive und lebenswerte Wohnbereiche.

Weitere Informationen:  
[www.parea.de](http://www.parea.de)



## 06 Informationen vom Beirat

### Beirat informierte sich auf seiner Jahrestagung über die Parea-Arbeit in Krisenzeiten Gesprächsbedarf in Wohnquartieren immens gestiegen

#### Duisburg-Neumühl, 23. August 2022

»Die Arbeit von Parea muss weitergehen«, unterstrich Prof. Dr. Rita Süßmuth auf der Jahrestagung des Beirats die Bedeutung des Engagements der gemeinnützigen sozialen Dienstleistungs-gesellschaft Parea in mehr als 20 Städten mit Schwerpunkt in Nordrhein-Westfalen. Am 23. August hatten sich die Beiratsmitglieder in der Gemeinschaftseinrichtung »Salenium« an der Otto-Hahn-Straße 8 in Neumühl zusammengefunden, um sich ein Bild von der aktuellen Parea-Arbeit zu machen.

Nach der Begrüßung durch Parea-Geschäftsführerin Cornelia Daume stellten die Teamleiterinnen Katja Kanzler und Olga Hoch beispielhaft zwei geförderte Bildungsprojekte vor. Das »Sommercamp«-Projekt fand in den NRW-Sommerferien in Köln-Chorweiler statt und richtete sich an Kinder und Jugendliche mit pandemiebedingten Lernrückständen. Das im Mai gestartete Projekt »Starke Mädchen – Starke Frauen« läuft über 24 Monate und zielt darauf ab, die Kompetenzen von Mädchen aus dem Stadtteil Haan-Ost zu fördern. »Viele Kinder und Jugendliche, die an diesen Projekten teilnehmen beziehungsweise teilgenommen haben, kommen aus Familien mit Migrationshintergrund. Für sie hat Bildung einen sehr hohen Stellenwert«, erklärte Parea-Geschäftsführer Thorsten Seelig. Bildung sei nicht nur der Schlüssel für das individuelle berufliche Fortkommen, sondern stärke ebenso das Selbstvertrauen der Kinder, eine innere Ressource gerade auch in Krisenzeiten, so der Parea-Geschäftsführer.

In der sich anschließenden Diskussion kam ein anderer wichtiger Aspekt zur Sprache, der die aktuelle Parea-Arbeit stark beeinflusst: »Wir erleben tagtäglich, wie verunsichert und verängstigt viele Quartiersbewohnerinnen und -bewohner durch die Krisen sind. Wir müssen viel intensiver mit den Menschen reden. Daher ist der Bedarf an Einzelbetreuung in den Quartieren immens gestiegen«, schildert Parea-Geschäftsführer Thorsten Seelig die Situation vor Ort. Wie wichtig persönliche Gespräche und tragfähige soziale Beziehungen sind, betonte auch Prof. Dr. Rita Süßmuth: »Innere Sicherheit können wir nur dadurch erreichen, dass wir über die Probleme sprechen.«

Viele weitere Projekte, Angebote und Aktionen von Parea wurden im Laufe der Tagung genannt, wie zum Beispiel die im vergangenen Jahr durchgeführten Impfkationen in Seniorenwohnanlagen von Sahle Wohnen, die Kooperation mit ambulanten Pflegediensten oder die noch ganz frische Zusammenarbeit mit der »Angehörigenschule Hamburg«, die Kurse für pflegende Angehörige anbietet. »Parea ist Sprachrohr für all jene, die Unterstützung und Förderung benötigen, und zugleich eine treibende Kraft, die zu Eigeninitiative und Selbstorganisation motiviert«, erklärte Albert Sahle, geschäftsführender Gesellschafter bei Sahle Wohnen.

Am Ende der Beiratssitzung wurde der Parlamentarische Staatssekretär Mahmut Özdemir offiziell verabschiedet. Mahmut Özdemir war seit November 2015 Mitglied des Beirats. Nach seiner Ernennung zum Staatssekretär im Innenministerium am 8. Dezember 2021 legte er das Amt nieder. Auch das langjährige Beiratsmitglied Klaus Richter, Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Münsterland Ost, wurde an diesem Tag verabschiedet. Ihm folgt Peter Scholz, stellvertretender Vorstandsvorsitzender der Sparkasse Münsterland Ost, als neues Beiratsmitglied.



An der Beiratssitzung 2022 nahmen teil (von rechts nach links): Albert Sahle, Peter Scholz, Klaus Richter, Uwe Sahle, Friederich Sahle, Doris Lenk, Prof. Dr. Rita Süßmuth, Werner Sigmund, Cornelia Daume, Mahmut Özdemir, Olga Hoch, Dr. Ralf-Norbert Bartelt, Katja Kanzler und Thorsten Seelig

## 65.000 EURO FÜR PAREA

### AMB Rheinland GmbH spendet für soziale Arbeit in Wohnquartieren

65.000 Euro hat die AMB Rheinland GmbH an die gemeinnützige soziale Dienstleistungsgesellschaft Parea gespendet. Den Scheck überreichte Geschäftsführer Dr. Kai Faßbender am vergangenen Montag, 10. Oktober, in Greven an den Parea-Geschäftsführer Thorsten Seelig.

Die AMB Rheinland GmbH ist seit vielen Jahren für Sahle Wohnen im Bereich Abfallmanagement tätig. Mit ihrer Spende bedankt sich die Firma für die langjährige gute Zusammenarbeit. »Als Vermieter ist sich Sahle Wohnen seiner sozialen Verantwortung bewusst. Mit Unterstützung der von ihm initiierten gemeinnützigen Dienstleistungsgesellschaft Parea setzt sich das Wohnungsunternehmen aktiv für ein gutes nachbarschaftliches Zusammenleben ein. Dieses Engagement fördern wir gerne«, erklärte Dr. Kai Faßbender bei der Spendenübergabe. Das Geld soll unter anderem Projekten zugutekommen, die das Miteinander der Generationen fördern, wie Thorsten Seelig wissen ließ: »Mit intergenerativen Freizeitangeboten wollen wir den Gemeinschaftsraum in der neuen Wohnanlage von Sahle Wohnen an der Anton-Bruchhausen-Straße in Münster zu einem nachbarschaftlichen Treffpunkt im Quartier entwickeln.« Auch sei für weitere große Wohnanlagen die Anschaffung von Hochbeeten geplant. »Das Bepflanzen von Hochbeeten, das Pflegen und Ernten von Gemüse und Obst verbindet Jung und Alt und fördert zugleich das Bewusstsein für eine gesunde Ernährung.«



## NEUE KOOPERATIONSPARTNERIN

Terminankündigung: Freitag, 14. Juli 2023

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte den Aushängen.

### Orientierungskurs Pflege & Pflegeversicherung

»Was tun bei Pflegebedürftigkeit? Wer soll das bezahlen?«

**Eine Pflegesituation in der Familie wirft für die Angehörigen viele Fragen auf:**

**Wie organisiere und finanziere ich die Versorgung zu Hause?**

**Wann und wie beantrage ich eine Einstufung in die Pflegeversicherung?**

**Welche Hilfen und Hilfsmittel gibt es? Wie bekomme ich sie?**

**Was kann ich tun, wenn die Wohnung umgebaut werden muss?**

**Was macht man dann in dieser Zeit mit dem/der Pflegebedürftigen?**

**Welche Entlastung gibt es für Angehörige?**

**Und, und, und ...**

DIE ANGEHÖRIGENSCHULE ist eine gemeinnützige Einrichtung, die das Ziel hat, pflegenden Angehörigen den Rücken zu stärken. Dies tut sie durch kostenlose Information, Beratung und Praxistraining.

Das Programm ist vielfältig: Neben Orientierungskursen und Pflege-Basiskursen bietet sie Spezialkurse zu den Krankheitsbildern Demenz, Parkinson, Schlaganfall, Multiple Sklerose und anderen Themen. Ein weiteres Arbeitsfeld ist die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf.

Um den Ausbau der Nachbarschaftshilfe im Sinne der pflegenden Angehörigen aktiv zu unterstützen, bietet DIE ANGEHÖRIGENSCHULE außerdem kostenlose Qualifizierungskurse für ehrenamtliche Nachbarschaftshelfer an.

Zusätzliche Informationen finden Sie unter [www.angehoerigenschule.de](http://www.angehoerigenschule.de)

»ES SIND DIE BEGEGNUNGEN  
MIT MENSCHEN, DIE DAS LEBEN  
LEBENSWERT MACHEN«.

Guy de Maupassant

Liebe Leserinnen und Leser,

wir möchten Ihnen unser Halbjahresprogramm 2023 für die Bonner Seniorenwohnanlagen der Parea vorstellen:

**Bonn – die Bundesstadt der Bundesrepublik Deutschland**

Mit Bonn verbindet man die Gründung der Bundesrepublik Deutschland.

Von 1949 bis 1990 war sie die Bundeshauptstadt der BRD und entwickelte sich zu einer geschäftigen multikulturellen Stadt. Nach der Wiedervereinigung blieb Bonn Bundesstadt. Die Vereinten Nationen sind in der Universitätsstadt Bonn ansässig und viele Forschungsinstitutionen haben sich angesiedelt. Bonn ist schon als germanische Siedlung urkundlich erwähnt und für die Zukunft international sehr gut aufgestellt. Beethoven ist der wohl bekannteste Sohn Bonns.

Bonn liegt direkt am Rhein mit einer wunderschönen Promenade, die zur Rheinaue führt, in der schon 2 Bundesgartenschauen stattfanden. Von hier aus sieht man das Siebengebirge mit dem Drachenfels und das ehemalige Gästehaus der Bundesregierung auf dem Petersberg.

Ab Bonn in südlicherer Richtung erstreckt sich das malerische Weltkulturerbe Mittelrhein.



**Paulinum »Am alten Poststadion«**

Willkommen im Bonner Norden!

Fußläufig erreichen Sie verschiedene Supermärkte und Discounter. Die nächste Bushaltestelle und die nächste Autobahn sind nicht weit entfernt. Die Bonner Altstadt mit ihren Kirschblütenalleen grenzt an den Stadtteil.

Das Paulinum »Am alten Poststadion« mit 40 Wohneinheiten hat einen schönen Innenhof, der zum Verweilen mit Nachbarn einlädt. Der gemütliche Gruppenraum ist ein Treffpunkt für viele schöne und interessante Gruppenstunden.

**Paulinum »An der Josefshöhe«**

Willkommen in Auerberg!

Nicht weit entfernt vom Paulinum »Am alten Poststadion« befindet sich die nächste Seniorenwohnanlage, das Paulinum »An der Josefshöhe« im Stadtteil Auerberg.

Viele Einkaufsmöglichkeiten bietet die »Auerberg-Mitte«. Eine Bushaltestelle befindet sich ganz in der Nähe des Paulinums. Von hier aus sind Sie schnell in der Innenstadt oder am Rhein.

Diese Seniorenwohnanlage besteht aus drei Häusern mit insgesamt 54 Wohnungen. Ein großer Gruppenraum lädt zu den verschiedensten Aktivitäten ein.



### Paulinum »Am Hauptbahnhof«

Willkommen in der Bonner City!

Die malerische Poppelsdorfer Allee, die zum Poppelsdorfer Schloss mit Botanischem Garten führt, lädt zum Spaziergehen ein. Die neu gestaltete »Urban Soul«, eine Unterführung mit vielen Geschäften der Nahversorgung, führt sie unter den Bahnhof direkt in die Bonner Innenstadt und weiter zum Rhein.

Sowohl Busse, Straßenbahnen als auch Züge stehen Ihnen für nahe und ferne Ziele in unmittelbarer Nähe zur Verfügung.

Hier befindet sich die kleinste Bonner Seniorenwohnanlage mit 10 Wohneinheiten und einem großen Gruppenraum mit angrenzender Terrasse. Kaum zu glauben, dass man sich mitten in der Innenstadt aufhält!

### Paulinum »Auf dem Hügel«

Willkommen auf dem Hügel!

Schnell ist man in dem malerischen Stadtteil Endenich mit urigen Kneipen, einem Programmkino und dem »Haus der Springmaus«, ein Kleinkunst- und Improvisationstheater, gegründet von dem bekannten Schauspieler Bill Mockridge.

In Endenich findet man alle Geschäfte des täglichen Bedarfs. Auch ist die ÖPNV-Anbindung optimal. Car-Sharing-Autos warten auf dem zur Seniorenwohnanlage gehörenden Parkplatz auf ihre Nutzungen.

Das Paulinum »Auf dem Hügel« umfasst 100 Wohnungen in verschiedenen Häusern. Sie stehen in einer kleinen Parkanlage. Bänke laden zum Verweilen und für nachbarschaftliche Schwätzchen ein.

Ein schöner geräumiger Gruppenraum mit angrenzender großer Terrasse ist ideal für nachbarschaftliche Treffen und Aktivitäten.

Die Seniorinnen und Senioren genießen es, mit ihren Nachbarn gemeinsam an den Parea-Angeboten teilzunehmen oder selbst aktiv zu werden. Standortübergreifend werden sie zu Aktivitäten in anderen Seniorenwohnanlagen eingeladen. Bei gemeinsamen Ausflügen lernt man sich noch besser kennen.

Interessierte außerhalb der Wohnanlagen sind jederzeit willkommen!

Kommen Sie doch vorbei und bringen Sie Ihre Nachbarn oder Freunde mit!

Wir freuen uns auf Sie!



Ihre Iryna Molchanovska und Cornelia Giesecke-Fausten

# WIR SIND IHRE ANSPRECHPARTNERINNEN!



## TEAMLEITUNG KÖLN/BONN/LEVERKUSEN:

**Katja Kanzler**  
**Mobil:** 0160 713 07 47  
**Mail:** katja.kanzler@parea.de  
www.parea.de



**Iryna Molchanovska**  
**Mobil:** 0151 16 24 63 52  
**Mail:** iryna.molchanovska@parea.de  
www.parea.de

Paulinum »Auf dem Hügel«



## PAULINUM »AUF DEM HÜGEL«

Auf dem Hügel 66  
53121 Bonn

Ansprechpartnerin vor Ort:  
**Iryna Molchanovska**  
**Mobil:** 0151 16 24 63 52  
**Mail:** iryna.molchanovska@parea.de



## STELLVERTRETENDE TEAMLEITUNG BONN:

**Cornelia Giesecke-Fausten**  
**Mobil:** 0160 713 07 43  
**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de  
www.parea.de

Paulinum »Am Hauptbahnhof«  
Paulinum »An der Josefshöhe«  
Paulinum »Am alten Poststadion«



## PAULINUM »AN DER JOSEFSHÖHE«

Seehausstraße 5  
53117 Bonn

Ansprechpartnerin vor Ort:  
**Cornelia Giesecke-Fausten**  
**Mobil:** 0160 713 07 43  
**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de



## PAULINUM »AM ALTEN POSTSTADION«

Thuarstraße 50  
53119 Bonn

Ansprechpartnerin vor Ort:  
**Cornelia Giesecke-Fausten**  
**Mobil:** 0160 713 07 43  
**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de



### Paulinum »An der Josefshöhe«:

**Dienstags** trifft man sich ab 12:00 Uhr im **Bistro** zum gemütlichen Klön, bevor um 12:30 Uhr durch »fit und aktiv« Bewegung in die Gruppe kommt.

Danach, ab 13:00 Uhr, freuen sich Seniorinnen und Senioren auf ein **leckeres gemeinsames Mittagessen**.

In der **Mediensprechstunde** können sich die Teilnehmer/innen ab 14:00 Uhr bezüglich der Handhabung von Smartphones und Tablets beraten lassen und auf den neusten Stand bringen. Die Mediensprechstunde findet im wöchentlichen Wechsel im Paulinum »Auf dem Hügel« und im Paulinum »An der Josefshöhe« statt.

An den anderen Nachmittagen entdecken die Seniorinnen und Senioren im **Erzähl- oder Kreativcafé** immer etwas Neues. Beim Brett- und Kartenspielen wird viel gelacht, gefiebert und es werden neue Strategien ausprobiert.

Bei **persönlichen Fragen** wenden Sie sich gerne an Frau Giesecke-Fausten und vereinbaren Sie eine **Einzelgesprächstunde**.

### Paulinum »Am alten Poststadion«:

**Donnerstags** trifft sich die **Literaturgruppe**. Ein von den Seniorinnen und Senioren ausgewähltes Buch wird Kapitel für Kapitel gemeinsam gelesen und besprochen. Sehr viele interessante Gespräche kommen zustande und Aspekte, die man selbst nicht gesehen hat, erweitern den eigenen Horizont. Und nachmittags treffen wir uns in gemütlicher Runde zu einem bestimmten Thema, wie zum Beispiel beim Erzählcafé, zum Gedächtnistraining oder zu Karten- bzw. Brettspielen

Bei **persönlichen Fragen** wenden Sie sich gerne an Frau Giesecke-Fausten und vereinbaren Sie eine **Einzelgesprächstunde**.

### Paulinum »Am Hauptbahnhof«:

Einmal im Monat, in der Regel am dritten Dienstag im Monat, treffen wir uns morgens zwischen 10:30 Uhr und 12:30 Uhr im Gruppenraum der Quantiusstraße 7, der kleinsten Bonner Seniorenwohnanlage, um uns in zwangloser Runde bei Kaffee und Gebäck über Aktuelles auszutauschen.

Bei **persönlichen Fragen** wenden Sie sich gerne an Frau Giesecke-Fausten und vereinbaren Sie eine **Einzelgesprächstunde**.

### Paulinum »Auf dem Hügel«:

**Dienstags und donnerstags** treffen wir uns zum **gemütlichen Seniorencafé** mit Kaffee, kleinen Leckereien und Obst; oft spielen wir Tafelspiele oder Bingo, lösen Rätsel und erzählen Geschichten.

**Dienstags und donnerstags** kommt auch Bewegung in die Gruppe durch »**Aktiv und fit - Sitzgymnastik und Bewegungsspiele**«. Seniorinnen und Senioren machen einfache Übungen im Sitzen mit bunten Bällen und Chiffon-Tüchern; Wurf- und Ballspiele machen Spaß und gute Laune. Bei gutem Wetter wechseln wir auf die Terrasse.

**Jeden Dienstag** trifft man sich von 13:00-14:00 Uhr im **Sprach-Café**. In kleinen Schritten mit niederschweligen Übungen und im Gespräch zu den aktuellen Themen verbessern Seniorinnen und Senioren ihren alltäglich notwendigen Wortschatz.

**Donnerstags** im **Senioren-Kreativ-Café** basteln Seniorinnen und Senioren saisonale Deko und schmücken damit ihren Gemeinschaftsraum; Nachbarn und Freunde freuen sich über selbstgebastelte Grußkarten oder Kräuter aus dem eigenen kleinen **Kräutergarten im Hochbeet**, der in den Frühlings- und Sommermonaten gemeinsam **bepflanzt und gepflegt** wird.



## 18 Regelmäßige Veranstaltungen

Jeden zweiten Dienstag im Monat freuen sich Seniorinnen und Senioren auf ein **leckeres gemeinsames Frühstück**. Zum Frühstück wünschen sich die Seniorinnen und Senioren traditionelle und gesunde Speisen.

Ab 15 Uhr können sich die Seniorinnen und Senioren in der **Mediensprechstunde** in der Handhabung von Smartphone und Tablet beraten lassen. Der sichere Gebrauch des Internets wird im Alltag immer wichtiger. Der Kurs findet **dienstags** im wöchentlichen Wechsel im Paulinum »Auf dem Hügel« und im Paulinum »An der Josefshöhe« statt.

Die **Parea-Sprechstunde** findet donnerstags von 14:00-15:00 Uhr statt.

Zusätzlich gibt es jeden Monat ein **gemeinsames Mittagessen** sowie eine kleine **Feier für alle Geburtstagskinder** des Monats!

### Das Schöne an den Bonner Anlagen:

**Jede Seniorin und jeder Senior ist zu allen Programmpunkten in allen Seniorenwohnanlagen eingeladen! Und zwar unabhängig davon, wo sie/er wohnt.**

Mit Ihrer Teilnahme an unserer Veranstaltung ist das Einverständnis für die Aufnahme, Speicherung und Veröffentlichung von Bildmaterial verbunden. Dieses Einverständnis können Sie jederzeit beim Parea-Team vor Ort widerrufen.

großer Mann	Abk. eng. Sekunde	Wende- manöver beim Segeln	Rückstand Rest	Ver- mäch- nis
Anstreng- ung	Hörner- signal		Halbton (Musik)	
		Ober- schicht		
zweite Ernte		Kopf- schutz		
Friseur- produkt				
		Zutat für Salate		
		Tür- sicherung		
Welt- religion	Werkzeug f. Löscher		an dieser Stelle	
	Behälter für Sekt		Ufer- bereich	
			Schulnote	
			aufge- regte Eile	
kalte Süßerei		Futter- gras		kleiner Planet
in Ordnung		Betrug		
	Anteil des Blutes			
	im Verlaufe			
Gottglau- bender				Himmels- richtung
Parapsy- chologie				mächti- ge Wesen
		Beginn eines Wettlaufs		
		Adrett		
Geld- einheit			... der das	
Würdi- gung			zärtlich	
		verlassen		
		7. griechi- scher Buchstabe		
Kloster			Sonntag	
Berg- sport			Kennz. Reckling- hausen	
Nahr- ungs- mittel		Gegenteil von Morgen		



## 20 Besondere Veranstaltungen

Im **Januar** freuen wir uns, beim **Neujahrsempfang** auch unsere neuen Nachbarinnen und Nachbarn, die im letzten Jahr in unsere Anlagen eingezogen sind, kennenzulernen.

Was wäre das Rheinland ohne **Karneval**?

Am **14. Februar** werden **alle** Bonner Seniorinnen und Senioren im **Paulinum »Auf dem Hügel«** bei **Musik und Tanz** richtig ausgelassen sein.

Am **Aschermittwoch, 22. Februar**, werden wir uns in der Gaststätte Nolden zum **traditionellen Fischessen** treffen. Es kann auch gerne etwas anderes als Fisch bestellt werden!

Das **LVR-Landesmuseum** liegt im Herzen Bonns und bietet einen einzigartigen Blick in die Kulturgeschichte aus über 400.000 Jahren. Wir möchten am **14. März** in diese Geschichten eintauchen und das Erlebte bei Kaffee und Kuchen mit den Parea-Besuchern teilen.

Wir freuen uns, dass der Frühling Einzug hält und die Tage wieder wärmer und länger werden. **Am 28. März** werden wir diese Jahreszeit bei einem **Frühlingsfest in der Seehausstraße** ausgiebig feiern!

Und schon steht **Ostern** vor der Tür: **Gründonnerstag, 6. April**, treffen wir uns im **Paulinum »Auf dem Hügel«** und schauen, ob der Osterhase schon unterwegs ist ...

Freuen Sie sich auf den Ausflug in die **Waldau** mit Mittagessen und einem Spaziergang zum Wildgehege und merken Sie sich den **9. Mai** vor! Auch möchten wir mit Ihnen am **26. Mai** den **Tag des Nachbarn** feiern!

Es hat schon Tradition:

Im **Juni** steht eine **Rhein-Schiffahrt mit Musik** auf dem Plan. Buchen können wir erst im April. Dann können wir auch den genauen Termin bekanntgeben.

Sie finden die **besonderen Veranstaltungen**, die für alle Bonner Standorte gleichermaßen gelten, im Programm der jeweiligen Seniorenwohnanlage. Sie sind mit einem ★ gekennzeichnet.

Wir werden spontan noch weitere Veranstaltungen anbieten oder müssen plötzlich Veranstaltungen verlegen oder absagen. Daher unsere Bitte: Schauen Sie regelmäßig auf die **aktuellen Monatspläne** in den **Schaukästen in Ihrem Hausflur**.

# Terminübersicht

22

Paulinum »An der Josefshöhe«

Januar

23

**Dienstag**  
**03.01.**

## **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockeres Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

## **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

## **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

## ★ **Neujahrsempfang**

14:30-17:00 Uhr

Wir freuen uns ganz besonders über neue Bewohner/innen!

**Dienstag**  
**10.01.**

## **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockeres Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

## **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

## **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

## **Erzählcafé**

14:00-15:30 Uhr

Silvester damals

**Dienstag**  
17.01.

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr  
Lockerer Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr  
Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
24.01.

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr  
Lockerer Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr  
Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Spielesachmittag**

13:30-15:30 Uhr  
Wir spielen Brett- und Kartenspiele.

**Dienstag**  
31.01.

### **Parea-Frühstück**

10:30-12:30 Uhr  
Kostenpflichtige Veranstaltung

### **Mediensprechstunde**

13:00-14:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** [cornelia.giesecke-fausten@parea.de](mailto:cornelia.giesecke-fausten@parea.de)

**Dienstag**  
07.02.

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Gemütliches Beisammensein**

14:00-15:30 Uhr

Gedächtnistraining

**Dienstag**  
14.02.

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### ★ **Karnevalsfeier**

15:00-18:00 Uhr

Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

**Dienstag**  
21.02.

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Mittwoch**  
22.02.

### ★ **Aschermittwoch – Traditionelles »Fischessen« im Gasthaus Nolden, Eendenich**

Ab 18:00 Uhr

Selbstverständlich können Sie auch andere Speisen wählen.

**Dienstag**  
**28.02.**

### **Parea-Frühstück**

10:30-12:30 Uhr  
Kostenpflichtige Veranstaltung

### **Spielenachmittag**

13:30-15:30 Uhr  
Wir spielen Brett- und Kartenspiele.

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**  
**Mobil:** 0160 713 07 43  
**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de

**Dienstag**  
**07.03.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr  
Lockeres Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr  
Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
**14.03.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr  
Lockeres Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr  
Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### ★ **Besuch des LVR-LandesMuseums Bonn**

15:00 Uhr  
Treffpunkt: vor dem Museum, Colmantstraße 14-16

**Dienstag**  
**21.03.**

**Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffpunkt zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

**Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

**Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

**Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
**28.03.**

**Parea-Frühstück**

10:30-12:30 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung

★ **Frühlingsfest**

14:00-17:00 Uhr

Wir feiern gemeinsam mit Seniorinnen und Senioren der anderen Paulinum-Wohnanlagen in Bonn.

**Dienstag**  
**04.04.**

**Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffpunkt zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

**Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

**Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

**Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
**06.04.**

★ **Wir feiern Ostern**

14:00-17:00 Uhr

Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

**Dienstag**  
**11.04.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Erzählcafé**

14:00-15:30 Uhr

Ostern in meiner Kindheit

**Dienstag**  
**18.04.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
**25.04.**

### **Parea-Frühstück**

10:30-12:30 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung

### **Spielzeit**

13:00-15:00 Uhr

Wir spielen Brett- und Kartenspiele.

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** [cornelia.giesecke-fausten@parea.de](mailto:cornelia.giesecke-fausten@parea.de)

**Dienstag**  
**02.05.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
**09.05.**

### ★ **Ausflug in die Waldau**

Ab 12:00 Uhr

Wir essen gemeinsam im Restaurant zu Mittag und besuchen anschließend den Wildtierpark.

**Dienstag**  
**16.05.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
**23.05.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Kreativcafé**

14:00-15:30 Uhr

Thema: »Rund um den Frühsommer«

Freitag  
26.05.

### TAG DES NACHBARN

Ab 15:00 Uhr  
Bei **schönem Wetter** feiern wir in der **Thuarstraße 50**,  
bei **Regen** in der **Seehausstraße 5**

Dienstag  
30.05.

### Parea-Frühstück

10:30-12:30 Uhr  
Kostenpflichtige Veranstaltung

### Mediensprechstunde

13:00-14:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen  
Smartphone, Handy und Internet.

IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:



**Cornelia Giesecke-Fausten**  
Mobil: 0160 713 07 43  
Mail: [cornelia.giesecke-fausten@parea.de](mailto:cornelia.giesecke-fausten@parea.de)

### Programminweis:

Im Juni werden wir wieder an einer **musikalischen Schifffahrt** teilnehmen, die aber erst im April gebucht werden kann.

Bitte beachten Sie die Aushänge!

Dienstag  
06.06.

### Bistro

12:00-13:00 Uhr  
Lockeres Treffen zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### Fit + aktiv

12:30-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### Mittagsimbiss

13:00-14:00 Uhr  
Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### Spielemittwoch

14:00-15:30 Uhr  
Wir spielen Brett- und Kartenspiele.

**Dienstag**  
**13.06.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffpunkt zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Mediensprechstunde**

14:00-15:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
**20.06.**

### **Bistro**

12:00-13:00 Uhr

Lockerer Treffpunkt zum Austausch bei einer Tasse Kaffee

### **Fit + aktiv**

12:30-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen machen Spaß!

### **Mittagsimbiss**

13:00-14:00 Uhr

Wir freuen uns über eine kleine Spende.

### **Kreativcafé**

14:00-15:30 Uhr

Thema: »Rund um den Sommer«

**Dienstag**  
**27.06.**

### **Parea-Frühstück**

10:30-12:30 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung

### **Mediensprechstunde**

13:00-14:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** [cornelia.giesecke-fausten@parea.de](mailto:cornelia.giesecke-fausten@parea.de)

**Donnerstag**  
**05.01.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### ★ Neujahrsempfang

15:30-17:30 Uhr

Wir freuen uns ganz besonders über neue Bewohner/innen!

**Donnerstag**  
**12.01.**

### Literaturcafé via Telefonkonferenz

10:45-13:30 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Erzählcafé

15:15-17:00 Uhr

Neujahr, das ich nie vergessen werde!

**Donnerstag**  
**19.01.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:00-17:00 Uhr

Lieder, Gedichte und Geschichten zum neuen Jahr

**Donnerstag**  
**26.01.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Parea-Frühstück am Nachmittag

15:00-17:00 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** [cornelia.giesecke-fausten@parea.de](mailto:cornelia.giesecke-fausten@parea.de)

**Donnerstag**  
02.02.

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Gedächtnistraining

**Donnerstag**  
09.02.

### Literaturcafé via Telefonkonferenz

10:45-13:30 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Erzählcafé

15:15-17:15 Uhr

**Dienstag**  
14.02.

### ★ Karnevalsfeier

15:00-18:00 Uhr

Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

**Dienstag**  
16.02.

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Fit und aktiv durch den Winter

**Mittwoch**  
22.02.

### ★ Aschermittwoch – Traditionelles »Fischessen« im Gasthaus Nolden, Eendenich

Ab 18:00 Uhr

Selbstverständlich können Sie auch andere Speisen wählen.

**Donnerstag**  
23.02.

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Parea-Frühstück am Nachmittag

15:15-17:00 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung

IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de

**Donnerstag**  
**02.03.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Wir singen Lieder und hören Geschichten zum kalendarischen Frühlingsanfang.

**Donnerstag**  
**09.03.**

### Literaturcafé via Telefonkonferenz

10:45-13:30 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Kreativcafé

15:15-17:15 Uhr

Thema: »Rund um den Frühling«

**Dienstag**  
**14.03.**

### ★ Besuch des LVR-LandesMuseums Bonn

15:00 Uhr

Treffpunkt: vor dem Museum, Colmantstraße 14-16

**Donnerstag**  
**16.03.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Fit und aktiv in den Frühling

**Donnerstag**  
**23.03.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Erzählcafé: Meine Schulzeit

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de

**Dienstag**  
**28.03.**

★ **Frühlingsfest**

14:00-17:00 Uhr

Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »An der Josefshöhe«

**Donnerstag**  
**30.03.**

**Literaturcafé**

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

**Parea-Frühstück am Nachmittag**

15:15-17:00 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung

**Donnerstag**  
**06.04.**

**Literaturcafé via Telefonkonferenz**

10:45-12:45 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

★ **Wir feiern Ostern**

14:00-17:00 Uhr

Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

**Donnerstag**  
**13.04.**

**Literaturcafé via Telefonkonferenz**

10:45-13:30 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

**Gemütliches Beisammensein**

15:15-17:15 Uhr

Der April macht, was er will – Gedächtnistraining

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de

**Donnerstag**  
**20.04.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Erzählcafé: Konfirmation bzw. Kommunion

**Donnerstag**  
**27.04.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Parea-Frühstück am Nachmittag

15:15-17:00 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung

**Donnerstag**  
**04.05.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Der Mai ist gekommen – Lieder, Geschichten etc.

**Dienstag**  
**09.05.**

### ★ Ausflug in die Waldau

Ab 12:00 Uhr

Wir essen gemeinsam im Restaurant zu Mittag und besuchen anschließend den Wildtierpark.

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** cornelia.giesecke-fausten@parea.de

**Donnerstag**  
**11.05.**

### Literaturcafé

10:45-13:30 Uhr via Telefonkonferenz  
Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr  
Gedächtnistraining

**Donnerstag**  
**25.05.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr  
Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Parea-Frühstück am Nachmittag

15:15-17:00 Uhr  
Kostenpflichtige Veranstaltung

**Freitag**  
**26.05.**

### TAG DES NACHBARN

Ab 15:00 Uhr  
Bei **schönem Wetter** feiern wir in der **Thuarstraße 50**, bei **Regen** in der **Seehausstraße 5**

### Programminweis:

Im Juni werden wir wieder an einer **musikalischen Schifffahrt** teilnehmen, die aber erst im April gebucht werden kann.

Bitte beachten Sie die Aushänge!

**Donnerstag**  
**01.06.**

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr  
Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr  
Fit und aktiv in den Sommer

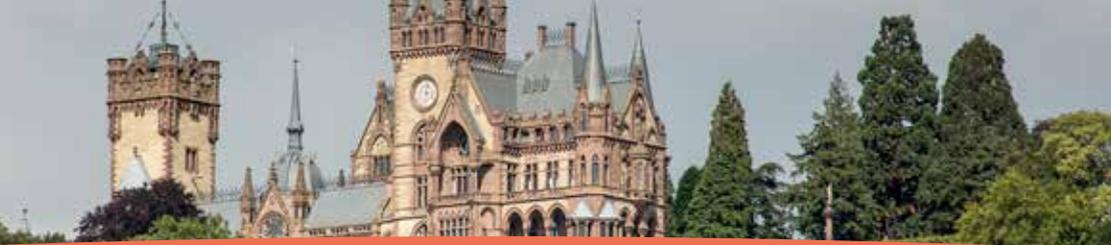
### IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:



**Cornelia Giesecke-Fausten**

**Mobil:** 0160 713 07 43

**Mail:** [cornelia.giesecke-fausten@parea.de](mailto:cornelia.giesecke-fausten@parea.de)



**Donnerstag**  
15.06.

### Literaturcafé via Telefonkonferenz

10:45-13:30 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Gedächtnistraining

**Donnerstag**  
22.06.

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Gemütliches Beisammensein

15:15-17:15 Uhr

Erzählcafé: Leckere Gerichte im Frühsommer (Beeren)

**Donnerstag**  
29.06.

### Literaturcafé

13:00-15:00 Uhr

Wir lesen gemeinsam ein Buch und kommen über seinen Inhalt ins Gespräch.

### Parea-Frühstück am Nachmittag

15:15-17:00 Uhr

Kostenpflichtige Veranstaltung



## Januar

**Dienstag**  
10.01.

### ★ Neujahrsempfang

10:30-12:30 Uhr

## Februar

**Dienstag**  
14.02.

### Austausch in der Quantiusstraße

10:30-12:30 Uhr

Thema: »Valentinstag«

### ★ Karnevalsfeier

15:00-18:00 Uhr

Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

**Mittwoch**  
22.02.

### ★ Aschermittwoch – Traditionelles »Fischessen« im Gasthaus Nolden, Eendenich

Ab 18:00 Uhr

Selbstverständlich können Sie auch andere Speisen wählen.

## März

**Dienstag**  
14.03.

### Austausch in der Gruppe

10:30-12:30 Uhr

### ★ Besuch des LVR-LandesMuseums Bonn

15:00 Uhr

Treffpunkt: vor dem Museum, Colmantstraße 14-16

Dienstag  
28.03.

- ★ **Frühlingsfest**  
14:00-17:00 Uhr  
Wir feiern gemeinsam mit Seniorinnen und Senioren der anderen Bonner Seniorenwohnanlagen im Paulinum »An der Josefshöhe«, Seehausstraße 5.

## April

Donnerstag  
06.04.

- ★ **Wir feiern Ostern**  
14:00-17:00 Uhr  
Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

Dienstag  
11.04.

- Osterfrühstück**  
10:30-12:30 Uhr

IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:



**Cornelia Giesecke-Fausten**  
Mobil: 0160 713 07 43  
Mail: cornelia.giesecke-fausten@parea.de

## Mai

Dienstag  
09.05.

- ★ **Ausflug in die Waldau**  
Ab 12:00 Uhr  
Wir essen gemeinsam im Restaurant zu Mittag und besuchen anschließend den Wildtierpark.

Dienstag  
16.05.

- Austausch in der Gruppe**  
10:30-12:30 Uhr

Freitag  
26.05.

- TAG DES NACHBARN:**  
Ab 15 Uhr  
Bei schönem Wetter feiern wir in der Thuarstraße 50, bei Regen in der Seehausstraße 5

## Juni

### Programmhinweis:

Im Juni werden wir wieder an einer **musikalischen Schifffahrt** teilnehmen, die aber erst im April gebucht werden kann.

Bitte beachten Sie die Aushänge!

Dienstag  
13.06.

- Austausch in der Gruppe**  
10:30-12:30 Uhr

Dienstag  
03.01.

**Bistro »Kaffee und Kuchen«**

13:00-14:00 Uhr

Lockerer Treffen bei einer Tasse Kaffee

**Sprach-Café**

14:00-15:00 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

Donnerstag  
05.01.

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**★ Neujahrsempfang**

15:00-17:00 Uhr

Wir freuen uns ganz besonders über neue Bewohner/innen!

Dienstag  
10.01.

**Gemeinsames Frühstück**

11:00-13:00 Uhr

Anmeldung erforderlich

Kostenpflichtige Veranstaltung

**Sprach-Café**

13:00-14:30 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
12.01.

### Erzählcafé/Gedächtnistraining

12:00-13:00 Uhr

### Senioren-Kreativ-Café

13:00-14:00 Uhr

Seniorinnen und Senioren basteln saisonale Deko für den Gemeinschaftsraum;

Nachbarn und Freunde freuen sich über selbstgebastelte Grußkarten.

### Parea-Sprechstunde

14:00-15:00 Uhr

### Aktiv und Fit

15:00-15:40 Uhr

Fit und aktiv durch den Winter

**Dienstag**  
17.01.

### Aktiv und Fit

12:00-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

### Sprach-Café

13:00-14:00 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele

14:00-15:30 Uhr

**Donnerstag**  
19.01.

### Gemütliches Beisammensein

12:00-13:00 Uhr

Gedächtnistraining

### Senioren-Kreativ-Café

13:00-14:00 Uhr

Seniorinnen und Senioren basteln saisonale Deko für den Gemeinschaftsraum

Heute: Karnevalsdekoration

### Parea-Sprechstunde

14:00-15:00 Uhr

### Aktiv und Fit

15:00-15:40 Uhr

Fit und aktiv durch den Winter

**Dienstag**  
24.01.

### Aktiv und Fit

12:00-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

### Sprach-Café

13:00-14:00 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele

14:00-15:00 Uhr

### Mediensprechstunde

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
26.01.

### Wir kochen und essen gemeinsam saisonale Gerichte

12:00-14:30 Uhr  
Heute: Ukrainischer Borschtsch

### Parea-Sprechstunde

14:30-15:30 Uhr

**Dienstag**  
31.01.

### Gemeinsame Feier für und mit allen Geburtstagskindern des Monats

12:30-14:00Uhr  
Mit Kuchen, Blumen und Grußkarten!

### Sprach-Café

14:00-15:00 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### Aktiv und Fit

15:00-15:40 Uhr  
Fit und aktiv durch den Winter

IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:



**Iryna Molchanovska**  
Mobil: 0151 16 24 63 52  
Mail: [iryna.molchanovska@parea.de](mailto:iryna.molchanovska@parea.de)

**Dienstag**  
**07.02.**

### **Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

### **Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### **Spielemittwoch: Bingo/Tafelspiele**

14:00-15:00 Uhr

### **Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
**09.02.**

### **Gemütliches Beisammensein**

12:00-13:00 Uhr  
Erzählcafé

### **Senioren-Kreativ-Café**

13:00-14:00 Uhr  
Seniorinnen und Senioren basteln saisonale Deko für den Gemeinschaftsraum

Heute: Karnevalsdekoration

### **Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

### **Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Fit und aktiv durch den Winter

**Dienstag**  
**14.02.**

### ★ **Karnevalsfeier**

15:00-18:00 Uhr  
Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

Die Bonner Parea-Senior/innen feiern gemeinsam Karneval

Alle Seniorinnen und Senioren sind eingeladen!



**Donnerstag**  
**16.02.**

### **Seniorencafé/Gedächtnistraining**

12:00-13:00 Uhr

### **Senioren-Kreativ-Café**

13:00-14:00 Uhr

Seniorinnen und Senioren basteln saisonale Deko für den Gemeinschaftsraum;

Nachbarn und Freunde freuen sich über selbstgebastelte Grußkarten.

### **Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

### **Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr

Fit und aktiv durch den Winter

**Dienstag**  
**21.02.**

### **Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

### **Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### **Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele**

14:00-16:00 Uhr

**Mittwoch**  
**22.02.**

### ★ **Aschermittwoch – Traditionelles »Fischessen« im Gasthaus Nolden, Endenich**

Ab 18:00 Uhr

Selbstverständlich können Sie auch andere Speisen wählen.



**Dienstag**  
28.02.

**Gemeinsame Feier für und mit allen  
Geburtstagskindern des Monats**

12:30-14:00 Uhr

Mit Kuchen, Blumen und Grußkarten!

**Sprach-Café**

14:00-15:00 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige  
Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit  
Migrationshintergrund

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen  
Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
02.03.

**Erzählcafé/Gedächtnistraining**

12:00-13:00 Uhr

**Senioren-Kreativ-Café**

13:00-14:00 Uhr

Seniorinnen und Senioren basteln saisonale Deko  
für den Gemeinschaftsraum

Heute: Frühlingsdekoration

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr

Fit und aktiv in den Frühling

**Dienstag**  
07.03.

**Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele  
machen Spaß!

**Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige  
Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit  
Migrationshintergrund

**Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele**

14:00-16:00 Uhr

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Iryna Molchanovska**

**Mobil:** 0151 16 24 63 52

**Mail:** iryna.molchanovska@parea.de



**Donnerstag  
09.03.**

**Gemütliches Beisammensein**

12:00-13:00 Uhr  
Gedächtnistraining

**Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres Hochbeet-Kräutergartens**

13:00-14:00 Uhr  
Heute: Frühlingsdekoration

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Fit und aktiv in den Frühling

**Dienstag  
14.03.**

★ **Besuch des LVR-LandesMuseums Bonn**

15:00 Uhr  
Treffpunkt: vor dem Museum, Colmantstraße 14-16

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet

**Dienstag  
21.03.**

**Gemeinsames Frühstück**

11:00-13:00 Uhr  
Anmeldung erforderlich

Kostenpflichtige Veranstaltung

**Sprach-Café**

13:00-14:30 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

**Donnerstag  
23.03.**

**Gemütliches Beisammensein  
Bistro »Kaffee und Kuchen«**

12:00-13:00 Uhr  
Lockerer Treffen bei einer Tasse Kaffee

**Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres Hochbeet-Kräutergartens**

13:00-14:00 Uhr  
Heute: Osterdekoration

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Fit und aktiv in den Frühling



Dienstag  
28.03.

★ **Frühlingsfest**

14:00-17:00 Uhr  
Wir feiern gemeinsam mit Seniorinnen und Senioren der anderen Paulinum-Wohnanlagen in Bonn.

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

Donnerstag  
30.03.

**Gemeinsame Feier für und mit allen Geburtstagskindern des Monats**

12:30-14:00Uhr  
Mit Kuchen, Blumen und Grußkarten!

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Fit und aktiv in den Frühling

Dienstag  
04.04.

**Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

**Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

**Spielemittwoch: Bingo/Tafelspiele**

14:00-16:00 Uhr

Donnerstag  
06.04.

★ **Wir feiern Ostern**

14:00-17:00 Uhr  
Herzliche Einladung in den Gemeinschaftsraum des Paulinums »Auf dem Hügel«

IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:



**Iryna Molchanovska**

**Mobil:** 0151 16 24 63 52

**Mail:** iryna.molchanovska@parea.de

**Dienstag**  
**11.04.**

### **Gemeinsames Frühstück**

11:00-13:00 Uhr  
Anmeldung erforderlich

Kostenpflichtige Veranstaltung

### **Sprach-Café**

13:00-14:30 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### **Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
**13.04.**

### **Gemütliches Beisammensein**

12:00-13:00 Uhr  
Erzählcafé

### **Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres Hochbeet-Kräutergartens**

13:00-14:00 Uhr  
Heute: Wir pflanzen Kräuter und Gemüse

### **Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

### **Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!

**Dienstag**  
**18.04.**

### **Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

### **Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### **Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele**

14:00-16:00 Uhr

**Donnerstag**  
**20.04.**

### **Gemütliches Beisammensein**

12:00-13:00 Uhr  
Gedächtnistraining

### **Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres Hochbeet-Kräutergartens**

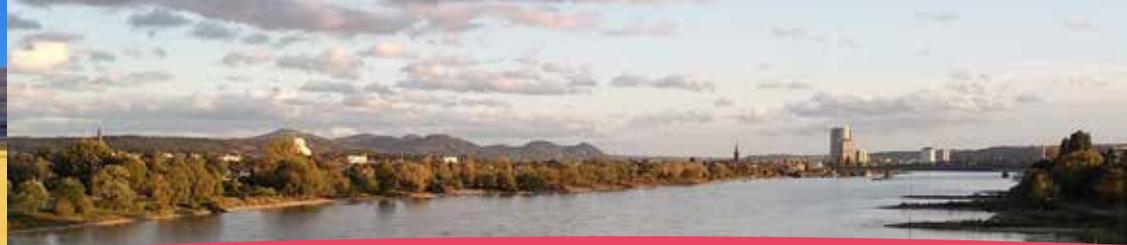
13:00-14:00 Uhr  
Heute: Kräuter und Gemüse pflanzen

### **Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

### **Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!



**Dienstag**  
25.04.

**Wir kochen und essen gemeinsam  
saisonale Gerichte**

12:00-14:30 Uhr  
Heute: Frühlingsuppe

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen  
Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
27.04.

**Gemeinsame Feier für und mit allen  
Geburtstagskindern des Monats**

12:00-14:00Uhr  
Mit Kuchen, Blumen und Grußkarten!

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Bei gutem Wetter draußen!

**Dienstag**  
02.05.

**Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr  
Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele  
machen Spaß!

**Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige  
Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit  
Migrationshintergrund

**Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele**

14:00-16:00 Uhr

**Donnerstag**  
04.05.

**Seniorencafé/Gedächtnistraining**

12:00-13:00 Uhr

**Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres  
Hochbeet-Kräutergartens**

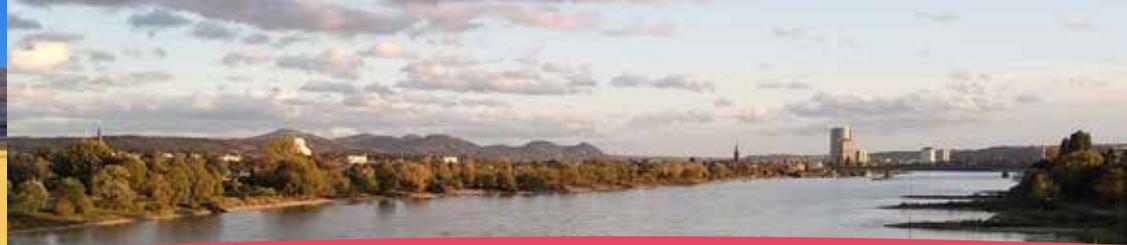
13:00-14:00 Uhr  
Heute: Kräuter und Gemüse einpflanzen

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!



**Dienstag**  
**09.05.**

★ **Ausflug in die Waldau**

Ab 12:00 Uhr

Wir essen gemeinsam im Restaurant zu Mittag und besuchen anschließend den Wildtierpark.

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
**11.05.**

**Erzählcafé/Gedächtnistraining**

12:00-13:00 Uhr

**Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres Hochbeet-Kräutergartens**

13:00-14:00 Uhr

Heute: Wir pflanzen Kräuter und Gemüse

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr

Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!

**Dienstag**  
**16.05.**

**Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

**Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

**Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele**

14:00-16:00 Uhr

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Iryna Molchanovska**

**Mobil:** 0151 16 24 63 52

**Mail:** iryna.molchanovska@parea.de



**Dienstag**  
23.05.

**Wir kochen und essen gemeinsam  
saisonale Gerichte**

12:00-14:30 Uhr  
Heute: Spargelsuppe

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen  
Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
25.05.

**Gemeinsame Feier für und mit allen  
Geburtstagskindern des Monats**

12:00-14:00Uhr  
Mit Kuchen, Blumen und Grußkarten!

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!

**Freitag**  
26.05.

★ **TAG DES NACHBARN:**

Ab 15 Uhr  
Eis und Getränke auf der Terrasse, Blumen und  
Grußkarten zum Verschenken an Ihre Nachbarn,  
Flohmarkt, Klamottentausch, Musik

**Programminweis:**

Im Juni werden wir wieder an einer **musikalischen  
Schiffahrt** teilnehmen, die aber erst im April  
gebucht werden kann.

Bitte beachten Sie die Aushänge!

**Dienstag**  
06.06.

**Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr  
Wir helfen bei Fragen rund um die Themen  
Smartphone, Handy und Internet.

**Dienstag**  
13.06.

**Gemeinsames Frühstück**

11:00-13:00 Uhr  
Anmeldung erforderlich

Kostenpflichtige Veranstaltung

**Sprach-Café**

13:00-14:30 Uhr  
Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für  
Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr  
Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!



**Donnerstag**  
**15.06.**

### **Seniorencafé/Gedächtnistraining**

12:00-13:00 Uhr

### **Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres Hochbeet-Kräutergartens**

13:00-14:00 Uhr

Alles rund um den Sommer

### **Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

### **Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr

Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!

**Dienstag**  
**20.06.**

### **Aktiv und Fit**

12:00-13:00 Uhr

Gemeinsame Bewegungsübungen und Spiele machen Spaß!

### **Sprach-Café**

13:00-14:00 Uhr

Treffen zum Austausch, Info und gegenseitige Hilfe für Seniorinnen und Senioren mit Migrationshintergrund

### **Spielenachmittag: Bingo/Tafelspiele**

14:00-16:00 Uhr

Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!

### **Mediensprechstunde**

15:00-16:30 Uhr

Wir helfen bei Fragen rund um die Themen Smartphone, Handy und Internet.

**Donnerstag**  
22.06.

**Parea-Eisdiele**  
12:00-13:00 Uhr

**Senioren-Kreativ-Café und Pflege unseres  
Hochbeet-Kräutergartens**

13:00-14:00 Uhr

Heute: Wir pflanzen Kräuter und Gemüse

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr

Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!

**Dienstag**  
27.06.

**Wir kochen und essen gemeinsam  
saisonale Gerichte**

12:00-14:30 Uhr

Heute: Sommersalate

**Donnerstag**  
29.06.

**Gemeinsame Feier für und mit allen  
Geburtskindern des Monats**

12:00-14:00Uhr

Mit Kuchen, Blumen und Grußkarten!

**Parea-Sprechstunde**

14:00-15:00 Uhr

**Aktiv und Fit**

15:00-15:40 Uhr

Bei gutem Wetter bewegen wir uns draußen!

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Iryna Molchanovska**

**Mobil:** 0151 16 24 63 52

**Mail:** iryna.molchanovska@parea.de



**PAREA gGmbH**  
Bismarckstraße 34 · 48268 Greven  
[www.parea.de](http://www.parea.de)