



# Münster

## Veranstaltungsübersicht

### Januar-Juni 2023

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

**Vorwort** ..... 04

**Was ist Parea?** ..... 05

    Informationen vom Beirat ..... 06

    Über uns ..... 08

    Wir sind das Team ..... 10

**Regelmäßige Veranstaltungen** ..... 12

**Terminübersicht** ..... 22

**Notizen** ..... 67

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

auch in diesem Jahr informieren wir in gedruckter Form über unsere Veranstaltungsangebote. Gerade halten Sie unser neues Parea-Programmheft mit vielen neuen Angeboten für die erste Jahreshälfte 2023 in den Händen.

Beim Durchblättern werden Sie bestimmt die eine oder andere interessante Veranstaltung für sich entdecken. Vielleicht stoßen Sie bei der Lektüre auch auf ein Veranstaltungsangebot, das Sie gleich an eine Freundin oder einen Bekannten denken lässt – nach dem Motto: »Das ist doch genau das Richtige für ...!« Dann sollten Sie nicht zögern, ihr oder ihm das Programmheft zu zeigen.

Ohnehin lohnt es sich für Ihre Freunde und Bekannten, einen Blick in das Heft zu werfen, denn zu vielen Veranstaltungen sind Gäste ebenso herzlich eingeladen. Zu welchen Konditionen sie teilnehmen können, darüber geben die Parea-Mitarbeiterinnen und -Mitarbeiter vor Ort gerne Auskunft.

Bitte informieren Sie sich auch über die Aushänge in den Schaukästen oder auf unserer Homepage [www.parea.de](http://www.parea.de) über aktuelle Informationen.

Das Parea-Team Münster freut sich auf Sie!

Ihre

Eva Bruns



## 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.«



## 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



## 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)



## DAS PAREA-TEAM MÜNSTER STELLT SICH VOR

### 10 Wir sind das Team!



#### TEAMLEITUNG MÜNSTERLAND:

**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)

**Paul-Sahle-Familientreff**

Brüningheide 89

48159 Münster-Kinderhaus



**Renata Rybina**

**Mobil:** 0157 53694525

**Mail:** [renata.rybina@parea.de](mailto:renata.rybina@parea.de)

**Paulinum »Kinderhaus«**

Killingstr. 1

48159 Münster



**Frauke Saß**

**Mail:** [frauке.sass@parea.de](mailto:frauке.sass@parea.de)

**Paulinum »Kinderhaus«**

Killingstr. 1

48159 Münster



## Helfen – ein gutes Gefühl

Wir bei Parea arbeiten viel und gerne mit ehrenamtlich tätigen Menschen zusammen – ohne diese Freiwilligen könnten wir den Bewohnerinnen, Bewohnern und Gästen nicht die Abwechslung, Zuwendung und Freude schenken. Das Ehrenamt gibt dabei nicht nur denen ein gutes Gefühl, die es erfahren, sondern auch den Menschen, die es ausüben.

Sie haben selber Lust, bei Parea aktiv zu werden und etwas anzubieten? Ob einmalig bei Festen und Aktionen, wöchentlich oder quartalsweise? Sprechen Sie uns an!

**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)

Weitere Informationen zu unseren Aktivitäten unter [www.parea.de](http://www.parea.de).

Wir, das Parea-Team, freuen uns auf Sie!



## 12 Regelmäßige Veranstaltungen

13

Sofern um Anmeldung gebeten wird, melden Sie sich bitte telefonisch unter der oben im Kalender angegebenen Nummer, per Mail oder persönlich beim Parea-Team vor Ort an.

Bei einigen Veranstaltungen entstehen Gebühren oder es gibt eine Unkostenbeteiligung nach dem individuellen Verbrauch. Sofern auch unter regelmäßigen Terminen nichts vermerkt ist, sind die Angebote kostenlos. Die Veranstaltungen montags, mittwochs und freitags im Paulinum sind für externe Besucher/innen kostenpflichtig. Kommen Sie gerne zum Schnuppern vorbei.

Da sich immer wieder spontan Ideen für neue, zusätzliche Aktivitäten auftun und wir diese zeitnah für Sie umsetzen möchten oder auch mal unfreiwillig Planänderungen auftreten, beachten Sie bitte zusätzlich aktuelle Aushänge.

Teilnehmen können alle Bewohner/innen unserer Wohnanlagen, Angehörige und alle Interessierte aus dem Freundeskreis oder der Nachbarschaft. Neben unseren regelmäßigen Veranstaltungen bieten wir auch beratende Hilfe, sprechen Sie uns an!

### REGELMÄSSIGE TERMINE

#### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde** Montags 17:00-17:30 Uhr

In einer persönlichen Beratung bringen wir Ihnen die digitalen Medien näher. Ob nun der Erstkontakt mit dem Internet, Smartphone und Co. oder als Lösung bei Problemen sämtlicher Art im Bereich des Basiswissens, können sich Sie sich gerne an uns wenden.

Neben der Beratung dient die Mediensprechstunde zur Information über die digitalen Medien samt Tipps und Tricks, die im Alltag hilfreich sein können. So bleiben Sie informiert und können selbstständig die Medien nutzen, ohne Angst davor zu haben, etwas falsch zu machen.

#### **Mögliche Fragestellungen können zum Beispiel sein:**

- **Wie richte ich mein Smartphone für meine Bedürfnisse ein?**
- **Welche Möglichkeiten bietet das Tablet und wie benutze ich es?**
- **Was mache ich, wenn ich mein Passwort vergessen habe?**
- **Was sind Apps und wie installiere ich sie?**
- **Wie installiere und benutze ich WhatsApp?**
- **Was sind die sozialen Medien und wie kann ich sie nutzen?**
- **Welche Sicherheitsprogramme sollte ich nutzen, damit meine Geräte und meine persönlichen Daten sicher sind?**

Diese Beispiele dienen der Illustration und zum besseren Verständnis, worum es in der Mediensprechstunde gehen kann. Selbstverständlich können Sie auch mit anderen Fragestellungen oder Problemen zu uns kommen.

Gemeinsam versuchen wir eine Lösung zu finden. Sollten wir mal nicht weiterwissen, so können wir nach Fachexperten in Ihrer Nähe suchen, an die Sie sich wenden können.

Die Mediensprechstunde richtet sich an alle Menschen, jeglicher Altersgruppe und Vorerfahrung. Bitte beachten Sie den Parea Online Kalender unter [www.parea.de/muenster](http://www.parea.de/muenster) für aktuelle Informationen zu unseren Terminen. Die Teilnahme ist kostenlos.

**Veranstaltungsort: Paulinum »Kinderhaus«**

Bewohner/innen des Paulinums »Kinderhaus« unterstützen wir zudem bei sozialrechtlichen Fragestellungen, bei Antragsstellung etc.

Nach Terminvereinbarung und bei Bedarf auch bei Ihnen Zuhause.



## 14 Regelmäßige Veranstaltungen

### **Fit und aktiv für Senioren**

Montags 15:00-15:30 Uhr

Stärken Sie Ihren Körper mit sportlicher Betätigung. Nutzen Sie die Möglichkeit, sich in direkter Nachbarschaft körperlich fit zu halten, denn die Lebensqualität im Alter hängt in hohem Maße von der körperlichen und geistigen Fitness ab. Wir sporteln nach Bedarf im Sitzen oder im Stehen, bei schönem Wetter auch draußen.

Kostenbeteiligung:

kostenfrei für Paulinum-Bewohner/innen

Sahle-Mieter/innen 2,00 EUR

externe Besucher/innen 2,50 EUR

Mit Renata Rybina im Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

Montags 15:45-16:45 Uhr

Durch das Sensibilitätstraining werden unsere sensorischen Sinne, insbesondere

der Tastsinn intensiv angesprochen. Bestimmte Übungen, wie zum Beispiel ein Raps- oder Kiesbad, Bürsten-Massagen, diverse Tastmaterialien und Greifübungen regen die Nervenfunktionen an.

Diese Übungen können durch das regelmäßige Training vegetative Schmerzsyndrome positiv beeinflussen und zum Beispiel die Kraft in den Händen steigern.

Des Weiteren kommen Wärme- und Kälteanwendungen, funktionelle Spiele und handwerkliche Techniken als Sensibilitätsübungen zum Einsatz. Dies dient zur Stärkung der Körperwahrnehmung, ebenso wird die Konzentration geschult. Beeinträchtigungen die zum Beispiel durch Krankheitsbilder wie Polyneuropathie oder Rheuma entstehen, können verbessert werden.



## 15

Aber auch ohne Beeinträchtigungen lädt der Kurs Menschen jeden Alters zum Spüren, Wahrnehmen und Entdecken ein.

Tun Sie etwas Gutes für sich, wir freuen uns auf Ihre Anmeldung!

Kostenbeteiligung:

kostenfrei für Paulinum-Bewohner/innen

Sahle-Mieter/innen 2,00 EUR

externe Besucher/innen 2,50 EUR

Mit Renata Rybina im Paulinum »Kinderhaus«

### **Offene Nähgruppe**

Dienstags 18:15-20:15 Uhr

Von einer erfahrenen Schneiderin die ersten Schritte an der Nähmaschine erklärt bekommen ist eine super Gelegenheit, das Nähen zu lernen. Sich zeigen lassen, wie eine Hose enger genäht oder gekürzt wird oder der Reißverschluss eingefügt, ist auch mit Vorerfahrung manchmal hilfreich.

Je nach Jahreszeit werden thematische Angebote gemacht oder Ideen für nachhaltige Nähprojekte umgesetzt. Einzelne Nähmaschinen sind vorhanden. Verbrauchsmaterial muss mitgebracht werden, dabei darf gerne upgecyclt werden. In der Vorweihnachtszeit finden an diesem Termin Aktionen, wie Stollen backen und Adventskranz binden statt.

Mit Simone Grabbe und Sabine Freitag im Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Kindergruppe**

Dienstags 16:15-18:15 Uhr

Regelmäßig jede Woche oder ganz spontan und nur ab und an vorbeischaun und mit den Kindern aus der Nachbarschaft nach der Kita oder Schule gemeinsam spielen, basteln und toben ist bei uns möglich. Wir feiern Feste, wie die Kinder-Karnevalsparty und Halloween,





## 16 Regelmäßige Veranstaltungen

17

basteln Osterdeko mit Fundstücken unserer Ausflüge in die Natur, besuchen den Zoo oder ein spannendes Museum, gehen in die Eisdielen oder Boccia spielen. Wir backen und kochen gerne zusammen und machen auch mal aus gesammelten Kräutern eigene Bonbons. Ihr erkennt unseren Garten an dem blauen Trampolin.

Mit Sabine Freitag und Simone Grabbe im Paul-Sahle-Familientreff

### **Kaffeeklatsch für Seniorinnen und Senioren**

Freitags 15:00-17:30 Uhr

Kaffeeklatsch für Seniorinnen und Senioren mit abwechslungsreichen Aktivitäten, wie Gedächtnistraining, Kreativtreff, Spielerunde, gemeinsamem Kochen, Tanztee, Bingo, Ausflügen etc. Das aktuelle Angebot entnehmen Sie bitte dem Kalender und den Aushängen vor Ort.

Teilweise kostenpflichtige Veranstaltung – weitere Informationen entnehmen Sie bitte den Aushängen

Mit Frauke Saß im Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditationskurs**

Mittwochs 17:00-17:45 Uhr - ab 17. August 2022

In dem fortlaufenden Meditationskurs wird in ruhiger Atmosphäre eine Methode erlernt, um sich selbst zu regulieren und zur Entspannung zu finden. Es geht darum, Gedanken loszulassen, sich auf das Wichtige zu fokussieren und zu mehr Gelassenheit zu kommen. Dabei helfen verschiedene Atem- und Achtsamkeitsübungen. Die Meditation hebt die Stimmung, verbessert den Umgang mit Gefühlen und erhöht die Konzentrationsfähigkeit. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich. Ein späterer Einstieg ist genauso möglich, wie nur die ein oder andere Sitzung mitzumachen. Die Übungen beinhalten keine körperlichen Anstrengungen und können sowohl im Sitzen als auch im Liegen praktiziert werden.

Kostenbeteiligung:

Sahle-Mieter/innen 3,00 EUR

externe Besucher/innen 4,00 EUR

kostenfrei für Paulinum-Bewohner/innen

Mit Renata Rybina im Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditativer Spaziergang**

Mittwochs 16:00-17:00 Uhr

Ziele bei diesem Spaziergang sind, zur Ruhe zu finden, auch mobilitätseingeschränkte Bewohner/innen in Bewegung zu bringen und miteinander ins Gespräch zu kommen. Nach Wunsch kann auch gerne ein sprachloser Spaziergang stattfinden, in dem man sich voll und ganz auf seine Sinne und Eindrücke konzentrieren kann.

Einmal in der Woche laden wir zu einem Spaziergang ein, der nicht sehr lang sein soll, zum Beispiel durch das benachbarte Waldstück.

Nach einer Weile wird eine Pause eingelegt. Bewohner/innen mit Rollator haben dann auch die Möglichkeit, sich einen Moment auszuruhen. Hier erhalten die Spaziergänger/innen einen Impuls für den weiteren Streckenabschnitt. Dies kann ein Text sein, der Duft einer Blume, ein Denkmal, ein Lied – was auch immer.

Es gibt auch die Möglichkeit, den Spaziergang unter ein bestimmtes Motto zu stellen, zum Beispiel Natur oder man geht zu einem Spielplatz und nutzt das Thema Kindheit. Unserem Ideenreichtum ist keine Grenze gesetzt.



### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

Freitags 15:00-17:00 Uhr

Hier erhalten Kinder, Jugendliche sowie Erwachsene Anleitung und Unterstützung bei der Fahrradreparatur und zum Moped-Bau. Das Werkzeug ist zum Großteil vorhanden. Benötigte Verbrauchsmaterialien müssen selber mitgebracht werden.

Mit Anmeldung bei Dennis Meyer unter 0152 58 17 01 82

### **Kinderhauser Abenteuer Gang (KAG)**

Freitags 16:00-18:00 Uhr

Wir sind die KAG, eine Gruppe für Kinder aus Kinderhaus. Jeden Freitag treffen wir uns von 16 Uhr bis 18 Uhr.

Gemeinsam erleben wir viele Abenteuer: Wir machen Ausflüge in den Wald, erkunden die Natur oder pflanzen Gemüse in eigenen Hochbeeten an. Bei schlechtem Wetter machen wir uns auch mal einen gemütlichen Nachmittag und backen oder kochen leckere Gerichte oder basteln etwas. Besonders wichtig ist für uns aber, in der Natur zu sein und den nachhaltigen Umgang mit ihr zu lernen.

In den Ferien machen wir größere Ausflüge, wie zum Beispiel Zeltlager, Wanderungen oder Fahrten zum Badensee oder in Tierparks.

Mit Paula Pilling, Sinja Sircar & Sahar Shakaramipoor im Paul-Sahle-Familientreff

### **Strickgruppe**

Sonntags 15:00-17:00 Uhr

In gemütlicher Runde wird sonntags im Herbst und Winter gemeinsam gestrickt. Ein Teil der wolligen hübschen Stulpen, Strümpfe und Schals wird im Anschluss auf dem Weihnachtsmarkt am Sprickmannplatz verkauft. In Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein Atrium e.V. mit Adelgund Schmitz und Nicole Berner im Paulinum »Kinderhaus«

### **WEITERE ANGEBOTE:**

#### **Bücherecke im Paulinum »Kinderhaus«**

Während unserer Öffnungszeiten können Sie sich gerne aktuelle Literatur ausleihen oder bei einem Kaffee darin schmökern.

#### **Mobile Givebox**

Tauschen und Verschenken in der Nachbarschaft – mit der mobilen Givebox vor dem Paul-Sahle-Familientreff in der Brüningheide ist dies nun unkompliziert möglich.

Seit fast zwei Jahren gibt es bereits den Kleiderständer & Bollerwagen, um nicht mehr geliebte oder benötigte Habseligkeiten, wie Kleidung, Schuhe, Accessoires, Bücher, Deko und weitere Haushaltsgegenstände, in andere Hände weiterzugeben.

Sie leisten damit einen Beitrag zur nachhaltigen Nutzung von Ressourcen und zum Gemeinschaftsgefühl. Die mobile Givebox („Verschenk-Kiste“) steht je nach Öffnungszeiten und Wetterlage draußen. Wenn Sie größere Mengen abgeben möchten, rufen Sie gerne an, um einen Termin zu vereinbaren.



## 20 Regelmäßige Veranstaltungen

---

### Bewohnerversammlung

Sie wünschen sich eine Bewohnerversammlung in Ihrem Haus? Dann melden Sie sich bei uns oder beim Kundencenter Ihres Vermieters.

### Airhockey und Kicker

Um auch im Winter aktiv zu bleiben und seine Nachbarn nicht nur im kalten Hausflur zu treffen, bieten wir die Indoor-Aktiv-Wochen an, wo Jung & Alt kostenfrei Air-Hockey & Kicker spielen können. Die Öffnungszeiten der jeweiligen Tage entnehmen Sie bitte den Aushängen.

Im Paul-Sahle-Familientreff

### Kleidertauschparty

Tauschen ist das neue Shoppen! Nachhaltige Mode mal anders!! Geht es Ihnen auch so? »Ich hatte das Problem, dass a) mein Kleiderschrank zu voll war und b) ich nichts zum Anziehen hatte!« Die meisten Menschen tragen nur 20 % ihrer Kleidung. 80 % liegt fast gänzlich unangerührt im Schrank. Das muss nicht sein. Geben Sie Ihrer unliebsamen Kleidung die Chance auf ein neues Leben. Ausmisten \*Tauschen\* Feiern. Jede/r bringt mindestens fünf Kleidungsstücke und Accessoires mit. Diese werden vom Organisationsteam auf Kleiderständen und Tischen einsortiert und dekoriert. Es gibt frischen Kuchen, Kaffee und dazu Sekt oder ein Bierchen und im Background gute Laune-Musik. Man lernt neue Menschen kennen, in dem man sich berät gegenseitig zur neuen Kleidung berät.

Mit Eva Bruns im Paulinum »Kinderhaus«

## NEUE KOOPERATIONSPARTNERIN

**Terminankündigung: Donnerstag, 09. März 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)



**Montag**  
**02.01.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Mittwoch**  
**04.01.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Freitag**  
**06.01.**

### **Neujahrscafé für Nachbarn**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Montag**  
**09.01.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**10.01.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**11.01.**

### **4. Sinfoniekonzert**

Uhrzeit wird noch bekannt gegeben  
Theater Münster



**Donnerstag**  
**12.01.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**13.01.**

### Winterwaffeln

15:00 Uhr  
Gemütliches Zusammensein mit den großen & kleinen Nachbarn, dabei frisch gebackene Waffeln & warme Getränke genießen. Wer mag, kann Airhockey & Kicker spielen.

0,50 EUR pro Waffel

Paul-Sahle-Familientreff

### Nachbarschaftscafé mit Bingo

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
**15.01.**

### Strickgruppe

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«

**Montag**  
**16.01.**

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)

**Dienstag**  
17.01.

**Offene Kindergruppe**  
16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Offene Nähgruppe**  
18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
18.01.

**Meditativer Spaziergang**  
16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Meditation**  
17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
19.01.

**KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**  
16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
20.01.

**Gemeinsames Kochen mit Nachbarn**  
11:00-14:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Fahrrad flicken & Moped-Bau**  
15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Montag**  
23.01.

**Fit und aktiv für Senioren**  
15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Sensibilitätstraining**  
15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**  
17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**  
**Mobil:** 0151 17 11 45 74  
**Mail:** eva.bruns@parea.de

**Dienstag**  
**24.01.**

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**25.01.**

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**26.01.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**27.01.**

### Vortrag »Umgang mit den steigenden Lebenshaltungskosten – wie behalte ich mein Budget im Griff«

15:00 Uhr  
mit Simone Weinke, Verbraucherzentrale Münster

Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
**29.01.**

### Strickgruppe

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)



**Montag**  
30.01.

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
31.01.

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
01.02.

### Makramee-Workshop

15:30-17:30 Uhr  
Federn, Haarbänder & Co. 6-13 Jahre  
Kostenbeteiligung: 4,00 EUR pro Person

Anmeldung bei Eva Bruns 01511 711 45 74

mit Heike Lemke, Paul-Sahle-Familientreff

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Makramee-Workshop

18:00-20:00 Uhr  
Windlichter & Co. für Jugendliche und Erwachsene  
Kostenbeteiligung: 5,00 EUR pro Person

Anmeldung bei Eva Bruns 01511 711 45 74

mit Heike Lemke, Paul-Sahle-Familientreff

**Donnerstag**  
02.02.

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff



**Freitag**  
**03.02.**

### Nachbarschaftscafé mit Gedächtnistraining

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
**05.02.**

### Strickgruppe

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«

**Montag**  
**06.02.**

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00 -17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**07.02.**

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**08.02.**

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**09.02.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**10.02.**

### Rätselraten im Nachbarschaftscafé

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
**12.02.**

### Strickgruppe

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«

**Montag**  
**13.02.**

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**14.02.**

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**15.02.**

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**16.02.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag  
17.02.**

### **Kinderkarnevalsparty**

15:00-18:00 Uhr  
Kostümpflicht, ohne Eltern

Paul-Sahle-Familientreff

### **Nachbarschaftscafé mit Karnevalsmusik**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag  
19.02.**

### **Strickgruppe**

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«

**Montag  
20.02.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Mittwoch  
22.02.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag  
23.02.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag  
24.02.**

### **Gemeinsames Waffelbacken mit Nachbarn**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag  
26.02.**

### **Strickgruppe**

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«



**Montag**  
27.02.

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
28.02.

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren  
Paul-Sahle-Familientreff

#### IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:



**Eva Bruns**  
**Mobil:** 0151 17 11 45 74  
**Mail:** eva.bruns@parea.de

**Mittwoch**  
01.03.

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
02.03.

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
03.03.

### Stille Post im Nachbarschaftscafé

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
05.03.

### Strickgruppe

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«





**Montag**  
**06.03.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**07.03.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**08.03.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**09.03.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Orientierungskurs »Was tun bei Pflegebedürftigkeit?«**

16:00-19:00 Uhr  
siehe Seite 21

Anmeldungen unter:  
[www.angehoerigenschule.de/buchung](http://www.angehoerigenschule.de/buchung)

Paulinum »Kinderhaus«

**Freitag**  
**10.03.**

### **Nachbarschaftscafé mit Gedächtnistraining**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
**12.03.**

### **Strickgruppe**

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«



**Montag**  
**13.03.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**14.03.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**15.03.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**16.03.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**17.03.**

### **Nachbarschaftscafé mit Wunschfilm**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
**19.03.**

### **Strickgruppe**

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)

**Montag**  
**20.03.**

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**21.03.**

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Hefezopf backen

Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**22.03.**

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**23.03.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**24.03.**

### Kleidertauschparty

16:30-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Sonntag**  
**26.03.**

### Strickgruppe

15:00-17:00 Uhr  
in Kooperation mit dem Internationalen Kulturverein  
Atrium e.V.,

Paulinum »Kinderhaus«

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)

**Montag**  
**27.03.**

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**28.03.**

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Ostereier färben

Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**29.03.**

### Museumsbesuch; Thema: Alleskönner Wald

ab 15:00 Uhr  
LWL Museum

**Donnerstag**  
**30.03.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**31.03.**

### Gemeinsames Kochen mit Nachbarn

11:00-14:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)



**Donnerstag**  
**06.04.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**12.04.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**13.04.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**14.04.**

### **Rätselraten im Nachbarschaftscafé**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Montag**  
**17.04.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**18.04.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** eva.bruns@parea.de

**Mittwoch**  
**19.04.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**20.04.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**21.04.**

### **Currywurst-Schleife**

ab 15:00 Uhr  
für Sahle-Mieter/innen kostenlos,  
für Externe gegen Gebühr

Paul-Sahle-Familientreff

### **Stadt-Land-Fluss mit Glücksrad im Nachbarschaftscafé**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Montag**  
**24.04.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**25.04.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**26.04.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«



**Donnerstag**  
**27.04.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**28.04.**

### Gemeinsam Obstsalat zubereiten mit Nachbarn

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)



**Mai**

**Dienstag**  
**02.05.**

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**03.05.**

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**04.05.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff



**Freitag  
05.05.**

### Nachbarschaftscafé mit Wunschfilm

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Montag  
08.05.**

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag  
09.05.**

### Offene Kindergruppe

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### Offene Nähgruppe

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch  
10.05.**

### Meditativer Spaziergang

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Meditation

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag  
11.05.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag  
12.05.**

### Tag des Nachbarn – Bewohnerfest

15:00 Uhr  
mit Hüpfburg, kulinarischer Verköstigung etc. mit Parea & Sahle

Weitere Informationen entnehmen Sie bitte den Aushängen.

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)





**Montag**  
**15.05.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Mittwoch**  
**17.05.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Freitag**  
**19.05.**

### **Blumenpflanzaktion mit Nachbarn**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«



**Montag**  
**22.05.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**23.05.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**24.05.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«



**Donnerstag**  
**25.05.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**26.05.**

### **Gemeinsames Waffelbacken für Nachbarn**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Mittwoch**  
**31.05.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**01.06.**

### **KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**02.06.**

### **Eiscafé für Nachbarn**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Montag**  
**05.06.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«



**Dienstag**  
**06.06.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**07.06.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Freitag**  
**09.06.**

### **Nachbarschaftscafé mit Bingo**

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Fahrrad flicken & Moped-Bau**

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Montag**  
**12.06.**

### **Fit und aktiv für Senioren**

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Sensibilitätstraining**

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Dienstag**  
**13.06.**

### **Offene Kindergruppe**

16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

### **Offene Nähgruppe**

18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Mittwoch**  
**14.06.**

### **Meditativer Spaziergang**

16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### **Meditation**

17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«



**Donnerstag**  
**15.06.**

**KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**  
16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Dienstag**  
**20.06.**

**Offene Kindergruppe**  
16:15-18:15 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag**  
**16.06.**

**Gedächtnistraining im Nachbarschaftscafé**  
15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Offene Nähgruppe**  
18:15-20:15 Uhr  
ab 16 Jahren

Paul-Sahle-Familientreff

**Fahrrad flicken & Moped-Bau**  
15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Mittwoch**  
**21.06.**

**Meditativer Spaziergang**  
16:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Montag**  
**19.06.**

**Fit und aktiv für Senioren**  
15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Meditation**  
17:15-18:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Sensibilitätstraining**  
15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde**  
17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Donnerstag**  
**22.06.**

**KAG Kinderhauser Abenteuer Gang**  
16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff



**Freitag  
23.06.**

### Rätselraten im Nachbarschaftscafé

15:00-17:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Fahrrad flicken & Moped-Bau

15:00-17:00 Uhr  
Anleitung zur Fahrradreparatur

Anmeldung: 0152 58 17 01 82

**Montag  
26.06.**

### Fit und aktiv für Senioren

15:00-15:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Sensibilitätstraining

15:45-16:45 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

### Mediensprechstunde/Parea-Sprechstunde

17:00-17:30 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**Mittwoch  
28.06.**

### Besuch von Gut Kinderhaus

ab 15:00 Uhr  
Gut Kinderhaus

**Donnerstag  
29.06.**

### KAG Kinderhauser Abenteuer Gang

16:30-18:30 Uhr  
Paul-Sahle-Familientreff

**Freitag  
30.06.**

### Gemeinsames Grillen mit Nachbarn

11:00 Uhr  
Paulinum »Kinderhaus«

**IHRE PAREA-MITARBEITERIN VOR ORT:**



**Eva Bruns**

**Mobil:** 0151 17 11 45 74

**Mail:** [eva.bruns@parea.de](mailto:eva.bruns@parea.de)

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

---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



---



KONZERTE, SHOWS & EVENTS

# Endlich wieder live!



WESTFALENHALLE

[www.westfalenhalle.de](http://www.westfalenhalle.de)  
[ticket.westfalenhallen.de](http://ticket.westfalenhallen.de)

  /westfalenhallen