



**PROgymnasium
Bensberg e.V.**
Bürgerhaus

KURS- PROGRAMM

2. Halbjahr 2021

Begegnung, Betreuung, Beratung



0 22 04 / 95 48 - 15

www.progymnasium.de



Weil jedes Auge seine individuellen Augenblicke erlebt.

Erleben Sie die Leichtigkeit des Sehens und genießen Sie jeden Augenblick mit individuell für Sie maßgeschneiderten ZEISS Brillengläsern.

Denn durch welche Brille Sie die Welt auch immer sehen – mit ZEISS sehen Sie sie aus Ihrer Sicht.

Besuchen Sie uns – wir beraten Sie gern.

ZEISS Individual Brillengläser. Meine Augen sind es mir wert!

POTYKA
Brillen + Akustik
Design



Hauptstraße 217
51465 Bergisch Gladbach
Tel. 0 22 02 - 3 60 97

www.brillen-potyka.de

POTYKA Brillen + Akustik GmbH

Geimpft, Genesen, Getestet – Gestärkt

Liebe Leserinnen und Leser,

in einer großen Impfkaktion im April/Mai konnten die Menschen im PRO geimpft werden und mit einer regelmäßigen und umfassenden Testung sowie mit konsequenter Einhaltung der Hygieneregulungen gehen wir gestärkt in das 2. Programm-Halbjahr 2021.

Die Kursangebote wurden den derzeitigen Gegebenheiten und den zu erwartenden Entwicklungen angepasst oder neu konzipiert.

Dankbar und stolz sind wir darauf, dass das bereits im letzten Jahr vom Leiter der Begegnungsstätte, Herrn Heiko Reinhold, initiierte Projekt „Wir am Tablet“ beim Förderaufruf der Stiftung Wohlfahrtspflege NRW – „Zugänge erhalten – Digitalisierung stärken“ - ein sehr positives Signal setzen konnte und eine Förderung zugesagt ist.

Große Freude herrscht auch über ein außergewöhnliches und auf Zukunft angelegtes Projekt des Porsche Zentrums Bensberg. Als regional verwurzeltes Unternehmen versteht Geschäftsführer Roman Konrads das Engagement des Porsche Zentrums Bensberg als eine gesellschaftliche Verantwortung und möchte das PRO längerfristig stärken.

Das nenne ich „Krisenbewältigung und Zukunftsgestaltung für unsere Mitmenschen in Bensberg“ und sage DANKESCHÖN für die Verbundenheit mit der Stadt und mit Kooperationspartnern und unserem Verein.

Weitere interessante Neuigkeiten und zusätzliche Informationen zu den neuen Projekten erfahren Sie in diesem Programmheft. Schauen Sie einfach mal rein. Der „Vereins-Alltag“ geht weiter. Informieren Sie sich unter (02204) 9548-15 wann, was wieder los geht.



Manfred Klein , Vorsitzender



Der PROgymnasium Bensberg e.V. versteht sich als Bürgerhaus, generationsübergreifende Bildungs- und Veranstaltungsstätte und Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren in der zweiten Lebenshälfte. Sie erhalten hier auch umfassende Beratung, Hilfs- und Unterstützungsangebote für Menschen mit Behinderung. Angeboten werden ebenfalls ambulante Betreuungen von Menschen mit Behinderung im Bereich Betreutes Wohnen.

Vorwort	3	Gesundheit und Bewegung	59
Vorstand/Impressum	7	Weitere Abteilungen und Angebote	67
Aufgabenfelder im PRO	8	PRO Verwaltung	68
Anmeldeinformationen	9	PRO Media gGmbH – Integration und Arbeit im PRO	69
In eigener Sache zum Kursprogramm Informationen zu COVID-19 / Corona	10	PRO Train	71
Begegnungsstätte PRO Treff, Ansprechpartner*innen	11	Informationen für Hör- und Sprachgeschädigte	73
Ehrenamtliche Mitarbeit	12	„Gemeinsam Gutes unternehmen“ – Partnerschaft PRO und Porsche	74
Beratung und Hilfen	15	Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V.	76
Kunst und Kreativität	21	Mitgliedschaften und Kooperationen	78
Sprachen	37	Dank an Unterstützende	78
Kultur und Gesellschaft	45	Teilnahmebedingungen für Kurse	79
Hinweise zu den Freizeitangeboten	52	Anmeldung Kurse (Anmeldeformular)	80

A

Abteilungen im Pro.....	8
Anmeldeinformation PRO Treff.....	9
Anmeldung Kurse	80
Aqua-Fitness 50+.....	60
Aquarellmalerei am Dienstag	26
Aquarellmalerei am Donnerstag	28
Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens...	50
Ausflug nach Katwijk.....	51

B

Bensberger Stadthüpfen	13
Beratung und Hilfen.....	15
Bridge	54

C

Canasta.....	55
--------------	----

D

Datenschutzhinweis.....	81
Doppelkopf	54

E

Ehrenamtliche Mitarbeit.....	12
Einblicke „Residenz am Schloß“	47
Ein kreativer Schreibkurs	35
Ein Tag zum Zeichnen.....	31
English everywhere	39
English for everyone	40
Entspannen und Malen.....	32
Essen gegen Vergessen.....	46
Experimentelle Seidenmalerei	22

F

Formular Ambulanz.....	19
Frauengesprächskreis.....	49
Förderverein Beitrittserklärung	77
Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V.	76

G

Gedächtnistraining mit Spaß.....	48
Geschenkgutschein.....	81
Gesundheit und Bewegung	59

H

Hatha Yoga	62
Hinweise zu den Freizeitangeboten.....	52

I

Ich schreibs mir einfach von der Seele	34
Individuelle Beratung bei Smartphones und Tablets.....	19
Informationen zu Covid-19	10
Inhaltsverzeichnis.....	4
Inklusives Kettenbasteln für den guten Zweck	33
Italienisch für leicht fortgeschrittene Anfänger*innen	42

K

Kegeln.....	53
Kino CINEPLEX in der SCHLOSSPASSAGE Bensberg	56
Kleine Wanderungen	65
Kultur und Gesellschaft.....	45
Kunst und Kreativität	21

L		S	
Literaturklub „Nachlese“	52	Schach	54
M		Schreibzeit	36
Malen in den Herbstferien	29	Schwarzes Brett	13
Malen in den Sommerferien	30, 31	Selbsthilfegruppen im PRO	14
Malen mit Acryl am Mittwoch	27	Skat.....	53
Mitgliedschaften und Kooperationen	78	Smartphone (Android) und Tablet Training für Anfänger*innen.....	17
Museumsbesuche und Ausflüge	51	So finden Sie uns	81
O		Spanisch Stammtisch	43
Offener Bücherschrank	13	Spendenbeitrag.....	10
P		Spielcafé	53
Patchwork und Applikation – der Kurs.....	24	Sprachen.....	37
Patchwork und Applikation – der Nähtag.....	24	Stichwortverzeichnis.....	6
Patchwork und Applikation – ein Nachmittag	23	T	
PC – Individuelle Beratung im PRO.....	16	Team PRO Treff	11
PRO Media - Bildung und Kultur gGmbH	69	Teilnahmebedingungen	79
PRO Pedale – Fahrradgruppe.....	64	V	
PRO Train	71	Vermietung von Räumen	68
PRO Train Ansprechpartner/innen	72	Vielen Dank für Ihre Unterstützung.....	78
PRO Treff Adventsfeier.....	52	Vorstand	7
R		Vorwort	3
Reading and Discussing.....	38	W	
Reading and Discussing.....	41	Weihnachtsbasteln	32
Regionalpartner der Aktion Mensch.....	70	Weitere Abteilungen und Angebote.....	67
Rollstammtisch im PRO	50	WhatsApp Kurs für Smartphone (Android)....	18
		Y	
		Yoga 50+.....	63
		Zeichnen und Malen am Donnerstag.....	25
		„Gemeinsam Gutes unternehmen“ Partnerschaft zwischen PRO und Porsche	74

Die im Programmheft mit *gekennzeichneten Veranstaltungen werden von der Paritätischen Akademie in Kooperation mit dem PROgymnasium Bensberg e.V. durchgeführt.

Vorstand

Der PROgymnasium Bensberg e.V. wird von einem ehrenamtlichen Vorstand geleitet:

Manfred Klein (Vorsitzender)
 Peter Grade (stellv. Vorsitzender)
 Roswitha Lawrenz
 Karl-Heinz Nessler

Telefon (02204) 9548 - 0
Fax (02204) 9548 - 26
E-Mail info@progymnasium.de
Homepage: www.progymnasium.de

Impressum PROgymnasium Bensberg e.V.
 Schloßstr. 84, 51429 Bergisch Gladbach
 Bankverbindung: Bensberger Bank eG
 BIC: GENODED1 BGL
 IBAN: DE52 3706 21 24 00071 000 27

Vereinsregister: Amtsgericht Köln
 Registernummer: Vereinsregister 501 555
 Vorstandsvorsitz: Manfred Klein

Anzeigen: Bergisches Handelsblatt GmbH & Co. KG
 Jochen Asbeck (verantwortlich)
 Hauptstraße 97, 51465 Bergisch Gladbach

Gestaltung und Satz: RAG-Satztechnik-GmbH
 August-Horch-Straße 10, 51149 Köln
 Thomas Berschbach

Druckerei: Heider Druck GmbH
 Paffrather Straße 102-116, 51465 Bergisch Gladbach

Auflage: 1.500

**Bitte unterstützen Sie unsere vielfältigen Aufgaben im PRO!
 Werden Sie Mitglied im Förder- und Trägerverein!
 Das Antragsformular finden Sie auf Seite 77**

Folgende Abteilungen finden Sie in unserem Haus:

PRO Treff Begegnungsstätte

Wir verstehen uns als Begegnungsstätte und lebendiger Treffpunkt für Menschen, vor allem in der zweiten Lebenshälfte, ab 50 Plus. Die Interessen der Teilnehmer*innen dienen uns zur Orientierung. Ein breit gefächertes Kurs- und Freizeitprogramm wartet auf Sie und möchte Sie begeistern.

Machen Sie sich auf den Weg, lassen Sie sich inspirieren und lernen Sie Neues kennen. Hier haben Sie die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und Erlebnisse mit anderen Menschen zu teilen.

PRO Train – Betreutes Wohnen

unterstützt erwachsene Menschen mit Behinderung im Rahmen einer Trainingswohngemeinschaft und/oder in der eigenen Wohnung.

Vermietung von Räumen

Feiern Sie im PRO anstatt zu Hause! In den hellen Räumen ist Platz für rund 50 Gäste. Wir stellen Tische und Stühle zur Verfügung.

PRO Media Bildung & Kultur gGmbH – Integration und Arbeit

PRO Media bietet Menschen mit Benachteiligungen einen Arbeitsplatz, an dem sie Qualitätsleistungen erbringen können. Seit kurzem bieten wir auch Assistenzdienstleistungen an.



Anmeldung zu Kursen, Gruppen und Angeboten

Für die Teilnahme an den Kursen ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich.

Unsere Kurse richten sich weitgehend nach den Schulferien. Die genauen Termine finden Sie ab sofort hier im Heft bei den jeweiligen Kursbeschreibungen. Bitte haben Sie Verständnis, dass die Kursleitungen in Absprache mit den Teilnehmenden die Termine kurzfristig ändern können. Die Gruppen, für die keine Teilnahmegebühr erhoben wird, bedürfen keiner schriftlichen Anmeldung.

Der von Ihnen gewünschte Kurs hat schon begonnen? Fragen Sie uns gerne nach einem Quereinstieg, wir beraten Sie gerne.

Bei weiteren Fragen gibt PRO Treff gerne Auskunft!

Anmeldeformular: siehe Seite 80

Konto **Bensberger Bank eG**
BIC: GENODED1 BGL
IBAN: DE52 3706 21 24 0007 1000 27

Hinweis zur Lastschrift:

Sie können innerhalb von acht Wochen dem Einzug widersprechen. Es gelten dabei die mit Ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Bei Überweisungen geben Sie bitte die Kursnummer an.

Telefon (02204) 9548 - 15
pro.treff@progymnasium.de



Gerne gesehen – der Spendenbeitrag

Besondere Zeiten erfordern besondere Taten, neue Ideen und Eigeninitiative. Denn bedingt durch die Corona-Krise fehlen uns Einnahmen aus dem Kursbetrieb. So können die Kurse nur mit geringerer Teilnehmendenzahl stattfinden. Hinzu kommen außergewöhnliche Ausgaben, zum Beispiel für Desinfektionsmittel und Mund-Nasen-Masken. Um Ihnen weiterhin ein breites und ansprechendes Angebot zur Verfügung zu stellen, bieten wir Ihnen die Möglichkeit, direkt beim Buchen eines Kurses eine Spende hinzuzufügen. Den neuen „Spendenbeitrag“ (Gebühr inkl. Spende) finden Sie bei jeder Kursbeschreibung hinter der Kursgebühr. Wir haben uns bewusst gegen eine drastische Erhöhung der Kursgebühren entschieden, da wir als „Ein Haus für alle“, gerade auch für Menschen ohne großes Portemonnaie da sein möchten und die Teilnahme an unseren Angeboten ermöglichen wollen. Bitte geben Sie bei der Anmeldung an, ob Sie die Kursgebühr mit oder ohne Spende buchen möchten.

Bitte entscheiden Sie nach Ihren finanziellen Möglichkeiten, uns zu unterstützen. Wir sagen jetzt schon ganz herzlich VIELEN DANK!
Ihr PRO Treff Team

In eigener Sache zum Kursprogramm Informationen zu COVID-19 / Corona

Auch das Programmheft für das zweite Semester 2021 ist unter den Umständen der Corona-Krise entstanden.

Da die weitere Entwicklung nicht absehbar ist, bitten wir Sie, die aktuellen Ausgänge und Ankündigungen zu beachten. Wir freuen uns, weitere Angebote für Sie zu erstellen und werden diese rechtzeitig bekannt geben.

Auf jeden Fall freuen wir uns sehr, Sie alle wieder bei uns begrüßen zu dürfen!

Team PRO Treff



Teamleitung

N.N.

Telefon (02204) 9548 - 15

Fax (02204) 9548 - 26



Yvette Singer

Telefon (02204) 9548 - 15

Fax (02204) 9548 - 26

yvette.singer@progymnasium.de

Sprechzeiten: Montag – Freitag von 10.00 – 16.00 Uhr

Das Team wird ergänzt durch:

Wilhelm Odenthal



Ehrenamtliche Mitarbeit im PRO

Wir freuen uns über Ihr ehrenamtliches Engagement im PRO. Wir erhalten sehr viel Unterstützung seitens der ehrenamtlichen Mitarbeiter*innen, die in vielen Bereichen unersetzlich sind. An dieser Stelle noch einmal vielen Dank dafür!

Der zeitliche Umfang und der Einsatzbereich kann frei gewählt werden.

Der Einsatz erfolgt nach eigenen Wünschen und Ideen und dem Bedarf bei PRO Treff.

Wir unterstützen Sie dabei, Ihre Vorstellungen, Projekte und Ideen umzusetzen.

Wir freuen uns auf Ihr Interesse und Ihre Hilfe.

Rufen Sie uns an:

PRO Treff Team

(02204) 9548 - 15

pro.treff@progymnasium.de



PROgymnasium ist jetzt auch bei Facebook! Werden Sie Fan von unserer Seite und erfahren Sie immer das Neueste.



fb.me/progymnasiumev

facebook.de/progymnasiumev

Offener Bücherschrank

Im Eingangsbereich unseres Hauses finden Sie einen offenen Bücherschrank, aus dem Sie sich gerne das ein oder andere Buch mitnehmen können. Auch Bücherspenden sind sehr gerne gesehen. Wenden Sie sich dazu bitte an das Büro der Begegnungsstätte PRO Treff.

Das schwarze Brett

Ist bei uns zwar grau, aber die Nutzung ist gleich: Anliegen von Besucherinnen und Besuchern für Gesuche, Tausch und Verkäufe. Daneben finden Sie Veranstaltungshinweise aus Bensberg und Umgebung. Vielleicht ist genau das Richtige für Sie dabei.

Die Haltestelle für Sie!

Der Bensberger Stadthüpfer bringt Sie direkt zu uns. Der Stadtbus mit leichtem Ein- und Ausstieg durch eine geringe Einstiegshöhe, Rollstuhlplatz und Freifläche für Rollatoren. Das PROgymnasium hat eine eigene Haltestelle:

Buslinie 457. Nächster Halt: Bensberg, PROgymnasium.

Weitere Informationen und Fahrplan finden Sie unter www.rvk.de, KundenCenter GLmobil in Bensberg am Busbahnhof oder unter (02204) 97680.



Selbsthilfegruppen im PRO

Die Begegnungsstätte PRO Treff bietet Ihnen Unterstützung und Begleitung beim Gründen und Führen einer Selbsthilfegruppe. Wir stehen Ihnen zur Seite und bieten neben Hilfestellungen auch die passenden Räume, in denen Sie sich in geschützter Atmosphäre treffen können.

Informationen über bestehende Gruppen oder zu einer Neugründung erhalten Sie unter der PRO Treff Rufnummer (02204) 9548 - 15

Selbsthilfegruppe „Mein Darm und ich“

In unserer Gruppe tauschen sich Menschen aus, die an Divertikulitis, Reizdarm oder Lebensmittelunverträglichkeit leiden.

Bei uns dreht sich viel ums darmgesunde Essen und veränderte Ernährungsweisen. Unsere Erfahrungen teilen wir miteinander, auch über einen achtsamen Umgang mit uns selbst. In Gesprächen mit Heilpraktiker*innen und Ernährungsberater*innen entstand unsere Idee, über unseren Austausch hinaus gemeinsam etwas zu unternehmen.

Sind wir entspannt, ist es auch unser Darm. Jede*r ist uns herzlich willkommen.

Selbsthilfegruppe „Burnout“

Unsere Krankheit kann man nicht sehen. Hier sind Andere, die Sie kennenlernen können, die ähnliche Gründe haben wie – Sie. Endlich sprechen können – über Ängste, dunkle Eindrücke, über Situationen, die man sich nicht erklären kann. Andere erleben, wahrnehmen und wissen, dass Sie tatsächlich verstanden werden.

Angstzustände, die man selber nicht erfahren hat und sich einfach nicht vorstellen kann. Wie geht es Partnern, Personen und Angehörigen die betroffen sind wirklich?

Das Verstehen in den Vordergrund stellen oder die Chance neue ggf. gemeinsame Perspektiven zu finden, hier kann es Ansätze geben.

Informationen über bestehende Gruppen, zur Kontaktaufnahme oder zu einer Neugründung erhalten Sie unter der PRO Treff Rufnummer (02204) 9548 - 15.

Eine weitere Möglichkeit der Kontaktaufnahme, auch zu anderen Gruppen und allgemeinen Informationen, bietet die Selbsthilfe-Kontaktstelle Bergisches Land unter (02202) 936 89 21 und www.selbsthilfe-bergisches-land.de



Beratung und Hilfen

PC – Individuelle Beratung im PRO

Wenn Sie Hilfe und Unterstützung bei der Nutzung Ihres eigenen Laptops suchen: Bei uns können Sie alle Ihre Fragen stellen.

Wir beantworten Ihre Fragen, wie beispielsweise zu der Benutzung von Software des Office Paketes, von Bildbearbeitungsprogrammen und bei der Anschaffung von Hardware.

Bitte geben Sie uns Ihre Wünsche am Telefon möglichst genau an, damit wir uns auf Ihre individuellen Fragen vorbereiten können.

Termine
Gebühr
Berater
Infos

Die Termine werden individuell vereinbart
12,00 Euro pro UStd.
Paul Müller
PRO Treff (02204) 9548 - 15



*Smartphone (Android) und Tablet Training für Anfänger*innen

In diesem Kurs werden zunächst die Grundlagen für den Umgang mit dem eigenen Smartphone vermittelt. Wie funktioniert das Gerät? Wie lege ich Kontakte an, wie bediene ich das Telefonbuch und wie nutze ich das Menü?

Anschließend kümmern wir uns um die Einstellungen Ihres Gerätes, wie Klingeltöne und Kamera / Galerie. Auch verschiedene Apps kommen zum Einsatz: Wie installiere ich Anwendungen und wie nutze ich WhatsApp?

Kurs-Nr.	21B101
Termin	07.09., 14.09., 21.09., 28.09.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 13.00 – 15.15 Uhr
Stunden	4 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	60,00 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Manfred Falb
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.	21B102
Termin	23.11., 30.11., 07.12., 14.12.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 13.00 – 15.15 Uhr
Stunden	4 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	60,00 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Manfred Falb
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



WhatsApp Kurs für Smartphone (Android)

Sie nutzen bereits WhatsApp? An diesem Nachmittag werden Ihnen die verschiedenen Funktionen und Einstellungen vorgestellt. Wie erstelle ich eine Gruppe oder was ist ein Broadcast? Vom Schreiben einer Nachricht bis zum Videoanruf lernen Sie hier die Bedienung des bekannten Dienstes.

Kurs-Nr.	21B103
Termin	19.10.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 13.00 – 15.15 Uhr
Stunden	1 Termin, 3 x 45 Minuten
Gebühr	15,00 Euro / 20,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Manfred Falb
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Individuelle Beratung bei Smartphones und Tablets

Sie haben Probleme bei der (Erst-) Einrichtung und Benutzung Ihres Smartphones oder Tablets (Android)? In ruhiger, persönlicher Atmosphäre bietet die individuelle Beratung Hilfe. Die Themen werden auf Ihren Wunsch und in Ihrem Tempo vermittelt.

Termine	Die Termine werden individuell vereinbart
Gebühr	12,00 Euro pro UStd.
Beratung	Paul Müller
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Formular Ambulanz

Sie benötigen Unterstützung bei dem Ausfüllen von Anträgen, Formularen oder anderen, meist klein gedruckten Schreiben? Gerne sind wir beim Lesen und Ausfüllen behilflich. Diskret und vertraulich nehmen wir uns im Zweierkontakt Zeit für Sie.

Termine	Die Termine werden individuell vereinbart
Gebühr	Kostenfrei
Beratung	Elena Schöngen
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15





Nutze den Tag ...
Das ist unser
Grundgedanke!



Gut aufgestellt

im Senioren-Park carpe diem Bensberg

Mit unserer Tagespflege, stationärer und ambulanter Pflege, Betreutem Wohnen und unserem öffentlichen Café-Restaurant „Vier Jahreszeiten“.

Unsere zusätzlichen Service-Leistungen:

- Catering und Menüservice
- Wäsche-Service

Wir freuen uns auf Sie!

Senioren-Park carpe diem

Overather Str. 32

51429 Bergisch Gladbach

Tel.: 0 2204/8308-0

bensberg@senioren-park.de

www.senioren-park.de



...nutze den Tag!



Kunst und Kreativität

Experimentelle Seidenmalerei

Wir greifen noch einmal Frau Selbachs Idee von den abstrakten Gesichtern auf, die wir in einem neuen Kontext stellen werden.

Teil 1

Kurs-Nr.	21B200
Termine	23.08., 30.08., 06.09., 13.09., 20.09., 27.09., 04.10.2021
Tag, Zeit	Montag, 09.30 – 11.45 Uhr
Stunden	7 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	64,50 Euro / 75,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Traute Wahnschaffe
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B201
Termine	25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12.2021
Tag, Zeit	Montag, 09.30 – 11.45 Uhr
Stunden	6 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	55,50 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Traute Wahnschaffe
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Patchwork und Applikation – ein Nachmittag

An diesem Nachmittag werden Ihnen die vielfältigen Möglichkeiten des Patchworks aufgezeigt. Eine der ganz alten Techniken, die nur mit der Hand gemacht werden kann, wird vorgestellt und kann vor Ort ausprobiert werden.

Bitte mitbringen: Schneidewerkzeug und Stoffe.

Kurs-Nr.	21B202
Termin	09.08..2021
Tag, Zeit	Montag, 14.30 – 16.30 Uhr
Stunden	1 Termin, 2 x 60 Minuten
Gebühr	5,00 Euro
Kursleitung	Else Feltkamp
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Patchwork und Applikation – der Kurs

Es hat sich allerlei Neues in meinen Schubladen angesammelt während der Corona-Zeit: kleine Geschenke, die zum Nachmachen anregen, Patchworkhefte mit neuen Mustern und Techniken, Fotos von fertiggestellten Arbeiten bei anderen Quilterinnen. Lassen Sie uns nach der langen Pause mit kleinen Projekten das Nähen wieder anfangen, um dann etwas Größeres zu planen oder UFOs zum guten Ende zu bringen. Wie immer wird alles genau erklärt, auch für Anfängerinnen, und an Arbeitsproben gezeigt. Schriftliche Schritt- für Schritt- Anleitungen erleichtern das Weiterarbeiten zuhause.

Kurs-Nr.	21B203
Termine	23.08., 13.09., 04.10., 08.11., 06.12.2021
Tag, Zeit	Montag, 14.30 – 16.45 Uhr
Stunden	5 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	45,00 Euro / 60,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Else Feltkamp
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Patchwork und Applikation – der Nähtag

An diesem Nähtag können Sie die vorgestellten Muster und die Beispiele von Werken in Patchworktechnik gleich nacharbeiten: mit Anleitungen und vielen Tipps wird etwas Schönes fertig.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schneidewerkzeug und Stoffe.

Mittags gibt es einen kleinen Imbiss.

Kurs-Nr.	21B204
Termin	18.10.2021
Tag, Zeit	Montag, 10.00 – 17.00 Uhr
Stunden	1 Termin, 8 x 45 Minuten
Gebühr	25,00 Euro / 35,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Else Feltkamp
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Zeichnen und Malen am Donnerstag

Zeichnen können alle lernen! In diesem Kurs können Sie die Grundlagen des Zeichnens und der Malerei erwerben. Einfache Bildkompositionen, Farbenlehre und maltechnische Kniffe werden anhand einfacher Motive vermittelt. Mit Leichtigkeit betreten wir das Land der Malerei.

Sie erhalten individuelle Hilfestellungen. Dabei benutzen wir Kohle, Graphit, Kreide, Pastell, Tempera, Aquarell und Acrylfarben. Vorhandenes Material bitte mitbringen, empfehlenswerte Materialien sind zum Einkaufspreis im Kurs erhältlich.

Willkommen sind Fortgeschrittene und Anfänger*innen.

Teil 1

Kurs-Nr.	21B210
Termine	26.08., 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 15.15 - 17.30 Uhr
Stunden	7 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	78,00 Euro / 100,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B211
Termine	28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 15.15 - 17.30Uhr
Stunden	7 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	78,00 Euro / 100,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Aquarellmalerei am Dienstag

In einer kreativen, herzlichen Atmosphäre erlernen und vertiefen wir die Möglichkeiten des Aquarells. Neben den traditionellen Techniken experimentieren wir auch mit den unterschiedlichsten Materialien. Hier sind der Freude am Experimentieren keine Grenzen gesetzt

Anfänger*innen sind ebenfalls herzlich willkommen und profitieren von den Fortgeschrittenen.

(Materialkosten sind nicht im Preis enthalten.)

Teil 1

Kurs-Nr.	21B212
Termine	24.08., 31.08., 07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 09.15 – 12.15 Uhr
Stunden	7 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	105,00 Euro / 120,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B213
Termine	26.10., 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 09.15 – 12.15 Uhr
Stunden	8 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	120,00 Euro / 140,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Malen mit Acryl am Mittwoch

Zu einem gemeinsamen Thema (z.B. Landschaft, Frühling, Bäume, etc.) entwickeln wir eigene Bilder bis hin zur Abstraktion. Spielerische Übungen vertiefen die Techniken und schulen das Farbempfinden und die Fähigkeit zur Komposition. Auch Anfänger*innen sind herzlich willkommen.

(Materialkosten sind nicht im Preis enthalten.)

Teil 1

Kurs-Nr.	21B214
Termine	25.08., 01.09., 08.09., 15.09., 22.09., 29.09., 06.10.2021
Tag, Zeit	Mittwoch, 09.30 – 12.30 Uhr
Stunden	7 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	105,00 Euro / 120,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B215
Termine	27.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11., 01.12., 08.12., 15.12.2021
Tag, Zeit	Mittwoch, 09.30 – 12.30 Uhr
Stunden	8 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	120,00 Euro / 140,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Aquarellmalerei am Donnerstag

In einer kreativen, herzlichen Atmosphäre erlernen und vertiefen wir die Möglichkeiten des Aquarells. Neben den traditionellen Techniken experimentieren wir auch mit den unterschiedlichsten Materialien. Hier sind der Freude am Experimentieren keine Grenzen gesetzt.

(Materialkosten sind nicht im Preis enthalten.)

Teil 1

Kurs-Nr.	21B216
Termine	26.08., 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 09.15 – 12.15 Uhr
Stunden	7 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	105,00 Euro / 120,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B217
Termine	28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 09.15 – 12.15 Uhr
Stunden	8 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	120,00 Euro / 140,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Malen in den Herbstferien I

Landschaft, Himmel, Wolken, Horizonte, anhand vieler Übungen erarbeiten wir uns spielerisch das Thema.

Material bitte mitbringen.

Es kann gerne mit der Dozentin Rücksprache gehalten werden.

Kurs-Nr.	21B218
Termine	12.10., 13.10., 14.10.2021
Tag, Zeit	Dienstag – Donnerstag, 10.00 – 14.30 Uhr
Stunden	3 Termine, je 6 x 45 Minuten
Gebühr	85,00 Euro / 100,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Malen in den Herbstferien II

Farbe, Spielen, mutig Malen

Leichte Übungen unterstützen uns dabei, uns von den hohen Ansprüchen zu befreien und uns mit Zuwendung und Leichtigkeit zu beschenken.

Acrylfarben bitte mitbringen, wenn vorhanden.

Kurs-Nr.	21B219
Termine	18.10., 19.10., 20.10.2021
Tag, Zeit	Montag – Mittwoch, 10.00 – 14.30 Uhr
Stunden	3 Termine, je 6 x 45 Minuten
Gebühr	85,00 Euro / 100,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Malen in den Sommerferien II

Mutig – Farbe – Malen

In diesem Kurs widmen wir uns mit viel Freude dem lockeren Umgang mit Farbe. Gemalt wird „Nass in Nass“. Die spontane, zügige Arbeitsweise fördert offenes, malerisches Tun. Ängstliches Vorgehen kann nach und nach losgelassen werden. Als Motive dienen farbenfrohe Stillleben mit Obst und Gemüse. Sie werden individuell, je nach Vorkenntnissen, durch technische Kniffe sowie fachliche Materialkunde unterstützt.

Vorhandenes Material bitte mitbringen.

Bei Fragen steht die Dozentin gerne vorab zur Verfügung.

Kurs-Nr.	21B220
Termine	13.07., 14.07., 15.07.2021
Tag, Zeit	Dienstag – Donnerstag, 10.00 – 14.30 Uhr
Stunden	3 Termine, je 6 x 45 Minuten
Gebühr	85,00 Euro / 100,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Malen in den Sommerferien I

Anhand von Übungen und Collagen erstellen wir eigene Bildideen. Gemalt werden kann mit Acryl, Aquarell und anderen Techniken, Material bitte mitbringen. Sowie Schere, Klebstoff, Zeichenblock und Leinwand (wenn gewünscht).

Kurs-Nr.	21B221
Termine	06.07., 07.07., 08..07.2021
Tag, Zeit	Dienstag – Donnerstag, 10.00 – 14.30 Uhr
Stunden	3 Termine, je 6 x 45 Minuten
Gebühr	85,00 Euro / 100,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Ein Tag zum Zeichnen

In diesem Kurs führen wir mit unterschiedlichen Materialien unsere Zeichengeräte spazieren. Wir lernen anhand vieler Übungen, neben dem genauen Beobachten, auch den kreativen Umgang mit Bleistift, Kohle und Kreiden.

Bitte bringen Sie Bleistifte der Stärke HB, 2B, 4B, Zeichenkohle und Zeichenpapier DIN A3 mit. Materialien können auch vor Ort erworben werden.

Kurs-Nr.	21B222
Termine	05.07.2021
Tag, Zeit	Montag,, 10.00 – 13.00 Uhr
Stunden	1 Termin, 4 x 45 Minuten
Gebühr	20,00 Euro / 30,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Entspannen und Malen

In diesem Kurs liegt der Schwerpunkt darin zu relaxen und den Stresspegel herunterzufahren. Anhand von angeleiteten Entspannungsübungen bewegen wir uns mehr ins Hier und Jetzt und nutzen die Farben dazu, dem Ausdruck zu verleihen, was sich zeigen möchte.

Das Material wird gestellt, es entstehen Materialkosten in Höhe von 10,00 Euro.

Kurs-Nr.	21B223
Termine	28.07., 04.08.2021
Tag, Zeit	Mittwoch,, 15.00 – 18.00 Uhr
Stunden	2 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	40,00 Euro / 50,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Weihnachtsbasteln

Wir basteln in gemütlicher Atmosphäre aus Recycling- und Naturmaterialien Weihnachtsdekoration und kleine Tütchen zum Verschenken.

Kurs-Nr.	21B224
Tag, Zeit	Dienstag, 23.11.2021, 14.00 – 15.30 Uhr
Gebühr	5,00 Euro
Kursleitung	Yvette Singer
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Inklusives Kettenbasteln für den guten Zweck

Wir basteln gemeinsam und stellen Perlen aus Papier her. Diese schönen und bunten Perlen werden dann zu Ketten verarbeitet. Später werden die Ketten für einen guten Zweck auf Straßenfesten und Basaren verkauft.

Termin	jeder erste Dienstag im Monat
Zeit	16.30 – 18.30 Uhr
Gebühr	3,00 Euro pro Termin
Kursleitung	Karin Engels
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



37 Jahre Alten- und Familienhilfe Bensberg e.V.

Als Nachbarschaftshilfe kümmern wir uns in den Stadtteilen Bensberg, Herkenrath, Bärbroich, Sand, Heidkamp und Moitzfeld um alte, kranke oder behinderte Menschen und deren Familien.

Sprechen Sie uns an, wenn Sie in solchen Notfällen Hilfe im Haushalt, im Garten, für

Besorgungen und Begleitung oder auch zur Betreuung von Demenzkranken benötigen.

Wir suchen laufend kompetente Helfer (m/w/d) für Tätigkeiten in Familien- und Seniorenhaushalten gegen Aufwandsentschädigung.

Im Bungert 3 · 51429 Bergisch Gladbach Bensberg · Tel. 02204/56565

**Bürozeiten: Mo, Mi, Do, Fr 10-12 Uhr
sowie 1. Dienstag im Monat von 16-18 Uhr**

Ich schreibe mir einfach von der Seele

Ein kreativer Schreibkurs für alle, die das Schreiben für sich entdecken möchten

Geht es Ihnen auch manchmal so, dass Ihr Kopf voll ist mit ungeklärten Fragen und anstehenden Aufgaben? Wünschen Sie sich mehr Klarheit Ihrer Gedanken oder Gefühle? Möchten Sie einen ersten Einstieg finden ins Verfassen eigener Texte?

Dinge aufs Papier zu bringen und sie dadurch deutlicher benennen zu können hat etwas von Loslassen und den-Kopf-frei-machen.

Das Kreative Schreiben kann Sie dabei unterstützen, die Gedanken, die Sie beschäftigen, deutlicher zu machen und ihnen mehr Struktur zu geben.

So entdecken Sie mit Ihrer eigenen Kreativität nach und nach Lösungswege und bekommen einen klareren Blick für Ihre nächsten Entscheidungen.

Über das Schreiben lernen Sie sich außerdem selbst besser kennen und entdecken Ihre eigene Schaffenskraft.

Sie brauchen nur einen Stift und Papier und Freude am Schreiben und Sich-Ausprobieren in der Gruppe.

Kurs-Nr.	21B230
Termin	16.08.2021
Tag, Zeit	Montag, 10.00 – 13.00 Uhr
Stunden	1 Termin, 4 x 45 Minuten
Gebühr	20,00 Euro / 30,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Martina Vermöhlen
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



*Ein kreativer Schreibkurs

„Schreiben heißt: sich selber lesen“ (Max Frisch)

Haben Sie Freude am Schreiben und wollten schon immer einmal Ihre Gedanken, Geschichten oder Gedichte festhalten oder sogar Ihr Leben in Worten zu Papier bringen?

Doch wie fange ich an? Worüber und für wen schreibe ich?

In diesem Kurs finden Sie zahlreiche kreative Anregungen in Form von Bildern, Worten oder Gegenständen, zu denen Sie Ihre eigenen Texte formulieren können.

Sie werden bei den verschiedenen Übungen ermutigt, Ihren persönlichen Erzählstil zu finden. Außerdem lernen Sie die Grundlagen des Kreativen Schreibens und Methoden zur Ideenfindung kennen.

Dabei kommen durch das Schreiben Spaß, Unterhaltung und Entspannung in der Gruppe nicht zu kurz.

Kurs-Nr.	21B231
Termine	30.08., 27.09., 04.10., 25.10., 08.11., 22.11., 13.12.2021
Tag, Zeit	Montag, 10.00 – 12.15 Uhr
Stunden	7 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	85,00 Euro / 100,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Martina Vermöhlen
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Schreibzeit

Ein Tag – ganz für mich

Sie haben Freude am Schreiben und suchen neue Wege, sich in eigenen Texten auszudrücken?

SpIELERISCH begeben Sie sich an diesem Tag auf eine Schreibreise, lassen die Worte aufs Papier fließen und staunen über die Geschichten und Erkenntnisse, die in Ihnen stecken.

Mit verschiedenen kurzweiligen Methoden des Kreativen Schreibens werden Sie Ihren eigenen Schreibstil entdecken.

Durch den Austausch in der Gruppe bekommen Sie wertvolle Tipps für das Verfassen Ihrer Texte.

Sie erhalten außerdem Anregungen für die praktische Gestaltung von „Verschenk-Texten“ z.B. zum Geburtstag, zu Weihnachten oder zu anderen Anlässen.

Schreiberfahrungen sind nicht erforderlich.

Themenwünsche für das Schreiben an diesem Tag können gern vorab mit der Kursleitung abgesprochen werden.

Bitte mitbringen: Stift und Papier, mit denen Sie gern schreiben.

Kurs-Nr.	21B232
Termin	04.12.2021
Tag, Zeit	Samstag, 10.00 – 16.00 Uhr
Stunden	1 Termin, 7 x 45 Minuten, inkl. Pause
Gebühr	35,00 Euro / 50,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Martina Vermöhlen
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15





Sprachen

*Reading and Discussing

English and International Literature

Wie wäre es, englischsprachige Literatur im Original zu lesen und sie dann auf Englisch zu besprechen?

Falls Sie daran, sowie an der Diskussion aktueller nationaler und internationaler Themen Interesse haben, dann kommen Sie in unseren Kurs.

Quereinsteiger*innen sind nach einer Schnupperstunde und in Absprache mit der Kursleiterin herzlich willkommen und sollten gute Englischkenntnisse sowie Interesse an Literatur mitbringen!

Teil 1

Kurs-Nr.	21B300
Termine	01.09., 08.09., 15.09., 22.09., 29.09.2021
Tag, Zeit	Mittwoch, 09.30 – 11.00 Uhr
Stunden	5 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	40,00 Euro / 55,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Gesine Thaler
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos PRO	Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B301
Termine	27.10., 03.11., 10.11., 17.11., 24.11. 01.12., 08.12.2021
Tag, Zeit	Mittwoch, 09.30 – 11.00 Uhr
Stunden	7 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	56,00 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Gesine Thaler
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos PRO	Treff (02204) 9548 - 15



*English everywhere

In diesem Kurs entscheiden unsere Interessen darüber, was wir uns als nächstes vornehmen: wir lesen und diskutieren Artikel der Zeitschrift „Spotlight“, wir lesen einen Roman oder Krimi, wir spielen Alltagssituationen nach – am wichtigsten ist: wir wollen alles mit Spaß und Lust machen.

Teil 1

Kurs-Nr.	21B302
Termine	23.08., 30.08., 06.09., 13.09., 20.09., 27.09., 04.10.2021
Tag, Zeit	Montag, 10.00 – 11.30 Uhr
Stunden	7 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	56,00 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Cheryl Korman
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B303
Termine	25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12..2021
Tag, Zeit	Montag, 10.00 – 11.30 Uhr
Stunden	7 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	56,00 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Cheryl Korman
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



*English for everyone

Ob Anfänger*in, zur Auffrischung oder „just for fun“ – hier gilt es durch Lesen, Konversation und Wortspiele allen ein Mitmachen zu ermöglichen. Und vor allem soll es allen Spaß machen.

Teil 1

Kurs-Nr.	21B304
Termine	27.08., 03.09., 10.09., 17.09., 24.09., 01.10., 06.10.2021
Tag, Zeit	Freitag, 10.00 – 11.30 Uhr
Stunden	7 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	56,00 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Cheryl Korman
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B305
Termine	29.10., 05.11., 12.11., 19.11., 26.11., 03.12., 10.12., 17.12.2021
Tag, Zeit	Freitag, 10.00 – 11.30 Uhr
Stunden	8 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	64,00 Euro / 80,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Cheryl Korman
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



*Reading and Discussing

English Contemporary Texts

In lockerer Runde besprechen wir aktuelle Themen aus Zeitungs- oder Spotlight-artikeln und beschäftigen uns näher mit anderen Kulturen, die evtl. als Reiseziel in Frage kommen. Nebenbei lesen wir auch englischsprachige Romane in vereinfachter Version, Kurzgeschichten oder Märchen. Quereinsteiger*innen sind nach einer Schnupperstunde und in Absprache mit der Kursleiterin herzlich willkommen!

Teil 1

Kurs-Nr.	21B306
Termine	06.09., 13.09., 20.09., 27.09.,
Tag, Zeit	Montag, 10.00 – 11.30 Uhr
Stunden	4 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	32,00 Euro / 45,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Gesine Thaler
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B307
Termine	25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12..2021
Tag, Zeit	Montag, 10.00 – 11.30 Uhr
Stunden	6 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	48,00 Euro / 65,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Gesine Thaler
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

*Italienisch für leicht fortgeschrittene Anfänger*innen

Einfach in entspannter Atmosphäre und mit Muße Italienisch lernen. Übungen und Spiele erleichtern den Einstieg und vermitteln Kenntnisse der italienischen Sprache bis hin zu leichten, einfachen Konversationen zu Themen des Alltags. Musik, Spiele, Videos, Land und Leute sind Bestandteile des Unterrichtes.

Der Kurs eignet sich für Italienischliebhaber mit leichten Sprachkenntnissen (Präsenzformen), die sie spielerisch vertiefen möchten.

Suggestopädische Elemente fließen in den Unterricht mit ein.

Teil 1

Kurs-Nr.	21B308
Termine	26.08., 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 16.00 – 17.30 Uhr
Stunden	7 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	60,00 Euro / 75,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Stefano Mancuso
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B309
Termine	28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 16.00 – 17.30 Uhr
Stunden	8 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	68,00 Euro / 80,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Stefano Mancuso
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Spanisch Stammtisch

¿Quieres discutir en español fácil sobre temas diferentes y interesantes en un ambiente agradable?

¡ Bienvenido!

Termine	jeden Freitag
Zeit	09.30 – 11.00 Uhr
Stunden	2 x 45 Minuten
Gebühr	Spenden für Getränke
Kursleitung	Günther Gross (02204) 81 527



HERZLICHEN GLÜCKWUNSCH!

Jeder Home Instead Betrieb ist unabhängig, lokal selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben.
© 2021 Home Instead GmbH & Co. KG

10
Jahre
BERGISCH GLADBACH | KÖLN rhh

Wir gratulieren unserem Home Instead Partnerbetrieb, der seit 10 Jahren in Bergisch Gladbach und Köln rhh. das Gesicht des Alterns verändert.

Home
Instead
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt

homeinstead.de/
bergisch-gladbach

MALER MEISTER BETRIEB

Markus Drotboom

MALER- UND LACKIERERMEISTER

- Maler- & Lackiererarbeiten
- Tapezierarbeiten
- Kreative Raumgestaltung
- Bodenverlegearbeiten
- Wandbeläge
- Fassadengestaltung & Außenputzarbeiten
- Haus- & Wohnungsrenovierungen

TEL. 02204/9842655

MOBIL 0172-5732481

FAX: 02204/9842656

WWW.IHR-MALER-DROTBOOM.DE

INFO@IHR-MALER-DROTBOOM.DE





Kultur und Gesellschaft

Essen gegen Vergessen

„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen“ sagt man – doch bleibt das immer so?

Mit über einer Million Betroffenen ist die Alzheimer Demenz eine Erkrankung, deren Anzahl stetig steigt, deren Ursachen allerdings noch nicht vollständig erforscht sind.

Gibt es Möglichkeiten zur Prävention über die Ernährung?

Vor welchen Schwierigkeiten stehen wir in der Versorgung dementer Angehöriger und wie gehen wir damit um?

Dieser Vortrag möchte Impulse zu möglichen vorbeugenden Ernährungsmöglichkeiten wie auch für akut betroffene, pflegende Angehörige geben, sowie zum Austausch über persönliche Erfahrungen anregen.

Termine	10.09.2021
Tag, Zeit	Freitag, 15.00 – 16.30 Uhr
Gebühr	kostenfrei, um eine Spende wird gebeten
Referentin	Anja Radermacher, FeelgoodTrainer
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Einblicke „Residenz am Schloß“

Möchten Sie die Service Residenz des Schlosses in Bensberg kennenlernen?

Exklusiv gelegen neben dem von Kurfürst Johann Wilhelm gebauten Barockschloss.

Sie kennen sicher den schönen Park mit altem Baumbestand, in dem sich seit 2002 die im Stile moderner Stadtvillen gebauten Häuser großzügig verteilen.

Eine extra für uns organisierte Führung mit Frau Carl und Frau Schwarzer, inklusive einer Besichtigung des historischen Schwimmbades, gewährt uns ganz neue Einblicke.

Schauen Sie mit uns hinter die Kulissen der Residenz und erfahren Wissenswertes und Interessantes über die Anlage mit dem eleganten Ambiente. Wir treffen uns im PROgymnasium und gehen gemeinsam zur Residenz.

Termine	14.07.2021
Tag, Zeit	Mittwoch, 15.00 – ca. 17.00 Uhr
Gebühr	kostenfrei, um eine Spende wird gebeten
Referenten	Frau Carl, Frau Schwarzer
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



*Gedächtnistraining mit Spaß

Ein unterhaltsames und spielerisches Gedächtnistraining für alle, die ihre grauen Zellen fit halten wollen.

In lockerer Atmosphäre und auf spielerische Weise üben wir Fähigkeiten, die wichtig sind für den Erhalt der geistigen Fitness (Konzentration, Reaktion, Sinneswahrnehmung, Merkfähigkeit, Wortfindung u.a.).

Das sehr abwechslungsreiche Training in der Gruppe macht Spaß und wirkt sich über die Verbesserung der geistigen Beweglichkeit positiv auf das Allgemeinbefinden aus.

Teil 1

Kurs-Nr.	21B310
Termine	26.08., 02.09., 09.09., 31.09., 07.10.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 11.00 – 12.30 Uhr
Stunden	5 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	32,00 Euro / 45,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Angelika Hausdörfer
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B311
Termine	28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 11.00 – 12.30 Uhr
Stunden	7 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	45,00 Euro / 60,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Angelika Hausdörfer
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



*Frauengesprächskreis

In keinem Jahrhundert hat sich die Rolle der Frau in Familie, Beruf und Gesellschaft so einschneidend verändert wie in den letzten 50 Jahren. Kritische Betrachtungen und Veränderungen beinhalten auch eine Chance zur Neuorientierung. In offenen Gesprächen diskutieren Frauen über Themen, die unser Menschsein ausmachen, und über das, was uns und unsere Gesellschaft bewegt.

In vertrauensvoller Atmosphäre besprechen wir Themen, die gesellschaftlich wie auch persönlich bewegen.

Teil 1

Kurs-Nr.	21B312
Termine	26.08., 02.09., 09.09., 16.09., 23.09., 30.09., 07.10.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 09.15 – 10.45 Uhr
Stunden	7 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	56,00 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Yvette Singer
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Teil 2

Kurs-Nr.	21B313
Termine	28.10., 04.11., 11.11., 18.11., 25.11., 02.12., 09.12., 16.12.2021
Tag, Zeit	Donnerstag, 09.15 – 10.45 Uhr
Stunden	8 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	64,00 Euro / 80,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Yvette Singer
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



*Auf der Suche nach dem Sinn des Lebens

Ausgewählte Texte aus der Geschichte der Philosophie

Anhand von ausgewählten Texten aus der Geschichte der Philosophie wollen wir mögliche Antworten suchen auf Probleme, die uns heute auf den Nägeln brennen.

Der Leiter der Gruppe ist ev. Theologe, Germanist und Psychologe.

Kurs-Nr.	21B314
Termine	23.08., 13.09., 04.10., 25.10., 15.11., 06.12.2021
Tag, Zeit	Montag, 15.00 – 16.30 Uhr
Stunden	6 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	35,00 Euro / 50,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Wolfgang Zapp
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Rollstammtisch im PRO

Fahren Sie auch rollend durchs Leben? In unserer Runde finden wir uns einmal im Monat zusammen, um über die Tücken und Hindernisse von Rollstuhlfahrenden Menschen im Alltag zu sprechen. Wir tauschen uns unter anderem über alltägliche Situationen und Gefahren im Straßenverkehr aus oder aber auch über die neuesten Rolli-Modelle. Wir geben uns praktische Tipps für alle Bereiche des Lebens, diskutieren das gesellschaftliche Zusammenleben und der Spaß kommt nicht zu kurz.

In vertrauter und geselliger Atmosphäre wollen wir einen Rollstammtisch etablieren.

Termin	jeder erste Freitag im Monat
Tag, Zeit	Freitag, 14.30 – 15.30 Uhr
Gebühr	kostenfrei, um eine Spende wird gebeten
Koordination	Gabi Hill
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Museumsbesuche und Ausflüge

Wir freuen uns, Ihnen neue Ausflüge mit Frau Burga Schmitz-Stautner anbieten zu können. Treffpunkt und Start ist jeweils im PROGymnasium. Wir fahren gemeinsam mit der KVB (Ticket muss selbst gelöst werden) zum Zielort und kehren gemeinsam wieder zurück. Eine Anmeldung ist erforderlich.

Die Termine für die geplanten Ausflüge konnten aufgrund der Corona-Krise noch nicht festgelegt werden. Bitte informieren Sie sich bei uns vor Ort, auf unserer Homepage oder rufen uns unter (02204) 9548-15 an.

Ausflug nach Katwijk

Besuchen Sie mit uns Katwijk, eine Küstenstadt mit eigenem Charakter und Flair.

Der charmante Ort lädt ein zu einem gemütlichen Spaziergang auf dem schönsten Boulevard der Niederlande ein, zum Wandern am Strand oder Besichtigen des typisch niederländischen Städtchens. Sehenswert ist auch der älteste Leuchtturm der holländischen Küste. Die schönen Restaurants und Strandpavillons bieten sich wunderbar für eine Kaffeepause oder eine stärkende Mahlzeit an.

Dieses Angebot ist eine Kooperation mit der Residenz Am Schloß, Bensberg.

Tag	Freitag, 13.08.2021
Zeit	9.00 - ca 20.30 Uhr
Gebühr	30,00 Euro
Reiseleitung	Sylvia Schwarzer
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



PRO Treff Adventsfeier

Wir möchten wieder mit Ihnen gemeinsam den Advent feiern und uns auf die besinnliche und festliche Weihnachtszeit einstimmen.

Bitte beachten Sie unbedingt die aktuellen gesetzlichen Regelungen für Veranstaltungen.

Termin	Dienstag, 21.12.2021
Zeit	15.00 –ca. 17.00 Uhr
Gebühr	kostenfrei, um eine Spende wird gebeten
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Literaturklub „Nachlese“

Wer gerne liest und in entspannter Atmosphäre über den Vorschlagband des Monats mit anderen diskutieren möchte, ist im Klub herzlich willkommen.

Wir haben bis jetzt weit über 100 Bücher diskutiert, mal Gegenwartsliteratur, mal Klassiker. Bei den Treffen sind wir immer wieder überrascht, wie viele Meinungen es zu einem Buch gibt und welche Themenschwerpunkte sich daraus ergeben.

Termin	jeden zweiten Dienstag im Monat Bitte beachten Sie unseren Aushang
Zeit	19.00 – 21.00 Uhr
Gebühr	2,50 Euro pro Termin
Kursleitung	Ariane von Britton
Anmeldung	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Hinweise zu den Freizeitangeboten

Bitte beachten Sie die aktuellen Bestimmungen der Corona-Schutzverordnung.

Ob Ihre Gruppe sich wieder bei uns trifft, können Sie gerne telefonisch bei uns erfragen.

Wir freuen uns auf Sie: PRO Treff (02204) 9548-15.

Spielcafé

Jeden Mittwoch findet der offene Spielnachmittag statt. Bei einer Tasse Kaffee wird nach Herzenslust gespielt. Dabei stehen sowohl Würfelspiele wie beispielsweise Kniffel als auch Karten- und Gesellschaftsspiele zur Auswahl. Besonderer Beliebtheit erfreuen sich zurzeit die Spiele Rummikub und Halma.

Termin	jeden Mittwoch
Zeit	14.00 – 16.00 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kegeln

Wir freuen uns auf neue Interessent*innen, die unsere kegelbegeisterte Runde ergänzen.

Termin	Montag, 14-tägig
Zeit	17.00 – 19.00 Uhr
Gebühr	4,00 Euro pro Termin für die Bahn
Ort	„Ewige Lampe“ , Wilhelm-Klein-Str. 8, 51427 GL, Refrath
Ansprechpartnerin	Ursula Fahsbender
Anmeldung	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Skat

In unserer Skatrunde treffen sich „reizende“ Jungs und auch die eine oder andere Dame, die weiss, was Trumpf ist. Lerninhalte werden vermittelt.

Schauen Sie einfach einmal bei uns rein!

Termin	jeden Montag
Zeit	13.00 – 16.30 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Schach

Lust auf Denkanregung? Wir spielen Schach (und Backgammon?) vom Anfänger bis zum Turnierspieler. Neueinsteiger*innen sind herzlich willkommen. Lerninhalte werden vermittelt.

Termin	jeden Mittwoch
Zeit	13.00 – 18.00 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Doppelkopf

Hier jagen Sie die Stiche mit viel Spaß. Interessent*innen mit Vorerfahrungen und guten Kenntnissen sind willkommen!

Termin	jeden Donnerstag
Zeit	13.00 – 17.00 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Bridge

Hier spielen Sie mit Konzentration und viel Spaß an verschiedenen Tischen. Interessent*innen sind herzlich willkommen! Grundkenntnisse sind von Vorteil.

Schauen sie einfach mal vorbei!

Termin	jeden Donnerstag
Zeit	14.00 – 17.00 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Canasta

Hier spielen Sie mit Konzentration und viel Spaß an verschiedenen Tischen. Neueinsteiger*innen und auch Anfänger*innen sind herzlich willkommen. Lerninhalte werden vermittelt.

Schauen Sie einfach mal vorbei!

Termin	jeden Montag
Zeit	14.00 – 16.00 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Wir weisen auf folgendes Veranstaltungsprogramm hin:

Kino CINEPLEX in der SCHLOSSPASSAGE Bensberg in Kooperation mit dem Seniorenbüro der Stadt Bergisch Gladbach

Termin	jeden 1. und 3. Dienstag im Monat
Zeit	Beginn: 15.00 Uhr, Einlass: 14.15 Uhr
Ort	CINEPLEX in der SCHLOSSPASSAGE Bensberg Schloßstraße 46 – 48
Eintritt	5,00 Euro inkl. Kaffee und Kuchen
Infos	Seniorenbüro (02202) 14 24 67
Karten	CINEPLEX (02204) 56 639 Programminformationen: (02204) 55 566

Das Programm stand bei Redaktionsschluss noch nicht fest. Bitte informieren Sie sich bei uns im Schaukasten im Eingangsbereich oder unter (02204) 55 566.



DAMIT ICH DICH BESSER SEHEN KANN ...

... wenn die Brille allein nicht mehr ausreicht

Ihr Spezialist in Bensberg für elektronische Sehhilfen

Mit zwei- bis 22-facher Vergrößerung und reflexionsfreiem 7-Zoll-Display steht visolux DIGITAL für besten Komfort. Sie erfasst eine ganze Zeitungsspalte, ohne dass sie seitlich verschoben werden muss, und bietet – an den Fernseher angeschlossen – die Funktionalität eines Bildschirmlesegerätes.

Märchenhafte Angebote



visolux DIGITAL HD
Lesekomfort auf ganzer Linie

ESCHENBACH
www.eschenbach-optik.de



Inh.: Bernhard Wolf | Schloßstraße 78 | 51429 Bergisch Gladbach | www.optikwolf.de

Vereinbaren Sie Ihren persönlichen Termin unter 02204/56 127.

Wolf
Optik Wolf



VR OnlineBanking



Filiale



VR BankingApp



E-Postfach



E-Mail



Geldautomaten

Erledigen Sie
Ihre Bankgeschäfte,
wie und wann
Sie wollen.

Stark für die Region

Stark für Sie

So flexibel, wie Sie es gerade brauchen.
Erledigen Sie Ihre Bankgeschäfte digital
oder persönlich vor Ort - und profitieren
Sie von Angeboten, die genau zu Ihnen
passen. Wir sind jederzeit gerne für Sie da.

Stark für Sie...
Bensberger Bank



Gesundheit und Bewegung

*Aqua-Fitness 50+

Aufgrund der aktuellen Situation kann der Kurs Aqua-Fitness 50+ zurzeit nicht stattfinden. Bitte informieren Sie sich im Büro PRO Treff unter (02204) 9548-15 nach einem möglichen Start. Wir bitten um Ihr Verständnis.

*Prävention und Mobilität im Alltag

Beweglich und stark in jedem Alter

Wir bewegen uns nach dem Prinzip von „Original Strength“, einer Bewegungsform, die Menschen hilft sich wieder so zu bewegen, wie es ursprünglich in unseren Körpern angelegt wurde.

Nämlich mühelos, geschmeidig, mit reflexiver Stärke und Stabilität.

Die Übungen stärken vor allem die Rumpf- und Stützmuskulatur. Dadurch wird die Bewegungsmuskulatur entlastet und Verspannungen und muskuläres Ungleichgewicht lösen sich.

Zusätzlich zur Kräftigung der Muskulatur wird auch die Kommunikation zwischen Nerven, Muskeln und Gehirn verbessert und sogar repariert. Das Gleichgewicht wird ebenso gestärkt, wie die Atmung verbessert wird.

Und das alles durch Übungen die mühelos von Jedem ausgeführt werden können. Unabhängig von Alter, Gesundheits- und Fitnesszustand.

Die Übungen sind sehr leicht in den Alltag zu integrieren und können so gut wie an jedem Ort durchgeführt werden, ganz ohne Hilfsmittel.

Die Kurse A und B sind identisch.



Kurs A – Teil 1

Kurs-Nr.	21B400
Termine	24.08., 31.08., 07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 09.30 – 10.30 Uhr
Stunden	7 Termine, 1 x 60 Minuten
Gebühr	52,50 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Stephanie Doherty
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs A – Teil 2

Kurs-Nr.	21B401
Termine	26.10., 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 09.30 – 10.30 Uhr
Stunden	8 Termine, 1 x 60 Minuten
Gebühr	60,00 Euro / 75,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Stephanie Doherty
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs B – Teil 1

Kurs-Nr.	21B402
Termine	24.08., 31.08., 07.09., 14.09., 21.09., 28.09., 05.10.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 11.00 – 12.00 Uhr
Stunden	7 Termine, 1 x 60 Minuten
Gebühr	52,50 Euro / 70,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Stephanie Doherty
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs B – Teil 2

Kurs-Nr.	21B403
Termine	26.10., 02.11., 09.11., 16.11., 23.11., 30.11., 07.12., 14.12.2021
Tag, Zeit	Dienstag, 11.00 – 12.00 Uhr
Stunden	8 Termine, 1 x 60 Minuten
Gebühr	60,00 Euro / 75,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Stephanie Doherty
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

*Hatha Yoga

Entspannung und Stressabbau für Alltag und Beruf

Nehmen Sie sich 90 Minuten Zeit, um den Alltag hinter sich zu lassen. Schon einmal Yoga pro Woche kann das körperliche Wohlbefinden und die innere Zufriedenheit verbessern.

Wir werden den Tag in entspannter Atmosphäre mit Hilfe vertiefender Yoga-Übungen ausklingen lassen.

Kurs-Nr.	21B404
Termine	23.08., 30.08., 06.09., 13.09., 20.09., 27.09., 25.10., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12., 13.12.2021
Tag, Zeit	Montag, 19.30 – 21.00 Uhr
Stunden	12 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	100,00 Euro / 115,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Sylvia Schulz
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



Ihre Familien-Konditorei in Bensberg

Eichelstraße 15

Telefon 0 22 04 - 9 49 30

***Yoga 50+**

Der Kurs richtet sich speziell an Menschen ab 50 Jahren. Sanfte Hatha Yoga Übungen dehnen, entspannen und kräftigen die Muskulatur und mobilisieren die Gelenke.

Die Koordination von Atmung und Bewegung führt zu mehr Gelassenheit in den Bewegungen und fördern die Konzentration.

Jede Yogastunde endet mit einer Entspannungsübung, die Ruhe und Gelassenheit in den Alltag bringt.

Kurs-Nr.	21B405
Termine	23.08., 30.08., 06.09., 13.09., 27.09., 04.10.2021
Tag, Zeit	Montag, 17.15 – 18.45 Uhr
Stunden	6 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	50,00 Euro / 65,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Susanne Volk
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.	21B406
Termine	25.10., 08.11., 15.11., 22.11., 29.11., 06.12..2021
Tag, Zeit	Montag, 17.15 – 18.45 Uhr
Stunden	6 Termine, 2 x 45 Minuten
Gebühr	50,00 Euro / 65,00 Euro inkl. Spende
Kursleitung	Susanne Volk
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



PRO Pedale – Fahrradgruppe

Für das erste Halbjahr 2021 sind folgende interessante Touren geplant.
(Die Länge der Strecken richtet sich nach dem jeweiligen Ziel.)

Tour 1: Mittwoch, 14. Juli 2021

Fahrt zum Japanischen Garten in Leverkusen

Tourenverlauf: Bensberg, Hand, Diepeschrather Mühle, Flittard, Stammheim, Mülheim, Mielenforst.

Einkehr im Bootshaus Stammheim.

Ca. 40 km

Tour 2: Mittwoch, 11. August 2021

Eine Rundfahrt durch die blühende Wahner Heide

Ein genauer Tourenverlauf kann erst kurz vor der Fahrt festgelegt werden, um die Wetterbedingungen berücksichtigen zu können. Das betrifft auch die Wahl des Gasthauses.

Ca 35 km

Tour 3: Mittwoch, 08. September 2021

Zum Rheinauhafen

Tourenverlauf: Bensberg, Königsforst, Zündorf (an der Groov mit der Fähre zur linken Rheinseite nach Weiss), Rodenkirchen, Rheinauhafen.

Einkehr am Heumarkt, Rückfahrt auf der rechten Rheinseite

Ca. 50 km

**Treffpunkt: Parkplatz an der Eissporthalle Saaler Mühle, 10.00 Uhr,
jeweils am 2. Mittwoch im Monat**

Das Tragen eines Fahrradhelmes wird empfohlen.

Leitung: Hermann Figiel (Tel. 02204-9643783)

Für eine bessere Planung ist für die jeweilige Tour eine telefonische Anmeldung erforderlich.



Kleine Wanderungen

Erkunden Sie mit uns die nähere Umgebung von Bergisch Gladbach und Bensberg. Mit Lust und Laune wandern wir auch bei Wind und Wetter. Nach einer einstündigen Mittagsrast treten wir den Heimweg an. Gegen 14.00 Uhr sind wir wieder am PRO.

Termine	jeden Donnerstag
Zeit	10.00 Uhr
	Koordinatoren: Sigrid und Wolfgang Kriebel
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



NICO Vini e Più GmbH

WEINE
SPIRITUOSEN
FEINKOST

Tel. 02204 979 89 49 /
info@nicoviniepiu.com

Straßen 108 - 51429 Bergisch Gladbach (Herkenrath)



Evangelisches Krankenhaus
Bergisch Gladbach

Das Haus der Spezialisten



**Evangelisches
Krankenhaus
Bergisch Gladbach**

Ferrenbergstraße 24 | 51465 Bergisch Gladbach
Tel.: 02202 122 - 0 | Fax: 02202 122 - 1055
E-Mail: info@evk.de | www.evk.de



Evangelische Altenpflege
Bergisch Gladbach

Wir sind da, um Gutes zu tun



**Evangelische
Altenpflege
Bergisch Gladbach**

An der Jüch 45-49 | 51465 Bergisch Gladbach
Tel.: 02202 122 - 4890 | Fax: 02202 122 - 4892
E-Mail: kontakt-altenpflege@evk.de

Weitere Abteilungen und Angebote



- PRO Verwaltung
- PRO Media
- PRO Train (Betreutes Wohnen)
- SignCom

Vermietung von Räumen

In den hellen Räumen des ehemaligen Schulhauses ist Platz für bis zu 50 Gäste.



Die Räume können genutzt werden, z.B. für

- Versammlungen
- Stadtteilinitiativen
- Geburtstags- und Hochzeitsfeiern
- Jubiläumsfeste

Besichtigung und Besprechung nach telefonischer Vereinbarung.



Karin Weyer

karin.weyer@progymnasium.de

Tel. (02204) 9548 - 13

Fax (02204) 9548 - 26

EG, Raum 3

PRO Media - Bildung & Kultur gGmbH

Integration und Arbeiten

Das Kerngeschäft der gemeinnützigen PRO Media gGmbH ist die digitale Erfassung und Aufbereitung von Firmendaten. Hier wird die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit und ohne Benachteiligungen im Arbeitsleben verwirklicht.

Damit die gesellschaftliche Teilhabe auch in anderen Lebensbereichen gelingen kann, unterstützt unsere Firma Menschen mit Behinderungen und/ oder verringerten Alltagskompetenzen bei ihren täglichen Lebensabläufen, damit sie ein selbstbestimmtes Leben in ihrer gewohnten Umgebung führen können, solange sie dies wünschen.

Wir orientieren uns dabei an den individuellen Wünschen unserer Kundinnen und Kunden.

Bei Interesse kontaktieren Sie bitte:

Friedrich Kondring
friedrich.kondring@progymnasium.de
Tel. (02204) 9548 - 40
Fax (02204) 9548 - 41
1. OG, Raum 9

**PRO Media wird von der Kämpgen-Stiftung
und der Kreissparkasse Köln unterstützt!**



Regionalpartner der Aktion Mensch

Für regionale Einrichtungen hat PRO Media als Regionalpartner der Aktion Mensch die Aufgabe übernommen die Adressen der Datenbank

www.familienratgeber.de

zu pflegen und ein regionales Netzwerk von Ansprechpartnern und Einrichtungen für die Region aufzubauen.

Wir sind davon überzeugt, dass ein Erscheinen im Familienratgeber die Arbeit Ihrer Einrichtung sinnvoll unterstützen kann. Machen Sie sich selbst ein Bild unter oben genannter Homepage.

Sollte Ihr Angebot noch nicht oder mit veralteten Angaben in der Adressenbank geführt werden, freuen wir uns, wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen.

Wir werden Ihnen einen Datenbogen zur Verfügung stellen, den Sie ausgefüllt an uns zurücksenden. Ihre Angaben werden dann korrekt und mit Ihrem Einverständnis veröffentlicht.



★ Familienratgeber.de
Der Wegweiser für Menschen
mit Behinderung

DAS WIR GEWINNT



PRO Train

Betreutes Wohnen – Selbstständiges Leben

Seit 1986 besteht das ambulante betreute Wohnen – PRO Train – des PROgymnasium Bensberg e.V.

Wir bieten erwachsenen Menschen mit Behinderungen die notwendige Unterstützung an, damit ein eigenverantwortliches und selbständiges Leben in der eigenen Wohnung oder in der Wohngemeinschaft des PRO möglich ist. In der eigenverantwortlichen Wohngemeinschaft im Hause des PROgymnasium kann der erste Schritt zur Verselbständigung beginnen. Hier ist von Anfang an eine umfangreiche Betreuung gewährleistet.

In den einzelnen Wohnungen der Betreuten bieten wir im Rahmen von regelmäßigen Hausbesuchen, Gesprächen und Begleitungen außer Haus eine kontinuierliche Hilfestellung an. Art und Umfang der individuellen Betreuung durch eine*n Bezugsbetreuer*in orientieren sich immer an den persönlichen Fähigkeiten und Bedürfnissen des Einzelnen. Alle fachlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter verfügen über eine akademische Ausbildung und über langjährige Berufserfahrung in der Arbeit für Menschen mit Behinderung. Drei Betreuungs-Assistenzen unterstützen die Fachkräfte.

Unser Leistungsangebot richtet sich an erwachsene Menschen mit einer körperlichen und/oder geistigen und/oder einer psychischen Behinderung. Das Einzugsgebiet unserer Betreuung liegt im Rheinisch-Bergischen Kreis. In Ausnahmefällen kann eine Betreuung auch im Raum Oberbergischer Kreis, Köln und Leverkusen übernommen werden.

Wir unterstützen und beraten bei:

- der Ermittlung des individuellen Hilfebedarfs und bei der Erstellung des Hilfeplanes
- Auszug aus Elternhaus oder Wohnstätte
- Ansprüchen auf Sozial- und Pflegeleistungen
- Behördengängen
- Erledigung von Antragstellungen und Schriftverkehr
- Finanziellen Angelegenheiten
- Ärztlichen Untersuchungen und Gesundheitsfragen
- Gesundheitsfördernden und -erhaltenden Maßnahmen wie Kur, Rehabilitation
- Krisensituationen, Konflikten
- Persönlichen Angelegenheiten und Fragen
- Soziale Beziehungen und außerhäusliche Kontakte
- Freizeit- und Urlaubsgestaltung
- Organisation der Haushaltsführung
- Antragstellung, Vermittlung und Koordination von zusätzlichen Assistenzleistungen
- Zusammenarbeit mit rechtlichen Vertretern, Angehörigen und Beratungsstellen.

Ansprechpartner*innen:



Manuela Weyer
Teamleitung
Telefon (02204) 9548 - 19
manuela.weyer@progymnasium.de
2. OG, Raum 12



Michael Ferrenberg
Stellvertretender Teamleiter
Telefon (02204) 9548 - 31
michael.ferrenberg@progymnasium.de
2. OG Raum 12



Silke Funke
Telefon (02204) 9548 - 38
silke.funke@progymnasium.de
1. OG, Raum 7

Diana Lamsfuß
Telefon (02204) 9548 - 24
diana.lamsfuss@progymnasium.de
1. OG, Raum 7



Daphne Moore
Leitung Assistenzen
Telefon (02204) 9548 - 33
daphne.moore@progymnasium.de
2. OG, Raum 13



Anneliese Cosman, Betreuungsassistentz
Telefon (02204) 9548 - 33
2. OG, Raum 12



Stefanie Hahn, Betreuungsassistentz
Telefon (02204) 9548 - 33
2. OG, Raum 12



Elke Schwarz, Betreuungsassistentz
Telefon (02204) 9548 - 33
2. OG, Raum 12



Raum 11

Wir beraten, betreuen und begleiten Menschen mit und ohne Hörschädigung sowie zusätzlicher geistiger oder psychischer Beeinträchtigung sowie Suchterkrankung. Alle unsere Mitarbeiter verfügen über langjährige Erfahrungen in der pädagogischen Arbeit mit hörgeschädigten Menschen und beherrschen die deutsche Gebärdensprache.

Erfahren Sie mehr über uns und unser Angebot in einem persönlichen Gespräch. Wir laden sie herzlich zum Besuch in unseren Büroräumlichkeiten im PROgymnasium, Raum 11 ein.

Wir freuen uns, Sie kennenzulernen!

Ihre Joanna Prasal-Cronin und Angela Herbig

Kontakt:

Telefon: 02233-8059240, Fax: 02233-8059242

Mail: info@signcom-betreuungen.de, Internet: www.signcom-betreuungen.de

Joanna Prasal-Cronin

Mobil: 0152-55667722, Mail: joanna.prasal-cronin@signcom-betreuungen.de

Angela Herbig

Mobil: 0152-55667733, Mail: angela.herbig@signcom-betreuungen.de

„Gemeinsam Gutes unternehmen“ –

Da gibt es das **BÜRGERHAUS IN BENSBERG.**

Der generationsübergreifende Treffpunkt bietet Informations- und Vernetzungsangebote unter anderem für Menschen in der zweiten Lebenshälfte und bietet immer attraktive und bildende Kurse für deren individuelle Bedürfnisse. Spezielle Beratungs- und Hilfsangebote für Menschen in besonderen Lebenslagen und mit Behinderungen sind weitere Angebotsschwerpunkte.

„Wir für Sie“, lautet das Motto.

Ganz in der Nähe gibt es das **PORSCHE ZENTRUM BENSBERG.**

Ein innovatives Traditionshaus - ein Sportwagenzentrum -, das immer wieder neue Maßstäbe setzt in den Bereichen professionelle Kundenberatung, -betreuung und Individualität.

Das Motto: „Bereit, wenn Sie es sind!“

Gemeinnützige Vereine wie der PROgymnasium Bensberg e.V. brauchen eine stabile finanzielle Basis. Wir haben die Zusammenarbeit mit Porsche gesucht und gemeinsam mit Fürsprecher Lutz Urbach - ehemaliger Bürgermeister der Stadt Bergisch Gladbach - einen Kooperationspartner gefunden, der von dem großen ehrenamtlichen Engagement des Vereins für die Menschen in Bensberg überzeugt werden konnte.

Freiwillig, uneigennützig, ohne vertragliche Vereinbarung und ohne wirtschaftliche Gegenleistung ist eine auf mehrere Jahre angelegte

eine bedeutende Partnerschaft zwischen PRO und Porsche



Gemeinsam mit Lutz Urbach fand die symbolische Übergabe des ersten Spendenschecks in Höhe von 5.000 Euro am 15. 03. 2021 vor den Türen des PROgymnasiums in Bensberg statt.

V.l. Lutz Urbach, Manfred Klein, Roman Konrads

Partnerschaft entstanden. Als regional verwurzelt Unternehmen nimmt Porsche damit vorbildlich seine gesellschaftliche Verantwortung wahr. Als PRO schätzen wir die neue Kooperation sehr. Wir sind Geschäftsführer Roman Konrads für die Unterstützung durch das Porsche Zentrum Bensberg außerordentlich dankbar.

Quelle: Porsche Zentrum Bensberg

Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V.

Mehr als ein halbes Jahrhundert drückten Generationen von Menschen im Pro-gymnasium die Schulbank. Das schöne, alte Haus stand lange leer, konnte dann aber vom Verein (PROgymnasium Bensberg e.V.) gemietet und schließlich gekauft werden. 1982 wurde der Förderverein gegründet, um das Gebäude zu restaurieren und als ein Haus für die Bürger unserer Stadt zu erhalten.

Aus dem Progymnasium wurde das PRO.

Unser Anliegen ist, innovative Projekte für Menschen mit Behinderungen sowie generationenübergreifende Bildungsarbeit im PROgymnasium Bensberg e.V. zu unterstützen. Heute können oft nur private Investitionen einen angemessenen Qualitätsstandard erhalten. Sind Sie bereit, diese Aufgaben mitzutragen?

Mithilfe Für die vielfältigen Aufgaben werden Mitglieder und Geldspenden benötigt. Auch Ihre aktive Mithilfe ist sehr willkommen!

Spenden Sie helfen uns durch Ihre Spende auf unser Konto.
Wir stellen Ihnen gerne eine Spendenquittung zur Vorlage beim Finanzamt aus.

**Der Vorstand des Fördervereins freut sich über Ihr
Interesse und Ihren Anruf: (02204) 9548 - 0
E-Mail: foerdereverein@progymnasium.de**

Bankverbindung

Bensberger Bank eG
BIC: GENODED1 BGL
IBAN: DE33 3706 21 24 0009 5950 15

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE11ZZZ00000289316

**Beitritts-
erklärung**

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zum **Förderverein** PROgymnasium Bensberg e.V.,
um die Ziele des **Trägervereins** PROgymnasium Bensberg e.V. zu unterstützen ab dem

 (bitte Datum eintragen)

Zusätzlich möchte ich – **beitragsfrei** –
Mitglied im **Trägerverein** werden.

Name, Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

E-Mail

Jahresbeitrag

20,- Euro

40,- Euro

_____ Euro

jurist. Person

75,- Euro

150,- Euro

_____ Euro

Ich bitte um Zusendung einer Zuwendungsbestätigung
für das Finanzamt

**Datum,
Unterschrift**

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V. den Mitgliedsbeitrag
von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kre-
ditinstitut an, die vom Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V. auf mein
Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis: Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belas-
tungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei
die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

**Kreditinstitut
(Name und BIC)**

IBAN

 DE

Unterschrift

Ort, Datum, Unterschrift des Kontoinhabers

Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Vielen Dank für Ihre Unterstützung

Wir danken insbesondere der Aktion Mensch, der Stiftung Wohlfahrtspflege, der Kämpgen-Stiftung, dem Lions Club Bensberg Schloss sowie dem Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V. für ihre Unterstützung!

Ein herzliches Dankeschön an alle, die wir hier nicht nennen konnten, die uns mit ihrer tatkräftigen Hilfe und mit Spenden unterstützen.

Diese Unterstützung machte uns die Umsetzung einiger Projekte im PRO erst möglich.

Mitgliedschaften und Kooperationen

Die mit * gekennzeichneten Veranstaltungen werden von der Paritätischen Akademie in Kooperation mit dem PROgymnasium Bensberg e.V. durchgeführt.



Anmeldung Für alle Kursangebote ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des Teilnahmeentgeltes. Der Eintrag auf der Teilnahmeliste des Folgekurses verpflichtet ebenso zur Zahlung. Mit der schriftlichen Anmeldung akzeptieren Sie die Teilnahmebedingungen und die Datenschutzhinweise auf Seite 81.

Konto **Bensberger Bank eG**
BIC: GENODED1 BGL
IBAN: DE52 3706 21 24 0007 1000 27

Hinweis zur Lastschrift:

Sie können innerhalb von acht Wochen dem Einzug widersprechen. Es gelten dabei die mit Ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Teilnahmegebühr

Hinweis zur Teilnahmegebühr: Die Kursgebühr ist in der Regel für die Teilnahme von mindestens zehn Personen pro Kurs berechnet. Bei weniger als zehn Anmeldungen besteht die Möglichkeit, die Kosten umzulegen, damit der Kurs stattfinden kann. Die Zahlungen der Kurse sind bei Kursbeginn zu leisten. Änderungen der angegebenen Zeiten und Orte lassen sich leider nicht immer vermeiden. Wir bemühen uns, solche Änderungen rechtzeitig mitzuteilen. Angemeldete Teilnehmer*innen werden schriftlich, telefonisch oder durch Ankündigung am Kursort benachrichtigt. Sollten Veranstaltungen nicht zustande kommen, werden die Entgelte in voller Höhe erstattet. Sollten Sie an einer Veranstaltung, für die Sie sich angemeldet haben, nicht teilnehmen können, so melden Sie sich bitte spätestens 14 Tage vor Kursbeginn schriftlich ab. Wir bitten um Verständnis, dass nur eine schriftliche Abmeldung anerkannt werden kann. Eine Erstattung der Teilnahmegebühr ab 7 Tage vor Kursbeginn ist leider nicht möglich.

Bei Abmeldungen erheben wir folgende Stornierungsentgelte:

- bis 15 Tage vor Kursbeginn 5,00 Euro
- 14 - 8 Tage vor Kursbeginn 20% des Teilnahmeentgeltes
- 7 Tage vor Kursbeginn wird der volle Kursbeitrag erhoben

Ratenzahlung

Sie können Ihre Teilnahmegebühr ab 100,00 Euro auch in Raten zahlen. Dies ist jedoch nur bei Lastschrift möglich. Bitte wenden Sie sich an das Büro von PRO Treff unter (02204) 9548 - 15.

Hiermit melde ich mich zu folgendem Kurs **verbindlich** an. **Den Datenschutzhinweis und die Teilnahmebedingungen** auf den Seiten 79 und 81 **erkenne ich an.**

Kursbezeichnung	<input type="text"/>
Kursnummer	<input type="text"/>
Kursgebühr	<input type="text"/> mit Spende <input type="checkbox"/> ohne Spende <input type="checkbox"/>
Name, Vorname	<input type="text"/>
Straße, Nr.	<input type="text"/>
PLZ, Ort	<input type="text"/>
Telefon	<input type="text"/>
E-Mail	<input type="text"/>
Anmeldedatum	<input type="text"/>
Unterschrift	<input type="text"/>

Ich zahle bar per Überweisung per Lastschrift

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den PROgymnasium Bensberg e.V., die Gebühren der jeweils von mir gebuchten Kurse nach Kursbeginn von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen, sofern sich keine Änderungen ergeben. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom PROgymnasium Bensberg e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Das SEPA-Lastschriftmandat gilt für wiederkehrende Belastungen.

Kontoinhaber*in	<input type="text"/>
Bank	<input type="text"/>
IBAN	<input type="text"/>
BIC	<input type="text"/>
Ort, Datum	<input type="text"/>
Unterschrift	<input type="text"/>

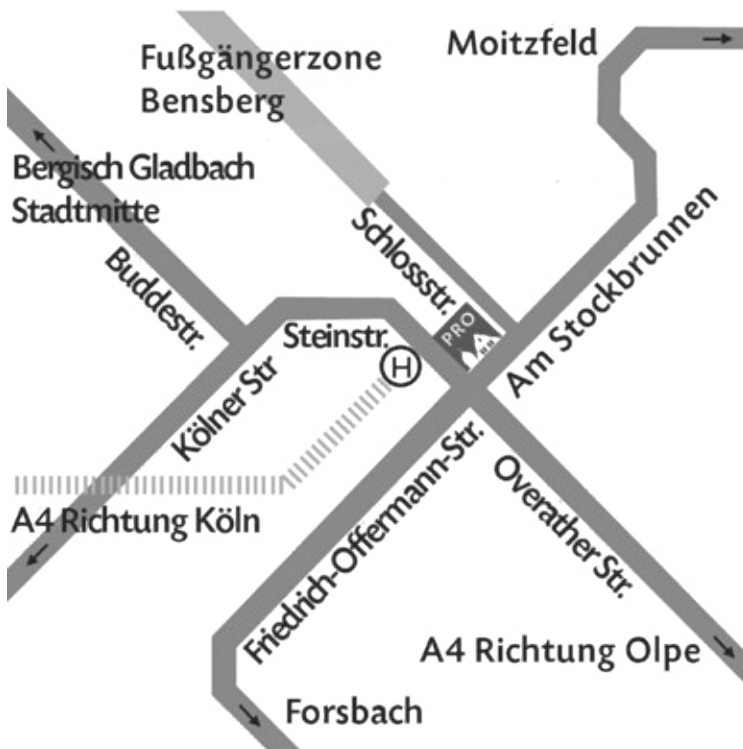
PRO Treff · ☎ 02204/95 48-15 · Fax: -26 · info@progymnasium.de

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE47ZZZ00000850492

Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Datenschutzhinweis:

Die anfallenden personenbezogenen Daten werden ausschließlich im Rahmen der Geschäftsbeziehung zwischen den jeweiligen Teilnehmer*innen und dem PROgymnasium e.V. gemäß Art. 13 DSGVO erfasst und genutzt. Name und Adresse sind dabei zur Bearbeitung der Anmeldung und zur Durchführung der Veranstaltung in jedem Fall erforderlich. Bereits erfasste Daten werden für die Durchführung und Abwicklung erneuter Kursanmeldungen verarbeitet und genutzt. Eine Übermittlung personenbezogener Daten an andere Stellen findet grundsätzlich nicht statt. Lediglich in den Fällen, in denen personenbezogene Daten für eingebundene Stellen benötigt werden, wie in Kursen die in Kooperation mit der Paritätischen Akademie geführt werden. Die Teilnehmer*innen haben das Recht, jederzeit Auskunft darüber zu verlangen, welche Daten über sie vom PROgymnasium e.V. gespeichert werden. Sie können unrichtige Daten berichtigen lassen oder löschen lassen, wenn diese nicht mehr erforderlich sind. Bei Fragen wenden Sie sich an: datenschutz@progymnasium.de.

So finden Sie uns:

KVB Linie 1,
Haltestelle Bensberg

Buslinien

457
Haltestelle Bensberg,
PROgymnasium
SB40
227, 267, 400, 420, 421,
423, 454, 455, 457
N45, N46, N47
Haltestelle Bensberg



Geschenkgutschein

Name

über Euro

Kurs/Veranstaltung

Datum



Weitere Informationen: Begegnungsstätte PRO Treff
PROgymnasium Bensberg e.V.
Schloßstraße 84 · 51429 Bergisch Gladbach
Telefon 0 22 04/95 48-15
www.progymnasium.de

Wir möchten darauf hinweisen, dass die Kurse in der Begegnungsstätte PRO Treff zu buchen und zu zahlen sind, bevor diese verschenkt werden.



TREFFPUNKT GESUNDHEIT
Adler Apotheke Bensberg

BENSBERGER TALER

SPENDEN

an den „Luise-Ueding-Fonds“ für
bedürftige Kinder in Bensberg

MACHEN SIE MIT!

Sie erhalten **1 Benserger Taler**, wenn Sie
in der **Adler Apotheke Bensberg** für **10 Euro**
nicht preisgebundene Ware kaufen.

und SPAREN

Schon ab **1 Benserger Taler**
erhalten Sie **TOLLE PRÄMIEN** in der
Adler Apotheke Bensberg.

Weitere Prämien und das aktuelle
Partnerverzeichnis finden Sie bei
www.bensbergertaler.org

VORBESTELLSERVICE

Reservieren Sie bis

10 Uhr zur Abholung ab **13 Uhr**
13 Uhr zur Abholung ab **16 Uhr**
16 Uhr zur Abholung ab **18 Uhr**
18 Uhr zur Abholung am **Folgetag**

Einfach den
QR-Code scannen
oder bestellen über:



www.ihreapotheken.de/apotheke/Adler-Apotheke-Bensberg-Bergisch-Gladbach-51429-9717

Durchgehend geöffnet · Mo. – Fr. 8–19 Uhr, Sa. 8:30–14 Uhr

Schloßstraße 72 · Tel.: 02204 - 54747 · www.adler-apotheke-bensberg.de

Mit gutem Beispiel voran.

Das Porsche Zentrum Bensberg unterstützt den PROgymnasium Bensberg e. V.

Innovationen wie der Porsche Taycan beweisen, dass sportliche Fahrerlebnisse und der verantwortungsvolle Umgang mit Mensch und Natur keine Gegensätze sein müssen. Als regional verwurzeltes Unternehmen stehen auch wir als Porsche Zentrum Bensberg in einer gesellschaftlichen Verantwortung und möchten deshalb den Verein PROgymnasium Bensberg e. V. langfristig als Partner stärken.



Porsche Zentrum Bensberg
Kamps Sportwagenzentrum
Bensberg GmbH & Co. KG
Meisheide 1
51429 Bergisch Gladbach
Tel. +49 2204 7676-100
www.porsche-bensberg.de



PORSCHE