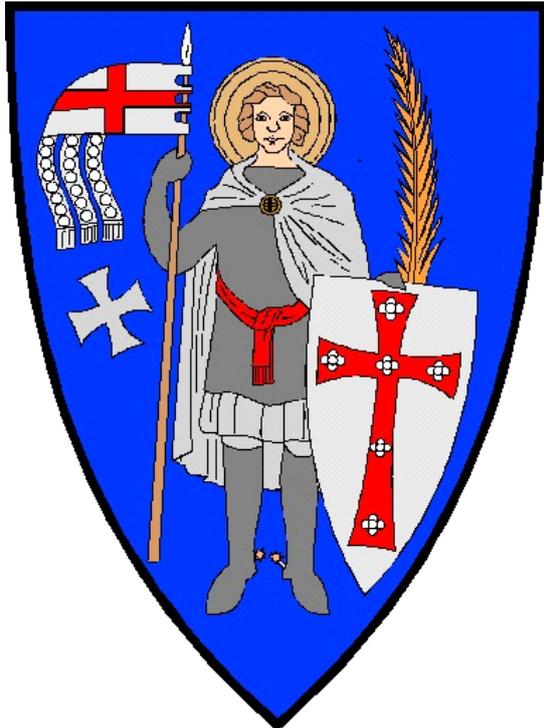


Senioren-Veranstaltungs-Kalender



April
2019



Herausgeber: Freiwilligenagentur Eisenach in Trägerschaft der Diako Thüringen gGmbH – Seniorenbeirat und Seniorenbeauftragte der Stadt Eisenach – Tel. 03691/670 249

<p>Die Erstellung dieses Seniorenkaltenders wird gefördert vom:</p>	<p>Freistaat Thüringen  Ministerium für Arbeit, Soziales, Gesundheit, Frauen und Familie</p>
---------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Seniorenbeirat der Wartburgstadt Eisenach

Wer wir sind:

• Manfred Schroer	DGB
• Erika Hermanns	Polizei
• Heike Apel-Spengler	Freiwilligenagentur
• Gudrun Weber	Diakonie, Ev. Kirche
• Ingrid Waldhelm	Caritas
• Heike Kummert	
• Ingrid Schrodt	Volkssolidarität

Weitere aktive Mitglieder sind:

• Dagmar Frank	
• Karin Schröder	

Vorstand:

• Erika Hermanns	Vorsitzende
• Manfred Schroer	Stellvertreter
• Heike Apel-Spengler	Schatzmeisterin

Die Kontaktadresse und Anlaufstelle des Seniorenbeirates und der Seniorenbeauftragten Frau Hermanns:

**Freiwilligenagentur Eisenach in Trägerschaft
der Diakonie Thüringen gem. GmbH
Markt 2, Zimmer 401 - Tel./Fax: 03691/670249
Freiwilligenagentur.esa@diako-thueringen.de**

Was wollen Wir?

Wir sind für die älteren Bürgerinnen und Bürger unserer Stadt Sprachrohr und vertreten ihre Interessen:

- Indem wir Kontakte pflegen zu Unternehmen, Einrichtungen, Heimbeiräte und Leitungen der örtlichen Pflegeheime sowie ambulanten Diensten
- Indem wir mit dem Stadtrat, der Stadtverwaltung und anderen Institutionen partnerschaftlich zusammenarbeiten
- Indem wir in der Landesseniorenvertretung unser Stimmrecht nutzen und damit auch auf die Landesregierung einwirken
- Indem wir Einzelne bei Problemen beraten und Hilfe vermitteln
- Unsere Aufgaben und Ziele
- Wir unterstützen die Gleichwertigkeit aller Altersstufen und die Solidarität der Generationen untereinander.
- Wir regen an, dass die Erfahrungen, Kenntnisse und Fertigkeiten der Senioren anerkannt und ins gesellschaftliche Leben eingebracht werden.
- Wir fördern Eigeninitiativen und Selbstorganisation von Seniorinnen und Senioren.
- Wir werben um ehrenamtliche Arbeit von Älteren - auch für Ältere.
- Wir fördern und unterstützen die offene Altenarbeit.
- Wir wecken das Interesse älterer Menschen für Angebote der Kultur, des Sports, der Bildung und weiterer Freizeitgestaltung.
- Wir fördern und unterstützen die Eigenständigkeit und Selbstbestimmung von Senioren sowohl zu Hause als auch im altersgerechten Wohnen und im Pflegeheim.
- Wir kämpfen um den Erhalt des Sozialstaates und für soziale Gerechtigkeit.
- Wir fordern Transparenz im Gesundheitssystem.
- Wir drängen auf Bewahrung und Verbesserung altergemäßer medizinischer Vorsorge und Versorgung.

Aprilgedanken

Liebe Seniorinnen und Senioren,

wer von Ihnen darf einen Garten sein Eigen nennen?

Ist es ein Schrebergarten mit einer Quadratmetergröße von 370 - 400 oder gar ein noch größeres Areal um das Eigenheim? Oder freuen Sie sich an einem kleinen Stück Erde, das Ihnen ermöglicht, den Jahreslauf von Frühling,

Sommer, Herbst und Winter ganz existenziell zu genießen? Für viele ist „Garten“ ein ganz wundervoller Gedanke: leuchtende Blumenbeete, frisches Bio Gemüse, nachmittags im Liegestuhl und Grillgeruch in der Nase. In der Realität entpuppt sich diese Romantik zu Jäten, Säen, Mähen, Gießen, Ernten und Kopf-über-im-Beet-Sitzen und in der Erde wühlen bis der Rücken schmerzt. „Ich brauche immer einen Eimer neben mir, an dem ich mich hochziehen kann“, legte eine in die Jahre gekommenen Kleingärtnerin offen. Selbst wenn sie Abstriche bei der Ordnung im Garten macht – wird sie in diesem Jahr noch alles bestellen können? eine solche Umgestaltung, die schließlich auch eine Geldausgabe mit sich bringt?

Also gehen wir es an, wie in jedem Jahr! Die einen sind schon fast fertig mit der Frühjahrsbestellung, - das sind die, die immer die ersten sein müssen - andere lassen es April werden.

April, April der macht was er will. Dieser Spruch beschreibt recht gut das Dilemma, in dem sich Hobbygärtner im April befinden. Zum einen gibt es schon viele sehr schöne sonnige Tage, an denen sich zahlreiche Gartenarbeiten erledigen lassen, zum anderen kann es recht schnell noch mal sehr kühl und frostig werden. Selbst ausgedehnte Wärmeperioden sind im April keine Seltenheit mehr. Teilweise scheint die Sonne viele Tage hintereinander und trocknet das Erdreich aus. Wie es auch ausfällt, der Garten ruft. Die Zwiebelpflanzen brauchen Dünger, Beerenobst sollte Kompost kriegen, Gewürze und Gemüse muss ausgesät werden. Nicht vergessen Erdbeerpflanzen zu kaufen! Auch in diesem Jahr können Schnecken zur Plage werden, sie vorbeugend mit Hausmitteln zu bekämpfen, wäre sinnvoll. Da kann die eine oder der andere im Gespräch mit den Nachbarn gute Tipps bekommen.

Viel Freude dabei wünscht der Seniorenbeirat

Eine besondere Würdigung ehrenamtlicher Tätigkeit:

Gudrun Weber wurde mit einer „Goldenen Medaille“ für ihre ehrenamtliche Tätigkeit als Notfallseelsorgerin ausgezeichnet

Wenn Notfallseelsorger gerufen werden, befinden sich Menschen in einer Ausnahmesituation. In nur wenigen Augenblicken hat sich für sie die Welt geändert; z.B., wenn ein Familienmitglied plötzlich stirbt oder wenn sie die Nachricht vom Unfalltod eines Angehörigen erreicht.

Aber auch Kollegen der Polizei, der Feuerwehr oder Rettungsdienste haben oftmals belastende Einsätze, wo anschließend die Hilfe von Notfallseelsorgern

dankbar angenommen wird. Für ihre Einsätze werden die Notfallseelsorger und Notfallseelsorgerinnen speziell ausgebildet und ständig geschult.



Die Arbeit der ehrenamtlichen Notfallseelsorger findet meistens im Verborgenen statt und ist keine leichte Aufgabe. Der Bereitschaftsdienst wird an 365 Tagen jeweils 24 Stunden geleistet.

Wir Mitglieder vom Seniorenbeirat Eisenach sind stolz, dass ein Mitglied aus unseren Reihen - Gudrun Weber - von der Bischöfin der Evangelischen Kirche in Mitteldeutschland diese Auszeichnung erhalten hat, verbunden mit einer Dank-Urkunde für langjährige treue Dienste in der Notfallseelsorge Eisenach.

1: Gudrun Weber mit Heike Apel-Spengler bei der Auszeichnungsveranstaltung

Veranstaltungsangebote der Vereine, Verbände und Selbsthilfegruppen der Wartburgstadt Eisenach für unsere Senioren und andere Interessierte:

	<p>Volkssolidarität Eisenach</p>		
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:

01.04.2019	10:00-11:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Vorbeugen vor Osteoporose – Gymnastik mit Sigrid Schreiber
	11:30-12:30 Uhr		Bewegungsgruppe unter Leitung von Karola Appun
	13:30-14:30 Uhr		Gymnastikgruppe unter Leitung von Karola Appun
03.04.2019	14:00 – 16:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Rommé-Nachmittag
			Handarbeitszirkel „ Flotte Nadel “ mit Frau Schorneck
04.04.2019	14:00 – 16:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Kaffeenachmittag der OG 36
08.04.2019	10:00-11:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Vorbeugen vor Osteoporose – Gymnastik mit Sigrid Schreiber
	11:30-12:30 Uhr		Bewegungsgruppe unter Leitung von Karola Appun
	13:30-14:30 Uhr		Gymnastikgruppe unter Leitung von Karola Appun
09.04.2019	14:00-16:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Kaffeenachmittag der OG Stedtfeld
			Rommé-Nachmittag
10.04.2019	11:00 Uhr	Busfahrt der OG 21 und 1 zum „Hainich-Haus“ Abfahrt in der Karl-Marx-Str. (Hotel) Anmeldung unter VS Eisenach 03691 – 83 17 18	
15.04.2019	10:00-11:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Vorbeugen vor Osteoporose – Gymnastik mit Sigrid Schreiber
	11:30-12:30 Uhr		Bewegungsgruppe unter Leitung von Karola Appun
	13:30-14:30 Uhr		Gymnastikgruppe unter Leitung von Karola Appun
16.04.2019	14:00-16:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	BSW-Kreativ (Bahnsozialwerk BSW & EWH)
17.04.2019	14:00-16:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Basteln und Handarbeit der VS mit Frau Schorneck

23.04.2019	14:00- 16:00 Uhr	Klubraum der Be- gegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Rommé-Nachmittag
24.04.2019	14:00- 16:00 Uhr	Klubraum der Be- gegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Kaffee-Nachmittag der OG 21 und OG 1 mit „ Ge- sundheitsvortrag “ von Frau Neubert
29.04.2019	10:00- 11:00 Uhr	Klubraum der Be- gegnungsstätte der VS im Bürgerhaus	Vorbeugen vor Osteopo- rose – Gymnastik mit Sigrid Schreiber
	11:30- 12:30 Uhr		Bewegungsgruppe unter Leitung von Karola Appun
	13:30- 14:30 Uhr		Gymnastikgruppe unter Leitung von Karola Appun
Programmänderungen sind möglich!			

	„Gesprächskreis Herz / Defi“ Eisenach		
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
11.04.2019	14:00 Uhr	Georgen-Apotheke, Bahnhofstr.	„ Herz – Lunge – Schlaf “ Of- fene Gesprächsrunde mit Dr. med. Timo Schröder, Kli- nikum Schmalkalden
Sprechstunde des Beauftragten der Deutschen Herzstiftung Herr Günter Schleder; donnerstags 10:00 – 12:00 Uhr, St. Georg-Klinikum, Haus A			

	„Deutsche Rheuma-Liga AG Eisenach“		
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
03.04.2019	14:00 Uhr	Haus der Vereine (DRK), 3. Etage	Fit für den Frühling - im Ge- spräch mit Frau Kursawe

		Sozialverband VdK Ortsverband Eisenach	
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
dienstags	15:00 – 17:00 Uhr	Der Vorstand des VdK Ortsverband Eisenach, Büro im Rot-Kreuz-Weg 1	Austausch und gemütlicher Kaffeepausch zwischen Mit- gliedern und Vorstand
20.04.2019	15:00 – 17:00 Uhr	Vereinsraum, Rot- Kreuz-Weg 1 in Ei- senach	<u>Heimrecht</u> – Finanzierung im Pflegefall und die mögli- che Unterhaltungspflicht von Verwandten 1. Grades – Herr RA Roland Gerstner

		Schwerhörigen-Verein Eisenach e.V.	
Achtung! Unsere Beratungsstelle und das Kommunikationszentrum sind Diens- tag, 14 – 17 Uhr und Mittwoch, 09 – 12 Uhr geöffnet. Terminabsprachen sind möglich unter Tel./Fax: 03691 / 21 02 23			
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
27.04.2019	14:00 Uhr	Rot-Kreuz-Weg 1, 3. Etage	MV „Tag gegen Lärm“
Nächster Monat	17:30 – 18:30 Uhr	„Flotte Kugel“, Grim- melsgasse 2	Freizeit-Kegeln
18.04.2019	14:30 Uhr	„Nachbarschafts- treff“ Goethestr. 10a	Kaffeenachmittag für Alle
	15:30 Uhr		SHG „Tinnitus“

Eine Information des „Schwerhörigen-Verein Eisenach e.V.“:

Wer krank wird, muss nicht in die Notaufnahme

Sie fühlen sich krank, der Hausarzt ist nicht erreichbar, die Arztpraxis hat bereits zu, es Mittwoch- oder Freitagnachmittag, oder es ist Wochenende.

In diesem Fall halfen die Nachbarn einer alleinstehenden Rentnerin in der Goethestraße, indem sie die **116 117** wählten.

In Thüringen sind seit dem 2. Juli 2018 alle medizinischen Bereitschaftsdienste unter dieser bundesweiten kostenfreien Nummer **116 117** zu erreichen. Wenn die Arztpraxen geschlossen sind, dann versorgt Sie der Ärztliche Bereitschaftsdienst. Die Vermittlungszentrale befindet sich in Weimar. Patienten erhalten hier Auskunft zu den Sprechstundenzeiten der 28 ärztlichen Bereitschaftspraxen in Thüringen, zu örtlichen Bereitschaftsdiensten von Augenärzten, Kinderärzten und HNO-Ärzten und werden unter dieser Nummer dringende Hausbesuche vermittelt. Anrufer erfahren, welche Apotheke in der Region Bereitschaft hat und können ebenso erfragen, welche Zahnarztpraxis für Notfälle zur Verfügung steht.

Wann ist die 116 117 zu erreichen?

Montag: 18:00 bis 7:00 Uhr (des Folgetages)

Dienstag: 18:00 bis 7:00 Uhr

Mittwoch: 13:00 bis 7:00 Uhr

Donnerstag: 18:00 bis 7:00 Uhr

Freitag: 13:00 bis 7:00 Uhr

Samstag, Sonntag, Feiertage,

Brückentage sowie 24. u. 31.12.:

7:00 bis 7:00 Uhr

Bei Unfällen und lebensbedrohlichen Situationen sollte weiterhin die bundesweite kostenfreie Nummer des Rettungsdienstes **112** gewählt werden.

Für sprach- und hörbehinderte Patienten, die den ärztlichen Bereitschaftsdienst benötigen, ist eine kostenfreie Faxnummer geschaltet: **0800 58 95 210**

(Quelle KV Thüringen)

Uta Lapp

	<p>Seniorenredaktion Wartburg-Radio 96,5</p>		
<p>Tag:</p>	<p>Uhrzeit:</p>	<p>Ort:</p>	<p>Thema:</p>

13.04.2019	16:00 Uhr	In Deinem Radio	<u>Eisenacher Kaffeezeit:</u> „Nicht nur Rauch soll bleiben von einem Leben“ – mit Gisel Verges
14.04.2019	16:00 Uhr	In Deinem Radio	<u>Wdhg.: Eisenacher Kaffeezeit:</u> „Nicht nur Rauch soll bleiben von einem Leben“ – mit Gisel Verges
27.04.2019	16:00 Uhr	In Deinem Radio	<u>Eisenacher Kaffeezeit:</u> „Hilfe finden“ – mit Uta Lapp
28.04.2019	16:00 Uhr	In Deinem Radio	<u>Eisenacher Kaffeezeit:</u> „Hilfe finden“ – mit Uta Lapp
			
<p><i>Auch zu empfangen via Livestream unter</i> <i>www.wartburgradio.com</i></p>			

 STIFTUNGSFAMILIE BSW & EWH	Stiftungsfamilie BSW & EWH Ortsgruppe Eisenach		
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
16.04.2019	14:00 – 16:00 Uhr	Klubraum der Begegnungsstätte der VS im Bürgerhaus – Ernst-Thälmann-Str.94	Kreativ- und Textilizirkel mit Ute Krautwer (03691/88 46 01)
dienstags	Ab 19:00 Uhr	DB – Gebäude Schillerstraße 25	Proben des BSW – Eisenbahnerchor „Friedrich List“ Eisenach Ansprechpartner: Klaus Winkler 03691 / 84 15 35 und Volker Matuschek 03691 / 21 46 77
Wander-Gruppe 1 03.04.2019	09:00 Uhr	Ab Bahnhof Eisenach	Bhf. EA – Bus Ruhla – Ruhlaer Skihütte – Geißenalm – Bus EA
Wander-Gruppe 2	09:00 Uhr	Ab Bahnhof Eisenach	Bhf EA – Petersberg – kl. Hörselberg - Wutha – Bus EA

17.04.2019			
------------	--	--	--

Gesprächskreis „Betroffene der DDR-Heimerziehung“			
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
Erster Mittwoch im Monat	14:00 – 16:00 Uhr	Nachbarschaftszentrum (Goethe-str. 10a / Ecke Jakobstraße)	Gedankenaustausch und Hilfestellungen. Gesprächspartner ist Herr Manfred May

 AWG „Eisenach“ eG			
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
Montags	14:00 Uhr	AWG-Treff, Sophienstr. 3	Geselliges Zusammensein, Basteln sowie Gesellschafts- & Kartenspiele erwarten Sie. Kosten 0,- €, Anmeldung nicht erforderlich, Ansprechpartner: Frau Schlund
	16:00 Uhr	Nachbarschaftszentrum, Goethestr. 10a	Chor – AWG Singers – Singen bringt Freude, neue Freundschaften, Abwechslung im Alltag und singen ist gesund. Alle sind herzlich willkommen! Ansprechpartnerin: Frau Elfi Walter, 03691/22 38 019
Dienstags	13:30 Uhr	Elisabeth-Gymnasium, Nebestr. 24, Computerkabinett (14-tägig)	Computergruppe „Arbeit am PC tut nicht weh“ 14-tägig – Absprache nach jeder Veranstaltung, Kosten: ca. 2,50 €; Anmeldung bei Frau Herrmann 03691/840393 oder Elisabeth-Gymnasium 03691/890074
	16:30 – 18:00 Uhr	Werner-Aßmann-Halle; Konferenzraum	Tanzen ab 60 Kosten: Mitgliedschaft im Verein; Ansprechpartner: FTE, Frau Ingeborg Brückner – 03691/612148
dienstags und freitags	15:30 – 17:30 Uhr	Oststadtschule	Geräteturnen für Kinder ab 5 Jahre; Kosten: Mitgliedschaft im Verein, Anfragen: Freie

			Turnerschaft Eisenach, 03691/610640 fte-eisenach@web.de
1. und 3. Donnerstag im Monat	14:00 Uhr	AWG-Treff Sophienstr. 3, (Ansprechpartner: Herr Priem: 03691/611 545)	Skat-Treff Spaß am gemeinsamen Skatspiel und geselliges Beisammensein, Kosten 0,- €, Anmeldung nicht erforderlich
Monatlich	16:00 Uhr	Begegnungsstätte „Alleenhof“ (Ansprechpartnerin: <u>Frau Priem, 03691/611545</u>)	Gymnastikgruppe: Tun Sie sich und Ihrem Körper etwas Gutes! Nur begrenzte Teilnehmerzahl!
Dienstags	14:30 – 16:30 Uhr	Werner-Aßmann-Halle (Konferenzraum)	Tanzen ab 60 (Spaß am Tanzen für Junggebliebene ab 60!) Kleiner Mitgliedsbeitrag lt. Satzung der Freien Turnerschaft 1990 Eisenach e.V. → Frau Brückner Tel. 03691 / 61 21 48
17.04.2019 (jeden 3. Mittwoch im Monat)	09:30 Uhr	Vorhalle Hbf.	Wandergruppe Bitte <i>anmelden bei Herrn Priem Tel.: 03691 / 61 15 45</i>

		<h2 style="margin: 0;">Weisser Ring</h2> <h2 style="margin: 0;">Eisenach und WAK</h2>	
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
Jeden 3. Donnerstag im Monat	15:00 – 17:00 Uhr	Nachbarschaftstreff: Eisenach, Goethestr. 10a	Sprechstunde

		<h2 style="margin: 0;">Caritas</h2>	
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
<p>Die Caritas in Eisenach möchte mit ihren offenen Angeboten für Senioren Menschen mit ihren vielfältigen Begabungen und Interessen erreichen. Es ist Ziel der unterschiedlichen Gruppen, durch Freude und Spaß sowie in einer guten Gemeinschaft Fähigkeiten zu erhalten, zu entdecken, sie weiter zu entwickeln und eigene Talente einbringen zu können.</p> <p>Zu den Veranstaltungen und Angeboten sind alle Interessenten ganz herzlich eingeladen - eine Teilnahme ist nicht an eine Konfessionszugehörigkeit gebunden. Nach zweimaligem „Schnupperbesuch“ bitten wir um eine Anmeldung für die jeweilige Gruppe, wenn Sie weiter teilnehmen möchten.</p> <p>Nähere Informationen erhalten Sie im Büro der Caritas, Alexanderstraße 45, 99817 Eisenach. Ansprechpartnerin: Frau Ifland, Telefon: 03691/204890</p>			

03.04.2019	09:15Uhr	Saal der Elisabeth- gemeinde, So- phienstr. 8; Eisen- ach	Seniorensingekreis – unter Leitung von Frau Fischer
	14:30Uhr		Seniorentanzkreis – unter Leitung von Frau Reif
10.04.2019	09:15Uhr		Seniorensingekreis – unter Leitung von Frau Fischer
11.04.2019	14:30Uhr		Seniorengymnastik – unter Leitung von Frau Appun
17.04.2019	09:15Uhr		Seniorensingekreis – unter Leitung von Frau Fischer
	14:30Uhr		Seniorentanzkreis – unter Leitung von Frau Herbert
24.04.2019	09:15Uhr		Seniorensingekreis – unter Leitung von Frau Fischer
25.04.2019	14:30Uhr		Seniorengymnastik – unter Leitung von Frau Appun

 Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V.		Deutsche Zöliakie Gesellschaft e.V.	
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
Anfragen bitte an:	Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. (Bereich WAK-Eisen- ach-Gotha) Tel.: 036922/28495 und 036929/89069 schuchardt- heike@arcor.de signeidner@freenet.de		

	<h2 style="color: green;">Lymphselbsthilfe</h2> <h3 style="color: green;">Eisenach</h3> <p style="text-align: center;">Wir sind Mitglied des Bundesverbandes Lymphselbsthilfe e.V.</p>		
	Tag:	Uhrzeit:	Ort:
09.04.2019	15:30 Uhr	St. Georg- Klinikum Ei- senach Haus A/II. Etage,	Nahrung wirkt wie Medizin – Essen ge- gen Schmerzen.

		Schulungs- raum	
<p><u>Begriffserklärung:</u></p> <p>Lymphsystem: Das Lymphgefäßsystem</p> <ul style="list-style-type: none"> • beginnt blind in der Peripherie, • der Verlauf der Kollektoren ist durch Lymphknoten unterbrochen, • die beiden Hauptlymphstämme münden in den Venenwinkel. <p>Demnach bilden die Lymphgefäße keinen geschlossenen Kreislauf wie die Blutgefäße.</p> <p>Ihre Aufgaben sind in erster Linie der Abtransport von Eiweißen, Zellen und anderen Stoffen aus dem Interzellularraum, die nicht in die Blutkapillaren aufgenommen werden können.</p> <p>Im Lymphsystem werden pro Tag etwa 2 Liter Lymphflüssigkeit transportiert. Der Transport der lymphpflichtigen Lasten erfolgt sowohl passiv durch die Bewegung der Gliedmaßen und Kompression der Lymphgefäße, sowie aktiv durch die nicht geordneten Kontraktionen der einzelnen Lymphherzen, deren glatte Muskulatur sich etwa 10-mal pro Minute zusammenzieht. Die Lymphflüssigkeit folgt dem geringsten Widerstand in Richtung der sich nach proximal erweiternden Lymphgefäßen.</p>			

	<p>„Aktiv im Leben mit Behinderung Wartburgkreis e.V.“</p>
<p>Angebote / Kontakte:</p>	
<ul style="list-style-type: none"> • Beratung für Menschen mit Behinderung, Wohnberatung/ Umzugsmanagement Tel.: 03691 - 890208 	
<ul style="list-style-type: none"> • Offene Hilfen Tel.: 03691 – 88 39 479 	
<ul style="list-style-type: none"> • Integrative Kindertagesstätte Tel.: 03691 – 89 02 43 	
<ul style="list-style-type: none"> • Tagesförderstätte für schwerstbehinderte Erwachsene Tel. 03691 – 89 80 35 	
<ul style="list-style-type: none"> • Heilpädagogische Wohneinrichtung für schwerstbehinderte Erwachsene Tel.: 03691 – 89 81 09 	

		Selbsthilfegruppe „Pflegerische Angehörige Eisenach“		
		Tag:	Uhrzeit:	Ort:
Jeder 3. Mittwoch im Monat		16:30 – 17:45 Uhr	Nachbarschaftszentrum, Goethestr. 10	Austausch von Erfahrungen betroffener Angehöriger und sozialer Einrichtungen (Kontakte s. u.)

		Behinderten- und Senioren Sportverein für gesunde Knochen e.V. Eisenach		
		Tag:	Uhrzeit:	Ort:
montags		09:00 - 14:00 Uhr	Sophienstr. 8, Gemeindesaal der kath. Kirche (Neuanmeldungen bitte telefonisch erbeten Tel.: bei Frau Kern 03691 / 2 45 48 36)	Reha-Gymnastik in jeweils 7 Gruppen
dienstags		12:00 – 14:00 Uhr		

 		Aktiv-Treff (Generationentreff) ASB/TAG-wohnen Nordplatz 1a
Alle Veranstaltungen finden im Aktiv-Treff ab 14:30 Uhr statt (Abweichende Zeiten sind gesondert gekennzeichnet)		
Tag:	Thema:	

01.04.2019	Kleines Einmaleins des Mobiltelefons und PC´s
02.04.2019	Kreativnachmittag und Gesellschaftsspiele, gemeinsames Singen → 17:00 – 18:00 Uhr Gymnastik mit Frau Dr. Kessler
03.04.2019	Gedächtnistraining, gemeinsames Singen
04.04.2019	Gemütliche Kaffeerunde
05.04.2019	Rommé, Bingo, Mensch ärgere dich nicht
08.04.2019	Kleines Einmaleins des Mobiltelefons und PC´s
09.04.2019	Kreativnachmittag und Gesellschaftsspiele, gemeinsames Singen → 17:00 – 18:00 Uhr Gymnastik mit Frau Dr. Kessler
10.04.2019	Lichtbildervortrag „Thailand“ mit Frau Engel und Frau Köllner
11.04.2019	Gemütliche Kaffeerunde
12.04.2019	Rommé, Bingo, Mensch ärgere dich nicht
15.04.2019	Kleines Einmaleins des Mobiltelefons und PC´s
16.04.2019	Bewegung/Sitzgymnastik auf dem Stuhl 17:00 – 18:00 Uhr Gymnastik mit Frau Dr. Kessler
17.04.2019	Gedächtnistraining, gemeinsames Singen
18.04.2019	Osternachmittag mit bunten Ostereiern, Kaffee und Kuchen
19.04.2019	Karfreitag geschlossen
22.04.2019	Ostermontag geschlossen
23.04.2019	Kreativnachmittag und Gesellschaftsspiele 17:00 – 18:00 Uhr Gymnastik mit Frau Dr. Kessler
24.04.2019	Gedächtnistraining, gemeinsames Singen
25.04.2019	Gemütliche Kaffeerunde
26.04.2019	Rommé, Bingo, Mensch ärgere dich nicht
29.04.2019	Kleines Einmaleins des Mobiltelefons und PC´s
30.04.2019	Kreativnachmittag und Gesellschaftsspiele 17:00 – 18:00 Uhr Gymnastik mit Frau Dr. Kessler
Der Aktiv-Treff bietet ein Kinderzimmer für gemeinsame Spiele und Hausaufgaben!	
Änderungsvorbehalt – mögliche kurzfristige Änderungen ersehen Sie an unseren aktuellen Aushängen!	



ProSenior aktiv gUG

Johannisstraße 3; 99817 Eisenach
 03691 / 85 48 998 -- info@pro-senior-aktiv.de
www.pro-senior-aktiv.de

Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
Montags, dienstags, donnerstags	13:00 - 16:00 Uhr	Geschäftsstelle Eisenach, Johannisstr. 3	Beratung / Sprechzeit
Jeden Mittwoch und 1. Samstag im Monat	10:00 – 14:00 Uhr		Pflegehilfe von A – Z Firma COMITOR - Infotag



Blickpunkt Auge
 Rat und Hilfe bei Sehverlust
 Ein Angebot des BSVT



Blickpunkt Auge Beratungsstelle und Ort für Begegnungen Blinden- und Sehbehindertenverband Thüringen e.V., KO Eisenach

Tag:	Uhrzeit:	Ort:	Thema:
03.04.2019		Beratungsstelle Rot-Kreuz-Weg 1	Info-Treffen
09.04.2019			Vorstandssitzung
24.04.2019	09:00 – 12:00 Uhr	Beratungsstelle Rot-Kreuz-Weg 1	Stammtisch

Sie können uns barrierefrei erreichen:

Rot-Kreuz-Weg 1 (ehem. Justusstift) -1. Etage (Fahrstuhl vorhanden)
 99817 Eisenach Telefon: 03691/ 887566; Mobil: 0174 / 877 0 277
 Sprechzeiten: donnerstags 09:00 – 12:00 Uhr
 sowie nach telefonischer Vereinbarung

bsv.ko-eisenach@t-online.de - eisenach@blickpunkt-auge.de

Ev.-Luth. Kirche		Georgengemeindehaus	
Tag:	Uhrzeit:	Ort:	
04.03.201			nen“,
1			t
18			ählt
25.03.			und Gedichte ir hören und singen mit Jörg Rumpf

Für diesen Monat liegen leider
keine Termine vor!

Adressen von weiteren Vereinen, Organisationen und den Ansprechpartnern:

Vereine, Organisationen	Ansprechpartner:
Aktiv-Treff (Generationentreff) ASB/TAG- wohnen: Nordplatz 1a:99817 Eisenach Tel.: 03691/7022800 Frau Wiegand/ Pflegedienstleiterin pfllege@asbeisenach.de Tel.: 03691/7004172 Frau Heiderich/ Leiterin Aktiv-Treff aktiv-treff@asb-swt.de	Frau Wiegand
Caritas – Regionalstelle, Tel.: 03691/20 48 90 Alexanderstr. 45, 99817 Eisenach;	Frau Ifland
Freiwilligenagentur Eisenach Markt 2, 99817 Eisenach Tel.: 03691 / 67 02 49 E-Mail: freiwilligenagentur.esa@diako-thueringen.de	Frau Apel-Spengler
Selbsthilfegruppe „Pflegerische Angehörige Eisenach“ -Sozialamt Eisenach, Frau Päsler: oder Gleichstellungsbeauftragte Eisenach, Frau Quentel	Frau Nicole Päsler: 03691-670436 Frau Ulrike Quentel, 03691-670160
Volkssolidarität Eisenach Ernst-Thälmann-Str. 94 (Bürgerhaus)	Frau Hagen

99817 Eisenach, Tel.: 03691 / 83 17 18 E-Mail: eisenach@volkssolidaritaet.de	
Diakonissenmutterhaus Karlsplatz 27 / 31, 99817 Eisenach Tel.: 03691 / 26 02 96	OSchw. Ursula Raatz
Freie Turnerschaft Werner-Aßmann-Halle, Katzenaue 99817 Eisenach, Tel.: 03691 / 61 21 48	Frau Brückner
Selbsthilfegruppe Agoraphobie Treffpunkt: AOK Eisenach, Eingang Alexanderstr. Tel.: 03691 / 88 58 99 oder 0175 263 0098	Frau Scheer
Selbsthilfegruppe „Gesprächskreis Herz“ Treffpunkt: Georgenapotheke, Bahn- hofstr. 21, 99817 Eisenach www.herz-defi-eisenach.de	Herr Schleder
Seniorenverband BRH Ruheständler und Hinterbliebene Treffpunkt: Hotel Logotel Tel.: 036925 / 90801	Frau Dell
AWG Eisenach eG Treffpunkt: AWG-Treff Sophienstraße 3 Tel.: 03691 / 82 13 36 E-Mail: info@awg-eisenach.de	Frau Jäger
Bund der Vertriebenen Regionalverband Eisenach e.V. Rot-Kreuz-Weg 1, 99817 Eisenach Tel.: 03691 / 84 13 06	Herr Wilke
Rheuma-Liga Justusstift Rot-Kreuz-Weg 1, 99817 Eisenach Tel.: 03691 / 61 05 49	Frau Hensen
Schwerhörigenverein Eisenach Rot-Kreuz-Weg 1, 99817 Eisenach Tel. + Fax: 03691 / 89 20 68 + 21 02 23 E-Mail: dsbesa@aol.com	Frau Uta Lapp
Volkshochschule Eisenach Schmelzerstr. 19, 99817 Eisenach Tel.: 03691 / 29 32-0 E-Mail: vhs@eisenach.de	Frau Franke
Bowling Center Eisenach Rennbahn 72, 99817 Eisenach	

Tel.: 03691 / 78 56 40	
Selbsthilfegruppe „Pflegerische Angehörige“ Bahnhofstr. 21, 99817 Eisenach (Georgenapotheke – Seminarraum) Tel.: 03691 / 67 01 60	Frau Quentel
Musikschule Alexander Blume Helenenstr. 2, 99817 Eisenach Tel.: 03691 / 21 34 16	Herr Alexander Blume
Deutsche Zöliakie-Gesellschaft e.V. (Bereich WAK-Eisenach-Gotha) Tel.: 036922/28495 und 036929/89069 signe@freenet.de schuchardt-heike@arcor.de	Frau Heike Schuchardt und Frau Sigrid Weidner
Seniorenredaktion „Wartburg-Radio 96,5 seniorenredaktion@wartburgradio.com www.wartburgradio.com	Seniorenredaktion: Frau Christine Lukacsek
Stiftungsfamilie BSW & EWH (Senioren- gruppe): 03691 / 2181246	Frau Christa Franke Frau Ute Krautwer
Behinderten- und Senioren Sportverein für gesunde Knochen e.V. Eisenach	Frau Gudrun Kern, Mariental 10a 99817 Eisenach Tel.: 03691 / 2 45 48 36
Gesprächskreis „Betroffene der DDR-Hei- merziehung“ – 31ma.yam@gmail.com	Herr Manfred May
„Aktiv im Leben mit Behinderung Wart- burgkreis e.V.“ R.-Breitscheid-Str. 7a, 99817 Eisenach www.vdb-wartburgkreis.de geschaeftsfuehrung@vdb-wartburgkreis.de	Frau Inge Weigel – Vorsitzende 03691 – 88 39 479
Lymphselbsthilfe Eisenach www.lymphselbsthilfe.de lymph.shg-esa@t-online.de	Siegrun Göring Tel.: 0152 / 345 26066
Kreisorganisation Eisenach im Blinden- und Sehbehinderten Verband Thüringen e.V. Blickpunkt Auge Beratungsstelle und Ort für Begegnungen	Ansprechpartner: Blinden- und Sehbehindertenver- band Thüringen e.V. Kreisorganisation Eisenach Vorsitzende der KO Eisenach Johanna Lang Telefon: 036921 / 90776 Blickpunkt Auge Beratungsstelle und Ort für Begegnungen: Berater: Sylvia Weiß, Bettina Berg- mann

	Sprechzeiten für die Beratungsstelle: Donnerstags von 9:00-12:00 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung.
ProSenior aktiv 99817 Eisenach, Johannisstr. 3 www.pro-senior-aktiv.de info@pro-senior-aktiv.de	Holger Winter (Geschäftsführer) Telefon: +49 3691-8548998
Georgengemeindehaus, 99817 Eisenach, Obere Predigergasse 1 Joerg.rumpf@kirchenkreis-eisenach.de	Jörg Rumpf, (Diakon), Referent für gemeindebezogene Jugendarbeit Tel.: 03691 / 723484

Nachbarschaftszentrum (Goethestr. 10a / Ecke Jakobstraße) Telefon: 03691 / 8 86 83 58		
Datum:	Uhrzeit:	Thema:
Montags:	13:00 – 16:00 Uhr	Offener Treff – Jeder ist herzlich willkommen!
	16:00 – 17:00 Uhr	Chor – AWG Singers – Singen bringt Freude, neue Freundschaften, Abwechslung im Alltag und singen ist gesund. Es sind alle herzlich willkommen! Ansprechpartnerin: Frau Elfi Walter, 03691/22 38 019
Dienstags:	13:00 – 16:00 Uhr	Spielenachmittag für Jedermann
Mittwochs:	Ab 14:00 Uhr	Kaffeénachmittag – Mit speziellen Themen und frisch gebackenem Kuchen
Jeder 1. Mittwoch	15:00 – 17:00 Uhr	Der Gesprächskreis „Betroffene der DDR-Heimerziehung“ lädt zum Gedankenaustausch und Hilfestellung ein. Gesprächspartner ist Herr Manfred May 31ma.yam@gmail.com
Donnerstags:	13:00 – 16:00 Uhr	Offener Treff – Jeder ist herzlich willkommen!
	16:00 – 18:00 Uhr	<u>Treff von Menschen mit Migrationshintergrund, Flüchtlingen und ehrenamtlichen Helfern mit Angeboten für:</u> Sprachunterstützung, Hilfestellungen zum täglichen Leben im Gastland Deutschland (z.B. bei Behördengängen,

		Kennenlernen unserer Kultur, mediz. Betreuung, Einkaufsgepflogenheiten, ...)
Jeder 3. Donnerstag	15:00 – 17:00 Uhr	Sprechstunde des WEISSER RING. Kriminalitätsoffer finden Hilfe und Unterstützung
Freitags:	13:00 – 16:00 Uhr	Spielenachmittag für Jedermann
	14:00 – 16:00 Uhr	Häkeln und Stricken: Für Anfänger oder auch zum Austausch neuer Muster und Techniken.
	14:30 Uhr	Schwerhörigenverein Eisenach e.V.: Kaffeenachmittag für Alle

Das ist uns wichtig zu sagen:

Am 24.10.2018 trafen wir uns im Nachbarschaftstreff. Wir sind herzlich aufgenommen worden.

Wir sind gekommen, um den Besuchern zu zeigen, was wir die Seniorentanzgruppe so in unserer Freizeit tun.

Tanzen ist gut für Körper, Geist und Seele.

Viele Tänzerinnen sind schon lange dabei, neue Mitglieder sind herzlich willkommen.

Jeden Dienstag um 14.00 Uhr treffen wir uns in der Werner-Aßmann-Halle (Konferenzraum).

Für das nächste Jahr sind wir wieder in den Nachbarschaftstreff eingeladen und würden gern mit den Besuchern tanzen.

Mit freundlichen Grüßen Ingeborg Brückner. Bei Rückfragen können sie anrufen 03691/612148

Mögliche kurzfristige Ergänzungen unseres Programms finden Sie in der Tageszeitung, im Serviceteil unter TREFFS, auf der Internetseite der Stadt Eisenach www.eisenach.de oder im Schaukasten des Nachbarschaftstreffs der SWG.

Rollstuhlgerechter Eingang Goethestraße 10a



Unsere Öffnungszeiten

Montag:	14.00 – 17.00
Dienstag:	13.00 – 17.00
Mittwoch:	13.00 – 16.00
Donnerstag:	14.00 – 18.00
Freitag:	13.00 - 17.00

Wir sind zu diesen Zeiten ehrenamtlich für Sie da!