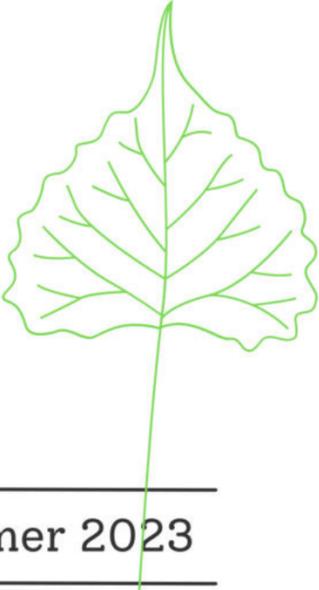




# Extrablatt



Ausgabe 26

Sommer 2023

**WIR SIND FÜR SIE ERREICHBAR!  
VOR ORT UND TELEFONISCH**

0234-588 68 555

HATTINGER STR. 811

AUCH OHNE ANMELDUNG!

MO + MI 10-12 UHR

DO 14-16 UHR



## Leben

Das Leben feiern

Das alte Leben loswerden

Das Leben ist voller Hinweise,  
man muss sie nur richtig deuten

Man muss das Leben lieben,  
um es zu leben; man muss es  
lieben, um es zu leben

Mein Leben - auf einmal anders  
J.U.\*

**Liebe Leserinnen und Leser,**

der Sommer steht vor der Tür. Die Tage sind wieder länger und die Temperaturen steigen. Das Wetter lockt vor die Tür und lädt ein zu Aktivitäten im Freien.

Lesen Sie von unseren ehrenamtlich organisierten Tagesausflügen, der "Tour de Müll", neuen und alten Plauderbänken, den altbewährten Stadtteilspaziergängen und Vielem mehr.



Gerne stellen wir die Taschengeldbörse des DRKs vor. Schüler\*innen können dort Ihr Taschengeld aufbessern und Ihre Dienste z.B. für Gartenarbeit oder Einkäufe anbieten.

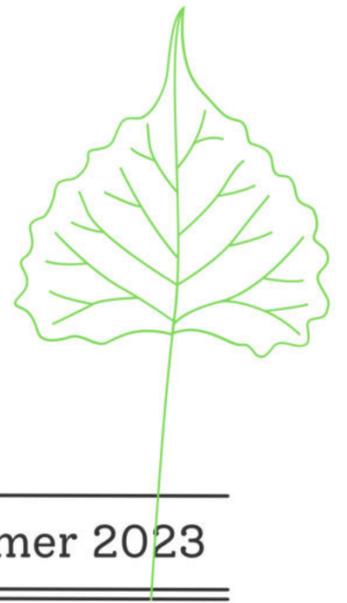
Ab Juni können wir ein neues, weiteres Gesicht im Seniorenbüro begrüßen. Frau Kader wird unser Team unterstützen - Herzlich Willkommen!

Herzlichen Dank für die vielen tollen Beiträge. Und wie immer gilt: Wir freuen uns auch weiterhin über tolle Texte, Fotos, Gedanken etc. zur Veröffentlichung in unserem Extrablatt.

Herzliche Grüße vom  
Team Seniorenbüro Südwest

P.S.: Wir suchen weiterhin noch für einzelne Infoveranstaltungen des Seniorenbüros (z.B. zu Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Pflege-themen etc.) Räumlichkeiten im Bezirk Südwest, die wir stundenweise kostenlos nutzen dürfen. Bitte Ideen und Vorschläge an uns melden.





# Extrablatt

Ausgabe 26

Sommer 2023



## Stricken in Weitmar-Mark

Wir wollen eine neue Strickgruppe in Weitmar-Mark gründen. Haben Sie Lust mitzumachen? Melden Sie sich gerne im Seniorenbüro Südwest 0234-588 68 555



## Frühstücken im Seniorenbüro

Wir erweitern unser Frühstücksangebot und wollen bald auch in anderen Stadtteilen ein Frühstück anbieten. Nähere Infos folgen in Kürze. Haben Sie Lust ein Frühstück in Ihrem Stadtteil zu unterstützen, dann melden Sie sich im Seniorenbüro.



Möchten Sie an einem bereits bestehenden Frühstück teilnehmen? Melden Sie sich an für ein Frühstück im Seniorenbüro an jedem 1.+3. Freitag von 9:30-11:30Uhr oder zum Frühstück mit Impuls in der Sternwarte in Bochum-Sundern (nächster Termin 24.8.23 um 10Uhr)



## Stadtteilspaziergänge im Südwesten

Gerne möchten wir Sie aus dem Haus locken und zu unseren Stadtteilspaziergängen einladen! Gehen Sie mit, gemeinsam laufen Sie ca. eine Stunde durch den Stadtteil und kehren meistens anschließend zu Kaffee und Kuchen ein. Das Angebot ist kostenlos und ohne Anmeldung! (Kaffee und Kuchen zahlt jeder selbst)

Jeden Montag immer um 14Uhr an folgenden drei Startorten:

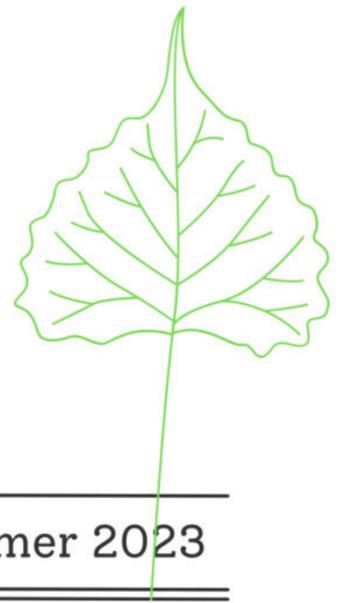
- Hattinger Straße 811 vor dem Seniorenbüro
- Amtshaus in Weitmar Mitte an der Litfaßsäule
- Markapotheke in Weitmar-Mark Ecke Karl-Friedrich-Str./Heinrich-König Str.

weiter Stadtteilspaziergänge unter:

<https://seniorensparziergaengebochum.jimdofree.com>

*Lets go!*





# Extrablatt

---

Ausgabe 26

Sommer 2023

---

## Taschengeldbörse vermittelt zwischen Jung und Alt

Kennen Sie das? Sie brauchen Unterstützung; alleine schaffen Sie es einfach nicht mehr? Rasenmähen, den Keller ausräumen, Probleme mit Handy, Tablet und Co., beschwerliche Einkäufe usw.....

Die Taschengeldbörse vom DRK Kreisverband Bochum e.V. vermittelt Ihnen unkompliziert und möglichst passgenau Jugendliche aus Bochum, die Ihnen für maximal 2 Stunden am Tag zur Hand gehen. Es handelt sich um gelegentliche Gefälligkeiten, und das Taschengeld dafür wird zwischen Ihnen und dem oder der Jugendlichen selbständig verhandelt. Minimal sollte das für 1 h Arbeit 6 Euro betragen. Mit allen jugendlichen Teilnehmer\*innen wird übrigens vorab ein Kennenlern-Gespräch geführt. Auch Sie möchten wir zumindest telefonisch kennenlernen. Die Vermittlung ist übrigens kostenlos und eine Aufgabe im Projekt „Miteinander und nicht allein“, das vom Ministerium für Arbeit, Gesundheit und Soziales des Landes Nordrhein-Westfalen finanziert wird. Die Projektstelle ist beim DRK-Kreisverband e.V. in Weitmar angesiedelt.



Bildunterschrift: Marlène Baur vom Projekt „Miteinander und nicht allein“ mit Taschengeldbörsen-Teilnehmer Linus Weber, Bochum. Foto: C. Seibel (DRK-Kreisverband Bochum e.V.)

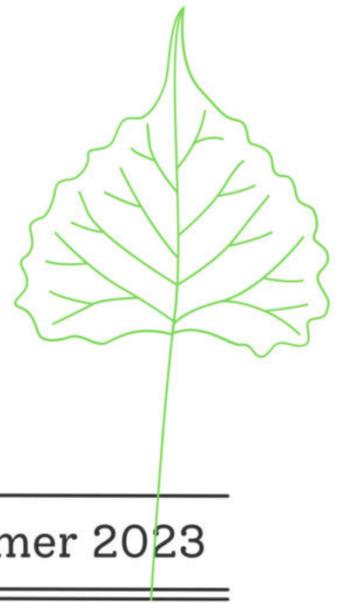
„Taschengeldbörsen“, so berichtet beim DRK-Kreisverband e.V. die neue Projektleitung Frau Marlène Baur, „gibt es in vielen Städten in NRW schon länger. In Bochum wurde das Projekt in der Corona-Zeit gestartet und wir möchten es nun nach dem Wechsel in der Projektleitung neu beleben. Melden Sie sich doch einfach telefonisch bei uns: Dienstags und Donnerstags ist unser Taschengeldbörse-Telefon zwischen 15 und 17 Uhr erreichbar. Oder schreiben Sie uns eine Mail. Wir melden uns dann bei Ihnen.“

---





# Extrablatt



Ausgabe 26

Sommer 2023

## Was die Taschengeldbörse NICHT ist:

Jugendliche übernehmen keine Pflege – oder andere Dienstleistungen die von Fachpersonal ausgeführt werden sollte. Die Jugendlichen sind nicht sozialversicherungspflichtig beschäftigt. Die Taschengeldbörse übernimmt nur die Vermittlung und keine weitergehende Betreuung der Teilnehmer\*innen. Bei Fragen stehen wir aber zur Verfügung.

Die Taschengeldbörse vermittelt zwischen älteren Personen mit Unterstützungsbedarf und Jugendlichen zwischen 14 und 17 Jahren, die Gelegenheitsarbeiten gegen ein Taschengeld von minimal 6 Euro die Stunde erledigen.

## Anmeldung, Information zur Teilnahme

Frau Karin Wohlgemuth

Tel. 01577 36 36 307

Dienstag 15 – 17 Uhr, Donnerstag 15 – 17 Uhr

taschengeldboerse@drk-bochum.de

## Projektleitung

Frau Marlène Baur

Quartiersprojekt „Miteinander und nicht allein“

DRK-Kreisverband Bochum e.V.

Tel. 0234 94 45-144 (Dienstag, Mittwoch, Donnerstag)

sschen Text hinzufügen

Text und Foto: Marlène Baur



## Neue Plauderbank in Dahlhausen & IfNuN hat den FREIRAUM eröffnet



In Dahlhausen an der Dr.-C.-Otto Straße 126 hat der FREIRAUM der Initiative für Nachbarschaft und Nachhaltigkeit IfNuN eröffnet. Genaue Infos mit Öffnungszeiten und Veranstaltungen finden Sie unter:

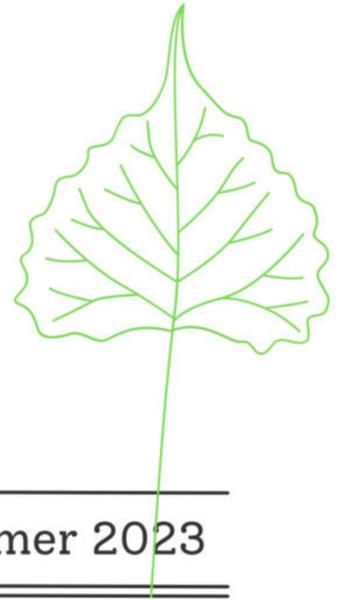
<https://initiative-fuer-nachbarschaft-und-nachhaltigkeit.de/>

Die Plauderbank ist freitags ab 16 Uhr besetzt. Kommen Sie gerne auf ein Gespräch vorbei!





# Extrablatt



---

Ausgabe 26

Sommer 2023

---

## Seniorenbüro on Tour - ein Teilnehmer berichtet -

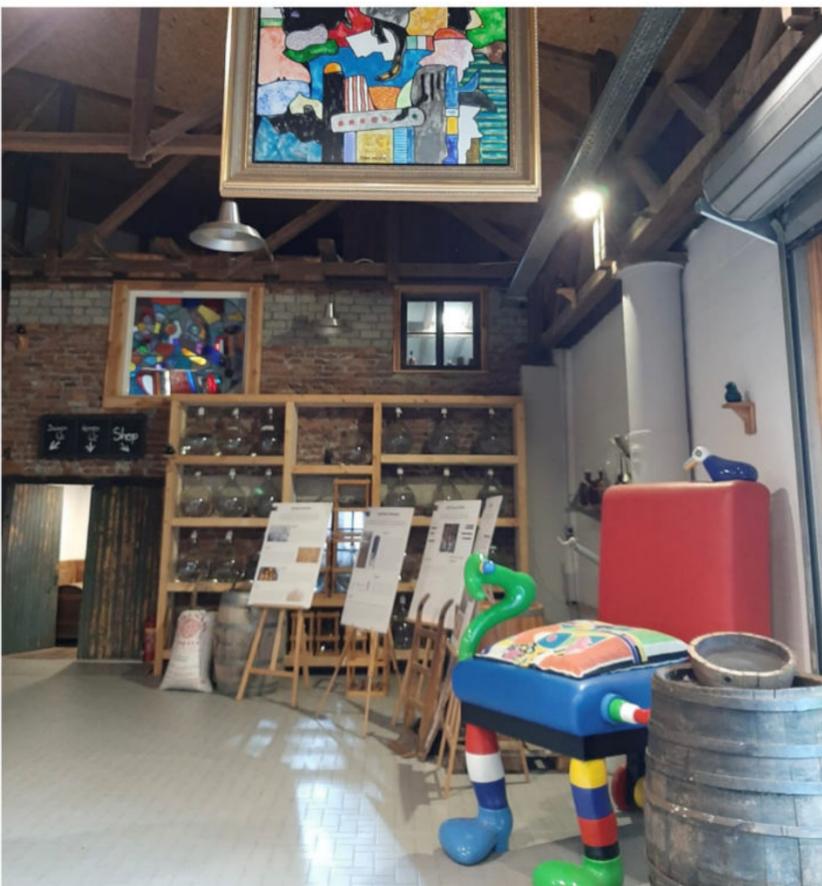


### Tagesfahrten

Im März führte uns die erste Tagesfahrt im Jahr 2023 nach Bad Westernkotten. Viel Freiraum gab es für die individuelle Freizeitgestaltung, z.B. durch den Kurpark zu bummeln, in dem es leider noch nicht so prächtig blühte, aber viele alte Bäume konnten bestaunt werden. Ein oder auch mehrere Runden um das Gradierwerk herum, nutzten viele Teilnehmer\*innen, um Solehaltiges Wasser zu probieren, um die gute Luft einzuatmen. Weiter ging es nach Lippstadt in die Schokowelt Peters. Dort erwartete uns eine Kaffeetafel. Die Verkaufsräume haben viele aufgesucht, um Schokolade und Pralinen zu kaufen.

An der Tagesfahrt nach Rüthen haben wieder viele Damen und Herren teilgenommen. Im Ortsteil Kallenhardt waren wir zuerst in der Sauerländer Edelbrennerei. Nach einer Führung mit Verkostung (Wein, Likör, Whisky) konnte man Hochprozentiges erwerben. Im Landhotel Küppschild wartete anschließend ein leckeres Mittagessen auf uns. Den sehr langen „Verdauungsspaziergang“ machten wir in Rüthen mit einen „Haarmännchen“ (Stadtführer). Einige Gäste hätten gerne noch ein Café aufgesucht, ging aber wegen der Heimfahrt nicht mehr. Alles in allem: sehr gelungene Fahrten; organisiert, geplant und durchgeführt vom kompetenten Reiseleitungsteams.

Text: J.U.



# Extrablatt

Ausgabe 26

Sommer 2023

## Freitag 16.06.2023 Digitaltag im Seniorenbüro



### Thementische "Rund ums Handy"

Kommen Sie vorbei und lernen Sie die verschiedenen Möglichkeiten Ihres Smartphones/Handys kennen!  
Das Angebot ist kostenlos!



### 10-12 Uhr

- Fotografieren mit dem Handy
- Zeitung und Bücher digital lesen
- Unterwegs mit Google Maps



### 14-16 Uhr

- QR-Codes kennenlernen und scannen
- Notruf mit dem Smartphone



Wann: 16.06.2023

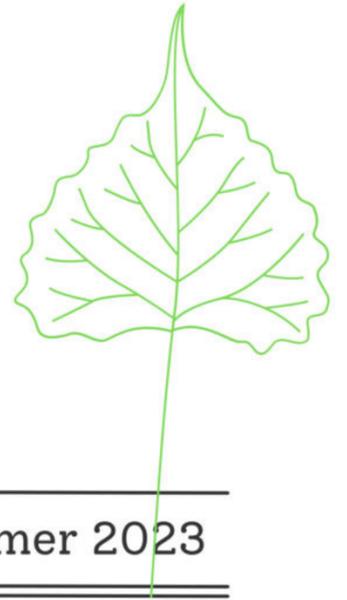
Wo: Seniorenbüro Südwest

Wer: Digitalpaten und -patinnen

Infos unter: 0234-588 68 555



# Extrablatt



---

Ausgabe 26

Sommer 2023

---

## **Tour de Müll - ein spannender Ausflug in die Welt der Müllverarbeitung**

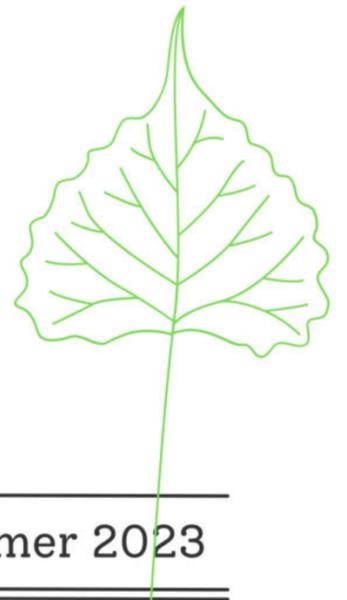
Schon im April fand auf Anregung der Nachhaltigkeitsgruppe des Seniorenbüros ein Ausflug zum Thema „Müllverarbeitung in Bochum“ statt. Um 11 Uhr wurden wir mit einem Bus abgeholt, der uns im Laufe des Tages zu drei verschiedenen Standorten des USB brachte. Von Anfang an stand uns Paula, Mitarbeiterin für Öffentlichkeitsarbeit, als persönliche Begleitung zur Seite, der wir hiermit noch einmal unseren herzlichen Dank aussprechen.

An der ersten Station, der Zentrale in der Hanielstraße, lernten wir die verschiedenen Fahrzeuge des Fuhrparks und die Werkstätten kennen. Wir waren sehr davon beeindruckt, dass der USB mehr als 700 Mitarbeiter hat und über 350 Fahrzeuge für verschiedenste Aufgaben zur Verfügung stehen.

Danach ging es weiter zur ehemaligen Deponie nach Kornharpen, wo sich auch Bochums größter Wertstoffhof befindet. Auf der Deponie, die 2005 geschlossen wurde, lagern 12,6 Millionen Tonnen Müll aus drei Jahrzehnten. Dieser Müllberg hat die Ausmaße von 37 Fußballfeldern und ist 160 m hoch. Nach der Schließung ist eine 30 Jahre lange Stilllegungs- und Nachsorgephase nötig, bevor eine weitere Nutzung möglich ist. An dieser Station haben wir uns sehr über Kaffee und richtig leckere Stullenbutterbrote zur Stärkung gefreut.

Zum Schluss ging es zum EKOCityCenter nach Stahlhausen. Dort kommen jährlich 95.000 Tonnen Sperrmüll zusammen, aus dem Wertstoffe, wie z.B. Kunststoff, Metalle oder Holz gezogen und dem Wirtschaftskreislauf wieder zugeführt werden. Hausmüll gelangt von dort in die Müllverbrennungsanlagen des aus acht Städten bestehenden EKOCity-Verbundes. Die unvorstellbaren Müllmengen waren schockierend und bedrückend.





# Extrablatt

---

Ausgabe 26

Sommer 2023

---

Anschließend brachte der Bus uns wieder zurück nach Linden. Unser Fazit: Es war ein gelungener Tag, an dem wir viel über die Aufgaben des USB erfahren haben. Die vielen Eindrücke haben uns aber auch sehr nachdenklich gemacht: Müllvermeidung ist in jeder Lebenssituation möglich. Wir haben es selbst in der Hand. Oberstes Gebot ist es sicher, Müll zu vermeiden statt zu verursachen.

**Unser Tipp:** Reparieren statt wegwerfen! Zum Beispiel in der  **bib der dinge** Bochum  
Auf dem Anger 1  
44805 Bochum

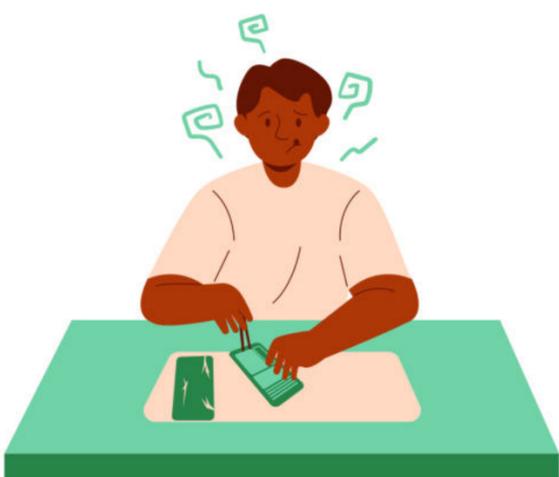
**REPAIR CAFE**

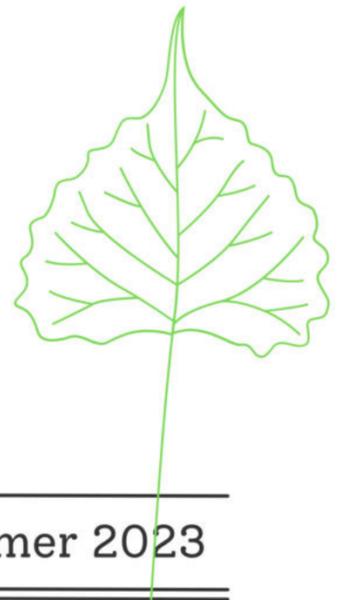
Text:U.B



## Weitere Repaircafés in der Nähe:

- Repaircafe Wattenscheid (Seniorenbüro Wattenscheid)  
<http://www.caritas-bochum.de/>
- "Werkstatt Vielfalt" im Mehrgenerationenhaus der Ifak in Dahlhausen (Fahrräder und andere Reparaturen) <https://www.mgh-bochum.de>





# Extrablatt

Ausgabe 26

Sommer 2023

NEU\*\*\*NEU\*\*\*NEU\*\*\*NEU

## **Stärkung und Teilhabe älterer Menschen gegen Einsamkeit und soziale Isolation**

Endlich geht es los! Das gemeinsame ESF-Projekt #WEGEweisend-abgesichert & eingebunden ins Alter startet in den Bochumer Seniorenbüros und der jüdischen Gemeinde, in Kooperation mit der Stadt Bochum.

Wir laden Sie herzlich ein, im Rahmen der Aktionswoche „Gemeinsam gegen Einsamkeit!“ an unseren zahlreichen Angeboten teilzunehmen!

Über die Woche verteilt finden diese, angebunden an die Seniorenbüros in Bochum, an vielen verschiedenen Standorten statt. Die Teilnahme ist kostenlos und unverbindlich! Sie lernen die Projektmitarbeiterinnen kennen und erhalten Einblicke in die Themenschwerpunkte unseres Projektes!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch! Das komplette Programm finden Sie auf unserer Homepage ( [www.bochumer-seniorenbueros.de](http://www.bochumer-seniorenbueros.de)) oder als Flyer im Seniorenbüro



Toller Projektauftritt auf dem Bochumer Wochenmarkt am 2.6.23



**#WEGEWEISEND**  
ABGESICHERT & EINGEBUNDEN INS ALTER



# Extrablatt

Ausgabe 26

Sommer 2023



RUDELSINGEN

## SING' MIT!

13.06.2023  
17-19 UHR  
IM SCHLOSSPARK WEITMAR –  
OHNE ANMELDUNG



Jede\*r kann singen. Gemeinsam wollen wir Volks- und Wanderlieder, Schlager und Bekanntes singen. Infos im Seniorenbüro!



## Infonachmittag zum neuen Notvertretungsrecht von Ehegatten

Was passiert, wenn dem/der Ehepartner\*in etwas zustößt?

Haben Sie schon Vorsorge getroffen?

Kennen Sie schon das neue Notvertretungsrecht? Wir stellen es Ihnen vor. Und was hat das Alles mit Vorsorgevollmachten und Betreuungsrecht zu tun?

Armin Reddie lädt zum Infogespräch ins Seniorenbüro ein.

Die Teilnahme ist kostenlos.

**Wann:**  
Am Donnerstag den  
15.06.23 von 14:00 – 16:00 Uhr

Anmeldung im  
Seniorenbüro Südwest  
(Persönlich oder  
telefonisch)

**Wo:**  
Seniorenbüro Südwest  
Hattinger Str. 811  
44879 Bochum

0234 / 588 68 555



## Erkunden Sie die Frauengeschichte Bochums

Bei schönem Wetter wollen wir verschiedene Stationen in Bochum besuchen, mehr über die Bochumer Frauengeschichte erfahren und ins Gespräch kommen.

Der Rundgang dauert 2 Stunden und beinhaltet 10 Stationen. An vielen Stellen bieten sich Sitzgelegenheiten, sodass wir in einem gemütlichen Tempo gehen können.

Auf der Hälfte der Führung stehen Toiletten bereit. Im Anschluss an den Rundgang möchten wir die Möglichkeit zum Austausch und zur Diskussion bieten.

### Die Stationen des Rundgangs

1. Historisches Rathaus
2. Appalonia-Pfaus-Park
3. Hans-Böckler-Straße
4. Bergbaumuseum
5. Gedenktafel "Jüdisches Leben"
6. Kustmuseum
7. Pauluskirche
8. Kortumhaus/ Haus Baltz
9. Gedenktafel Dr.-Ruer-Platz/ Huestraße
10. Gerichtsgebäude

## FRAUENSTADT RUNDGANG durch Bochum

Das Frauenarchiv ausZeiten e.V. lädt ein zum Bochumer Frauenstadtrundgang.

Besucherinnen haben die Gelegenheit, historische Frauen aus dem Bochum des 19. und 20. Jahrhunderts kennenzulernen. So erfahren Sie, welche Spuren zum Beispiel die Politikerin Nora Platiel, die Anwältin Ottilie Schoenewald oder die Pastorin Ursula Schafmeister hinterlassen haben – in der Stadt, aber auch in der Geschichte der Frauenbewegung.

**14.06.2023**  
**10:00 - ca. 13:00 Uhr**  
**Treffpunkt: Rathaus Bochum (an der Glocke)**  
**Kosten: Möglichkeit zur Spende**  
**Anmeldung: ab sofort persönlich oder telefonisch im Seniorenbüro Südwest**



023458868555



023458868555