



### Ostergruß

**Das Team des Seniorenbüro Mitte wünscht allen Leserinnen und Lesern frohe Ostern und einen guten Start in den Frühling!**

### Liebe MITTEndrin Leser\*innen aus Bochum Mitte,

mein Name ist Charlotte Jolk-Schmidt und seit dem 1. Januar 2024 unterstütze ich mit einer halben Stelle das Team im Seniorenbüro Mitte als Nachfolgerin von Dominik Rojano Marin.

Mit meiner anderen halben Stelle bin ich weiterhin im Arbeitsbereich gemeinsam.ruhr, der offenen Seniorenarbeit der Diakonie Ruhr tätig und unterstütze die Gemeinden im Ev. Kirchenkreis Bochum bei der Seniorenarbeit.

Ich freue mich auf ein neues, wenn auch nicht unbekanntes Aufgabenfeld im Seniorenbüro Mitte. Gemeinsam mit dem Team und natürlich

mit Ihnen hoffe ich, tolle neue Projekte anzustoßen und altbekannte weiter zu begleiten, um zu einem vielfältigen Miteinander in Bochum Mitte beizutragen.

Ich übernehme die Zuständigkeit für die Stadtteile Altenbochum, Gleisdreieck und Grumme.

Für Fragen oder Anregungen stehe ich gerne zur Verfügung:

Tel.: 0234 - 58 83 62 25

Mail: [charlotte.jolk@diakonie-ruhr.de](mailto:charlotte.jolk@diakonie-ruhr.de)

## Inforeihe Hamme: Nächste Termine

Von Februar bis Juli 2024 findet in Bochum Hamme die Inforeihe „Gut zu wissen...!“ statt.

Alle 14 Tage wird über ein gesondertes Thema berichtet und die Fragen der Gäste beantwortet.

Die Termine finden jeweils um 16.00 Uhr in den Räumen des Stadtteilbüro (Dorstener Str. 195) statt. Dies ist ein Projekt des Seniorennetzwerk Hamme mit unterschiedlichen Akteuren und Bürger\*innen aus dem Stadtteil.

Gäste aus ganz Bochum sind herzlich willkommen. Die Veranstaltungen sind kostenfrei. Eine Anmeldung ist nicht nötig.



- 04.04.** Martina Houben: Workshop – Depression bei der Pflege älterer Menschen erkennen
- 18.04.** Verbraucherzentrale Bochum: „Energie sparen im Alltag“
- 02.05.** Sturm Fairsicherungsbüro Bochum: Versicherungen – Was ist wichtig, was ist nicht wichtig/ überflüssig
- 16.05.** Verein „Mäuse für Ältere“: Alte(r) neu denken! Herausfinden, was wir alles wissen und können“

Mehr Infos unter [seniorenbuero-bochum.de](http://seniorenbuero-bochum.de)

## Kaffeepausch 55+ im Gleisdreieck startet 2024 wieder durch

Der Kaffeepausch ist ein Angebot des Seniorbüros Mitte, der Bochum Marketing und weiterer Akteure des Netzwerks Gleisdreieck 55+. Seniorinnen und Senioren sind herzlich eingeladen, bei Kaffee und Kuchen ins Gespräch zu kommen und neue Kontakte zu knüpfen. Außerdem erhalten sie Informationen zu Themen des Alterwerdens.



### Die nächsten Termine:

Beim Treffen am **Dienstag, 26. März 2024**, von 15 bis 17 Uhr informiert der Mieterverein Bochum, Hattingen und Umgegend mit einem kleinen Quiz über die Rechte und Pflichten von Mieterinnen und Mietern.

Am **Dienstag, 28. Mai 2024**, von 15 bis 17 Uhr spricht Projektkoordinatorin Sarah Kudella über Wege aus der Einsamkeit und die Ziele des Projekts „WEGEweisend – sicher & eingebunden ins Alter“.

Wo: Kirchencafé an der Pauluskirche, Pariser Str. 4-6, 44787 Bochum

## Neue digitale Sprechstunde in Hordel

In Bochum Hordel wird es ab dem 15.4.2024 eine Sprechstunde rund um Smartphone, Tablet, Laptop und co. geben. Unsere ehrenamtliche Mitarbeiterin A. Ueren berät und unterstützt Sie gerne bei Ihren Fragen. Das Angebot ist kostenfrei und eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

**Wann:** Jeder **1. und 3. Montag im Monat** (15.4., 6.5., 3.6., 17.6. ff) von 15.00 – 16.00 Uhr

Wo: Ehemaliges Ev. Gemeindezentrum 2, 44795 Bochum Hordel



## Digitaler Stammtisch

**Der Digitale Stammtisch ist ein Angebot des Seniorenbüros Mitte in Kooperation mit gemeinsam.ruhr.**

Beim Digitalen Stammtisch unterstützen sich technikbegeisterte Senior\*innen oder Menschen, die sich auf den Weg in die digitale Welt machen, regelmäßig bei ihren Fragen zur Nutzung von Tablet oder Smartphone. Sie tauschen sich zu neuen Apps aus oder erhalten Tipps und Hinweise zur sicheren Verwendung der Geräte. Die kostenfreien Stammtischtreffen finden einmal monatlich an jedem 1. Dienstag über die Plattform ZOOM statt.

### Termine:

#### **2. April 2024, 17-00 – 18.30 Uhr :**

Online Lieferdienste – Lebensmittelbestellung per Mausclick

#### **7. Mai 2024, 17.00 – 18.30 Uhr:**

Erleichterung im Alltag durch Smart Home, zu Gast Christiane von der Ruhr von der Wohnberatung der Diakonie Ruhr

### Zoom-Meeting beitreten (Zugangslink):

<https://us02web.zoom.us/j/84920752112?pwd=YUxWRVkvxZDF4SG51UjhVRHVVOXB6Zz09>

Meeting-ID: 849 2075 2112

Kenncode: 808683

### Kontakt:

Charlotte Jolk-Schmidt

0234-610 47 91

Charlotte.jolk@diakonie-ruhr.de



## 3-tägiger Workshop: „Kompass für das Älterwerden“

Dieser Workshop ist ein Angebot für Bürgerinnen und Bürger, die auf dem Weg in den Ruhestand oder gerade in diese neue Zeit gewechselt sind. Alle, die nach Plänen für den „Unruhestand“, nach erfüllender Beschäftigung, Kontakt, Ehrenamt oder Mitstreitern suchen und noch nicht wissen, wo es lang gehen könnte, sind herzlich willkommen.

**Kompass**  
für das Älterwerden

### Daten Workshop:

Freitag, 12.04.2024 (17.00 – 20.30 Uhr)

Samstag, 13.04.2024 (10.00 – 17.00 Uhr)

Samstag, 27.04.2024 (10.00 – 17.00 Uhr)

Ort: Johanneshaus Hofstede Hordeler Straße 3

Eine Anmeldung ist erforderlich:

Seniorenbüro 0234-92786390

Quartiersmanagement 0157 - 34360827

Hofstede

Es sind noch  
Plätze frei!

## Singen kennt kein Alter

An jedem **3. Mittwoch im Monat** von 16.00 – 17.15 Uhr werden Volks- und Wanderlieder, Schlager aus der alten Zeit und evtl. auch Gospel und Spirituals gesungen. Wer gerne singt, ist herzlich eingeladen. Auch ein paar schrääge Töne gehören sicherlich dazu. Nur Mut.

Ort: Albert-Schmidt-Haus,  
Heuversstraße 2 (Nähe Springerplatz)



## Gartengruppe



Bereits seit einigen Jahren gibt es im Albert-Schmidt-Haus eine kleine Gartengruppe. Sie trifft sich monatlich und kümmert sich mit viel Spaß und Elan um das Hochbeet und die Kräuterspirale. Das angepflanzte Gemüse wird zu gegebener Zeit gemeinsam geerntet und verzehrt.

Wer Interesse hat, sich der Gruppe anzuschließen ist herzlich willkommen!

Die Gruppe trifft sich immer am **zweiten Donnerstag im Monat** in der Zeit von 10.00 – 12.00 Uhr.

## Stadtteilparcours Hofstede

Am **24. Mai 2024** von 14 bis 17 Uhr findet der zweite Stadtteilparcours in Hofstede statt. Nach der erfolgreichen Umsetzung im letzten Jahr bieten Akteure und weitere Einrichtungen wieder ein buntes und vielseitiges Programm an. Dabei wird es neben kulinarischen Angeboten auch viele verschiedene Aktivitäten für Kinder und Erwachsene geben. Akteure der Hofsteder Runde und Kooperationspartner der Quartiersentwicklung Hofstede sind an verschiedenen Stationen vertreten. Sitzmöglichkeiten laden an einigen Standorten zum Verweilen ein.

Beim Besuch mehrerer Stationen kann zusätzlich an einer Verlosung teilgenommen werden. Eine besondere Attraktion ist die Rikscha, die es Bewohnern und Senioren ermöglicht die verschiedenen Stationen anzufahren.

Hofstede freut sich auf den Stadtteilparcours!





Die Internetseite der Seniorenbüros Bochum ist nun noch informativer! Neben Kontaktdaten sowie aktuellen Terminen und Infos finden Sie dort jetzt auch Infos zu unseren Bochum weit angebotenen Projekten.

Ob Digitales, Stadtteilspaziergänge, Unterstützungspunkte, Patientenbegleiter, Plauderbänke oder Telefonischer Besuchsdienst - hier gibt es Infos zu den Projekten und die richtigen Ansprechpartner\*innen.

[www.seniorenbuero-bochum.de](http://www.seniorenbuero-bochum.de)



## Kontakt

Team  
**Seniorenbüro Mitte**

Büro  
**Heuversstr. 2**  
44793 Bochum

Telefon  
**02 34 / 92 78 63 90**

Internetseite  
**[www.seniorenbuero-bochum.de](http://www.seniorenbuero-bochum.de)**

Sprechzeiten  
**Montag** 9:00 – 12:00 Uhr  
**Dienstag** 13:00 – 16:00 Uhr  
**Donnerstag** 9:00 – 12:00 Uhr

E-Mail

**Jonas Bickert**  
JBickert@bochum.de

**Angelika Dieckmann**  
ADieckmann@bochum.de

**Christine Drüke**  
Christine.Drueke@diakonie-ruhr.de

**Charlotte Jolk**  
charlotte.jolk@diakonie-ruhr.de

**Monika Koch**  
MKoch@bochum.de

**Sarah Kudella**  
Sarah.Kudella@diakonie-ruhr.de

*Sie wollen den Newsletter nicht mehr erhalten. Kein Problem.  
Senden Sie einfach eine E-Mail mit dem Betreff „abmelden“ an uns.*