

SB MITTEndrin

Seniorenbüro

Mitte

Aktuelle Angebote im SB Mitte.
Wir freuen uns über Teilnehmende!

**KOMPAKT
VERSION**

Di, 23.9.

15 – 17 Uhr

Senioren-Infotage

Hordel: Beamtenplatz / Hordeler Heide

Mi, 24.9.

10 – 12 Uhr

Senioren-Infotage

Riemke: Gelände Franziskuskirche am Riemker Markt

Sa, 13.9.

14 – 18 Uhr

Westendfest

Springerplatz vor dem
Seniorenbüro Mitte



So, 21.9.

11 – 17 Uhr

Gesundheitsmesse

Ruhrkongress

Fr, 12.9.

10 – 11:30 Uhr

Themenreihe „Gut zu wissen...!“

Thema: Entlastungsbetrag der Pflegekassen. Wie kann man das Geld beantragen und Einsetzen? Heuversstraße 2 / SB Mitte. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Angebot ist kostenfrei.

Fr, 10.10.

10 – 11:30 Uhr

Themenreihe „Gut zu wissen...!“

Thema: Depression <-> Trauer <-> Demenz; erkennen, unterscheiden, reagieren. Heuversstraße 2 / SB Mitte. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Das Angebot ist kostenfrei.

Di, 30.9.

9:30 – 11 Uhr

Frühstück in Altenbochum

Gemeindesaal der Ev. Kirche Altenbochum-Laer,
Wittener Str. 242

Mi, 1.10.
9 – 13 Uhr

Weltseniorentag „Aufmerksam im Hier und Jetzt!“

Gemeindesaal der Ev. Kirche
Altenbochum-Laer, Wittener Str. 242

*Eine Anmeldung ist notwendig
über 0234 927 86 39 0 oder
manuela.wolny@diakonie-ruhr.de*



Di, 7.10.
14 – 15 Uhr

Netzwerktreffen Gleisdreieck 55+

Bleichstraße 12

Zu den Seniorennetzwerken sind Bürger*innen und Akteure aus dem Stadtteil eingeladen, die sich für Senior*innen einsetzen und Projekte vor Ort unterstützen möchten.

6. – 10.10.
div. Zeiten

Woche gegen Altersarmut

in allen sechs Seniorenbüros: Die Seniorenbüros bieten ganz unterschiedliche Veranstaltungen zum Thema an. Alle Termine und Aktionen finden sich auf der Internetseite www.seniorenbuero-bochum.de und in den 6 SBs.

Fr, 10.10.
safe the date!

Im Rahmen der „**Woche gegen Altersarmut**“ wird im Seniorenbüro Mitte am Vormittag ein Aktionstag stattfinden. Weitere Infos folgen.

Di, 28.10.
15 – 17 Uhr

Kaffeeplausch

Im Pauluscafé in der Innenstadt

„Die Stärke von Selbsthilfe-(gruppen) in Bochum“

Referentin: Dorothee Köllner, Leitung Selbsthilfe-Kontakt-Stelle, Bochum Paritätischer Wohlfahrtsverbände

Mi, 19.11.
15:30 – 18:30

Markt der Möglichkeiten „Ruhestand – Glücksfall oder watt...?“

VHS / Stadtbücherei – Gustav-Heinemann-Platz

Herzliche Einladung an alle, die auf dem Weg in den Ruhestand oder gerade in diesen neuen Abschnitt hinein gewechselt sind.

Gemeinschafts – Adventskalender

Sie würden sich über einen **Adventskalender mit 24 kleinen Überraschungen** freuen? Sie haben Lust, sich zu beteiligen und ebenfalls anderen eine kleine Freude zu machen? Dann beteiligen Sie sich an unserem **Gemeinschafts-Adventskalender**.

Klingt erstmal etwas kompliziert, ist aber ganz einfach! Nicht nur das Auspacken im Dezember, sondern auch die Ideenfindung, die Umsetzung, das Verpacken und der Austausch mit den anderen Teilnehmenden macht viel Spaß.

24 Personen gestalten den Adventskalender gemeinsam!

- Die Türchen-Nummern 1 bis 24 werden jeweils an eine der beteiligten Personen vergeben. Jede Person ist also für eine Nummer/ einen Tag zuständig.
- Jede Person erstellt 24 x die gleiche Überraschung.
- Sie können basteln, nähen, töpfern, backen, einkochen, schreiben, malen, dichten, drucken,...
- Erlaubt ist alles, was Freude macht (Gebasteltes, Handarbeit, Gebäck, Marmelade, Schoki, Kerze, Postkarte, Gedicht)
- Lebensmittel sollten sich natürlich bis mindestens Weihnachten halten.
- Bitte keinen Geschenke mit Alkohol erstellen / verpacken (z.B. Likör oder Obst in Alkohol)
- Die Kosten je Päckchen sollten nicht über 1,50 Euro liegen – brauchen aber keine Kosten verursachen.
- Anschließend verpacken Sie die 24 Päckchen einzeln und beschriften sie groß mit der zugewiesenen Türchen-Nummer.
- Der Aufwand für die 24 Geschenkchen aber auch für die Verpackung sollte für Sie selbst möglichst gering sein.

Beispiele:

- 1.12.: Gebastelter Stern von Claudia
- 2.12.: Gedicht von Ulrich
- 3.12.: Plätzchen von Christine
- 4.12.: Adventsgeschichte von



Am Samstag, den 22.11.2025 treffen sich um 14 Uhr alle 24 Personen in den Räumen des Albert-Schmidt-Haus (Seniorenbüro Mitte) und bringen ihre 24 kleinen Päckchen und eine Tasche/ Karton mit.

Bei einem gemütlichen Treffen mit Kaffee und Keksen werden dann alle Päckchen zu 24 Adventskalendern zusammengefügt. Jeder bekommt seinen Kalender mit 23 Überraschungen, plus dem eigenen Päckchen, mit nach Hause.

Sollte jemand nicht in der Lage sein, zu diesem Treffen dazuzukommen, werden die Päckchen in der Woche vorher abgeholt und der fertige Kalender anschließend wieder vorbei gebracht.

Sollten Sie sonst Unterstützung benötigen (kreativ, finanziell...), melden Sie sich gerne bei uns!

Haben Sie Fragen?

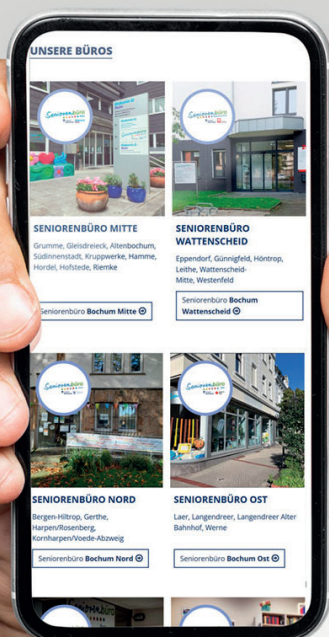
Haben Sie Interesse dabei zu sein?

Dann rufen Sie gerne im Seniorenbüro Mitte an oder schreiben eine Mail.

Eine Anmeldung zum Mitmachen ist zwingend bis Freitag, den 10.10.2025 erforderlich.

Tel: 0234-92786390

Mail: christine.drueke@diakonie-ruhr.de



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, Stadtteilst Spaziergänge, Unterstützungspunkte, Patientenbegleiter, Plauderbänke oder Telefonischer Besuchsdienst – hier gibt es Infos zu den Projekten und die richtigen Ansprechpartner*innen.

www.seniorenbuero-bochum.de

Seniorenbüro Bochum KONTAKT

Team
Seniorenbüro Mitte

Büro
Heuversstr. 2
44793 Bochum

Telefon
02 34 / 92 78 63 90

Internetseite
www.seniorenbuero-bochum.de

Sprechzeiten
Montag / Donnerstag 10:00 – 12:00 Uhr
Dienstag 14:00 – 16:00 Uhr

Kontakt

Jonas Bickert
JBickert@bochum.de

Christine Drüke
Christine.Drueke@diakonie-ruhr.de

Monika Koch
MKoch@bochum.de

Sarah Kudella
Sarah.Kudella@diakonie-ruhr.de

Vincent Metro
Mobil 0151/52231129
v.metro@jg-bochum.de

Manuela Wolny
Manuela.Wolny@diakonie-ruhr.de
0175 – 8578048

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