

Kostenlos

Mittendrin![®]

AUSGABE
NEUSS

Das Magazin für die ältere Generation



**Ehrenamtliche
gesucht!**

Tipps und Termine

**JANUAR/
FEBRUAR 2015**

Programmerschein und Anmeldebeginn 5.1.2015
Semesterbeginn 1-2015 am 9.2.2015

Volkshochschule Neuss



Die Volkshochschule Neuss ist eine Einrichtung der Stadt Neuss. Sie bietet im Rahmen des Weiterbildungsgesetzes Lehrveranstaltungen in folgenden Bereichen an:

- *Schule - Hochschule - Bildungsberatung*
- *Sprachen*
- *Politische Bildung*
- *Recht, Umwelt und Verbraucher*
- *Geist und Natur*
- *Arbeit und Beruf*
- *Gesundheit und Erziehung*
- *Kreative Gestaltung*
- *Generation 50plus*
- *Studienreisen*
- *Tagesfahrten*

In mehreren Fachbereichen gibt es Veranstaltungen mit gesundheits-spezifischen Themen, z.B. progressive Muskelentspannung, Yoga, Augentraining oder Gymnastik. Zweimal jährlich erscheint das neue Semesterprogramm, das Sie auch im Internet finden.

Die VHS stellt Bildungsschecks und Bildungsprämien aus.

Volkshochschule Neuss

41460 Neuss, Im Romaneum / Brückstr. 1
Tel. 0 21 31/ 90-41 51 • Fax 0 21 31/ 90-24 67
info@vhs-neuss.de • www.vhs-neuss.de

Öffnungszeiten

Mo 8.30 - 12.00 Uhr
Di 8.30 - 12.00 Uhr und 13.30 - 15.30 Uhr
Mi 8.30 - 12.00 Uhr
Do 8.30 - 12.00 Uhr und 13.30 - 18.00 Uhr

ROMANEUM

VHS
Neuss

Hilfe & Service

- Tierbestattungen Seite 4
- Vorsorge bedeutet Sicherheit Seite 5
- Wichtige Rufnummern
und Adressen Seite 6
- DJK Rheinkraft Neuss Seite 7

Kirche heute

- Hier schreibt Msgr.
Guido Assmann Seite 8

Lebenshilfe

- Ehrenamtliche gesucht.....Seite 10

Kurse

- Kurse des familienforum
edith stein.....Seite 11

Tipps & Termine

- Termine ab Seite 12
- ABBA Total – Die Show.....Seite 13
- Programm des Theater
am Schlachthof (TAS)Seite 15
- Familiäre PflegeSeite 16
- Das Schultergelenk ist anfällig ..Seite 18
- Telefonseelsorge
braucht Unterstützung.....Seite 21
- Hilfe für Menschen mit einer
psychischen ErkrankungSeite 25
- Kurse der Körperschule KleinSeite 27

Impressum:

Herausgeber:
Verlag am Markt
Markt 1-7
41460 Neuss
Tel. 0 21 31/2 12 93
Fax 0 21 31/27 57 60
E-Mail: info@kuepping.de

Redaktion: (v.i.S.d.P.) Frank Küpping
Fotos: Frank Küpping, Veranstalter
Titelfoto: © Hello_beautiful / photocase.de
Anzeigen: Frank Küpping
Gestaltung/Layout: Doris Busch Grafikdesign, Düsseldorf

Verteilung: kostenlose Auslage in öffentlichen, karitativen und kirchlichen Einrichtungen, ausgesuchtem Buch- und Einzelhandel, ViP Versand, u.a.

Die vom Herausgeber gesetzten, gestalteten und veröffentlichten Texte und Anzeigen dürfen nur mit ausdrücklicher Genehmigung reproduziert oder – auch in Auszügen – nachgedruckt werden. Keine Haftung für unverlangt eingesandte Manuskripte.

Gültig ist die Preisliste Nr. 1 vom 01.10.2013



Paloma Tierbestattungen – Ein würdevoller Abschied für Ihren Liebling

Geliebte Haustiere begleiten uns ihr Leben lang als treuer Freund und Familienmitglied. Wenn der Moment kommt, an dem man Abschied nehmen muss, begleiten wir Sie auf diesem schweren Weg.

Unser Familienbetrieb ermöglicht Ihnen einen persönlichen und liebevollen Abschied. Wir holen Ihr verstorbenes Haustier bei Ihnen oder in Ihrer Tierarztpraxis ab. Gerne dürfen Sie ihm eine Decke oder sein Spielzeug mitgeben.

In unserem Partnerkrematorium wird Ihr Tier ebenfalls von uns persönlich betreut, auch Ihre Anwesenheit ist möglich: Sie können sich in liebevoller Atmosphäre von Ihrem Liebling verabschieden. Bei einer Einzeleinäscherung wird Ihnen die Asche Ihres Tieres von uns nach Hause gebracht, eine umfangreiche Auswahl an Urnen und Medaillons bieten wir gerne an. Bei einer Sammeleinäscherung verbleibt die Asche im Krematorium und wird auf einer Streuwiese verstreut.

Sollten Sie eine traditionelle Beerdigung wünschen, so beraten wir Sie gerne über die Möglichkeiten über eine Beisetzung auf Ihrem Privatgrundstück oder auf einem

Tierfriedhof. Sie erreichen uns rund um die Uhr an allen Tagen im Jahr.

Treffen Sie doch heute schon Vorsorge für diesen letzten Weg und informieren Sie sich unverbindlich.

Paloma Tierbestattungen

Dirk und Nadine Lübbert
Neusser Str. 89h, 41564 Kaarst
Tel 0 21 31/3 14 81 06
Mobil 0179/4 75 41 12
www.paloma-tierbestattungen.de
kontakt@paloma-tierbestattungen.de



Aktive Menschen sorgen vor. Vorsorge bedeutet Sicherheit.

Das offene Gespräch mit der Familie und Freunden über die eigene Bestattung wird häufig gemieden. Im Todesfall sind die meisten Hinterbliebenen



aber froh, ein solches Gespräch geführt zu haben. Wir selber bestimmen nämlich nicht, wie und wann unser Weg endet, aber wir können Vorsorge für diesen letzten Weg treffen.

Aktive Menschen sorgen daher vor und treffen schon rechtzeitig Vorkehrungen für das eigene Ableben. Zu diesen Vorbereitungen gehören beispielsweise die Wahl des Friedhofes, des Grabes, der Bestattungsform und des Bestattungsinstitutes.

Die finanziellen Angelegenheiten lassen sich ebenfalls vorab regeln. Auch den Angehörigen gibt man hierdurch Halt und Orientierung in einer Zeit des Verlustes und der Trauer. Die Hinterbliebenen werden somit entlastet. Entscheidend ist, dass alles nach den eigenen Wün-

schen und Vorgaben umgesetzt werden kann.

Regeln auch Sie Ihre ganz persönlichen Dinge deshalb selbst. Wir stehen Ihnen jederzeit mit Rat und Tat zur Seite und veranlassen alles Nötige.

Zur persönlichen Beratung kommen wir gerne zu Ihnen nach Hause oder helfen Ihnen direkt in unseren Geschäftsräumen auf der Jülicher Straße 43 in Neuss weiter.

Anzeige

SEIT 1848

HAHN

BESTATTUNGEN

Volker Gerhards

Jülicher Straße 43 41464 Neuss (Nähe Dreikönigenkirche)	Telefon (0 21 31) 4 19 15 Telefax (0 21 31) 4 35 00 www.hahn-neuss.de hahn-neuss@t-online.de
--	--

Wichtige Rufnummern und Adressen

Polizeinotruf	110
Feuerwehr.....	112
Feuerwehr Neuss	0 21 31/13 50
Apotheken-Notdienst	0800/00 22 8 33
Telefonseelsorge	0800/1 11 01 11
..... und 0800/1 11 02 22	

■ Verbände & Soziale Einrichtungen

Johannes von Gott Seniorenpflegeheim

Meertal 6, 41464 Neuss
Telefon: 02131/5291 ext. 500

Neusser Tafel

Düsseldorfer Str. 50, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/87 05

Bürgerhaus Erfttal

Bedburger Str. 61, 41469 Neuss
Telefon: 0 21 31/10 17 76

Arbeiterwohlfahrt

Schwannstr. 6, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/2 42 21
Internet: www.awoneuss.de

Caritasverband Rhein-Kreis Neuss

Montanusstr. 40, 41515 Grevenbroich
Telefon: 0 21 81/2 38-00
Internet: www.caritas-neuss.de

Deutsches Rotes Kreuz

Am Südpark, 41466 Neuss
Telefon: 0 21 31/7 45 95-0
Internet: www.drk-neuss.de

Diakonisches Werk

Plankstr. 1, 41462 Neuss
Telefon: 0 21 31/56 68-0
Internet: www.diakonie-neuss.de

Lebenshilfe Neuss

Hamtorwall 16, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/3 69 18-0
Internet: www.lebenshilfe-neuss.de

Netzwerk 50plus

Friedrichstr. 42, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/27 21 38
Internet: www.netzwerk-neuss.de

Senioren-Netzwerk 55plus der Gemeinde Jüchen

Haus Katz, Alleestraße 5, 41363 Jüchen
Telefon: 0 21 65/91 28 86
Internet: www.netzwerk-juechen.de

BEKO Beratungs- und Koordinationsstelle Demenz

Stresemannallee 6, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/5 29-1 56 66

Sozialdienst Kath. Männer Neuss e.V.

Hammer Landstraße 5, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/92 48-0
Internet: www.skmneuss.de

Sozialdienst katholischer Frauen e.V.

Bleichstraße 20, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/9 20 40
Internet: www.skf-neuss.de

■ Fort- & Weiterbildung

Familienforum Edith Stein

Schwannstraße 11, 41460 Neuss
Telefon 0 21 31/7 17 98-00
Internet: www.familienforum-neuss.de

Haus der Diakonie

ev. Erwachsenen- und Familienbildung,
Am Konvent 14, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/5 33 91-27
Internet: www.evangelisch-in-neuss.de

VHS Neuss

Brückstr. 1, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/90-41 51
Internet: www.vhs-neuss.de

■ Gesundheit

Johanna-Etienne-Krankenhaus

Am Hasenberg 46, 41462 Neuss
Telefon: 0 21 31/52 95-53 84
www.johanna-etienne-krankenhaus.de

Medicoreha

Preußenstr. 84 a, Haus 6, 41464 Neuss
Telefon: 0 21 31/89 05 90
Internet: www.medicoreha.de

Körperschule Birgit Klein

Holzheimer Weg 42b, 41464 Neuss
Telefon: 0 21 31/4 77 30 37
Internet: www.koerperschule-klein.de

■ Hilfen

St. Augustinus mobil –

Ihr ambulanter Pflegedienst
Am Hasenberg 46, 41462 Neuss
Telefon: 0 21 31/52 97-90 00

Albeck – Fußgesunde Schuhmode

Büchel 23, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/22 23 88

Optik Mellentin

Neustraße 18, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/22 24 66
Internet: www.optik-mellentin.de

Sanitätshaus Wilhelmi

Markt 20-24, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/2 11 09
Internet: www.sanitaetshaus-wilhelmi.de

Ortopädietechnik Adelman

Krämerstr. 15, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/27 26 27
Internet: www.oadelmann.de

■ Ämter

Stadtverwaltung Neuss

Markt 2, 41460 Neuss
Telefon: 0 21 31/90 01
Internet: www.neuss.de

Rhein-Kreis Neuss, Sozialamt

Lindenstr. 4-6, 41515 Grevenbroich
Telefon: 0 21 81/6 01-0
Internet: www.rhein-kreis-neuss.de

Eine Kirche in der Innenstadt – St. Sebastian

Welche Figur auf dem Quirinuusschrein ist genau so groß wie die des hl. Quirinus, wenn man mal von den Darstellungen Christi und der Gottesmutter Maria absieht? Es ist der heilige Sebastian. Von den Schützen verehrt und weit verbreitet ist sein Bild. Man erkennt ihn gut in der Ikonographie: Er steht entweder fast ganz nackt an einen Baum gebunden und ist von Pfeilen durchbohrt, oder als Soldat gekleidet, mit Pfeilen in der Hand. Wer war dieser Heilige?

Anfang des 3. Jahrhunderts in Mailand geboren, wurde er Soldat des Kaisers. Gleichzeitig war Sebastian aber auch Christ. Die Christenverfolgung brachte damals viel Leid unter die Menschen. Der junge Soldat Sebastian hatte sich vorgenommen, den Verfolgten beizustehen. Er hatte das Herz am rechten Fleck, wie man so schön sagt.



Grab des hl. Sebastian in Rom

Fotos (2): Asmann

Mit Kaiser Diokletian aber kam ein Herrscher auf den Thron, unter dem die Christenverfolgung noch stärker wurde. Er merzte die Christen aus seinem Heer aus. Sebastian wurde zum Tod durch Erschießen verurteilt. Seine Kameraden mussten ihn an einen Baum binden und erschossen ihn mit Pfeil und Bogen. Den Totgeglaubten ließen sie einfach am Baum hängen. Doch Sebastian war nicht tot. Eine junge Witwe, namens Irene barg ihn und pflegte den Schwerverletzten zu Hause gesund. Statt nun die Flucht anzutreten, begab sich Sebastian zum kaiserlichen Palast und klagte Diokletian wegen der grausamen Christenverfolgung an. Dieser ließ ihn festnehmen und im Cirkus maximus zu Tode prügeln. Die Christin Lucia holte seinen Leichnam und bestattete ihn außerhalb der Stadt. Wer heute einmal eine Romreise macht und nicht nur im Zentrum bleibt, sondern die unterirdischen Katakomben vor der Stadt be-

Kirche St. Sebastian, Neuss

sucht, kommt an der Kirche St. Sebastian vorbei, die über dem Grab des Märtyrers erbaut wurde. Eine Marmorarbeit am Altar stellt den Leichnam des Getöteten dar.

Aber nicht nur in Rom gibt es die Darstellung des Sebastian. In Neuss am Quirinusschrein und auch am Schützenportal ist er zu sehen. Viele Schützen tragen ihn voll stolz am Revers. Sebastian steht für Mut und für Überzeugung. Er trat ein für die Verfolgten und Unterdrückten. Eigentlich ein moderner Heiliger. Auch in Neuss gibt es derzeit viele Verfolgte, die nur ihr Leben gerettet haben. Wir können mit Blick auf Sebastian lernen, mutig und selbstlos für diese Menschen einzutreten.

Seit 500 Jahren steht in der Innenstadt von Neuss eine Kirche, die seinen Namen trägt. Außen rosa gestrichen fahren viele Straßenbahnen und gehen viele Fußgänger täglich an ihr vorbei. Ein Besuch in der Kirche, die werktags offen ist und zum Gebet einlädt, lohnt sich. Viele Neusser Kinder kennen den Namen der Kirche nicht mehr, wie ich

beobachte. Erzähle ich aber von der Kirche „gegenüber dem Kaufhof“, wissen sie, was ich meine. Omas und Opas könnten ihren Enkeln vom heiligen Sebastian erzählen und ihnen die Kirche in Neuss zeigen. Ich bin mir sicher, dass das bei den Kindern hängen bleibt.

Am 20. Januar feiern wir den Namenstag des hl. Sebastian. Herzlichen Glückwunsch allen, die seinen Namen tragen.

*Ihr Pastor und Oberpfarrer
Msgr. Guido Assmann*



Quirinusschrein mit Darstellung des hl. Sebastian

Foto: Uwe Strunck

DJK Rheinkraft Neuss

Die DjK Rheinkraft Neuss, der Verein im Dreikönigenviertel mit einer über 30jährigen Tradition im Bereich Bewegung von älteren Menschen. Die Angebote reichen von (Nordic) Walking in geselliger Runde (montags und mittwochs 9:00 Uhr, Ansprechpartner Hans Brüggem) über Tanz und Bewegungsangebote (montags, dienstags und donnerstags, Ansprechpartnerin Gretel Gorecki) bis hin zu Aerobic, Power-Stretching Kreislauftraining (dienstags, mittwochs, donnerstags, Ansprechpartner Guido Kluth) und Lauftreff (mittwochs, Ansprechpartnerin Anja Geer).

Nähere Infos unter djk-rheinkraft-neuss.de



Gutes tun: Ehrenamtliche in den St. Augustinus-Kliniken

Mithelfen, unterstützen, anpacken: Ganz gleich, ob „Grüne Dame“ im Johanna-Etienne-Krankenhaus oder freiwilliger Helfer im Johannes von Gott Seniorenpflegeheim – bei den St. Augustinus-Kliniken in Neuss sind Ehrenamtliche eine wichtige Unterstützung. „Ehrenamtliche sind Brückenbauer, die Lebensqualität schaffen und für wichtige soziale Kontakte sorgen“, erklärt Markus Ablaß, Leiter des Sozialen Dienstes und Ansprechpartner für alle Freiwilligen im Seniorenheim. Dort sind die Helfer eine feste Stütze im Alltag der 120 Seniorinnen und Senioren, die im Johannes von Gott Seniorenpflegeheim leben. Sie planen und unternehmen Ausflüge mit Bewohnern, begleiten Feste und Feiern im Jahreskreis, sorgen in den Wohnbereichen für Unterstützung oder erledigen kleine Einkäufe. Eine wichtige Rolle über-

Infos

Sie möchten ehrenamtlich tätig werden? Die Grünen Damen und auch das Johannes von Gott Seniorenpflegeheim suchen noch einfühlsame und kontaktfreudige Verstärkung! Melden Sie sich bei Markus Ablaß unter Tel. 02131/5291-5390 oder per E-Mail an m.ablass@ak-neuss.de.

Ansprechpartnerin im Johanna-Etienne-Krankenhaus: Sr. Josefa, Tel. 02131/52 95-00.



nehmen Ehrenamtliche auch bei bestehenden Angeboten. Durch sie können etwa Gymnastik, Singkreise und Musikgruppen weiter ausgebaut, alleinstehenden Bewohnern Kontakte ermöglicht werden. Dabei werden Umfang und Art des eigenen Engagements ganz individuell vorab vereinbart.

Auch im Johanna-Etienne-Krankenhaus sind Ehrenamtliche, die „Grünen Damen“, unverzichtbare Hilfen. Sie nehmen sich Zeit für Gespräche mit Patientinnen und Patienten am Krankenbett, kleine Besorgungen innerhalb der Klinik oder die Erledigung spezieller Wünsche. Damit die Freiwilligen auch bestens auf ihre Tätigkeiten vorbereitet sind, können sie Schulungen und Fortbildungen in Anspruch nehmen. „Ehrenamtliche unterstützen und begleiten Patienten gerade dann, wenn schwierige Situationen anstehen wie etwa die Vorbereitung auf eine Operation“, berichtet Sr. Josefa, die die „Grünen Damen“ betreut. „Und damit verwirklichen sie unser christliches Leitbild, für andere da zu sein – darauf kommt es schließlich an!“

Ganzheitliches Gedächtnistraining

Für Menschen 55+

• **Ab Mittwoch, 14. Januar, 15.00 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

Für Menschen 60+

• **Ab Dienstag, 6. Januar, 14.00 Uhr** in der Seniorenstube St. Josef, Gladbacher Str. 3, Neuss. Anmeldung im Pfarrbüro unter Tel. 02131/541032. In Kooperation mit der Kath. Pfarrei St. Josef.

Osteoporosegymnastik 55+

• **Ab Montag, 12. Januar, 9.00 Uhr** im Willi-Graf-Haus, Venloer Straße 68, Neuss.

Literatur gemeinsam lesen

...Christoph Ransmayr: Atlas eines ängstlichen Mannes

• **Ab Montag, 12. Januar, 10.30 Uhr** im Literaturcafé St. Quirin, Münsterplatz 16, Neuss
Christoph Ransmayr: Atlas eines ängstlichen Mannes. FISCHER Taschenbuch; ISBN-13:978-3596195633, 10,99€

...Adalbert Stifter: Bunte Steine

• **Ab Mittwoch, 21. Januar, 19.00 Uhr** im Literaturcafé St. Quirin, Münsterplatz 16, Neuss.

Gymnastik für Frauen 60+

• **Ab Montag, 12. Januar, 17.40 Uhr** im Thomas-Morus-Haus, Adolfstr. 54, Neuss.

• **Ab Mittwoch, 14. Januar, 9.15 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

• **Ab Freitag, 16. Januar, 8.45 Uhr** im Willi-Graf-Haus, Venloer Str. 68, Neuss.

Gymnastik für Frauen 50+

• **Ab Montag, 12. Januar, 18.30 Uhr** im Thomas-Morus-Haus, Adolfstr. 54, Neuss.

Yoga 50+

Ab Montag, 12. Januar, 9.00 Uhr im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

Yoga 60+

• **Ab Mittwoch, 14. Januar, 9.30 Uhr** im Willi-Graf-Haus, Venloer Straße 68, Neuss.

Acrylmalerei – experimentelles Gestalten durch Mischtechniken

• **Ab Montag, 12. Januar, 9.00 Uhr** im Willi-Graf-Haus, Venloer Straße 68, Neuss.

• **Ab Montag, 12. Januar, 19.00 Uhr** im Willi-Graf-Haus, Venloer Straße 68, Neuss.

55 plus - Kochkurs für Männer

• **Ab Dienstag, 13. Januar, 10.30 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

• **Ab Mittwoch, 15. Januar, 10.30 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

• **Ab Donnerstag, 15. Januar, 9.30 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

• **Ab Mittwoch, 21. Januar, 10.30 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

• **Ab Donnerstag, 29. Januar, 10.00 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

Stuhlgymnastik und Sitztänze 70 +/-

• **Ab Dienstag, 13. Januar, 15.30 Uhr** im Edith-Stein-Haus, Schwannstr. 11, Neuss.

Frauengesprächskreis

• **Ab Donnerstag, 15. Januar, 9.30 Uhr** im Willi-Graf-Haus, Venloer Straße 68, Neuss.

Meditativer Tanz

• **Ab Donnerstag, 15. Januar, 19.30 Uhr** im Willi-Graf-Haus, Venloer Straße 68, Neuss.

Wenn nicht anders angegeben
Anmeldung unter
www.familienforum-neuss.de
Telefon (02131) 71798-00

TERMINE

Liebe Leser,

wir hoffen, dass Sie hier den einen oder anderen Termin für sich nutzen und entdecken können.

Einige Veranstaltungen können kostenpflichtig sein. Im Zweifelsfall kontaktieren Sie bitte den jeweiligen Anbieter.

Donnerstag, 01. Januar 2015

10:00 bis 17:00 Uhr

Kunst parallel zur Natur

Moderne Kunst im Dialog mit Schätzen des Altertums, täglich

► **Museum Insel Hombroich**, Minkel 2

18:00 Uhr

Russisches Klassisches Staatsballett: Schwanensee

Klassische Ballettaufführung unter der Leitung von Konstantin Iwanow zur Musik von Pjotr Iljitsch Tschaikowsky

► **Stadthalle Neuss**, Selikumer Straße 25

Freitag, 02. Januar 2015

15:00 Uhr

Boule im RennbahnPark

Aktion der Boule-Neuss Interessengemeinschaft

► **RennbahnPark**, Am Rennbahnpark 1

15:30 bis 17:00 Uhr

Neusser Autorenkreis des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel.

0 21 31/17 71 66 bei Angelika Pampus

► **Literaturcafé St. Quirin**,

Münsterplatz 16, 41460 Neuss

Sonntag, 04. Januar 2015

10:00 bis ca. 11:30 Uhr

Sonntagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **ONS Zentrum**, Rheydter Str. 176, 41464 Neuss

19:00 Uhr

ACOUSTIC CONCERTS 2014/2015 – Flautando Köln

Konzert mit Musik für Blockflötenquartett aus fünf Jahrhunderten Musikgeschichte

► **Kulturkeller**, Oberstraße 17

Montag, 05. Januar 2015

15:00 bis 16:30 Uhr

Kanonsingen zur Gitarre des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

Leitung Karl Klaas, ohne Anmeldung

► **Literaturcafé St. Quirin**, Münsterplatz 16, 41460 Neuss

Dienstag, 06. Januar 2015

17:30 bis 18:15 Uhr

Entspannung mit Klangschalen

Klangreise in der Neusser Salzgrotte mit Martina Alich-Wiele

► **Salz & Sole im Stiftskeller**, Münsterplatz 26, Neuss

Mittwoch, 07. Januar 2015

10:00 bis 12:00 Uhr

Demenzberatung

Das Angebot der BEKO richtet sich an

Demenzkranke, deren Angehörige und ältere Menschen, die sich in seelischen Krisen befinden oder psychisch erkrankt sind.

► **Rathaus Kaarst**, Raum U35,
Am Neumarkt, 41564 Kaarst

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: Tel. 0 21 31/52 91-56 66

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

19:30 Uhr

FINISSAGE ZUR D´ART 2014

Siegerehrung zur 14. Jahresausstellung
Dormagener Künstlerinnen und Künstler,
Info-Tel. 0 21 33/257-605

► **Glasgalerie des Kulturhauses Dormagen**

20:00 Uhr

A Tribute to ABBA – The Music Show

Showveranstaltung mit Original ABBA-
Bandmitgliedern, der Super Trouper Band
sowie internationalen Startänzern

► **Stadthalle Neuss**, Selikumer Straße 25

Tipp!

ABBA TOTAL

Am 7. Januar um 20 Uhr kommt die ultimative Abba-Show in die Stadthalle nach Neuss, um ein Feuerwerk der Lebensfreude und Welthits zu feiern, wenn Tausende begeistert mitsingen, mittanzen und zu den großen Hits ihre Feuerzeuge zünden! A TRIBUTE TO ABBA – THE MUSIC SHOW entführt Sie auf eine Reise zurück in die Zeit der Plateauschuhe, der Glitzeroutfits und der ganz großen Gefühle! Über eine Million ABBA-Fans in Deutschland und Europa waren begeistert von der Show, in der erstklassige Solisten, Original ABBA-Bandmitglieder wie Janne Kling und die herausragende Super Trouper Band sowie internationale Startänzer die einmalige Atmosphäre der bewegten 70er Jahre aufleben lassen und das Publikum mit wunderbaren Songs wie „Waterloo“, „Chiquitita“, „Dancing Queen“ und „Mamma Mia“ zum



Mitfeiern und Mittanzen einladen – zu zwei Stunden voller Spaß und Glückseligkeit! Mit tollen Kostümen, fantastischen visuellen Projektionen und einer großartigen Tanz-Performance werden Erinnerungen und Träume wach – und zu einem unvergesslichen Erlebnis!

A TRIBUTE TO ABBA – THE MUSIC SHOW“
am 7. Januar um 20 Uhr in der **Stadthalle Neuss**. Tickets an allen bekannten **VVK-Stellen** und **telefonisch unter 02131/222 444** sowie unter **06727/952 333** oder **www.adticket.de**.

TERMINE

20:00 Uhr

The Great Dance of Argentina

Die beiden renommierten Tango-Tänzer Nicole Nau und Luis Pereyra präsentieren im Rahmen ihrer Europa-Tournee ihr neues Programm „Vida“

► **Rheinisches Landestheater Neuss**, Schauspielhaus, Oberstraße 95

Donnerstag, 08. Januar 2015

09:30 bis 11:00 Uhr

Gedächtnistraining des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/ 7 73 46 77 bei Claudia Arndt-Erasmus

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

17:00 bis 19:00 Uhr

Damenstammtisch des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Restaurant Mauerwerk**, Hamtorwall 15 - 17, 41460 Neuss

17:30 bis 22:00 Uhr

„Kochend die Welt entdecken“

Treff des Netzwerk Dormagen, Info: Tel. 0 21 33/ 25 00 108

► **Hermann-Gmeiner-Schule**, Bahnhofstraße 67, 41539 Dormagen

Freitag, 09. Januar 2015

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 0 21 31/4 14 64 bei Ursula Strümpel

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

Samstag, 10. Januar 2015

19:00 Uhr

Lord Moad lässt bitten!

Krimi frei nach Edgar Wallace bei einem Vier-Gänge-Menü

► **Hotel Fire and Ice**, An der Skihalle 1

20:00 Uhr

Swing mit dem Feuer

Musiktheater von Jasper Sand mit drei Stimmen und Klavier

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

Sonntag, 11. Januar 2015

11:00 Uhr

NEUJAHRSKONZERT 2015 –

Magie des Südens

Konzert der Deutschen Kammerakademie Neuss unter der Leitung von Lavard Skou-Larsen. Veranstaltung der Stadt Neuss

► **Stadthalle Neuss**, Selikumer Straße 25

Montag, 12. Januar 2015

10:30 bis 12: 00 Uhr

Treffen des Gesprächskreises

Literatur II des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

Info: Tel. 02131/ 27076 bei Gisela Scheid

► **Literaturcafé St. Quirin**, Münsterplatz 16, 41460 Neuss.

20:30 bis 22:15 Uhr

Ladies Night zur Oldiedisco

mit DJ Rainer Halm, alle Damen erhalten kostenlos ein Glas Sekt

► **Eissporthalle**, Neuss Reuschenberg

Dienstag, 13. Januar 2015

20:00 Uhr

Magic Of The Dance

Irische Stepptanz-Show

► **Stadthalle Neuss**, Selikumer Straße 25

Mittwoch, 14. Januar 2015

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: 02131-5291-5666

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

Tip!

**Monatsübersicht für das Theater am Schlachthof (TAS)
Januar – Februar 2015**



Schauspiel: SWING mit dem Feuer

Musiktheater mit 3 Stimmen und Klavier

Samstag 10.01.2015 um 20 Uhr

Sonntag 11.01.2015 um 19 Uhr

Sonntag 18.01.2015 um 19 Uhr

Freitag 20.02.2015 um 20 Uhr

Samstag 21.02.2015 um 20 Uhr

„Swing mit dem Feuer“ ist eine musikalische Hommage an die großen Vocal-Terzette der Swing-Ära mit rasanten Rhythmen und mitreißenden Songs; eine gefühlvolle Geschichte mit viel Humor über drei junge Frauen die in den 30er Jahren.

Eulenspiegels Enkel

Solo-Theaterstück von und mit Markus Veith

Samstag 17.01.2015 um 20 Uhr

Sonntag 01.02.2015 um 19 Uhr

Erasmus hat ein seltsames Leiden: Nachdem er in seiner Kindheit jahrelang mit Gedichten gefüttert wurde, kann er nur noch in Versen sprechen. Er zieht als moderner Eulenspiegel umher und hält der Gesellschaft einen Spiegel vor.

Schauspiel: Fiese Matenten

Eine Nüsser Komödie über den Nordkanal und neue Bürgermeister

Freitag 23.01.2015 um 20 Uhr

Freitag 30.01.2015 um 20 Uhr

Samstag 31.01.2015 um 20 Uhr

Sonntag 08.02.2015 um 19 Uhr

Freitag 13.02.2015 um 20 Uhr

Samstag 14.02.2015 um 20 Uhr

Berlin hat seinen Flughafen, Hamburg die Elbphilharmonie, Stuttgart seinen Bahnhof und Neuss? Neuss hat den Nordkanal! Ein findiger und windiger Kandidat für das Neusser Bürgermeisteramt will Neuss endlich zur Weltmetropole erheben und beschließt, dass der Bau des Nordkanals nie aufgehört hat und mit 200 Jahren Bauzeit alle anderen Bauruinen toppt. Und nun soll sogar endlich weitergebaut werden! Neuss wäre zwar auf ewig verschuldet, aber dafür die Megalopolis vom Rhein!

TERMINE

Donnerstag, 15. Januar 2015

10:00 bis 11:00 Uhr

Brainwalking, Gedächtnistraining

das bewegt, mit dem Netzwerk-Neuss-Mitte

55+. Leitung und Anmeldung unter

Tel. 0 21 31/7 73 46 77 bei

Claudia Arndt-Erasmus

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

18:45 bis 19:45 Uhr

Atemtherapiekurs

„Richtiges“ Atmen kann man lernen. Entspannende Atemtechniken u. Praxistipps. Anmeldung erforderlich.

► **Salz & Sole im Stiftskeller**,

Münsterplatz 26

Freitag, 16. Januar 2015

09:30 bis ca. 10:30 Uhr

Freitagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Caritashauss Salzstr. II. Etg.**, Neuss

Tipp!

„Familialen Pflege“ schult Angehörige psychisch Erkrankter: Die neue Kurse starten

Pünktlich zum neuen Jahr starten auch wieder die kostenfreie Kurse der „Familialen Pflege“. An insgesamt drei Veranstaltungstagen à drei Stunden lädt das St. Alexius-/St. Josef-Krankenhaus Angehörige psychisch Erkrankter zu sich in die Nordkanalallee 99 ein. Die Schulungen finden zu den Themen Depression, Demenz, Schizophrenie und Depression im Alter statt. Eine Anmeldung ist notwendig bei Daniela Lüder unter Tel. (0174) 1689335 oder per Mail an d.lueder@ak-neuss.de.

Die Termine im Januar und Februar:

Thema Depression: Mittwoch, 14., 21. und 28. Januar, jeweils 17.00-20.00 Uhr

Thema Demenz: Freitag, 16., 23. und 30. Januar, jeweils 14.00-17.00 Uhr

Thema Depression im Alter: Samstag, 17., 24. und 31. Januar, jeweils 9.00-12.00 Uhr

Thema Schizophrenie: Dienstag, 27. Januar und Mittwoch, 4. und 11. Februar

Angehörige bei ihrer pflegenden oder betreuenden Tätigkeit zu unterstützen, im Umgang mit psychisch Erkrankten zu schulen und damit vor Überbelastung zu schützen: Das ist das erklärte Ziel der „Familialen Pflege“ – einem Modellprojekt der AOK Rheinland/Hamburg und der Universität Bielefeld. Zum Konzept der kostenfreien Schulungen gehört neben konkreten Hilfsangeboten und wertvollen Informationen zur Erkrankung auch die Auseinandersetzung mit sozialrechtlichen Angelegenheiten und persönlichen Fragestellungen. Ein Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen ist ein wesentlicher Bestandteil der Kurse.

Alle Termine und Infos auch unter www.psychiatrie-neuss.de.

15:00 Uhr

Boule im RennbahnPark

Aktion der Boule-Neuss Interessengemeinschaft

► **RennbahnPark**, Am Rennbahnpark 1

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 0 21 31/4 14 64 bei Ursula Strümpel

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

20:00 Uhr

SCHMETTERLINGE SIND FREI

Romantische Komödie um ein Hippie-Mädchen und den blinden Nachbarn, Info-Tel. 0 21 33/257-338

► **Aula im Bettina-von-Arnim-Gymnasium Dormagen**

20:00 Uhr

ZEUGHAUSKONZERTE 2014 – Cuarteto Casals

Konzert mit Kompositionen von Joaquin Turina, Miguel Garcia, u.a.

► **Zeughaus**, Markt 42-44

20:00 Uhr

PREMIERE – Das Ende des Regens (When the Rain Stops Falling)

Theateraufführung des Rheinischen Landestheaters nach einer Familiengeschichte von Andrew Bovell

► **Rheinisches Landestheater Neuss**, Schauspielhaus, Oberstraße 95

20:00 Uhr

Eulenspiegels Enkel

Solo-Theaterstück von und mit Markus Veith

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

20:00 Uhr

STUNK 2015 – PREMIERE: Bombenstimmung – Möhnen an den Kriseherd!

Alternative Karnevalssitzung des Theaters am Schlachthof mit dem Musikbataillon deeband, der Stimmingsdrohne Heinz Allein und Dat Rosie

► **Alte Wetthalle**, Am Rennbahnpark 1

Samstag, 17. Januar 2015

11:00 bis 12:30 Uhr

The Crime and Mystery Book Club

Englischsprachige Vorlesungsreihe der Volkshochschule Neuss mit Wendy Meenenga

► **Stadtbibliothek Neuss**, Neumarkt 10

Dienstag, 20. Januar 2015

17:30 bis 18:15 Uhr

Entspannung mit Klangschalen

Klangreise in der Neusser Salzgrotte mit Martina Alich-Wiele

► **Salz & Sole im Stiftskeller**, Münsterplatz 26

18:00 bis 19:30 Uhr

Palliativversorgung, Hospizarbeit und Sterbebegleitung

► **VHS**, Romaneum, Neuss, Brückstraße

TERMINE

Mittwoch, 21. Januar 2015

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: Tel. 0 21 31/52 91-56 66

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

19:00 bis 20.30 Uhr

Treffen des Gesprächskreises Literatur I des Netzwerkes Neuss-Mitte

Infos: 02131/27076 bei Gisela Scheid

► **Literaturcafé St. Quirin**, Münsterplatz 16

Donnerstag, 22. Januar 2015

09:30 bis 11:00 Uhr

Gedächtnistraining des Netzwerkes Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/ 7 73 46 77 bei Claudia Arndt-Erasmus

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

19:00 Uhr

Vortrag Demenz

mit Dr. Gutzke, Info: Tel. 02131/5291-5666

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

Tipp!

Die Last von den Schultern nehmen

Das Schultergelenk ist hochflexibel, aber durchaus anfällig. Für die Stabilität sorgt ein komplexes System aus Muskeln, Bändern und Sehnen – alles bewegt sich im Grunde kreuz und quer. Wie man einer möglichen Überbelastung vorbeugt und welche Therapieformen möglich sind, erläutern die Experten der Abteilung für Orthopädie, Unfallchirurgie und Sportmedizin am **Mittwoch, dem 18. Februar in der Zeit von 17 bis 19 Uhr in der St. Elisabeth-Akademie am Johanna-Etienne-Krankenhaus** im Rahmen eines Informationsabend für Patienten und Interessierte.

Das Schultergelenk ist eines der beweglichsten im menschlichen Körper, so dass eine genaue Diagnose unter Einsatz moderner bildgebender Verfahren nur von erfahrenen Orthopäden gestellt werden

kann. Um Betroffenen zu helfen, muss daher zunächst unterschieden werden: Handelt es sich um chronische oder akute Schulterschmerzen, etwa

als Folge eines Unfalls oder einer Sportverletzung?. Das Patientenforum bietet daher allen Interessierten und Betroffenen die Möglichkeit sich über die verschiedenen Behandlungsmöglichkeiten zu informieren. Die erfahrenen Experten stellen, neben etablierten Konzepten, auch innovative Ansätze wie das Rapid Recovery Programm vor und beantworten gerne die Fragen der Teilnehmer. Die kostenlose Veranstaltung kann ohne Anmeldung besucht werden.



20:00 Uhr

D'r Ring erop môt de MS Novesia

Theateraufführung der Nüsser Schnute nach einem Lustspiel von Volker Zill auf Platt übersetzt von Hildegard Freudenberg

► **Rheinisches Landestheater Neuss**, Schauspielhaus, Oberstraße 95

Freitag, 23. Januar 2015

09:30 bis ca. 10:30 Uhr

Freitagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Caritashaus Salzstr.** II. Etg., Neuss

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 0 21 31/4 14 64 bei Ursula Strümpel

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

20:00 Uhr

DEUTSCHLAND GUCKEN

Das neue Programm des Düsseldorfer Kom(m)ödchens, mit Maike Kühl, Heiko Seidel, Martin Maier-Bode und Daniel Graf
Info-Tel. 0 21 33/257-338

► **Aula im Bettina-von-Arnim-Gymnasium Dormagen**

20:00 Uhr

INTERNATIONALE TANZWOCHEN 2014/2015 – Maria Pages Compania, Madrid

Die spanische Compagnie führt Maria Pages Choreographie „Autorretrato“ auf

► **Stadhalle Neuss**, Selikumer Straße 25

20:00 Uhr

Fiese Matenten

Eine Nüsser Komödie von Jens Spörckmann und Markus Andrae über den Nordkanal und neue Bürgermeister

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

Sonntag, 25. Januar 2015

16:00 bis 17:00 Uhr

Singen im Salz

Singen in der Neusser Salzgrotte mit Erika Stiehm. Anmeldung erforderlich.

► **Salz & Sole im Stiftskeller**, Münsterplatz 26

19:00 Uhr

Martin Maier-Bode – Kabarett alternativlos

Ein Kabarettist auf der Suche nach Dingen ohne Alternativen

Theater am Schlachthof, Blücherstr. 31

Montag, 26. Januar 2015

20:30 bis 22:15 Uhr

Mens Night zur Oldiedisco

mit DJ Rainer Halm, alle Herren erhalten zwei Getränke zum Preis von Einem

► **Eissporthalle**, Neuss Reuschenberg

Dienstag, 27. Januar 2015

12:30 Uhr

Große Damensitzung der CDU-Frauenunion Köln

Karten gibt es ab sofort in der CDU-Geschäftsstelle (Tel: 0 21 31/71 88 60)

Der Preis beträgt 38 € inkl. gemeinsamer An- und Abreise mit der Bahn

TERMINE

15:00 Uhr

Politik am Nachmittag

Gesprächsrunde der Senioren Union
Neuss. Gäste sind herzlich willkommen.

► **Café Oebel (ehemals Calvis),**

Krefelder Straße 29, Neuss

Mittwoch, 28. Januar 2015

14:30 bis 16:30 Uhr

Ambulanter Hospizdienst – Hilfe für sterbensranke Menschen

► **Bürgerhaus Erfttal,** Bedburger Str. 61,
Neuss-Erfttal.

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: 02131-5291-5666

► **BEKO Neuss,** Stresemannallee 6, Neuss

19:00 bis 20.30 Uhr

Philosophie im Literaturcafé.

Bei diesem Diskussionsforum werden wir uns mit Schopenhauers Ethik des Mitleids auseinandersetzen.

► **Literaturcafé St. Quirin,**

Münsterplatz 16, 41460 Neuss

Donnerstag, 29. Januar 2015

10:00 bis 11:00 Uhr

Brainwalking, Gedächtnistraining, das bewegt

mit dem Netzwerk-Neuss-Mitte 55+
Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/
7 73 46 77 bei Claudia Arndt-Erasmus

► **Friedrichstr. 42,** 41464 Neuss

17:00 Uhr

Demenz Angehörigengruppe

Infos: Tel. 0 21 31/52 91-56 66

► **BEKO Neuss,** Stresemannallee 6, Neuss

18:00 Uhr

13. Neusser Genießertreff

Kulinarische Veranstaltung mit Probekosten namhafter Restaurantköche aus dem Rhein-Kreis Neuss

► **Stadthalle Neuss,** Selikumer Straße 25

Freitag, 30. Januar 2015

09:30 bis ca. 10:30 Uhr

Freitagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Caritashaus Salzstr. II. Etg.,** Neuss

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 0 21 31/4 14 64
bei Ursula Strümpel

► **Friedrichstr. 42,** 41464 Neuss

15:00 Uhr

Boule im RennbahnPark

Aktion der Boule-Neuss

► **RennbahnPark,** Am Rennbahnpark 1

Sonntag, 01. Februar 2015

10:00 bis 18:00 Uhr

Corin Sworn – Vibrant Matter

Einzelausstellung mit Arbeiten der kanadisch-britischen Künstlerin

► **Langen Foundation,** Raketenstation
Hombroich 1, täglich

10:00 bis 18:00 Uhr

Japanische Kunst

Ausstellung mit Exponaten aus der Sammlung Viktor und Marianne Langen

► **Langen Foundation**, Raketenstation
Hombroich 1, täglich

10:00 bis ca. 11:30 Uhr

Sonntagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **ONS Zentrum**, Rheydter Str. 176, Neuss

11:00 bis 16:00 Uhr

Adler-Spielzeugmarkt

mit Modelleisenbahnen und -autos, Blechspielzeugen, Puppen und Plüschtieren zum Tauschen, An- und Verkauf

► **Stadthalle Neuss**, Selikumer Straße 25

17:00 Uhr

Kunst parallel zur Natur

Moderne Kunst im Dialog mit Schätzen des Altertums. Täglich.

► **Museum Insel Hombroich**, Minkel 2

Tipp!

Wir suchen für unsere neue Ausbildungsgruppe ab Frühjahr 2015 Ehrenamtliche Mitarbeiter/innen!

Sind Sie interessiert an Menschen und ihren Lebensgeschichten? Können Sie sich gut auf Andere einstellen, kennen aber auch sich selbst und Ihre Grenzen? Sind Sie belastbar und haben die Fähigkeit, mit Krisen umzugehen? Wenn Sie ca. 15 Std./Monat freie Zeit für den Dienst am Telefon, die begleitende Supervision und regelmäßige Schulungen haben sowie die Bereitschaft für mind. acht Nachtdienste im Jahr mitbringen, ist die ehrenamtliche Mitarbeit in der TelefonSeelsorge vielleicht genau das Richtige für Sie.

Wir sind rund um die Uhr für Menschen da, die ein Gespräch suchen. Wir hören zu, anonym und verschwiegen und sind kostenfrei erreichbar. Bundesweit über 3 Millionen Anrufe pro Jahr zeigen uns, wie wichtig unser Angebot für die Menschen heute ist. Möchten Sie unsere Arbeit unterstützen?

Wir bieten Ihnen eine gründliche Ausbildung über neun Monate, in der die Auseinandersetzung mit sich selbst sowie die praktische Einführung in die telefonische Beratungsarbeit wichtige Bestandteile sind. Nach der Ausbildung finden Sie bei uns regelmäßige Schulung und Begleitung für die Arbeit am Telefon und eine Gemeinschaft mit anderen Mitarbeitern.



Wenn Sie mehr über uns erfahren möchten und mindestens 25 Jahre alt sind, wenden Sie sich bitte an das Sekretariat der Ökumenischen TelefonSeelsorge Neuss, Tel. 0 21 31/2 35 75, E-Mail: TelefonSeelsorge.Neuss@t-online.de, Internet: www.telefonseelsorge-neuss.de

TERMINE

19:00 Uhr

Eulenspiegels Enkel

Solo-Theaterstück von und mit
Markus Veith

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

Montag, 02. Februar 2015

10:30 bis 12:00 Uhr

Treffen des Gesprächskreises Literatur II des Netzwerkes-Neuss- Mitte 55+

in Kooperation mit dem familienforum
edith stein

► **Literaturcafé St. Quirin**,
Münsterplatz 16, 41460 Neuss.

15:00 bis 16:30 Uhr

Kanonsingen zur Gitarre des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

Leitung Karl Klaas, ohne Anmeldung

► **Literaturcafé St. Quirin**,
Münsterplatz 16, 41460 Neuss

20:00 Uhr

Pension Schöller

Komödie von Carl Laufs und Wilhelm Ja-
coby in einer Aufführung des Rheinischen
Landestheaters

► **Rheinisches Landestheater Neuss**,
Schauspielhaus, Oberstraße 95

Dienstag, 03. Februar 2015

17:30 bis 18:15 Uhr

Entspannung mit Klangschalen

Klangreise in der Neusser Salzgrotte mit
Martina Alich-Wiele

► **Salz & Sole im Stiftskeller**,
Münsterplatz 26

Mittwoch, 04. Februar 2015

10:00 bis 12:00 Uhr

Demenzberatung

Das Angebot der BEKO richtet sich an De-
menzranke, deren Angehörige und ältere
Menschen, die sich in seelischen Krisen
befinden oder psychisch erkrankt sind.

► **Rathaus Kaarst**, Raum U35,
Am Neumarkt, 41564 Kaarst

11:00 bis 17:00 Uhr

EPOCHENSCHWELLE 1914 – Jetzt ist keine Zeit mehr für das schöne Spiel der Kirmes

Ausstellung über den Ersten Weltkrieg und
seine Folgen für das Neusser Schützen-
wesen, jeden Mittwoch

► **Rheinisches Schützenmuseum**,
Oberstraße 58-60

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: 02131-5291-5666

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

18:00 bis 19:30 Uhr

Das neue Patientenrechtgesetz

► **VHS, Romaneum**, Neuss, Brückstraße

Donnerstag, 05. Februar 2015

09:30 bis 11:00 Uhr

Gedächtnistraining des Netzwerkes- Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/
7 73 46 77 Claudia Arndt-Erasmus

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

Freitag, 06. Februar 2015

09:30 bis ca. 10:30 Uhr

Freitagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

▶ **Caritashaus Salzstr.** II. Etg., Neuss

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 0 21 31/4 14 64

bei Ursula Strümpel

▶ **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

15:30 bis 17:00 Uhr

Neusser Autorenkreis des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/17 71 66 bei Angelika Pampus

▶ **Literaturcafé St. Quirin**,

Münsterplatz 16, 41460 Neuss

20:00 Uhr

PREMIERE – Ins Weite schrumpfen

Komödie von Katja Hensel über die Erosion von Städten und Beziehungen

▶ **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

22:00 Uhr

Nachtschicht extra: Die Wanze

Spannendes und witziges Erzähltheatersolo für kleine und große Krimifreunde

▶ **DIVA Theater-Cafe**, Oberstraße 95

Mittendrin! Termine für die Ausgabe März/April bitte bis zum 13.2.2015 melden an info@kuepping.de

Sonntag, 08. Februar 2015

10:00 Uhr

Ausstellung: „In der Bar zum Krokodil. Die Schlagervelt der Zwanzigerjahre“

▶ **Kreismuseum Dormagen Zons**,

Schloßstraße 1, 41541 Dormagen, täglich

19:00 Uhr

Fiese Matenten

Nüsser Komödie von Jens Spörckmann und Markus Andrae über den Nordkanal und neue Bürgermeister

▶ **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

Montag, 09. Februar 2015

20:30 bis 22:15 Uhr

Ladies Night zur Oldiedisco

mit DJ Rainer Halm, alle Damen erhalten kostenlos ein Glas Sekt

▶ **Eissporthalle**, Neuss Reuschenberg

Mittwoch, 11. Februar 2015

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: Tel. 0 21 31/52 91-56 66

▶ **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

Donnerstag, 12. Februar 2015

10:00 bis 11:00 Uhr

Brainwalking, Gedächtnistraining, das bewegt

mit dem Netzwerk-Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/7 73 46 77 bei Claudia Arndt-Erasmus

▶ **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

TERMINE

17:00 bis 19:00 Uhr

Damenstammtisch des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Restaurant Mauerwerk**,

Hamtorwall 15 - 17, 41460 Neuss

17:30 bis 22:00 Uhr

„Kochend die Welt entdecken“

Treff des Netzwerk Dormagen,

Info: Tel. 0 21 33/ 25 00 108

► **Hermann-Gmeiner-Schule**, Bahnhofstraße 67, 41539 Dormagen

Freitag, 13. Februar 2015

09:30 bis ca. 10:30 Uhr

Freitagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Caritashaus Salzstr. II**, Etg., Neuss

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 0 21 31/4 14 64

bei Ursula Strümpel

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

15:00 Uhr

Boule im RennbahnPark

Aktion der Boule-Neuss Interessengemeinschaft für Anhänger des französischen Kugelspiels

► **RennbahnPark**, Am Rennbahnpark 1

20:00 Uhr

Fiese Matenten

Nüsser Komödie von Jens Spörckmann

und Markus Andrae über den Nordkanal und neue Bürgermeister

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

Samstag, 14. Februar 2015

20:00 Uhr

Fiese Matenten

Nüsser Komödie von Jens Spörckmann und Markus Andrae über den Nordkanal und neue Bürgermeister

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

Dienstag, 17. Februar 2015

17:30 bis 18:15 Uhr

Entspannung mit Klangschalen

Klangreise in der Neusser Salzgrotte mit Martina Alich-Wiele

► **Salz & Sole im Stiftskeller**,

Münsterplatz 26

Mittwoch, 18. Februar 2015

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: Tel. 0 21 31/52 91-56 66

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

19:00 bis 20.30 Uhr

Treffen des Gesprächskreises Literatur I

Infos: Tel. 0 21 31/2 70 76 Gisela Scheid

► **Literaturcafé St. Quirin**,

Münsterplatz 16, 41460 Neuss

Donnerstag, 19. Februar 2015

09:30 bis 11:00 Uhr

Gedächtnistraining des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/ 7 73 46 77 bei Claudia Arndt-Erasmus

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

18:45 bis 19:45 Uhr

Atemtherapiekurs

„Richtiges“ Atmen kann man lernen. Entspannende Atemtechniken u. Praxistipps. Anmeldung erforderlich.

► **Salz & Sole im Stiftskeller**, Münsterplatz 26

Freitag, 20. Februar 2015

09:30 bis ca. 10:30 Uhr

Freitagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Caritashaus Salzstr. II**, Etg., Neuss

Tipp!

Veranstaltungskalender für Menschen mit einer psychischen Erkrankung/Suchterkrankung 2015 erschienen

Für psychisch kranke Menschen, ihre Angehörigen und die interessierte Allgemeinheit gibt es im Rhein-Kreis Neuss ein umfangreiches Veranstaltungsangebot. So treffen sich die unterschiedlichsten Selbsthilfe- oder Angehörigengruppen zum Erfahrungsaustausch oder Kartenspielen; es finden Vorträge oder Kinovorführungen zu verschiedenen Themen statt; oder es gibt Neujahrs- oder Sommerfeste oder Tage der offenen Tür.

Jetzt hat der Rhein-Kreis Neuss erstmalig einen Kalender in Papierform herausgebracht. Auf über 100 Seiten werden die Angebote von dem Café ONS Zentrum, dem St. Josef/St. Alexius Krankenhaus, der gerontopsychiatrischen Beratungsstelle BEKO, Jugend- und Drogenberatungsstelle, Fachambulanz für Suchtkranke, den Diensten für Betreutes Wohnen und anderen Einrichtungen dargestellt.

Ob Demenz, Depression oder Burnout - psychische Erkrankungen sind seit einigen Jahren in aller Munde. Aufgrund der demografischen Entwicklung einerseits und der Veränderung des beruflichen Alltags andererseits nimmt die Zahl der Betroffenen immer weiter zu.

„Menschen mit psychischen, auch Suchterkrankungen gehören in die Mitte der Gesellschaft“, äußert Kreisgesundheitsdezernent Karsten Mankowsky „und dürfen nicht ausgegrenzt werden. Häufig gehen sie einer geregelten Beschäftigung nach und sorgen für ihren eigenen Lebensunterhalt. Psychische Erkrankungen sind gut behandelbar. Das stationäre und ambulante Versorgungsnetz im Rhein-Kreis Neuss ist beispielhaft.“

Der Veranstaltungskalender liegt kostenlos in den Kreishäusern Neuss und Grevenbroich aus.

TERMINE

10:00 Uhr

Ausstellung: „Das Kreuz der Jugend.“

Ein GlaubensZeichen neu gesehen“, täglich bis 1.4.15

► **Kreismuseum Dormagen Zons**,
Schloßstraße 1, 41541 Dormagen

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes- Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 02131/41464
bei Ursula Strümpel

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

20:00 Uhr

Swing mit dem Feuer

Musiktheater von Jasper Sand mit drei
Stimmen und Klavier

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

Sonntag, 22. Februar 2015

16:00 bis 17:00 Uhr

Singen im Salz

Singen in der Neusser Salzgrotte
mit Erika Stiehm. Anmeldung erforderlich.

► **Salz & Sole im Stiftskeller**,
Münsterplatz 26

Montag, 23. Februar 2015

20:30 bis 22:15 Uhr

Mens Night zur Oldiedisco

mit DJ Rainer Halm, alle Herren erhalten
zwei Getränke zum Preis von Einem

► **Eissporthalle**, Neuss Reuschenberg

Dienstag, 24. Februar 2015

15:00 Uhr

Politik am Nachmittag

Gesprächsrunde der Senioren Union

Neuss. Gäste sind herzlich willkommen.

► **Café Oebel (ehemals Calvis)**,
Krefelder Straße 29, Neuss

Mittwoch, 25. Februar 2015

15:00 bis 16:00 Uhr

Selbsthilfegruppe für Menschen mit Demenz

Infos: Tel. 0 21 31/52 91-56 66

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

19:00 bis 20.30 Uhr

Philosophie im Literaturcafé.

Infos Tel. :0 21 31/2 70 76 Gisela Scheid

► **Literaturcafé St. Quirin**,
Münsterplatz 16, 41460 Neuss

20:00 Uhr

INTERNATIONALE TANZWOCHEN 2014/2015

Northwest Dance Project, Portland (Oregon)

► **Stadthalle Neuss**, Selikumer Straße 25

Donnerstag, 26. Februar 2015

10:00 bis 11:00 Uhr

Brainwalking, Gedächtnistraining, das bewegt,

mit dem Netzwerk-Neuss-Mitte 55+

Leitung und Anmeldung unter Tel. 0 21 31/
7 73 46 77 bei Claudia Arndt-Erasmus

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

17:00 Uhr

Demenz

Angehörigengruppe Infos: Tel. 0 21 31/
52 91-56 66

► **BEKO Neuss**, Stresemannallee 6, Neuss

Freitag, 27. Februar 2015

09:30 bis ca. 10:30 Uhr

Freitagsfrühstück des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+

keine Anmeldung erforderlich

► **Caritashaus Salzstr.** II. Etg., Neuss

15:00 Uhr

Spielnachmittag des Netzwerkes-Neuss-Mitte 55+ (Begegnungsstätte)

Informationen unter Tel. 0 21 31/4 14 64

bei Ursula Strümpel

► **Friedrichstr. 42**, 41464 Neuss

15:00 Uhr

Boule im RennbahnPark

Aktion der Boule-Neuss Interessengemeinschaft

► **RennbahnPark**, Am Rennbahnpark 1

20:00 Uhr

Johannes Schwelm – Neuss ist schöner wie Paris

Der Neusser Künstler, Komiker und Autor liest aus seiner tragikomischen Außen-seitererzählung

► **Theater am Schlachthof**, Blücherstr. 31

20:00 Uhr

DAS HIMBEERREICH

Schauspiel mit spannenden Einblicken in die Finanzbranche.

Info-Tel. 0 21 33/257-338

► **Aula im Bettina-von-Arnim-Gymnasium Dormagen**

Verschiedene Kurse

Fit bis ins hohe Alter:

06.01. – 24.03.2015,
dienstags 15 – 16 Uhr

Gedächtnistraining:

06.02. – 20.03.2015,
freitags 10 – 11 Uhr
Schnupperstunde (5€) am 23.01.2015

Autogenes Training:

28.01. – 18.03.2015,
mittwochs 11.30 – 12.30
und 18.30 – 19.30 Uhr

Hüftschule:

08.01. – 26.03.2015,
donnerstags 17 – 18 Uhr

Fußgymnastik:

06.01. – 24.03.2015,
dienstags 16.15 – 17.15 Uhr

Beckenbodengymnastik:

19.01. – 23.03.2015,
donnerstags 12 – 13Uhr
und montags 19.30 – 20.30 Uhr

Probestunden sind nach Absprache möglich. Infos: www.koerperschule-klein.de oder Tel. 02131/477 30 37



KÖRPERSCHULE
Birgit Klein
Staatl. geprüfte Gymnastiklehrerin

Holzheimer Weg 42b
41464 Neuss
Tel.: (0 21 31) 4 77 30 37
www.koerperschule-klein.de

Mittendrin! Termine für die Ausgabe März/April bitte bis zum 13.2.2015 melden an info@kuepping.de

Sorgen kann man teilen.



TelefonSeelsorge

Anonym, kompetent, rund um die Uhr.

0800/111 0 111

0800/111 0 222

www.telefonseelsorge.de



TelefonSeelsorge

Anonym. Kompetent. Rund um die Uhr.

Die Deutsche Telekom ist Partner der TelefonSeelsorge.