



Seniorentreffpunkt

Ludgerus-Werk e.V. Lohne

Jahresrückblick 2025

Seniorentreffpunkt des Ludgerus-Werk e.V. Lohne

Brinkstraße 41
49393 Lohne
Tel. 04442 – 9390-87
E-Mail: seniorentreffpunkt@ludgerus-werk.de
Webseite: www.ludgerus-werk.de

Soziale Medien

Facebook



Instagram



Seniorentreffpunkt 2025 – Rückblick auf ein vielfältiges Jahr

Der Seniorentreffpunkt des Ludgerus-Werk e.V. Lohne kann auf ein erfolgreiches Jahr 2025 zurückblicken, in dem ein vielfältiges und lebendiges Programm für ältere Menschen in Lohne umgesetzt wurde. Schwerpunkte waren die Förderung von Begegnung und Gemeinschaft, die Stärkung von Gesundheit und Lebensqualität, sowie die Bereitstellung von generationenübergreifenden Bildungs- und Kreativangeboten, die Wissenserwerb, Freude und kulturelle Teilhabe ermöglichen.

Um die soziale Teilhabe und die aktive Freizeitgestaltung älterer Menschen zu fördern, bot der Seniorentreffpunkt ein differenziertes Veranstaltungsangebot an. Einen festen Bestandteil des wöchentlichen Programms bilden die **offenen Spiele-Treffs**, die dienstags und donnerstags stattgefunden haben und insgesamt rund 100 Einzeltermine im Jahr 2025 umfasst haben. Bis zu 25 Teilnehmerinnen und Teilnehmer kamen regelmäßig zusammen, um gemeinsam Kaffee zu trinken und Gesellschaftsspiele zu spielen.

Das **Senioren-Café** hat an 20 Terminen mit durchschnittlich 21 Teilnehmenden stattgefunden. Neben dem geselligen Austausch wurden informative Vorträge zu aktuellen Themen angeboten (z. B. Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung, finanzielle Absicherung). Das Klönschnack-Café hat an zehn Sonntagnachmittagen eine Gelegenheit zum Austausch geboten. Bei Kaffee und Kuchen konnten die Teilnehmenden neue Kontakte knüpfen, Gespräche führen und das Gemeinschaftsgefühl stärken. Beim monatlichen **Lese-frühstück** hatten sechs Teilnehmenden die Möglichkeit, sich bei einem gemeinsamen Frühstück über Bücher auszutauschen, eigene Empfehlungen vorzustellen, über gelesene Werke zu diskutieren, Eindrücke zu teilen und neue Perspektiven kennenzulernen. Der **Englisch-Club** bot an fünf Nachmittagen eine Möglichkeit zum interkulturellen Austausch und zur sprachlichen Weiterbildung.

Die Veranstaltung „**Helau in der Hofstelle**“ im Februar war mit 58 Teilnehmenden ein bedeutender Publikumsmagnet und bot einen lebendigen Rahmen für Begegnung und Austausch. Prominente Gäste aus der Region, Musik, Dekoration und Verkleidung haben zum Gelingen der Veranstaltung beigetragen. Ebenso fand auch der „**Musikalische Adventszauber**“ Ende November großen Zuspruch: Mit 56 Gästen war die Veranstaltung ausgebucht und bildete einen stimmungsvollen, gemeinschaftlich erlebten Jahresabschluss. Gemeinsam mit der Rentnerband aus Lohne wurden bekannte Advents- und Weihnachtslieder gesungen, Weihnachtsgeschichten und –gedichte vorgetragen, Kaffee und Gebäck gegessen – für alle Beteiligten, eine schöne Einstimmung auf die Adventszeit.

Der Kaffee-Treff der Radfahrer stieß im Januar und Februar mit 46 Teilnehmenden auf großes Interesse und trug zur Stärkung des sozialen Zusammenhalts in der Gruppe bei. Die Treffen wurden zudem durch Vorträge bereichert und dienten der gemeinsamen Planung der Routen für die Sommersaison. Die **Radfahrergruppe** für Seniorinnen und Senioren war von Ende März bis November an insgesamt 16 Terminen gemeinsam unterwegs. Gemeinsamer Startpunkt für die gemeinsamen Touren war jeweils das Ludgerus-Werk e.V. Lohne. Im Rahmen der Radtouren wird die Umgebung von Lohne erkundet. Erläuterungen und Hintergrundinformationen zu den kulturellen Sehenswürdigkeiten entlang der Fahrradrouten sind fester Bestandteil des Programms.

Der Seniorentreffpunkt leistet auch im Bereich der **gesundheitlichen Unterstützung** einen wichtigen Beitrag. Die Gruppe „Fibromyalgie“ kam zu acht Terminen mit 17 Teilnehmerinnen und Teilnehmern zusammen, der Gesprächskreis für Schlaganfallpatientinnen und -patienten traf sich zehnmal und die Selbsthilfegruppe „Long-Covid“ fand an sieben Terminen statt. Die Treffen finden im Seniorentreffpunkt statt und stehen allen Interessierten barrierefrei offen. Die Angebote schaffen für die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen geschützten Rahmen für persönlichen Austausch, gegenseitige Unterstützung und sozialen Halt. Weitere Selbsthilfegruppen, die Interessierten im Ludgerus-Werk e.V. Lohne zur Verfügung stehen sind z. B. die ADHS-Selbsthilfegruppe und die Selbsthilfegruppe Stotterer.

Der Seniorentreffpunkt bietet darüber hinaus auch ein breites Spektrum an **Sport- und Bewegungsangeboten** für Seniorinnen und Senioren an, darunter Funktionelle Gymnastik, Fitnessgymnastik sowie Gymnastik speziell für Frauen. Diese Kurse fördern nicht nur die körperliche Gesundheit, sondern stärken auch das Wohlbefinden, die soziale Vernetzung und das Gemeinschaftsgefühl. Damit leisten die Angebote einen wichtigen Beitrag zu einem aktiven und selbstbestimmten Leben im Alter.

Im Rahmen des Kursangebotes „**Menschen mit Demenz bewegen**“ findet vor Beginn des Kurses eine Biographiearbeit mit den Teilnehmerinnen und Teilnehmern statt. Ziel dieser vorbereitenden Phase ist es, die individuelle Lebensgeschichte, Interessen und Gewohnheiten der Teilnehmenden zu erfassen, um die Bewegungsangebote gezielt auf ihre Bedürfnisse und Fähigkeiten abzustimmen. Die Bewegungseinheiten orientierten sich an den biografischen Informationen und fördern die körperliche Aktivität, Mobilität und das Wohlbefinden. Gleichzeitig boten sie einen wertvollen Rahmen für soziale Interaktion und die Stärkung der Selbstwahrnehmung der Teilnehmenden. Durch die Verbindung von Biographiearbeit und bewegungsorientierten Übungen kann ein bedarfsgerechtes, motivierendes und wertschätzendes Lern- und Bewegungsangebot umgesetzt werden. Eine Demenz Erkrankung betrifft in den meisten Fällen nicht nur die erkrankte Person, sondern auch das direkte Umfeld. Somit schafft der Seniorentreffpunkt neben dem Kurs „Menschen mit Demenz bewegen“ eine Austauschrunde für die Angehörigen der Teilnehmerinnen und Teilnehmern.

Die Mitarbeiterinnen im Seniorentreffpunkt haben darüber hinaus gezielte Angebote zur Stärkung der **Medienkompetenz** älterer Menschen entwickelt. Das Angebot zur Nutzung von Smartphone und Tablet etablierte sich mit 17 Terminen, an denen regelmäßig neun Teilnehmerinnen und Teilnehmer teilgenommen und sich zu alltagsnahen digitalen Fragestellungen ausgetauscht haben. Ergänzend wurde im Jahr 2025 ein Workshop zum Thema Künstliche Intelligenz unter dem Titel „KI im Alltag: Was Ü60 wissen sollten“ durchgeführt. In verständlicher Form vermittelte der Referent grundlegendes Wissen zur Funktionsweise und zu Anwendungsmöglichkeiten von KI.

Das **Generationenfrühstück** bringt junge und ältere Menschen zusammen und schafft Raum für Begegnung und Austausch. Im Oktober und Dezember wurde das Frühstück von Schülerinnen und Schülern der Stegemannschule organisiert. Die Seniorinnen und Senioren profitieren von der lebendigen und offenen Begegnung. Der gegenseitige Austausch

fördert das Verständnis zwischen den Generationen und stärkt das Gemeinschaftsgefühl. Das Generationenfrühstück ist damit nicht nur eine kulinarische, sondern vor allem eine soziale Bereicherung, die den Dialog zwischen Jung und Alt nachhaltig unterstützt. Ebenso verbindend wirkte der Mittagstisch „Mahlzeit – für Jung und Alt“, der in Kooperation mit der Stadt Lohne und der Stegemannschule neunmal stattgefunden hat.

Wie im vorangegangenen Absatz beschrieben, legen wir im Ludgerus-Werk e.V. Lohne großen Wert auf eine generationenübergreifende Arbeit. Daher gestalten wir gezielt Angebote, die Menschen unterschiedlichen Alters zusammenbringen, die den Austausch fördern und gemeinsames Lernen sowie gegenseitige Unterstützung ermöglichen. Hier einige Veranstaltungen, die generationenübergreifend stattgefunden haben:

- **„Letzte Wege – gemeinsame Schritte“:** Die Veranstaltungsreihe bot Teilnehmerinnen und Teilnehmern verschiedener Altersgruppen die Möglichkeit, sich praxisnah und sensibel mit Themen wie Sterben, Tod und Trauer auseinanderzusetzen, darunter waren Themen wie z. B. „Wenn die Worte fehlen“, „Trauerarbeit mit Kindern“, „Bestattungsmöglichkeiten“. Durch den offenen Austausch zwischen Jung und Alt entstand ein wertvoller Dialog, der das Verständnis füreinander stärkt und die Kompetenzen im Umgang mit Abschied und Trauer im familiären und sozialen Umfeld fördert.
- Der **Frauenkreativtag** war ein generationenübergreifendes Angebot und bot Teilnehmerinnen aller Altersgruppen die Möglichkeit sich kreativ auszuprobieren und den sozialen Austausch zu fördern.
- Unsere **Buchlesungen** richten sich bewusst an Teilnehmende aller Altersgruppen. Sie fördern den gemeinsamen literarischen Austausch, regen zu Gesprächen und Diskussionen an.
- Der **Börsenstammtisch** wurde durch die Initiative einer Einzelperson ins Leben gerufen und findet mittlerweile regelmäßig statt. Er richtet sich an Interessierte jeden Alters und bietet Raum für Austausch zu Fragen rund um die Börse, Finanzmärkte und Anlagestrategien. Die Teilnehmenden profitieren vom Wissen und den Erfahrungen der unterschiedlichen Generationen, wodurch sowohl fachliche Kompetenzen als auch das gegenseitige Lernen und die Vernetzung innerhalb der Gruppe gefördert werden. Ergänzt wird dieses Angebot durch einen Vortrag zum Thema „Finanzielle Unabhängigkeit mit ETF-Geldanlagen“.

Neben dem Seniorentreffpunkt befindet sich im Gebäude Brinkstr. 41 auch unsere Berufsvorbereitende Bildungsmaßnahme (BvB-Reha). Die kurzen Wege innerhalb des Hauses ermöglichen einen regelmäßigen Austausch zwischen den Teilnehmenden und den Seniorinnen und Senioren. Im Rahmen der Maßnahme absolvieren die Teilnehmenden u.a. Praktika und unterstützen beim Backen von Keksen und Kuchen für Veranstaltungen im Seniorenbereich. Auf diese Weise profitieren beide Seiten voneinander: Die Teilnehmenden sammeln praxisnahe Erfahrungen, während die älteren Menschen von den Aktivitäten, der Unterstützung und den Begegnungen profitieren.

Aktuell wird im Außenbereich am Seniorentreffpunkt (Ecke Brinkstr./ Landwehrstr.) ein **Defibrillator** installiert, sodass er jederzeit zugänglich ist. In diesem Zusammenhang planen wir regelmäßige Schulungen, in denen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer lernen, wie ein Defibrillator im Notfall sicher und effektiv eingesetzt wird. Damit möchten wir

gewährleisten, dass in medizinischen Notfällen sofort gehandelt werden kann, und unterstreichen unser Engagement für eine gesunde, sichere und unterstützende Umgebung, in der sich alle Seniorinnen und Senioren gut aufgehoben fühlen.

Derzeit werden unsere Räumlichkeiten schrittweise renoviert und modernisiert. Erste Bereiche konnten bereits erfolgreich fertiggestellt werden und stehen nun für die Nutzung zur Verfügung. Eine ansprechende, funktionale und einladende Gestaltung sind uns dabei wichtig, die sowohl den Bedürfnissen der Nutzerinnen und Nutzer als auch den Anforderungen unserer Arbeit gerecht werden.

Im Rahmen unserer Tätigkeiten sind wir in verschiedene Netzwerke eingebunden. Diese Vernetzung ermöglicht einen kontinuierlichen Austausch mit relevanten Akteurinnen und Akteuren, fördern die Qualität unserer Arbeit und unterstützen die nachhaltige Weiterentwicklung unserer Angebote. Durch die Zusammenarbeit innerhalb dieser Netzwerke können wir Synergien nutzen und bedarfsgerechte Lösungen für unsere Zielgruppen entwickeln. Zu den Netzwerkpartner gehören u.a.

- Seniorenbeirat (Der Seniorenbeirat trifft sich regelmäßig zu Vorstandssitzungen in den Räumlichkeiten im Seniorentreffpunkt, an denen auch Vertreter/innen vom Ludgerus-Werk e.V. Lohne teilnehmen.)
- Bündnis kommunale Altenhilfe/Selbstgestalter (Vernetzt die Akteure in der Altenhilfe, um die Lebensqualität älterer Menschen zu fördern und veranstaltet regelmäßige Treffen.)
- Freiwilligen-Agentur (Durch den regelmäßigen Austausch und die enge Zusammenarbeit können wir Ehrenamtliche gezielt vermitteln, Engagement fördern und gemeinsame Projekte entwickeln.)

Das Jahr 2025 verdeutlicht eindrucksvoll die zentrale Bedeutung des Seniorentreffpunktes als Ort des lebenslangen Lernens: Neben niedrigschwelligen Begegnungsformaten, sportlichen Aktivitäten und kulturellen Angeboten nimmt insbesondere die Bildungsarbeit einen wichtigen Stellenwert ein – von gesundheitlicher Aufklärung über Selbsthilfe bis hin zur Förderung digitaler Kompetenzen. So entsteht ein vielseitiges Angebot, das lebenslanges Lernen ermöglicht und für nahezu alle Interessen Anknüpfungspunkte bietet. Der Seniorentreffpunkt erweist sich damit als unverzichtbarer Ort der Begegnung, Bildung und Unterstützung für Menschen in der nachberuflichen Phase in Lohne und Umgebung.

Tabellarische Übersicht Kurse 2025

Kurs-Nr.	Kurstitel	Stattdgefunden
25-03E01	Helau in der Hofstelle	19.02.2025
25-01C01	Frauenkreativtag	08.03.2025
25-03C03	KI im Alltag: Was Ü60 über Künstliche Intelligenz wissen sollten	02.04.2025
25-01A03	Lesung „Glaskirschenzeit – Kindheit ohne Vater“	04.04.2025
25-06A04/10	Workshop Patientenverfügung	19.05.2025 29.10.2025
25-03T14	Generationen-Frühstück	02.10.2025 04.12.2025
25-03T15	Musikalischer Adventszauber	30.11.2025
25-01C10a+b	Frauentreff am Vormittag	Januar bis Dezember
25-03C01	Handy- und Tabletnutzung für Senioren	Januar bis Dezember
25-03P01	Mahlzeit – Mittagstisch für Jung und Alt	Januar bis Dezember
25-03S01	Selbsthilfegruppe Fibromyalgie	Januar bis Dezember
25-03S02	Gesprächskreis für Schlaganfallpatienten	Januar bis Dezember
25-03S04	Selbsthilfegruppe für Long-Covid-Patienten	Januar bis November
25-03T01	Offener Spiele-Treff dienstags	Januar bis Dezember
25-03T02	Offener Spiele Treff donnerstags	Januar bis Dezember
23-03T04	Senioren-Café	Januar bis Dezember
25-03T05	Klönschnack-Café	Januar bis Dezember
25-03T06	Lesefrühstück	Januar bis Dezember
25-03T07	Single Spiele-Treff	Januar bis November
25-03T08	Single-Treff	Januar bis Dezember
25-03T09	Doppelkopf Kartenspielrunde	Januar bis November
25-03T10	Nähcafé Treffpunkt für gemeinsames Nähen	Januar bis Dezember
26-05E01a-c	Funktionelle Gymnastik für Frauen ab 70	Januar bis Dezember
25-05E02a-c	Fitnessgymnastik für Frauen	Januar bis Dezember
25-05E03a+b	Fitnessgymnastik für Frauen II	Januar bis Dezember
25-03T11	Englisch-Club	Januar bis März
25-03T12	Kaffee-Treff der Radfahrer	Januar + Februar
25-06A03a-c 25-06A04a+b	Gehirntraining mit Life Kinetik	Februar bis November
25-03B01	Radfahrgruppe für aktive Senioren/innen	März bis November