



OBER-INGELHEIM / BURGGIRCHE MIT FREILICHTBÜHNE

# 40. Ingelheimer Seniorentage 2024

**vom 3. bis 18. Juni**

**Veranstalter:**

**Arbeitskreis Altenhilfe Ingelheim am Rhein e.V.  
unter der Schirmherrschaft  
von Nicole Scheuring**

## **Liebe Seniorinnen und Senioren,**

der Arbeitskreis Altenhilfe e.V. möchte Sie ganz herzlich zu den diesjährigen Ingelheimer Seniorentagen einladen, die sage und schreibe zum 40. Mal stattfinden. An dieser Stelle sei besonders dem Gründervater des Arbeitskreises Altenhilfe Rolf Börger gedankt. Rolf Börger leitete damals das Diakonische Werk Mainz-Bingen und war ein Netzwerker par excellence.

Der AK Altenhilfe zeichnet sich durch seine hohe Kontinuität und Standhaftigkeit aus. Sein Ziel ist, gerade während der beliebten Seniorentage, Menschen zusammenzubringen, Teilhabe zu ermöglichen und Angebote zu machen, die nicht immer alltäglich sind. Über den Tellerrand zu schauen – das ist wichtig!

Auch in diesem Jahr bieten die Seniorentage wieder ein abwechslungsreiches Programm und wir hoffen, dass für jeden und jede etwas dabei ist. Es gibt wieder Fahrten, Veranstaltungen zu verschiedenen Themenbereichen und allerlei Kurzweil. Lassen Sie es sich gutgehen und genießen Sie die zwei Wochen mit Freunden und Bekannten. Ein wichtiges Anliegen ist uns, dass Sie neue Menschen kennenlernen, sich austauschen und frohe Tage miteinander verbringen.

Durchstöbern Sie das Programmheft und lassen Sie sich inspirieren!

Der Kartenvorverkauf findet am Freitag, den 17. Mai, von 14 bis 15.30 Uhr im Mehrgenerationenhaus, Matthias-Grünwald-Str. 15, statt. **Die Nummernvergabe erfolgt um 13 Uhr.**

**Noch ein Hinweis:** Bitte sprechen Sie uns an, wenn Sie einen Ingelheim Pass besitzen. Sie können dann Fahrten und Angebote vergünstigt oder zum Teil kostenfrei buchen.

Der Arbeitskreis Altenhilfe Ingelheim bedankt sich bei allen Beteiligten und Sponsoren für ihr Engagement und die großzügige finanzielle Unterstützung, mit der wir einen Großteil der Veranstaltungen kostenlos oder zu einem geringeren Kostenbeitrag anbieten können.

Im Namen der Arbeitskreismitglieder wünsche ich Ihnen viel Freude und zwei schöne Wochen mit interessanten Begegnungen.

Christine Jacobi-Becker

Vorsitzende Arbeitskreis Altenhilfe e.V.



„Alter ist die Kunst, das Richtige zu tun und es zur richtigen Zeit zu tun“

Jule Renard

Liebe Ingelheimer Seniorinnen und Senioren,

ich freue mich, dass ich als Schirmherrin die diesjährigen Seniorentage repräsentieren darf. Als Leiterin der Ingelheimer Polizei liegt mir natürlich insbesondere Ihre Sicherheit am Herzen. In einer sich verändernden Gesellschaft und mit zunehmender Digitalisierung gibt es auch immer wieder neue Kriminalitätsformen. Oft wird hierbei ausgenutzt, dass Seniorinnen und Senioren sich durch Emails, Telefonate oder Besuche an der Wohnungstür verunsichern lassen und ohne Ansprechpartner sind.

Daher ist eine aktive Teilnahme an der Gesellschaft, das Erlernen neuer Dinge, ein gutes Miteinander mit Familie, Freunden oder Nachbarschaft nicht nur ein Garant für ein aktives Älter werden. Teil einer starken Gemeinschaft zu sein, kann auch Schutz vor Straftaten bieten. Passen Sie aufeinander auf, helfen Sie sich gegenseitig und suchen Sie gerne auch Rat und Hilfe bei der Polizei, den Seniorensicherheitsberaterinnen und -beratern oder der Kommune.

Bereits zum 40. Mal finden die Ingelheimer Seniorentage statt. 40 Jahre wurden viele Ideen von Vereinen, Ehrenamtlichen Helfern und Mitarbeitern der Stadt Ingelheim, der Kirchen und weiterer Organisationen oder Firmen entwickelt und eine Vielzahl von Veranstaltungen umgesetzt.

Hierzu herzlichen Glückwunsch und vielen Dank für die Organisation!

Auch in diesem Jahr gibt es innerhalb der zwei Wochen wieder viele unterschiedliche Angebote, nutzen Sie diese und genießen Sie die gemeinsame Zeit mit gleichgesinnten Menschen.

Herzliche Grüße

Nicole Scheuring

**Programmablauf der 40. Ingelheimer Seniorentage  
unter der  
Schirmherrschaft von Nicole Scheuring**

**Montag, 03.06.  
16 Uhr**

**Eröffnung der 40. Ingelheimer Seniorentage im  
Großen Saal des WBZ, Fridtjof-Nansen-Platz 3**

Moderation: Simone Schirmer

Begrüßung: Vorsitzende Christine Jacobi-Becker

Grußwort: Nicole Scheuring, Leiterin der  
Polizeiinspektion Ingelheim.

Das Rahmenprogramm wird von der Musikschule im  
WBZ gestaltet.

Im Anschluss lädt der Arbeitskreis zu einem Umtrunk  
mit Knabbergebäck ein.

Veranstaltung kostenfrei – ohne Voranmeldung

**Dienstag, 04.06.  
9.30 bis 14.30**

**Sicherheits- und Selbstbehauptungstraining  
für Frauen ab 60 Jahren**

Welche Frau kennt das nicht: das mulmige Gefühl, allein  
unterwegs zu sein, die Angst vor Belästigung oder gar  
einem möglichen Überfall ...

Kein Wunder, dass gerade viele ältere Frauen z. B.  
bestimmte Orte meiden und damit ihre  
Lebens(spiel)räume einschränken.

Aber wie schütze ich mich vor Angriffen, wie begegne ich  
distanzlosen Personen und wie verhalte ich mich in  
schwierigen Situationen?

Auf diese und andere Fragen wollen wir im Wendo-  
Seminar Antwort finden. Es sind alle Frauen eingeladen,  
dabei zu sein. Frauen, die sich von diesem Thema  
angesprochen fühlen, es können Frauen kommen, die  
schon Selbstverteidigungskurse gemacht haben und  
Frauen, die Wendo neu kennenlernen wollen. Denn auch

für Frauen, die Wendo schon kennen gelernt haben, hält dieser Kurs viele neue Übungen und Themenfelder bereit!

Auch Frauen mit Einschränkungen können problemlos am Kurs teilnehmen!

Bitte bequeme Kleidung und wenn möglich Turnschuhe mitbringen. Ein gemeinsames Mittagessen im MGH ist möglich (Getränke bitte mitbringen).

**Maximale Teilnehmerinnenzahl: 10**

Referentin: Anke Thomasky (Dipl. Sozialpädagogin, Coach, Wendo-Trainerin und Ausbilderin)

Ort: Mehrgenerationenhaus, Matthias-Grünwald-Str. 15

Die Veranstaltung ist kostenfrei – und findet in Kooperation mit der Gleichstellungsbeauftragten Regina Barrosa da Silva und dem Frauennotruf Mainz e.V.statt.

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**



Gefördert von der Leitstelle Kriminalprävention im Ministerium des Inneren und für Sport.

**Dienstag, 04.06.  
9.30-11.30 Uhr**

### **Afghanisches Frühstück**

Sind Sie neugierig, wie man in Afghanistan frühstückt? Dann sind Sie an diesem Vormittag genau richtig. Freuen Sie sich auf leckere Spezialitäten aus diesem interessanten Land!

Ort: Mehrgenerationenhaus, Matthias-Grünwald-Str. 15

Die Veranstaltung ist kostenfrei –

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**

**Dienstag, 04.06.  
14 bis 16 Uhr**

### **Es war einmal in Nieder-Ingelheim**

Führung und Workshop

Seit 25 Jahren ist das Museum bei der Kaiserpfalz in dem ca. 1935 errichteten, ehemaligen Feuerwehrgerätehaus am heutigen François-Lachenal-Platz beheimatet. Nicht nur der Name des Platzes, auch das Gesicht Nieder-Ingelheims hat sich seitdem verändert: Viele der heute vertrauten Gebäude sind in einem »Bauboom« nach dem 2. Weltkrieg entstanden. Alte Geschäfte und Gaststätten sind verschwunden und neue hinzugekommen, immer aber haben die Anwohner\*innen diese Veränderungen erlebt, mitgestaltet und in Fotografien festgehalten. Wir begeben uns auf eine bebilderte Zeitreise durch drei Jahrzehnte Nieder-Ingelheimer Geschichte. Nach einer Erfrischung bei Kaffee und Kuchen bietet ein Workshop Einblicke in das Lesen und Schreiben der Sütterlinschrift.

Führung und Workshop: Miriam Maslowski

Ort: Museum bei der Kaiserpfalz /

Francois- Lachenal- Platz

Veranstaltung kostenfrei-

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**

**Mittwoch, 05.06  
10 Uhr**

### **„Ingelheim von oben“**

Der 31m hohe Bismarckturm ist eines der Ingelheimer Wahrzeichen, vor allem in der Vorweihnachtszeit, wenn er sich in eine überdimensionale Adventskerze verwandelt, die bis in den Rheingau zu sehen ist.

Von hier hat man einen weiten Blick über die Stadt und ihre Umgebung und jenseits des Rheins bis in den Taunus.

Diese Momente wollen wir gemeinsam genießen. Gleich nach Ankunft gibt es in eine leckere Bratwurst als Mittagsimbiss und nach einem gemütlichen Rundgang, der auch gut mit dem Rollator bewältigt werden kann, noch Kaffee und Kuchen in Brausers Bergschänke. Freuen Sie sich auf einen entspannten Nachmittag in schöner Natur mit netten Begegnungen.

**Kostenbeitrag: 10 Euro**

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**

**Mittwoch, 05.06.  
17 Uhr**

### **Hospizliche / Palliative Angebote in der Region Ingelheim und Umgebung**

Die Hospizgruppe Ingelheim ist seit Jahren in der Stadt Ingelheim Ansprechpartnerin für Menschen, die sich ambulante Unterstützung bei der Versorgung von Schwerkranken und Sterbenden in der häuslichen Umgebung wünschen.

Seit 2011 kommt noch eine spezialisierte ambulante Palliativ-Versorgung hinzu, die über den Palliativstützpunkt Bad Kreuznach organisiert wird.

Aktuell wird ein stationäres Hospiz in Ingelheim gebaut, das seinen Betrieb im September 2024 aufnehmen will.

Was ist hospizlich? Was bedeutet palliativ?

Was können die einzelnen Angebote abdecken? Für wen ist das gedacht? Wie sind die Zugangswege? Welche Kosten kommen auf uns zu?

Fragen, die sich den Betroffenen oft erst in der akuten Situation stellen, in einer Zeit, in der organisatorische Fragen manchmal gar keinen Raum finden.

Deshalb wollen wir Ihnen diese Angebote in aller Ruhe und ohne Not vorstellen, gegenüberstellen und bekannt machen. So können Sie in der tatsächlichen Notlage gezielt nach Hilfe suchen oder auch bedürftigen Bekannten und Verwandten Wege zur Hilfe eröffnen.

Ort: MGH (1.OG, Empore), Matthias-Grünewald-Str.15.  
Rückfragen unter Pflegestützpunkt Ingelheim,  
Tel. 06132 – 71 67 00 oder 06132- 43 36 28

Die Veranstaltung ist kostenfrei

**Donnerstag, 06.06. Immobilienrente – Meine Immobilie als Geldquelle  
10 Uhr**

Das Eigentum an einer Immobilie, sei es ein Gebäude oder eine Eigentumswohnung, im Alter zu Geld zu machen und weiter darin wohnen zu bleiben, versprechen diverse Anbieter den Interessenten. Doch welche der verschiedenen Lösungsvarianten, bezogen auf die individuelle Eigentumsituation und finanzielle Bedürfnisse ist die Richtige? Eine generelle Antwort darauf gibt es nicht. Es gilt die Entscheidungskomponenten des potenziellen Verkäufers zu ermitteln und das optimale Angebot zu finden und umzusetzen. Diese Veranstaltung soll den Teilnehmern einen ersten Überblick verschaffen, wie sie ihr persönliches Wohneigentum, Gebäude oder Wohnung, durch Verkauf oder Verrentung zur Geldquelle machen können. Anhand der Darstellung von individuellen Ausgangssituationen, Lösungsvarianten mit Vor- und Nachteilen, Kernfragen, Ratschlägen und Beispielfällen wird dieses Ziel erreicht. Eine Checkliste zur möglichen Vorgehensweise vervollständigt die Veranstaltungsinhalte.

Ort: MGH, Matthias-Grünewald-Str.15

Die Veranstaltung ist kostenfrei –

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**



## **Donnerstag, 06.06. Schlager durch die Jahrzehnte**

**15 Uhr**

### **Am Donnerstag ist Schlagernachmittag!**

Seien Sie wieder gespannt auf eine bunte Mischung mit vielen Klassikern, neuen Schlagern, Country, Pop und einigen Titeln auf der Panflöte. Die Schlagersängerin Regina Künne ist vielen schon ans Herz gewachsen und freut sich selbst schon sehr auf ihren Auftritt im Altenzentrum Im Sohl.

Ort: Festsaal Altenzentrum „Im Sohl“

Die Veranstaltung ist kostenfrei – ohne Voranmeldung-  
Im Anschluss bewirbt Sie der „Freundes-und Förderverein“ des Altenzentrums Im Sohl“ mit Kaffee und frischen Waffeln in der Cafeteria und bei schönem Wetter im Innenhof.

## **Freitag, 07.06.**

**12.30 Uhr**

### **Fahrt nach Mainz zum Fastnachtmuseum**

Im Juni 2004 eröffnet und 2017 renoviert bietet das Mainzer Fastnachtmuseum einen Überblick über das seit 1837 in organisierter Form gefeierte Volksfest. Hier findet man alles, was für die Mainzer Fastnacht typisch ist: Narrenkappen, Kostüme, Orden, die Uniformen der Mainzer Garden, die „Schwellköpp“, die Zugplakettchen und die „Bütt“ mit der Eule, die für den politisch-literarischen Vortrag und den „Määnzer Kokolores“ steht.

Es finden zwei Museumsführungen nacheinander statt. Während der Museumsführung geht jeweils die andere Gruppe mit einem Stadtführer zu interessanten und thematisch passenden Stellen rund um das Museum. Der Abschluss findet im Restaurant TURM im Lennebergwald statt.

Ankunft in Ingelheim ca. 19.30 Uhr

**Kostenbeitrag: 15 Euro**

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**

**Sonntag, 09.06. Kommunal- und Europawahlen**

**Montag, 10.6. „Boehringer Ingelheim Werksrundfahrt“  
13.45-16.30 Uhr Achtung: individuelle Anreise, Treffpunkt am TOR 2  
(siehe Plan)**

Rundgang Info-Center mit Informationen zur Firmengeschichte,

Videopräsentation: „Boehringer Ingelheim Geschichte“.

Werksrundfahrt mit Erläuterungen zum Standort und Zwischenstopp am LogiPack-Center, mit Blick in den Verpackungssaal der Pharma-Herstellung.

Anschließend Kaffeepause im Foyer des BIC.

Begrenzte Teilnehmerzahl.

Veranstaltung ist kostenfrei

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**

**Dienstag, 11.06. Tagesfahrt ins Polizeipräsidium nach Koblenz – mit  
8.30 Uhr Polizei –Vierbeinern auf Du und DU**

Neben dem täglichen Dienst in der Kriminalitätsvorbeugung und-bekämpfung wird beim Polizeipräsidium Koblenz die landesweit größte Polizeidiensthundestaffel mit zurzeit 30 Diensthundeführern inklusive ihrer Vierbeiner vorgehalten. Bei unserem Besuch erwartet uns nach einem Einführungsvortrag ein ganz besonderes Erlebnis. Eine „Vorführgruppe“ als freiwilliger Zusammenschluss von zehn Diensthundeführern wird uns mit hohem schauspielerischen Können die Arbeit der Diensthunde und ihrer Führer auf interessante, lustige und kurzweilige, aber dennoch informative Art und Weise

nahebringen. Dabei erfahren wir hautnah, welche herausragenden Fähigkeiten die Vierbeiner in den Dienst der Polizei und unserer Gesellschaft stellen.

Als Rassen werden Deutsche, Belgische und Holländische Schäferhunde geführt, die in der Regel im Alter zwischen ca. ein und drei Jahren angekauft werden. Vereinzelt ziehen Diensthundeführer auch Welpen auf und bereiten diese mit viel Zeitaufwand auf ihre spätere Arbeit als Diensthund vor.

Natürlich werden alle Hunde vor ihrer „Anstellung“ genauestens getestet, überprüft und auch tierärztlich untersucht.

Nach diesem ca. 1 bis 1½ stündigem nicht alltäglichen Einblick in die Welt der vierbeinigen Polizeikollegen stärken wir uns im „Alten Brauhaus“ direkt in der Koblenzer Altstadt. Nach der Einkehr lädt das Deutsche Eck, die Altstadt oder die Festung Ehrenbreitstein auf Eigeninitiative zum Ausklingen dieses spannenden Tages ein.

Der Kriminalpräventive Arbeitskreis der Stadt Ingelheim wünscht allen Teilnehmerinnen und Teilnehmern an dieser „tierisch-interessanten“ Tagesfahrt viel Freude.

**Kostenbeitrag: 15 Euro**

Anmeldung siehe [Kartenvorverkauf](#)

**Mittwoch, 12.06.  
14 bis 15 Uhr**

**Rhythmische Bewegung mit Musik im Sitzen  
mit anschließendem gemütlichen Kaffeetrinken**

Ort: Gemeindezentrum der Ev. Versöhnungskirche,  
Martin-Luther-Straße 10

Veranstaltung kostenfrei – ohne Voranmeldung

**Mittwoch, 12.06. Tanzen für Jedermann**  
**18 bis 19.30**

Wenn Sie sich gerne zur Musik bewegen und einmal schnuppern möchten, sind Sie bei uns goldrichtig! Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Ort: Festsaal im Altenzentrum „Im Sohl“

Veranstaltung kostenfrei – ohne Voranmeldung

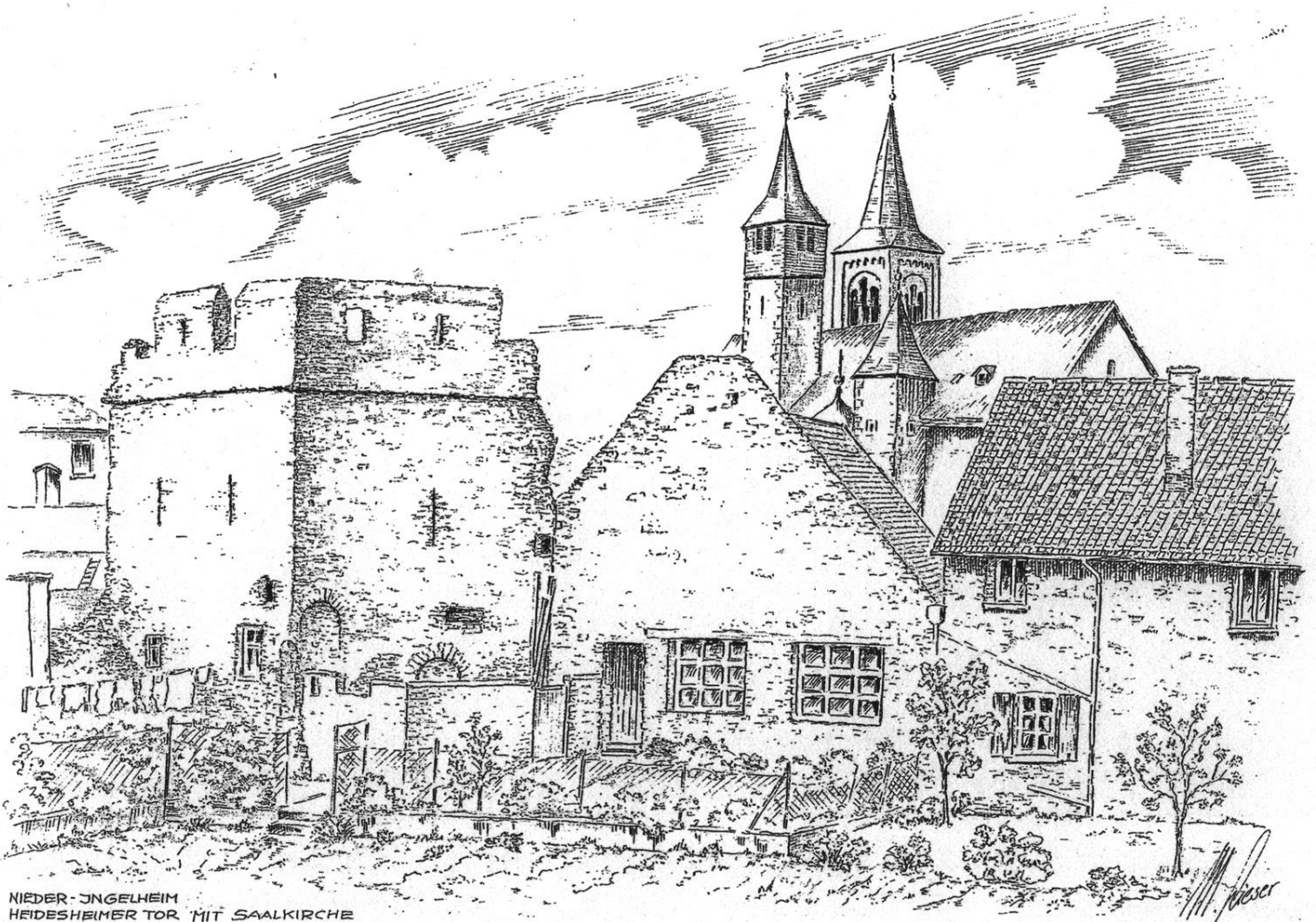
**Mittwoch, 12.06 Amüsante Bibelweinprobe**  
**17 Uhr**

Wir laden ganz herzlich ein zur Weinprobe in den Anbau der Saalkirche. Das Weingut Gräff-Schmitt wird Weine aus seinem Weingut vorstellen und uns Wissenswertes rund um den Wein erzählen. Natürlich werden wir die vorgestellten Weine auch gemeinsam verkosten. Vikarin Jane Sautter wird die Weinprobe mit kleinen Texten oder Gedichten zum Wein ergänzen. Freuen Sie sich auf eine interessante und amüsante Bibel-Weinprobe.

Ort: Anbau der Saalkirche

**Kostenbeitrag: 10 Euro**

# Kartenbestellschein zum Heraustrennen



NIEDER-INGELHEIM  
HEIDESHEIMER TOR MIT SAALKIRCHE

# Arbeitskreis Altenhilfe Ingelheim e.V.



Matthias-Grünewald-Str. 15 ■ 55218 Ingelheim

☎ 06132-8980419

E-Mail: [christine.jacobi-becker@ingelheim.de](mailto:christine.jacobi-becker@ingelheim.de)

## Kartenbestellschein für die Seniorentage 2024

Für Veranstaltungen mit Kostenbeiträgen sind max. nur 2 Kartenbestellungen möglich. Beim Kartenverkauf wird pro Vorsprache nur ein Kartenbestellschein angenommen.

Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, dass Familienangehörige für ihre Eltern, Großeltern usw. Karten erwerben können. Kartenbestellungen per E-Mail, Fax, Post usw. werden nicht berücksichtigt. Der Kostenbeitrag für die Kartenbestellungen ist in BARZAHLUNG zu entrichten, Zahlungen per EC-Karte, Mastercard oder sonstige Zahlungsmittel sind nicht möglich.

Datum	Veranstaltungen	Preis	Anzahl	Summe	Teilnahme
Dienstag, 04.06	Afghanisches Frühstück	5 €			
Dienstag, 04.06.	Museums Workshop "Früher in Ingelheim"	----			
Dienstag, 04.06.	Sicherheitstraining für Frauen	----			
Mittwoch, 05.06.	Ingelheim von oben	10 €			
Donnerstag, 06.06.	Vortrag: Immobilienrente	-----			
Freitag 07.06.	Fastnachtsmuseum Mainz	15 €			

Diese Spalte bitte  
nicht ausfüllen!!!  
↓↓↓↓↓

		<b>Diese Spalte bitte nicht ausfüllen!!!</b> ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓ ↓		
Datum	Veranstaltungen	Preis	Anzahl	Teilnahme
Montag, 10.06.	Boehringer	----		
Dienstag, 11.06.	Koblenz - Polizeihundestafel	15 €		
Mittwoch, 12.6.	Biblische Weinprobe	10 €		
Donnerstag, 13.06.	Fulda	25 €		
Donnerstag, 13.06.	Museum Obentraut	5 €		
Donnerstag, 13.06.	Vortrag: Selbstbestimmt vorsorgen	-----		
Freitag, 14.06.	Theater „Herr Gerber will heim“	5 €		
Samstag, 15.06.	Andernach - Geysir	35 €		
Sonntag, 16.06	„Rockenhausen	15 €		
Montag, 17.06.	Große Kunst-ganz nah	----		

**Bitte schreiben Sie leserlich in Druckbuchstaben Ihre Anschrift**

**Name:**

**Vorname:**

**Straße:**

**Wohnort:**

**Telefon:**

**Mitglieder:** Altenzentrum „Im Sohl“, Arbeiterwohlfahrt Ortsverein Ingelheim, Arbeitsgemeinschaft Essen auf Rädern, Stadteiltreff Großwinternheim, Diabetikerselbsthilfegruppe, Diakonisches Werk, Deutsche Rheumaliga Ortsverein Ingelheim, DRK Ortsverein Ingelheim, DRK Seniorenresidenz Carolinenhöhe, Evangelische Sozialstation, Gemeindecaritasleiterin, Hospizgruppe Ingelheim, Narrenclub Ingelheim, Seniorenbeirat, Seniorenkreise der Kirchengemeinden: Burgkirche, Gustav-Adolf-Kirche, Saalkirche, Versöhnungskirche, Kath. Pfarrei St. Maria Magdalena, Kriminalpräventiver Arbeitskreis, Mehrgenerationenhaus, Pflegestützpunkt, Seniorenwandern, Stadtverwaltung Ingelheim, Tanzkreise Ingelheim, VdK Ortsverband Ingelheim, Weiterbildungszentrum Ingelheim  
**Bankverbindung: Sparkasse Rhein-Nahe, Kontonummer 1301060271, Bankleitzahl 560 501 80**

**Die 40. Ingelheimer Seniorentage 2024  
vom 03. Juni bis 18. Juni stehen unter der  
Schirmherrschaft von  
Nicole Scheuring,  
und werden gesponsert von:**

**Obstbaubetrieb Gottschalk**

**Zimmerei Felix Harth**

**Lions Club, Ingelheim**

**Volksbank Darmstadt Mainz**

**J. Molitor Immobilien GmbH**

**Rhein Hessische Energie- und Wasserversorgung Ingelheim**

**Rotary-Club, Ingelheim**

**Autohaus Senger**

**Seniorenbeirat des Landkreises Mainz-Bingen**

**Sparkasse Rhein-Nahe**

**Stadtverwaltung Ingelheim**

**Hugo Stumpf Getränkevertrieb**

**Vogt's Reisen**



## **Donnerstag, 13.06. Fahrt nach Fulda**

**9 Uhr**

Fulda ist mit seinem Barockviertel, den prachtvollen Bauten, seinem Dom, den verwinkelten Gassen und malerischen Fachwerkhäusern immer eine Reise wert. Auf einem Stadtrundgang nach dem Mittagessen im Brauhaus „Wiesenmühle“ erleben Sie diese Schönheiten. Im Anschluss bleibt noch Zeit für eine Tasse Kaffee oder einen kleinen Bummel.

**Kostenbeitrag: 25 Euro**

Anmeldung siehe [Kartenvorverkauf](#)

## **Donnerstag, 13.6. Museum „Obentraut 3“ in Großwinternheim**

**13.30 Uhr**

**Obentrautstr. 3**

Aufgrund der großen Nachfrage im letzten Jahr bieten wir den Museumsbesuch erneut an.

Der Text auf der Museumshomepage beschreibt das Museum folgendermaßen:

„Wir begrüßen Sie in einem Museum, das Sie begeistern wird. Das alte Weingut in Ingelheim-Großwinternheim ist ein Gebäude mit Tradition. Die Ursprünge reichen bis ins 17. Jahrhundert zurück. Hier begegnet Ihnen ein Ort, an dem Sie Geschichte fühlen, spüren und sehen können. Dieser ist nun die Bühne für die außerordentliche Sammlung der Kunststiftung Gemünden und Freunde. Ein Museum mit einzigartiger Atmosphäre – eine Sammlung mit faszinierenden Werken aus aller Welt. Das Obentraut 3 beheimatet zahlreiche Exponate aus der Zeit des Alten Ägypten bis hin zur zeitgenössischen Kunst.“

Beginn der Führung ist um 13.30 Uhr in der  
Obentrautstraße 3

Anschließend gemütliches Kaffeetrinken im Stadtteiltreff  
in Growi.

**Kostenbeitrag: 5 Euro**

Anmeldung siehe Kartenvorverkauf

**Donnerstag, 13.6. "Selbstbestimmt vorsorgen mit Vorsorgevollmacht"  
18 Uhr**

Vielleicht haben auch Sie sich schon einmal darüber Gedanken gemacht, was passiert, wenn Sie durch einen Unfall oder eine Erkrankung Ihre Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können. Vielen Menschen ist es wichtig für diesen Fall Vorsorge zu treffen. Mit dem Instrument der (Vorsorge-)Vollmacht kann jeder Mensch rechtlich wirksam für sich selbst bestimmen, wer einmal für ihn handeln soll, falls er vorübergehend oder dauerhaft dafür nicht mehr in der Lage sein sollte.

Die Mitarbeitenden des Betreuungsvereins der Diakonie Ingelheim informieren darüber, was bei der Erstellung einer Vollmacht zu beachten ist und welche Rechte und Pflichten sich aus der Vollmacht ergeben.

Eingeladen sind sowohl Personen, die bereits eine Vollmacht erstellt haben oder planen eine zu erstellen, als auch bevollmächtigte Personen, die sich über Rechte und Pflichten bei der Ausübung der Vollmacht informieren möchten.

Ort: Café DIA, Georg-Rückert-Str. 24

Veranstaltung kostenlos

Anmeldung siehe Kartenvorverkauf



©Heike Rost

**Freitag, 14.06.  
17 Uhr**

### **„Herr Gerber will heim“**

*Ein Schau- und Puppenspiel zum Thema Demenz.*

Herr Gerber ist ein altes Raubein, gesegnet mit großem Witz und kantigem Charme. Leider hat ihn die Demenz in ihren Fängen. Deshalb lebt er notwendigerweise, aber unfreiwillig im Altersheim. Und hat den einen großen Wunsch: Er will heim. Mit seiner Tochter Hanne ist er eng und temperamentvoll verbunden. Aber Hanne muss lernen, sich in den abrupten Wechseln von hellwachen Momenten und Phasen der Verlorenheit in Zeit und Raum zurecht zu finden. Obwohl nur zu zweit, zaubern die beiden Akteure einen bunten Reigen aus Figuren aus dem Hut: der pubertierende Enkel, skurrile Bewohnerinnen des Heims und Pflegepersonal tauchen auf. Es darf sogar schallend gelacht werden. So entsteht ein Spiel, das todtraurig und federleicht zugleich ist. Das Stück richtet sich an alle, die sich mit dem Thema Demenz auseinandersetzen wollen oder müssen: an Angehörige von Erkrankten, an das Pflegepersonal oder einfach an Menschen, die nicht scheuen, sich von diesem Thema berühren zu lassen...

Spiel: Sabine Hamann und Dietmar Bertram,

Regie: Ronka Nickel Puppe: Johana Bory Dauer: ca. 65 Minuten, keine Pause

**Ort:** WBZ, Friedjof-Nansen-Platz 3, Großer Saal

**Kostenbeitrag: 10 Euro**

Anmeldung siehe Kartenvorverkauf

**Sonntag, 15.06.  
9 Uhr**

### **Fahrt nach Andernach zum Geysir**

Der Kaltwassergeysir Andernach ist der größte der Welt. Auf einer Halbinsel im Rhein, am Rand der Eifel gelegen schießt er sein Wasser viermal am Tag bis zu 60 Meter hoch in den Himmel.

Die Geysir Expedition startet mit einem interessanten Museumsbesuch. Danach erfolgt der Schiffstransfer zur Rheininsel, dem Namedyer Werth, wo man das spektakuläre Naturschauspiel dann bestaunen kann. Der Aufenthalt auf der Insel beträgt ca. 45 Minuten. Danach geht es wieder zurück an Land und es gibt genügend Zeit, das schöne Städtchen Andernach auf eignen Faust zu erkunden. Es ist alles absolut fußläufig zu erreichen. Das gemeinsame Abendessen nehmen wir in der „Schlossschänke“ ein.

Die Rückfahrt ist gegen 19 Uhr geplant

**Kostenbeitrag: 35 Euro**

Anmeldung siehe Kartenvorverkauf

**Sonntag, 16.06.  
10 Uhr**

### **Fahrt nach Rockenhausen**

Rockenhausen liegt malerisch im Nordpfälzer Bergland am Fuße des Donnersbergs inmitten der bezaubernden Landschaft des Alsenztals.

Nach einem Mittagessen im gemütlichen Pfälzerhof erleben Sie im bekannten Turmuhrenmuseum eine interessante Führung und lauschen im Anschluss einem außergewöhnlichen Glockenspiel. Danach gibt es noch genügend Zeit für ein Tässchen Kaffee oder einem Rundgang auf eigene Faust durch das Städtchen.

**Kostenbeitrag: 15 Euro**

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**



**Montag, 17.06.  
15 Uhr**

### **Große Kunst ganz nah – Rätselhafte Bilder**

Gemeinsam entdecken wir wieder berühmte Bilder. Das Besondere an ihnen: sie stecken voller Rätsel. Die Kunstwerke sind Jahrhunderte alt, und wir erkennen sofort alle Figuren und Gegenstände. Aber was ist eigentlich der Inhalt dieser Bilder? Wir begeben uns auf eine Spurensuche, bei der Jede und Jeder eingeladen ist, sich zu beteiligen - ganz ohne Vorwissen.

Kunst regt die Sinne an und bringt uns dazu, genau hinzuschauen. Wir alle haben unsere eigene Wahrnehmung, und so gibt es in der Kunst kein "richtig" und "falsch". In lockerer Runde betrachten wir unter Anleitung der Kunstpädagogin Britta Schulze-Böhm die Kunstwerke und tauschen uns über sie aus. Nebenbei erfahren Sie die wichtigsten Fakten zu jedem Werk."

Ort: Altenzentrum Im Sohl, Festsaal

Veranstaltung kostenfrei

Anmeldung siehe **Kartenvorverkauf**

**Dienstag, 18.06.  
15 Uhr**

### **Abschlussveranstaltung**

#### **„Inklusion geht uns alle an!“**

Im Rahmen der Abschlussveranstaltung begrüßen wir Olaf Guttzeit, Inklusionsbeauftragter der Firma Boehringer.

Inklusion - ein Begriff, den viele gehört haben, aber was bedeutet er wirklich? Und was bedeutet er für jeden Einzelnen von uns?

Inklusion ist mehr als nur ein Konzept, es ist ein Menschenrecht. Es bedeutet, dass jeder Mensch ganz natürlich dazu gehört und mitmachen kann, unabhängig von Aussehen, Sprache oder Behinderung. Es ist der Prozess, der uns erlaubt, gemeinsam zu lernen, zu wohnen, zu arbeiten und zu leben.

Inklusion betrifft alle Lebensbereiche - Bildung, Arbeit, Freizeit, Kultur, Politik und Gesundheit. Es ist ein ständiger Prozess der Reflexion und Verbesserung, voller Herausforderungen und Hindernisse, aber auch Erfolge und Chancen.

In einer inklusiven Welt ist es normal, verschieden zu sein. Jeder Mensch soll so akzeptiert werden, wie er oder sie ist. Inklusion ist eine Vision, die eine gerechtere, solidarischere und demokratischere Gesellschaft anstrebt, in der jeder Mensch seine Potenziale entfalten kann.

Was bedeutet Inklusion für Boehringer Ingelheim? Welche Erfahrungen hat das Unternehmen beim Abbau von Barrieren gemacht? Und was können wir gemeinsam dazu beitragen, dass Inklusion selbstverständlicher wird? Das wird das Thema des Vortrags sein.

Olaf Guttzeit ist studierter Wirtschaftspädagoge und seit 2007 Vorstandsvorsitzender der branchenübergreifenden Kooperation UnternehmensForum. Dort vertritt der 53-Jährige seit 2005 Boehringer Ingelheim, wo er u.a. das Thema Inklusion führt und Personalstrategien entwickelt. Guttzeit ist außerdem Inklusionsbeauftragter des Arbeitgebers für die deutschen Standorte des Konzerns.

Er war Initiator des ersten Aktionsplanes von Unternehmen zur Umsetzung der UN-Behindertenrechtskonvention bei Boehringer Ingelheim.

Als Vorstandsvorsitzender des UnternehmensForums war er Mitinitiator des Inklusionspreises, der 2024 Jahr zum zehnten Mal verliehen wird. Diesen Preis verleiht das UnternehmensForum gemeinsam mit der Bundesvereinigung der Deutschen Arbeitgeberverbände, der Bundesagentur für Arbeit und der Charta der Vielfalt an Unternehmen, die Menschen mit Behinderung erfolgreich in das Arbeitsleben integrieren.

Das *Resümee* der Seniorentage erfolgt durch Bürgermeisterin Eveline Breyer.

Umrahmt wird die Veranstaltung von der *Sitztanzgruppe* der evangelischen Versöhnungskirchengemeinde unter Leitung von Dorothea Kloh.

Anschließend lädt der Arbeitskreis zu Wein, Saft und einem kleinen Imbiss ein.

Ort: Altenzentrum Im Sohl (Festsaal), Obere Sohlstr. 25

Die Veranstaltung ist kostenfrei – ohne Voranmeldung

### **Mitglieder und Freunde des AK Altenhilfe Ingelheim e.V.**

---

Altenzentrum „Im Sohl“ N.N.	06132 – 790550
Arbeiterwohlfahrt, Ortsverein Ingelheim Gerhard Körber	06132 - 75552
Arbeitsgemeinschaft „Essen auf Rädern“ Claudia Gerhard	06132 - 84048
DRK Seniorenresidenz Carolinenhöhe Matthias Jansen	06132 - 65500
Deutsches Rotes Kreuz, Ortsverein Ingelheim Bianka Grünberg	0162 4261566
Deutsche Rheumaliga, Arbeitsgemeinschaft Ingelheim N.N.	
Diabetikerselbsthilfegruppe Marie-Luise Michel	06132 - 85977
Diakonisches Werk Miriam Bönning	06132 - 78940

---



Evangelische Burgkirchengemeinde N.N.	06132 - 41736
Evangelische Gustav Adolf Kirchengemeinde N.N	06132 - 84819
Evangelische Saalkirchengemeinde Yvonne Mura-Hoffmann	
Evangelische Sozialstation Tobias Erdmann	06132 - 9825110
Evangelische Versöhnungskirchengemeinde Dr. Barbara von Lucke	06132 - 86622
Gemeindecaritasleiterin Großwinternheim Anneliese Weiß	06132-432528
Hospizgruppe Ingelheim Hildegard Höller	06132 - 434531
Katholischer Pastoralraum Ingelheim Margit Mockenhaupt	06132 – 84630
Kriminalpräventiver Arbeitskreis Brigitte König-Bienefeld	06132 – 76515
Sabine Goldberg-Ohr Privatperson	
Anneliese Lotter Privatperson	
Gertraud Hartkopf Privatperson	
Rosemarie Büttner Privatperson	
Mehrgenerationenhaus Ingelheim Birgit Kleine-Weitzel	06132 - 8980411
Pflegestützpunkt Simone Schirmer	06132 - 716700

---

Seniorenbeirat

N.N.

---

Seniorenkreis des Narren Club Ingelheim

N.N.

---

Seniorenwandern

N.N.

---

Stadtteiltreff Großwinternheim

Roswitha Grün

06130 - 555

---

Stadtverwaltung Ingelheim, Seniorenbüro

Christine Jacobi-Becker

06132 – 8980419

---

Tanzkreise Ingelheim

Dorothea Kloh

06132 - 59001

---

VDK Ortsverband Ingelheim

Manfred Seiler

06132 – 56354

---

Weiterbildungszentrum Ingelheim

Jennifer Thomae

06132 - 7900315

---

# Kartenvorverkauf:

Der Kartenvorverkauf und die Anmeldungen für verschiedene Veranstaltungen im Rahmen der 40. Ingelheimer Seniorentage beginnen

**am Freitag, den 17. Mai 2024**

**von 14:00 bis 15:30 Uhr**

im Mehrgenerationenhaus, Matthias-Grünewald- Str. 15.

**Start der Nummernausgabe ist um 13 Uhr!**

Um allen Interessenten einigermaßen gerecht zu werden, bitten wir Sie um Verständnis, dass wir pro Veranstaltung nur zwei Karten verkaufen und nur einen Kartenbestellschein entgegennehmen.

**Selbstverständlich besteht auch die Möglichkeit, dass Familienangehörige für ihre Eltern, Großeltern usw. Karten erwerben können.**

In der Mitte des Programmheftes befindet sich ein Vordruck „Kartenbestellschein“. Wir bitten Sie, diesen Kartenbestellschein mit Ihren Kartenwünschen, Ihrem Namen und kompletter Anschrift versehen, am Tag des Kartenvorverkaufes bereit zu halten. Bitte vermerken Sie auf dem Kartenbestellschein, wenn Sie einen *Ingelheim-Pass* besitzen und halten Sie diesen bereit. Danke!

Die Kartenwünsche werden solange berücksichtigt wie Plätze vorhanden sind.

**Erworbene Eintrittskarten können nicht mehr zurückgenommen werden.**

Kartenbestellungen per E-mail, Fax, Post usw. werden nicht angenommen. Der Kostenbeitrag für die Kartenbestellungen ist in BARZAHLUNG zu entrichten, Zahlungen per EC-Karte, Mastercard oder sonstige Zahlungsmittel sind nicht möglich. Restkarten können ab dem 30.05.2023 beim Seniorenbüro der Stadtverwaltung Ingelheim, im Mehrgenerationenhaus, Matthias-Grünewald- Str. 15, Tel. 06132 89804 19 erworben werden.

**Wir machen ausdrücklich darauf aufmerksam, dass vor dem Tag des offiziellen Kartenvorverkaufs keine Möglichkeit besteht, Karten zu erwerben oder sich für Veranstaltungen anzumelden.**

Christine Jacobi-Becker

Vorsitzende des Arbeitskreises Altenhilfe

Redaktion:	Christine Jacobi-Becker, Seniorenbüro, Tel. 06132 89804 19 E-Mail: christine.jacobi-becker@ingelheim.de
Gestaltung/Layout:	Anke Caltapanides
Bildmaterial:	Wir danken Herrn Manfred Lieser für seine Zeichnungen, die er uns freundlicherweise zur Verfügung gestellt hat.



Jügelheim am Rhein / Zuckerbergtor