

## KULTUR & BILDUNG

### Friedensinitiative Niederrhein e.V. im sci:moers

„Der Friede ist das Meisterstück der Vernunft“, sagte der Philosoph Immanuel Kant, der, wie viele andere Denker vor und nach ihm, mahnen zur Besonnenheit und Diplomatie, damit nicht ein Mensch sein Leben lassen muss wegen zwischenstaatlicher Konflikte. In diesem Sinne wollen wir diskutieren, Vernunft und Menschlichkeit zu Rate ziehen und herausfinden, was dem Leben, was dem Frieden dient.

**Termin:** jeden zweiten Donnerstag im Monat  
**Zeit:** 18:00 – 20:00 Uhr  
**Infos:** Dr. Heike Knops, info@heike-knops.eu

## AUSTAUSCH

### Frauen Union Moers

Politik ohne Frauen ist nur die Hälfte wert. Wir möchten Ihnen Mut machen, Ihre Stimme in Politik und Gesellschaft stärker als bisher zu erheben und setzen uns ein für Themen, die Frauen bewegen. Wir laden Referent\*innen zu unterschiedlichen Themenbereichen ein. Wir freuen uns, Sie bei unseren Treffen im Café Lyzeum begrüßen zu können.

**Termin:** jeden zweiten Dienstag im Monat  
**Zeit:** 18:00 – 20:00 Uhr  
**Infos:** Elke Pickel, pickelke@gmail.com  
Tel.: 0171 – 3008626

## AUSTAUSCH

### Al-Anon

Al-Anon ist eine Selbsthilfegruppe für Verwandte und Freunde von Alkoholkranken, die Erfahrungen miteinander teilen, um ihre Probleme gemeinsam zu lösen.

**Termin:** freitags,  
**Zeit:** 19:30 – 21:30 Uhr  
**Ort:** Seminarraum, Untergeschoss  
**Kontakt:** Tel.: 0176 – 63352079

## BEGEGNUNG

### ZWAR Moers-Mitte

Der Name ZWAR steht für das Projekt „Zwischen Arbeit und Ruhestand“. Hier finden sich interessierte Menschen ab 55 Jahren in sozialen Netzwerkgruppen zusammen, um selbst aktiv zu werden, ihren Ruhestand mit Lust vorzubereiten oder zu gestalten. Ohne Vorgaben organisieren sie solche Aktivitäten, die ihnen Freude machen, von denen sie vielleicht schon lange geträumt haben oder zu denen sie sich durch andere anregen lassen...(Fast) nichts ist unmöglich...

### Treffen der Gesamt (Basis) - Gruppe:

**Termine:** 14-tägig, mittwochs, 18:00 Uhr

### Café - Gruppe:

**Termine:** 14-tägig, montags, 15:00 Uhr  
**Ansprechpartner:** Friederike Winkels, Tel.: (02841) 87579,  
E-Mail: rike.49@gmx.de,  
Christian Birk, Tel.: (02841) 35486,  
E-Mail: fam.birk@t-online.de

## AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

### MoBa-Rampen

Wir bauen bunte Rampen für die Moerser Innenstadt und wollen damit Menschen, die auf einen Rollstuhl oder Rollator angewiesen sind, einen barrierefreien Zugang zu Geschäften und Lokalen ermöglichen.

**Termin:** jeden Dienstag  
**Zeit:** 10:30 – 12:30 Uhr  
**Kontakt:** Wolfgang Wöhler, Tel.: 0179-7816089



## BEGEGNUNG

### Offenes Singen

Singen nach Herzenslust ohne Anmeldung: Einfach kommen! Singen macht Spaß, singen tut gut, denn singen macht munter und singen macht Mut.

**Termin:** jeden Mittwoch (außer Ferien)  
**Zeit:** 10:30 – 11:30 Uhr  
**Leitung:** Valerie Pöllen  
**Kostenbeitrag:** 2 €

## AUSTAUSCH

### Seebrücke Moers – Schafft sichere Häfen

„Man lässt keinen Menschen ertrinken. Punkt.“ Wer Interesse an den Aktivitäten der Seebrücke Moers e.V. hat, wer das Geschehen im Mittelmeer und anderswo verfolgt und sich fragt, was man persönlich tun kann, ist jederzeit willkommen. Vielleicht auch nur mal schauen, was der Stand der Dinge ist.

**Termin:** jeden 2. Donnerstag im Monat, 18:00 Uhr  
**Ort:** Café Lyzeum  
**Infos:** <https://seebruecke.org/lokalgruppen/moers>



## BERATUNG

### Beratung Blinden und Sehbehindertenverein

individuelle Beratung für Blinde und sehbehinderte Menschen.

**Termin:** Jeden 3. Freitag im Monat  
**Zeit:** 14:00 – 16:00 Uhr  
**Kontakt:** Heinz-Peter Maas,  
Tel.: (0 28 41) 55370  
E-Mail: heinzpeter.maas@gmail.com  
[www.blindenverein-moers.de](http://www.blindenverein-moers.de)



## AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

### Radeln ohne Alter – von Senior\*innen für Senior\*innen

Elektro-Rikscha Touren von Ehrenamtlichen für Bewohnerinnen und Bewohner von Seniorenheimen.

**Termin:** in Absprache und nach Einweisung  
**Zeit:** in Absprache  
**Kontakt:** Peter Albaum, [musikalbaum@gmail.com](mailto:musikalbaum@gmail.com)

# sci:moers

Wir gestalten soziale Ideen.



Mitglied in:



Die Angebote in der Volksschule werden im Rahmen der innovativen Seniorenarbeit durch die Stadt Moers gefördert.

### sci:moers gGmbH

Barbara Folkerts  
Kordinatorin Innovative SeniorInnen-Arbeit  
Tel.: 0163 – 13 30 185

### SCI-Volksschule

Beratungs- und Begegnungshaus  
Hanns-Albeck-Platz 2  
47441 Moers

info@sci-moers.de  
www.sci-moers.de

Tel.: (0 28 41) 95780  
Fax: (0 28 41) 957878



JANUAR – JULI

1. HALBJAHR 2025

## Kurse und Aktivitäten im Haus der Möglichkeiten

sci:volksschule  
Haus der Möglichkeiten

## Liebe Besucher\*innen, Kursteilnehmer\*innen und Interessierte an unseren Angeboten in der Volksschule,

2025 hat begonnen und dieses Jahr hält so manche Herausforderung bereit. Im Februar ist nicht nur Narrenzeit, nein, auch die große Bundespolitik wird neu aufgestellt und neue und alte VertreterInnen der Bevölkerung werden sich für unsere Interessen in Berlin einsetzen.

Unsere Demokratie macht es uns möglich, sich aktiv mit einzubringen – wir alle sind gefordert, unsere Stimme abzugeben.

In Amerika wird es ab Ende Januar einen neuen Präsidenten geben und bei uns in unserem kleinen Moers wird im September der Stadtrat neu gewählt und das Bürgermeisteramt durch die Wahl neu besetzt werden. Auch hier sind wir alle aufgefordert, uns aktiv an den Wahlen zu beteiligen.

Unser Café Lyzeum, das Herzstück der SCI-Volksschule, ist ein Treffpunkt, an dem sich mittwochs, donnerstags und sonntags und bei Veranstaltungen viele Menschen begegnen und ins Gespräch kommen und Gedanken und Ideen austauschen. Wir freuen uns, dass wir in den nächsten Wochen und Monaten bestimmt viele angeregte Diskussionen und Gespräche über das Weltgeschehen und die aktuellen Entwicklungen in unserer Stadt mitverfolgen können.

Auch gibt es in den kommenden Monaten wieder interessante einmalige Veranstaltungen auf die wir auf der nächsten Seite hinweisen.

Unsere festen Angebote von Singen, Tanzen, Bewegen bis hin zu Gedächtnistrainings und gemeinsamem Gucken von Filmen mit anschließendem Austausch finden weiterhin regelmäßig statt. Auch Termine mit Schülerinnen und Schülern der Realschule für Hilfestellungen im Umgang mit dem Handy und Tablet werden kurzfristig in der Presse bekannt gegeben oder sind im Café zu erfragen.

Wir wünschen Ihnen und uns ein gutes Jahr 2025 und weiterhin ein lebendiges, kreatives und engagiertes Miteinander im Haus der Möglichkeiten. Wir freuen uns auf viele gute, inspirierende und nachhaltige Begegnungen mit Ihnen in unserer SCI-Volksschule und im Café Lyzeum.

Ihre  
Barbara Folkerts und das Team der Ehrenamtlichen



### KULTUR & BILDUNG

#### Donnerstag, 16.01., 18:00 Uhr Café Lyzeum GMGV lädt zum zweiten offenen Stammtisch ein

Bei der zweiten Stammtisch-Veranstaltung des Grafschafter Museums – und Geschichtsvereins ist die jüngere Stadtgeschichte Thema des Abends. Ernst-Friedrich Mechmann ist Ur-Moerser und wird Geschichte und Geschichten aus der Moerser Neustadt erzählen. Bebildert werden seine Erzählungen durch zahlreiche spannende Fotos aus seiner Sammlung. Das Mitbringen eigener Fotos aus der Neustadt der Nachkriegszeit bis in die 1970er Jahre ist ausdrücklich gewünscht und soll alle Teilnehmenden ins Gespräch bringen

#### Mittwoch, 12.02., 18:00 Uhr Saal der Volksschule Zwar-Gruppe lädt ein:

##### Arzneimittelrisiken im Alter – auf Veränderungen reagieren

Information und Diskussion mit Dr. Simon Krivec von der Moerser Adler Apotheke. Es ist wichtig, ab und zu eine Bestandsaufnahme zu machen und sich selbst zu fragen: Wie geht es mir, bin ich gut versorgt? Hier ist eine gute Beratung wichtig. Da ist die Apotheke ein neuer Lotse im Gesundheitssystem. Zudem sollen aktuelle Themen aus dem Gesundheitsbereich, z.B. die elektronische Patientenkarte und das E-Rezept besprochen werden.

#### Donnerstag, 13.02., 18:00 Uhr Saal der Volksschule

##### Die Friedensinitiative Niederrhein e.V. zeigt den Dokumentarfilm von Doris Metz: „Petra Kelly – Act Now!“

Im Film wird diese politische Aktivistin wiederentdeckt, die in ihrem Kampf für Frauenrechte, Klimaschutz, ihrer internationalen Ausrichtung und Vernetzung eine Ausnahmeerscheinung ist. Daher dient sie bis heute als Ermutigung für all jene, die auch außerhalb des Politikbetriebes ihr Recht auf bürgerschaftliches Engagement in Anspruch nehmen und für eine klima- und menschengerechten Transformation unserer Gesellschaft eintreten.

#### Donnerstag, 27.02., 16:00 Uhr

Besuch der Möhnen mit Bürgermeister und Prinzenpaar im Café Lyzeum und anschließend **Altweiberparty im Café Lyzeum.**

#### Freitag, 21.03., 18:00 Uhr im Café Lyzeum Moerser Schulzeiten – gelesen und erzählt

„Das Leben, das sich hinter den Schulmauern abspielte, war nur ein Teil unseres Alltags“, sagt Klaus-Dieter Lenzen. In seinem gerade erschienenen Buch verfolgt er, selbst aufgewachsen in Moers, das Wechselspiel zwischen dem Schul- und Lebensalltag eines Kindes, eines Jugendlichen und des Erwachsenen. Aus dem Mosaik heiterer Texte wird uns der Autor einige Kostproben vortragen: Geschichten von Schulausflügen und Ferienjobs, von Bademeistern, Blockflötenlehrerinnen und Kirchenmännern – und immer wieder von der Schule selbst. Es sind Geschichten, die zum Erinnern einladen und zum Weitererzählen.

### Café Lyzeum Öffnungszeiten:

#### Moerser Treff – immer mittwochs ab 17 Uhr Kneipe, Kultur & Klönen

Nette Leute treffen, über Politik und das Geschehen in unserer Stadt sprechen, neue Impulse für die Freizeit bekommen, Tipps zur Lösung von handwerklichen Problemen geben oder erfragen, sich selbst mit einer guten Geschäftsidee bekannt machen und neue Kontakte knüpfen oder ganz einfach nur bei einem guten Wein beisammen hocken und klönen - das alles ist möglich im Café Lyzeum.

Es freuen sich auf die Kneipenabende mit Euch Barbara und das Team der Ehrenamtlichen.

#### Donnerstags 15:00 – 17:00 Uhr

Treffen für Kreative, gemeinsames Kartenspielen oder einfach nur auf einen Kaffee und zum Klönen.



#### Sonntags-Café

##### Jeden Sonntag von 14:30 – 17:00 Uhr

begeistert unser Sonntagsteam mit leckeren selbst gebackenen Kuchen und Kaffee. Genießen Sie schöne Stunden mit Freundinnen und Freunden und lassen Sie sich überraschen von dem, was an einem Sonntagnachmittag im Café Lyzeum im Haus der Möglichkeiten geboten wird.



### AUSTAUSCH

#### 3G: Gemeinsam – Gucken – Genießen

Gemeinsam schöne Filme gucken und darüber diskutieren. Was hat mich bewegt an diesem Film? Was nehme ich davon mit für mein Leben? Welche Szene könnte aus meinem Leben kopiert sein? Welche Rolle des Filmes würde ich gerne spielen?

**Termin:** jeden 3. Donnerstag im Monat  
**Zeit:** 18:00 – 20:00 Uhr  
**Kontakt:** Annegret Baumann, Tel.: 0151 – 21630393  
E-Mail: annegret.b.1953@gmx.de  
**Ort:** Volksbanktreff, Untergeschoss

### AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

#### Rock around the walking Stock

Bewegung tut gut – und Tanzen ist eine Leidenschaft bis ins hohe Alter. Manchmal ist man aber ein bisschen wackelig auf den Füßen und traut sich nicht mehr zu tanzen. Darum laden wir ein zum Tanz mit Walkingstöcken als Stütze. Zu bekannten Songs gibt es kleine Choreografien, die Spaß machen und leicht zu erlernen sind.

Walkingstöcke mit Gummi-Spitze bitte mitbringen.

**Termin:** jeden 1. und 3. Donnerstag  
**Zeit:** 11:30 – 12:30 Uhr  
**Infos:** Barbara Folkerts, Tel.: 0163 – 13 30 185

### BERATUNG

#### Hilfen bei Fragen rund ums Handy und Tablet

Schülerinnen und Schüler der Heinrich-Pattberg Realschule helfen bei allen Fragen im Umgang mit dem Handy und Tablet. In eins zu eins Gesprächen geben die jungen Leute Antworten auf alle Ihre Fragen und unterstützen Sie auch bei der Installation der App „Gut versorgt in Moers“.

**Termine:** Die aktuellen Termine finden Sie kurzfristig in der Presse oder erfragen Sie sie in den Öffnungszeiten des Café Lyzeum



### KULTUR & BILDUNG

#### „Frag mich das, wenn es mir wieder einfällt!“

Ihr Gedächtnis leistet mehr als Sie glauben: Ganzheitliches Gedächtnistraining für fitte Erwachsene - bis ins „hohe Alter“. Werden Sie aktiv: Auch Ihr Gedächtnis altert und braucht Impulse. In der Gruppe üben Sie einzeln oder gemeinsam zu den 12 Zielen des ganzheitlichen Gedächtnistrainings. Das vermeintlich nachlassende Gedächtnis erfährt humorvolle Bestätigung wie auch Herausforderung. Leichte Körperübungen unterstützen die Koordination. Sie reagieren gelassener nach dem Motto: Frag mich das, wenn es mir wieder einfällt!

#### Kurs 3: Januar bis Februar 2025

**Termine:** 6 x dienstags, 14.01. – 18.02.2025  
**Zeit:** 10:30 – 12:00 Uhr und 14:30 – 16:00 Uhr

#### Kurs 4: Februar bis April 2025

**Termine:** 6 x dienstags, 25.02. – 01.04. 2025  
**Zeit:** 10:30 – 12:00 Uhr und 14:30 – 16:00 Uhr  
**Kosten:** 42,- € je Kurs (zu zahlen am ersten Trainingstag)

Einen Termin (Trainingstag) frei zum „Schnuppern“. Bitte etwas zu schreiben und zu trinken mitbringen. Nach 6 Terminen können Sie „aussteigen“ oder den nächsten Kurs buchen.

**Kursleitung:** Bärbel Likar (zertifizierte Gedächtnistrainerin)  
Tel.: (02841) 96355,

**Anmeldung:** E-Mail: b.likar@gmx.de

### AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

#### Einfach Tanzen

Freies Tanzen, ohne Vorschriften, ohne Führung, ohne Schuhe, ohne Strümpfe. Vielleicht zum Himmel reckend, vielleicht den Boden berührend, vielleicht abhehend, vielleicht nur stehen bleiben... so wie du es willst... einfach nur auf deinen Körper hören... mit geschlossenen Augen... oder mit offenen...

Alles kann – nichts muss: Tanzen baut Frust ab, ist kommunikativ, ist persönlichkeitsfördernd, ist altersunabhängig, hält fit, macht Spaß, bringt Freu(n)de und verbindet.

Tanzen ist ein Ausdruck von Lebensfreude und bedeutet lebendig sein! Für den richtigen Rhythmus sorgt Volker.

**Termin:** jeden Montag,  
**Zeit:** 18:15 – 19:30 Uhr  
**Anmeldung:** Karin van Koeverden, E-Mail: kvk56@gmx.de,  
Hildegard Schüttler, E-Mail: bella.hilla@googlemail.com  
**Ort:** Saal der SCI-Volksschule

### AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

#### Line Dance

**Termin:** jeden zweiten und vierten Freitag im Monat  
**Ort:** Saal in der SCI-Volksschule  
**Zeit:** 16:00 – 17:00 Uhr  
**Kontakt:** Maggy Plugge Tel.: 0179 – 70 48 552

