



Caritas im Norden

CariTreffe

im Haus der Begegnung in Lübeck, Parade 4
im Gemeindehaus St. Georg in Travemünde, Rose 32



Programm
April · Mai · Juni 2024



Er ist's

Frühling läßt sein blaues Band
Wieder flattern durch die Lüfte;
Süße, wohlbekannte Düfte
Streifen ahnungsvoll das Land.
Veilchen träumen schon,
Wollen balde kommen.
Horch, von fern ein leiser Harfenton
Frühling, ja du bist's!
Dich hab' ich vernommen!

(1829) *Eduard Mörike*

Liebe Leserin, lieber Leser,

wir hoffen Sie hatten ein schönes Osterfest und konnten dabei die Natur genießen, auch wenn die letzten Monate recht nass und grau waren, ist zu merken, dass der Frühling versucht, sich dagegen immer mehr durchzusetzen. Und dies mit Erfolg. Die Tage beginnen wieder früher, Vogelgezwitscher ist zu hören und die ersten Krokusse säumen Wege und Wiesen. Die Natur erwacht und wird bunt, wie auch unser Programm in den nächsten Monaten. Ab dem 02 April 2024 finden wie gewohnt unsere Gruppenaktivitäten statt.

Wir freuen uns sehr, dass Ihnen weiterhin unsere engagierten Ehrenamtlichen zur Verfügung stehen. Sowohl im CariTreff Travemünde als auch in Lübeck bieten sie z. B. „Smartphone“-Schulungen an. Bei dem letzten Kurs in Travemünde war die Nachfrage enorm, was uns sehr freute, denn so wurde deutlich, wie groß der Bedarf ist. Schnell wurde uns klar, dass wir handeln mussten. Die Kursleitung Frau Schmidt fackelte nicht lange, als sie aus ihrem Urlaub kam, nach einem Blick in ihrem Kalender standen die neuen Daten für ein zweites Kursangebot fest. Somit ist unsere Warteliste geschrumpft und wir konnten einigen Menschen behilflich sein. Sollten auch Sie Hilfe dabei brauchen, melden Sie sich gern bei Fragen rund um Ihr Smartphone oder Tablet. Auf den nächsten Seiten erfahren Sie die Termine.

Vielleicht haben wir ja auch Ihr Interesse geweckt, einmal in unserer Holzwerkstatt vorbei zu schauen. Hier können Sie in angenehmer Atmosphäre Ihrer Kreativität freien Lauf lassen. Vielleicht sind ja auch Ideen für ein neues Vogelhaus vorhanden, die hier in die Tat umgesetzt werden können.

Auch für das leibliche Wohl wird in den kommenden Monaten wieder gesorgt. Genießen Sie unsere gemeinsamen Frühstücke in Travemünde am 17. April.2024 und 12. Juni2024 und in Lübeck am 08. Mai.2024. Falls Sie selbst Lust bekommen haben, ein Angebot im Rahmen des CariTreffs anzubieten, sprechen Sie mich darauf an. Wir freuen uns immer wieder über ein lebendiges Programm.

Ankündigungen:

Auch in diesem Jahr soll Reisen ohne Koffer – Tageserholung für Seniorinnen und Senioren im Theodor-Schwartz-Haus in Brodten stattfinden. Die Seniorenerholung bietet Ihnen eine schöne Zeit ohne die üblichen Beschwerlichkeiten wie Koffer packen und lange Anreise. Unter den entsprechenden Telefonnummern können Sie sich anmelden.

Gereist wird an den folgenden Terminen:

14.06. – 05.07.2024	Deutsches Rotes Kreuz	Tel. 192 19
08.07. – 19.07.2024	Caritas Lübeck	Tel. 709 87 70
29.07. – 09.08.2024	Arbeiterwohlfahrt, Kreisverband Lübeck	Tel. 798 840

Viel Freude beim Lesen und eine schöne Frühlingszeit wünscht Ihnen

Stephanie Kahl

Leiterin der CariTreffs

Smartphone-Sprechstunde

Termine können individuell und zeitnah in Lübeck vereinbart werden.

Einsteiger*innen können unter Anleitung unserer Ehrenamtlichen in geschütztem Rahmen erste Schritte in die digitale Welt wagen oder ihre Kenntnisse vertiefen.

Bei Problemen mit Ihrem Smartphone oder Tablet dürfen Sie sich gern an uns wenden. Bitte melden Sie sich vorher unter folgender Telefonnummer an: **0451 - 709 87 70**. Über eine Spende würden wir uns freuen.

montags

10.00 – 12.00 Uhr
EG, Kleiner Saal

Stricken für Jung und Alt
Leitung: Renate Schröder

11.00 – 12.00 Uhr
Gymnastikraum

Fit im Alltag I (Seniorengymnastik)
Leitung: Bettina Tischmeyer

14.00 – 17.30 Uhr
EG, Großer Saal

Schachgruppe Spielfreudige Teilnehmer*innen gesucht! Leitung: Juri Schechtel

14.00 – 17.00 Uhr
EG, Kleiner Saal

Kniffel, Rummykub Spielfreudige Teilnehmer*innen gesucht!

15.30 – 16.30 Uhr
Gymnastikraum

Senioren-Yoga
Leitung: Gesa Jörgensen



dienstags

11.00 – 12.00 Uhr
Gymnastikraum

Fit im Alltag II (Seniorengymnastik)
Leitung: Bettina Tischmeyer

13.30 – 14.30 Uhr
Großer Saal

Ganzheitliches Gedächtnistraining
Leitung: Dagmar Gruhl

14.00 – 17.00 Uhr
EG, Großer und kleiner Saal

Canasta u. a.
Spielfreudige Teilnehmer*innen gesucht!

14.00 – 17.30 Uhr
Keller, Werkraum

Arbeiten mit Speckstein
Leitung: Günter Ehm

mittwochs

09.00 – 12.00 Uhr
Keller, Werkraum,
ab 13. März 14-tägig

Holzwerkstatt

14.00 – 17.00 Uhr
EG, Großer und kleiner Saal

Skat, Rummykub, Doppelkopf, Mensch-ärger-Dich-nicht u. a.
Spielfreudige Teilnehmer*innen gesucht!

14.30 – 17.00 Uhr
1. Stock, R 1.3

Interkulturelle Gruppe
Leitung: Jutta De Martino

donnerstags

13.00 – 14.00 Uhr
Gymnastikraum

Qi Gong
(Chinesische meditative Bewegungsformen)
Leitung: Herr Beutler

14.30 – 17.00 Uhr
EG, Kleiner Saal

Aquarellmalen
für Anfänger*innen und Fortgeschrittene

freitags

14.30 – 16.30 Uhr
EG, Großer Saal

Singen in froher Runde mit Klavierbegleitung
Leitung: N. N.



Bei Streik des öffentlichen Busverkehrs fällt das Singen aus.

mittwochs

09.00 – 10.00 Uhr (1) **Seniorengymnastik** (Sitzgymnastik)
10.15 – 11.15 Uhr (2) *Leitung: Karin*

donnerstags

09.30 – 11.30 Uhr **Informationen zu Vorsorgevollmacht und
(04.04./02.05./06.06.) Betreuungsverfügung**
durch den „Verein für Betreuung und Selbstbestimmung in Lübeck e.V.“ im Malteserstift Haus St. Birgitta (jeden ersten Donnerstag im Monat)

17.30 Uhr

Stammtisch

Leitung: Elisabeth Stolz

04.04.2024 17.30 Uhr

02.05.2024 17.30 Uhr

06.06.2024 17.30 Uhr

Jeweils im Restaurant „Kymata“,
Rose 7 in Travemünde.

Um An- und Abmeldung wird unter
04502 - 880 727 gebeten.

freitags

14.30 – 17.00 Uhr **Klönen und Spielen**
Leitung: Hildegard Jahn

April

Frühstück in Travemünde, Rose 32

Frühstücken in Gemeinschaft und miteinander ins Gespräch kommen.

Termin **Mittwoch, 17.04.2024** 10.00 Uhr
Ort Gemeindehaus St. Georg, **Travemünde**
Kosten 5,00 €
Anmeldung bis Freitag, den 12.04.2024



Mai

Frühstück in Lübeck, Parade 4

Frühstücken in Gemeinschaft und miteinander ins Gespräch kommen.

Termin **Mittwoch, 08.05.2024** 10.00 Uhr
Ort Haus der Begegnung, Großer Saal, **Lübeck**
Kosten 5,00 €
Anmeldung bis Dienstag, den 30.04.2024

Travemünde: Mobil im Alter – sicher unterwegs mit Smartphone und Tablet

Wollten Sie schon immer einmal wissen, wie ein Tablet oder ein Smartphone funktioniert? Dann sind Sie bei unserem 5-tägigen Kurs genau richtig. Die ausgebildete SilverSurferin Monika Schmidt gibt Ihnen erste Einblicke in die digitale Welt, die immer präsenter wird. Innerhalb von fünf Terminen setzen Sie sich mit Ihrem eigenen Gerät auseinander, lernen die unterschiedlichen Funktionen kennen und besprechen das Thema Sicherheit.

Termine	Donnerstag, 04.04.2024, 11.04.2024, 02.05.2024, 09.05.2024 und 16.05.2024	10.00 – 12.00 Uhr
Ort	Gemeindehaus St. Georg, Travemünde Um Anmeldung wird gebeten.	

Juni

Frühstück in Travemünde, Rose 32

Frühstücken in Gemeinschaft und miteinander ins Gespräch kommen.

Termin	Mittwoch, 12.06.2024	10.00 Uhr
Ort	Gemeindehaus St. Georg, Travemünde	
Kosten	5,00 €	
Anmeldung	bis Freitag, den 07.06.2024	



Lübeck: „Smartphone-Schulung für Anfänger“ – Der einfache Einstieg in die digitale Welt

Wollten Sie schon immer einmal wissen, wie ein Tablet oder ein Smartphone funktioniert? Dann sind Sie bei unserer Schulung „Digital unterwegs“ genau richtig.

Wir geben Ihnen erste Einblicke in die digitale Welt, die immer präsenter wird. Es wird Ihnen in einfachen Schritten die Funktionsweise eines Tablets oder Smartphones erklärt.

Bringen Sie gern Ihr Smartphone oder Tablet mit. Vor Ort stehen Ihnen aber auch Tablets zum Ausprobieren zur Verfügung.

Unsere Ehrenamtlichen freuen sich schon auf Sie und stehen Ihnen im Anschluss beratend zur Seite.

Termin	Donnerstag, 13.06.2024	10.00 – 12.00 Uhr
Ort	Haus der Begegnung, Großer Saal, Lübeck	
Anmeldung	bis Montag, den 10.06.2024	

Anmeldung zu Gruppenangeboten und Einzelveranstaltungen des CariTreffs

Wenn keine andere Telefonnummer angegeben ist, erfolgt die Anmeldung über den CariTreff.

Für einige regelmäßige Angebote, wie Bewegungsangebote oder Gedächtnistraining, Yoga, Seniorengymnastik und Qi Gong wird eine Kursgebühr von 30 Euro für 10 Termine erhoben.

Tel. 0451 - 709 87 70

Fühlen Sie sich einsam und möchten gern mit jemanden klönen?

Das Caritasprojekt „Lichtblicke“ hat mit einem Team von Ehrenamtlichen vor 12 Jahren den Begleit- und Besuchsdienst für Senior*innen sowie Menschen mit Behinderungen ins Leben gerufen, um einsamen Menschen einen Lichtblick in der Woche zu schenken.

Möchten Sie diesen Dienst nutzen, rufen Sie uns gerne an:

Tel.: 0451 - 79 94 61 23 (Mittwoch 9.30 – 12.30 Uhr)

Rettung aus der Dose

Die Notfalldosen für Ihren Kühlschrank erhalten Sie bei uns im CariTreff, im K-Punkt und in der Caritas Geschäftsstelle gegen eine Schutzgebühr von 2 €.

Mehr Informationen zu den Rettungsdosen unter 0451 - 709 87 70



Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e. V.	
Caritas Lübeck.....	799 46 01
CariTreffs	709 87 70
Caritas ambulanter Pflegedienst.....	799 46 25
Caritas Besuchsdienst „Lichtblicke“	799 46 123
Caritas psychosoziale Krebsberatung	799 46 113
Malteserstift Haus St. Birgitta.....	0 45 02 - 86 100
Caritashaus Simeon	799 230
Pflegestützpunkt	122 - 49 03
Betreuungsbehörde der Hansestadt Lübeck	122 - 51 38
Verein für Betreuung und Selbstbestimmung in Lübeck e. V.....	609 11 20
Wohnberatung „Wohnen im Alter“	989 508-10
Seniorenbeirat	122 - 10 16

www.caritas-im-norden.de/Luebeck

Impressum:

Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e.V.
 Caritas Lübeck – CariTreffs
 Parade 4, 23522 Lübeck
 Tel.: 04 51 - 709 87 70
 Text: Stephanie Kahl
 Layout und Druck: Druckerei Hans Brüggmann OHG,
 Tel. 04 51 - 58 29 010, www.brueggmann-druck.de



Caritasverband für das Erzbistum Hamburg e. V.,
Caritas Lübeck
CariTreffe
im Haus der Begegnung, Parade 4, 23552 Lübeck
im Gemeindehaus St. Georg, Rose 32, 23570 Lübeck-Travemünde

Leitung: Stephanie Kahl, Parade 4, Zi. 35
Telefon: 04 51 - 709 87 70 (Mo – Di – Mi – Do – Fr)

E-Mail: stephanie.kahl@caritas-im-norden.de
www.caritas-im-norden.de/luebeck