

2. HALBJAHR 2023

FREIZEIT- & KULTUR- PROGRAMM

FÜR JUNGGEBLIEBENE & ÄLTERE
DER STADT RENDSBURG



Grußwort

Liebe Freundinnen und Freunde des Freizeit- und Kulturprogramms für Junggebliebene und Ältere der Stadt Rendsburg,

der Erfolg vieler Veranstaltungen im 1. Halbjahr 2023 hat uns gezeigt, dass wir wieder auf einem guten Weg sind. Nach all den Einschränkungen der vergangenen Jahre konnten wir endlich wieder Veranstaltungen anbieten, die sehr gut nachgefragt wurden. Nun steht auch das Programm für das 2. Halbjahr. Wir danken dem Organisationsteam sehr herzlich für dieses Angebot, das mit den Kooperationspartnern für alle Altersgruppen und jede Interessenlage etwas bietet. Ob Geselligkeit beim Seniorenfrühstück, Sicherheitsgewinn bei den E-Bike-Kursen oder kulturelle Einblicke beim Probenbesuch im Schleswig-Holsteinischen Landestheater wenige Tage vor der Premiere – das Programm bietet Freude, Abwechslung und Geselligkeit. Auf ganz besondere Einblicke können Sie sich freuen bei der Besichtigung der Abfallwirtschaft des Kreises in Borgstedtfelde oder bei der Führung durch die Rettungswache der Schön-Klinik. Wir freuen uns über Ihr Interesse an unserem Programm und wünschen Ihnen bei den Veranstaltungen viel Freude.

Rendsburg, im August 2023



Thomas Krabbes
Stadtpräsident



Janet Sönnichsen
Bürgermeisterin



INHALT

Grußwort	2	Radtouren	14/17
LeseCafé	4	Digitaltechnik	15
Rettungswache	5	Quilten und Patchworken	16
Seniorenfrühstück	6	Führungen	18/20/22
Kino	7/19/21/23	Bühnenprobe	24
Stadtbücherei	8	Plattdeutsch	25
Volkshochschule	9	Mehrgenerationenhaus	26
Senioren-ComputerClub	10	Sportangebote RTSV	28
AWR Besichtigung	12	Seniorenrat	30
Fit mit E-Bike	13	Internetcafé	31

IMPRESSUM

Herausgeberin: Stadt Rendsburg – Die Bürgermeisterin, Am Gymnasium 4, 24768 Rendsburg, www.rendsburg.de
Konzeption & Design: goldbutt communication gmbh, www.goldbutt.de Druckerei: WIRmachenDRUCK GmbH, Mühlbachstraße 7, 71522 Backnang Bilder: Abfallwirtschaft Rendsburg-Eckernförde GmbH (S. 12), Abwasserbeseitigung Rendsburg (S. 22), KinoCenter (S. 7, 19, 21), Museen im Kulturzentrum (S. 20), stock.adobe.de (S. 1 ©goodluz, S. 3 ©snapshotfredy, S. 6 ©Kzenon, S. 11 ©Halfpoint, S. 14 ©Petair, S. 16 ©Phillipimage, S. 18 ©Elke Hötzel, S. 23 ©adragan, S. 25 ©GYNTA, S. 26 ©Rawpixel.com, S. 27 ©BigBlue Studio, S. 31 ©vegefox.com) – Alle Inhalte, Fotos und Illustrationen in diesem Werk sind urheberrechtlich geschützt. Jegliche Form von Nachdruck und Nutzung von Ausschnitten ist strikt untersagt. Obwohl die Angaben nach bestem Wissen und Gewissen zusammengestellt wurden, kann eine Haftung für Druckfehler, Falschinformationen sowie die Aktualität, Richtigkeit und Vollständigkeit der Inhalte nicht übernommen werden. Stand Juli 2023

LESUNG**LeseCafé**

An verschiedenen **Samstagen** im Jahr um 15:00 Uhr servieren wir im „LeseCafé“ Literarisches, Kaffee, Tee und Kuchen. Im Kulturzentrum werden spannende, humorvolle und anregende Texte aus Büchern bekannter und unbekannter Autoren präsentiert. An geeigneten Stellen wird das Vorgelesene akustisch, teils auch musikalisch illustriert. So entsteht eine viel tiefere Wirkung, als würde man selbst lesen.

Termine:

2. Sept. 2023 | Wolfgang Berger liest „Ach, diese Lücke, diese entsetzliche Lücke“ von Joachim Meyerhoff

7. Okt. 2023 | „Das Gespenst von Canterville“ von Oscar Wilde, präsentiert von Christian Gayed

4. Nov. 2023 | Mariana Leky: „Kummer aller Art“, vorgestellt von Wolfgang Berger

2. Dez. 2023 | Die Vorweihnachtszeit wird eingeläutet von Benedikt Stubendorff

**Hinweis: Abweichungen sind möglich!**

Beginn:	jeweils 15:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	begrenzt
Ort:	Großer Saal, Niederes Arsenal, Volkshochschule Rendsburg, Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg
Kosten:	6,00 € für Erwachsene; 3,00 € ermäßigt (Schülerinnen und Schüler)
Anmeldung:	Stadtbücherei Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg Tel.: 04331 33226-22 oder per E-Mail: stadtbuecherei@rendsbuerg.de

BESICHTIGUNG**der Rettungswache Rendsburg**

Mit einer Gesamtnutzfläche von etwa 2.000 Quadratmetern gehört die Rettungswache Rendsburg zu den größten innerhalb der Rettungsdienstkooperation in Schleswig-Holstein gGmbH (RKiSH).

Die heutige Rettungswache Rendsburg liegt direkt an der Schön-Klinik in der Lilienstraße und wurde im Jahr 1988 mit Hilfe einer aufwendigen Pfahlgründung erbaut und 1989 eingeweiht. Grund für die Pfahlgründung war der Hubschrauberlandeplatz für den Christoph 42 auf dem Dach des Gebäudes. Die Rettungswache Rendsburg ist die einzige Rettungswache in Schleswig-Holstein mit einem Hubschrauberlandeplatz auf dem Dach.

Erhalten Sie einen Einblick in die Rettungswache, lassen Sie sich zeigen, was so alles zum Rettungsdienst gehört, was in einem Rettungsfahrzeug ist und wie interessant und abwechslungsreich die Berufe im Rettungsdienst sind!

Termin:	Donnerstag, 12. Okt. 2023
Beginn:	10:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	begrenzt
Ort:	Rettungswache an der Schön-Klinik Lilienstraße 30, 24768 Rendsburg
Kosten:	kostenfrei
Anmeldung:	Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie Herr Radant, Zimmer 45 Tel.: 04331 206-1131



SENIORENFRÜHSTÜCK mit Überraschungsgast

Starten Sie zusammen mit anderen in den Tag und seien Sie gespannt auf den Überraschungsgast. Sie erfahren bei jedem Frühstück Informationen über verschiedene Themen und haben die Gelegenheit, Kontakte mit anderen interessierten Bürgerinnen und Bürgern zu knüpfen.



Termine:
Mittwoch, 6. Sept. 2023 | **Mittwoch, 11. Okt. 2023** | **Mittwoch, 15. Nov. 2023** | **Mittwoch, 6. Dez. 2023**

Beginn: jeweils 9:30 Uhr (Einlass 9:00 Uhr)
Teilnehmerzahl: begrenzt
Ort: Kleiner Saal im Kulturzentrum Hohes Arsenal
 Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg
Kosten: 7,00 €
Anmeldung: Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie
 Herr Radant, Zimmer 45
 Tel.: 04331 206-1131

KINOVERANSTALTUNG „Die Unschärferelation der Liebe“

Greta (Caroline Peters) ist eine notorisch lügende Schulsekretärin und nebenbei laut, spontan und unberechenbar. Alexander (Burghart Klaußner) ist ein pleitegehender Metzger, nebenbei Musikliebhaber und verkappter Intellektueller, der stets auf seine strikte Ordnung bedacht ist. An einer Bushaltestelle küsst sie ihn in den Nacken, völlig unvermittelt, einfach so. Eine Verwechslung. Oder steckt doch ein Plan dahinter? Auf alle Fälle ist es der Anfang einer elektrisierenden Liebesgeschichte, mit der beide noch fünf Minuten zuvor nicht gerechnet haben. Und so sehr sich Alexander auch sträuben mag – einer Naturgewalt wie Greta kann man sich nicht entziehen. Die unausweichliche Erkenntnis: Liebe ist immer eine Chance, mit der wir alle rechnen sollten.
(93 min; FSK 6)



Termin: **Mittwoch, 6. Sept. 2023**
Beginn: 15:00 Uhr (Einlass ab 14:15 Uhr)
Ort: KinoCenter Rendsburg
 Wallstraße 25, 24768 Rendsburg
Kosten: 8,00 € (inkl. Kaffee und Kuchen)
Anmeldung: KinoCenter, Wallstraße 25, 24768 Rendsburg
 Tel.: 04331 22916



STADTBÜCHEREI


Digitale Welten

In dieser Veranstaltungsreihe, die an bestimmten Terminen immer am **Donnerstag von 15:00 Uhr bis 16:00 Uhr** angeboten wird, werden bestehende und neue digitale Angebote der Stadtbücherei Rendsburg vorgestellt und die Nutzung möglichst einfach erklärt. Eigene digitale Endgeräte, wie z. B. Handy, E-Book-Reader oder Tablet, können mitgebracht werden, stehen aber auch zum Ausprobieren vor Ort zur Verfügung.

Leichter Einstieg in die Online-Angebote der Stadtbücherei:

Vorgelegt werden die „Onleihe zwischen den Meeren“ (E-Books und mehr), das Streaming-Portal „Film-friend“, der Hörbuchanbieter „Overdrive“ mit der Libby-App sowie die Datenbanken „Brockhaus“ und „Munzinger“. Weiterhin wird der Zeitschriftenanbieter „sharemagazines“ gezeigt, der online nur in der Stadtbücherei nutzbar ist.

Angeboten werden zwei Termine, die jeweils einzeln gebucht werden können.

Termine:	Donnerstag, 7. Sept. 2023 Donnerstag, 23. Nov. 2023	
Beginn:	15:00 Uhr bis ca. 16:00 Uhr	
Teilnehmerzahl:	begrenzt	
Ort:	Stadtbücherei, Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg	
Kosten:	kostenfrei	
Anmeldung:	Stadtbücherei, Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg Tel.: 04331 33226-22 oder per E-Mail: stadtbuecherei@rendsburg.de	

ALTER

schützt vor Handy nicht

Immer noch kein Handy? Oder noch nicht richtig benutzt? Was alles möglich und sinnvoll ist, erfahren die Teilnehmenden in diesem Seminar.

Termin:	Sonntag, 15. Okt. 2023
Beginn:	14:00 Uhr (Ende ca. 17:00 Uhr)
Teilnehmerzahl:	begrenzt
Ort:	Volkshochschule Rendsburger Ring e. V. Raum 6 im Niederen Arsenal Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg
Kosten:	28,00 €



UMGANG

mit dem Tablet für Senioren

In netter Atmosphäre werden wir an diesem Nachmittag den Umgang mit dem Tablet erlernen. Wir freuen uns auf Sie. Viel Spaß!

Termin:	Montag, 11. Sept. 2023
Beginn:	14:00 Uhr (Ende ca. 17:00 Uhr)
Teilnehmerzahl:	begrenzt
Ort:	Volkshochschule Rendsburger Ring e. V. Raum 6 im Niederen Arsenal Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg
Kosten:	28,00 €

Anmeldung: Volkshochschule Rendsburger Ring e. V., Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg, Tel.: 04331 2088-0 oder per E-Mail: vhs@vhs-rendsburg.de

SENIOREN-COMPUTERCLUB RENDSBURG E. V. (SCCRD)**Schnupperkurse zum Umgang mit Smartphone und Tablet**

Im Jahr 2005 gegründet, ist der Senioren-ComputerClub Rendsburg e.V. mit über 250 Mitgliedern einer der größten ComputerClubs in Schleswig-Holstein. Der als gemeinnützig anerkannte Verein bietet Seniorinnen und Senioren die Möglichkeit, sowohl als Anfänger als auch als Fortgeschrittene den Umgang mit einem PC, Laptop, Smartphone oder Tablet kennenzulernen bzw. vorhandene Kenntnisse mit verschiedenen Programmen und Apps zu vertiefen. Von montags bis freitags laufen jeweils 2-stündige Unterrichtseinheiten in der Zeit von 9:00 Uhr bis 21:00 Uhr.

Der Senioren-ComputerClub Rendsburg e.V. bietet 2-tägige Schnupperkurse zum Umgang mit Smartphone und Tablet. Die Kurse finden in angenehmer Atmosphäre in den Räumen des SCCRD statt. Die Teilnehmerzahl ist auf max. 9 Teilnehmer begrenzt.

Anmeldung bei der Stadt Rendsburg erforderlich.

iPhone und iPad (Apple)

Termine: Tag 1: Dienstag, 12. Sept. 2023, 13:00 bis 15:00 Uhr
Tag 2: Dienstag, 19. Sept. 2023, 11:00 bis 13:00 Uhr

Teilnehmerzahl: begrenzt

Ort: Begegnungsstätte Provianthaus
Obereiderstraße 28, 24768 Rendsburg

Kosten: 6,00 €

Anmeldung: Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie
Herr Radant, Zimmer 45
Tel.: 04331 206-1131

**Smartphone und Tablet (Android)**

Termine: Tag 1: Dienstag, 12. Sept. 2023, 11:00 bis 13:00 Uhr
Tag 2: Donnerstag, 14. Sept. 2023, 13:00 bis 15:00 Uhr

Teilnehmerzahl: begrenzt

Ort: Begegnungsstätte Provianthaus
Obereiderstraße 28, 24768 Rendsburg

Kosten: 6,00 €

Anmeldung: Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie
Herr Radant, Zimmer 45
Tel.: 04331 206-1131 (begrenzte Plätze)



Für unsere ehrenamtliche Arbeit suchen wir Personen mit PC-/Software-, Tablet- und Smartphone-Kenntnissen, die Freude daran haben, Seniorinnen und Senioren diese Medien näher zu bringen. Weitere Informationen erhalten Sie bei Wolfgang Frank im Internet unter www.sccrd.de oder per E-Mail: Vorstand@SCCRD.de

Sie finden den Senioren-ComputerClub Rendsburg e.V. in der Begegnungsstätte der Stadt Rendsburg, Obereiderstraße 28, 24768 Rendsburg (Provianthaus).

BESICHTIGUNG**der AWR mit Bioabfallbehandlungsanlage**

Haben Sie sich schon immer gefragt, was mit den Abfällen passiert, nachdem die AWR die Tonnen geleert hat? Wussten Sie, dass in Borgstedt aus dem Bioabfall Kompost für unsere Landwirtschaft entsteht und dass dabei sogar regionaler Ökostrom erzeugt wird?

Termin: Dienstag, 12. Sept. 2023
Beginn: 9:00 Uhr bis ca. 12:00 Uhr
Teilnehmerzahl: begrenzt
Ort: AWR Abfallwirtschaft Rendsburg-Eckernförde GmbH
 Borgstedtfelde 15, 24794 Borgstedt
Kosten: 6,00 € (inkl. Schnittchen und Getränke)
Anmeldung: Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie
 Herr Radant, Zimmer 45
 Tel.: 04331 206-1131

**ELEKTROFAHRRÄDER****„Fit und mobil mit E-Bike, Pedelec und Co.“**

Elektrofahrräder erfreuen sich immer größerer Beliebtheit. Die Anzahl der E-Bikes steigt rapide, die Unfallzahlen leider auch.

Bis zu 250 Watt Unterstützung helfen, mobil zu bleiben oder wieder zu werden. Im Gegensatz zu einem „normalen“ Fahrrad gibt es einiges zu beachten. Hinweise auf neue/alte Regeln im Straßenverkehr, Übungen zur Fahrdynamik, das Rad richtig einstellen und der Erfahrungsaustausch sind die Inhalte des Seminars (inkl. kleiner Fahrradtour) mit Dietmar Benz von der Kreisverkehrswacht.

Angeboten werden zwei Termine, die jeweils einzeln gebucht werden können.

Termine: Mittwoch, 13. Sept. 2023
 Mittwoch, 8. Nov. 2023
Beginn: 13:00 Uhr bis ca. 16:00 Uhr
Teilnehmerzahl: begrenzt
Ort: Eingang Neues Rathaus
 Am Gymnasium 4, 24768 Rendsburg
Kosten: kostenfrei
Anmeldung: Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie
 Herr Radant, Zimmer 45
 Tel.: 04331 206-1131



RADTOUR**in die Hüttener Berge**

Nach langer Zeit kann mal wieder eine ganztägige Fahrradtour angeboten werden. Ziel sind die Hüttener Berge. Diese Veranstaltung wird durch Herrn Herbert Schauer geleitet, vielen noch als Fachbereichsleiter aus dem Rathaus oder von den Naturfreunden Büdelsdorf her bekannt. Die Tour, deren Schwierigkeitsgrad als mittelschwer angesehen wird, wird ca. 55 Kilometer lang sein und einzuplanen sind ca. 8 ½ Stunden. Empfohlen wird ein E-Bike, ist aber nicht Voraussetzung. Mittagstisch und Einkehr zu einer Kaffeetafel (beides auf eigene Rechnung) sind eingeplant.



Termin:	Donnerstag, 14. Sept. 2023
Beginn:	9:30 Uhr bis ca. 18:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	begrenzt
Treffpunkt:	Paradeplatz, Denkmal Uwe-Jens-Lornsen
Kosten:	5,00 €
Anmeldung:	Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie Herr Radant, Zimmer 45 Tel.: 04331 206-1131

**DIGITALER
Knotenpunkt**

Seit Januar 2023 gibt es in den Werkstätten Materialhof den ersten digitalen Knotenpunkt im Kreis Rendsburg-Eckernförde.

Virtual-Reality-Brille, Augmented Reality T-Shirt, 3D-Drucker... im Rendsburger Materialhof können Bürgerinnen und Bürger zukünftig modernste Digitaltechnik ausprobieren. Das macht Riesenspaß!

Ein solcher Ort ist nun mitten im Rendsburger Zentrum in den schönen Räumen der Werkstätten Materialhof direkt über dem Café Tagespost entstanden. Bürgerinnen und Bürger können hier zusammenkommen, an fünf Stationen ohne Scheu neue Technologien ausprobieren, sich austauschen und neue Ideen entwickeln. Unterstützt werden sie dabei von Gruppenmitarbeitenden der Materi-

alhof-IT. Perspektivisch sind darüber hinaus auch regelmäßig inklusive IT-Workshops im Café Tagespost und im angrenzenden Coworking-Space Cowork17 geplant – beides ebenfalls Arbeitsbereiche des Materialhofs. In der Anfangsphase kann der digitale Knotenpunkt mittwochs von 11:00 bis 15:00 Uhr und freitags von 10:00 bis 13:00 Uhr sowie nach individueller Termin-Vereinbarung unter digitalRaum@materialhof.de besucht werden. Mittelfristig ist bei entsprechender Nachfrage eine Erweiterung der Öffnungszeiten geplant.

Zu den regulären Öffnungszeiten kann man dort sehr gerne einmal vorbeischauen. Die Werkstätten Materialhof bieten aber auch exklusiv für das Freizeit- und Kulturprogramm für Junggebliebene und Ältere außerhalb der regulären Öffnungszeit an, in kleinen Gruppen den digitalen Knotenpunkt kennenzulernen.

Termine:**Dienstag, 7. Nov. 2023****Donnerstag, 9. Nov. 2023****Beginn:**

jeweils 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr

Teilnehmerzahl:

begrenzt

Ort:Werkstätten Materialhof
Bahnhofstraße 12-14, 24768 Rendsburg**Kosten:**

kostenfrei

Anmeldung:Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie
Herr Radant, Zimmer 45, Tel.: 04331 206-1131

GEMEINSAM**Quilten und Patchworken**

Einmal im Monat (jeden 3. Dienstag) trifft man sich in der Begegnungsstätte im Proviathanhaus, um gemeinsam zu quilten oder zu patchworken. Es handelt sich um eine offene Gruppe und jeder, der Lust hat, sich mit anderen auszutauschen und das Hobby zu pflegen, ist herzlich willkommen. Nähmaschine und benötigte Utensilien müssen von jedem selbst mitgebracht werden. Die Treffen finden in der Zeit von 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr statt. Bei Fragen oder weiteren Informationen wenden Sie sich bitte an Frau Schönke-Derner unter der Telefonnummer: 04331 63263.

**Termine:**

Dienstag, 19. Sept. 2023	Dienstag, 17. Okt. 2023	Dienstag, 21. Nov. 2023	Dienstag, 19. Dez. 2023
------------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------	-----------------------------------

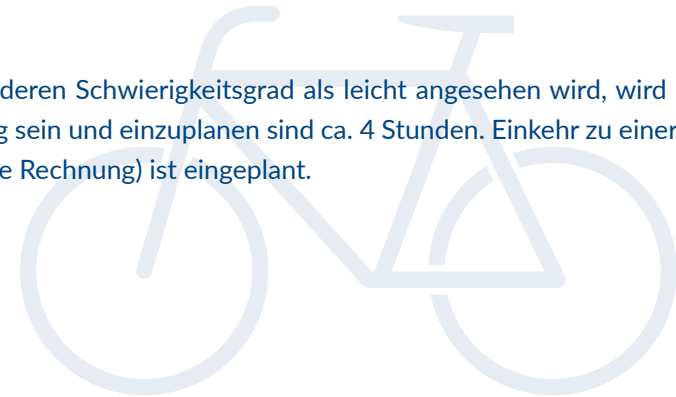
Beginn:	jeweils 14:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	begrenzt
Ort:	Begegnungsstätte (Proviathanhaus) Obereiderstraße 28, 24768 Rendsburg
Anmeldung:	nicht erforderlich

**RADTOUR****zu den Streuobstwiesen in Rendsburg**

Ziel dieser Fahrradtour werden in Rendsburg und Umgebung Streuobstwiesen, Blühwiesen, Wälder, Parks und Flüsse sein. Unter fachkundiger Leitung werden Sie zu den ökologischen Punkten geführt.

Diese Veranstaltung wird durch Herrn Herbert Schauer geleitet, vielen noch als Fachbereichsleiter aus dem Rathaus oder von den Naturfreunden Büdelsdorf her bekannt.

Die Tour, deren Schwierigkeitsgrad als leicht angesehen wird, wird ca. 20 Kilometer lang sein und einzuplanen sind ca. 4 Stunden. Einkehr zu einer Kaffeetafel (auf eigene Rechnung) ist eingeplant.



Termin:	Donnerstag, 21. Sept. 2023
Beginn:	13:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	begrenzt
Treffpunkt:	Paradeplatz, Denkmal Uwe-Jens-Lornsen
Kosten:	5,00 €
Anmeldung:	Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie Herr Radant, Zimmer 45 Tel.: 04331 206-1131



FÜHRUNG in der St. Marien-Kirche



Im Rahmen einer Führung durch die St. Marien-Kirche trifft man auf die Ausstellung „Glaubensspuren“.

Die Dauerausstellung „Glaubensspuren“ lädt zu einer Reise durch 1.200 Jahre Christentum in Holstein ein – von den Anfängen unter Ansgar über die Reformation bis zur heutigen Nordkirche. Präsentiert werden Spuren christlichen Glaubens in Geschichte, Architektur, Skulptur, Musik und Wissenschaft.

In vier Themenbereichen wird die wechselvolle Kirchengeschichte Holsteins erzählt. Es werden wichtige Beiträge der protestantischen – und speziell Rendsburger – Kirchenmusik in Ton, Text und Bild vorgestellt und es wird an den fast vergessenen Rendsburger barockgelehrten Marquard Gude erinnert.

Termine:

Donnerstag, 21. Sept. 2023, 11:00 Uhr

Dienstag, 24. Okt. 2023, 10:00 Uhr

Donnerstag, 16. Nov. 2023, 11:00 Uhr



Teilnehmerzahl:

begrenzt

Ort:

St. Marien-Kirche

An der Marienkirche 21, 24768 Rendsburg

Kosten:

kostenfrei

Anmeldung:

Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie

Herr Radant, Zimmer 45

Tel.: 04331 206-1131

KINOVERANSTALTUNG „Acht Geschwister“

Zwei Frauen und sechs Männer, allesamt Geschwister, wurden zwischen 1933 und 1943 geboren und wuchsen gemeinsam auf einem Bauernhof in Pommern auf. Ende des Zweiten Weltkrieges mussten sie mit ihren Eltern flüchten, ehe sie während des Kalten Krieges durch die Mauer fast 40 Jahre voneinander getrennt waren – dennoch schafften sie es, miteinander Kontakt zu halten. Nun begeben sich die Geschwister auf eine Reise nach Polen, zurück in das kleine Dorf, in dem sie einst aufgewachsen sind. Es ist eine Reise zurück in ihre Kindheit, in der sie alte Geschichten wieder aufleben lassen.

(90 min; FSK 6)



Termin:

Mittwoch, 4. Okt. 2023

Beginn:

15:00 Uhr (Einlass ab 14:15 Uhr)

Ort:

KinoCenter Rendsburg

Wallstraße 25, 24768 Rendsburg

Kosten:

8,00 € (inkl. Kaffee und Kuchen)

Anmeldung:

KinoCenter, Wallstraße 25, 24768 Rendsburg

Tel.: 04331 22916



FÜHRUNG durch das „neue“ Historische Museum

Ende Juli 2020 wurde nach einer umfangreichen Neugestaltung das Historische Museum Rendsburg wiedereröffnet. Zu einem Museumsbesuch unter Führung des Museumsleiters Florian Böings sind Sie herzlich eingeladen!



Termin: Mittwoch, 25. Okt. 2023
Beginn: 15:30 Uhr
Teilnehmerzahl: begrenzt
Ort: Museen im Kulturzentrum
 Arsenalstraße 2-10, 24768 Rendsburg
Kosten: 4,00 € (inkl. Führung)
Anmeldung: Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie
 Herr Radant, Zimmer 45
 Tel.: 04331 206-1131



KINOVERANSTALTUNG „Maria träumt“

Maria (Karin Viard) ist Haushälterin. Sie ist seit 25 Jahren verheiratet, zurückhaltend, schüchtern und ungeschickt. Ihr geblümtes Notizbuch, in das sie heimlich Gedichte schreibt, legt sie nie aus der Hand. Als sie an die Kunstschule versetzt wird, trifft sie Hubert (Grégory Gadebois), den launischen Hausmeister der Schule, und entdeckt einen faszinierenden Ort, an dem Freiheit, Kreativität und Wagemut herrschen. Wird Maria, die immer pflichtbewusst und unauffällig war, in dieser so neuen Welt endlich vom Leben überwältigt werden?
(95 min; FSK 6)



Termin: Mittwoch, 1. Nov. 2023
Beginn: 15:00 Uhr (Einlass ab 14:15 Uhr)
Ort: KinoCenter Rendsburg
 Wallstraße 25, 24768 Rendsburg
Kosten: 8,00 € (inkl. Kaffee und Kuchen)
Anmeldung: KinoCenter, Wallstraße 25, 24768 Rendsburg
 Tel.: 04331 22916






BESICHTIGUNG des Klärwerks Rendsburg

Jährlich gelangen ca. 4 Millionen Kubikmeter Abwasser aus dem gesamten Wirtschaftsraum Rendsburg, in dem rund 70.000 Menschen leben, über das Kanal- und Leitungsnetz zum Klärwerk der Stadt Rendsburg am alten Posthof und werden dort auf hohem Niveau gereinigt. Erst nach der aufwändigen und mehrstufigen Abwasserbehandlung gelangt das wieder saubere Wasser in die Eider und somit in den Wasserkreislauf zurück. Vielleicht haben Sie sich schon immer gefragt, wie das Abwasser gesammelt, transportiert und gereinigt wird und wie viele Schritte und Prozesse dafür nötig sind. Gern erläutern wir Ihnen das auf unserem Klärwerk und heißen Sie herzlich willkommen.

Da die mögliche Teilnehmerzahl für eine Führung begrenzt ist, wird gebeten, sich entsprechend eine Karte zu sichern. Hinweis: Auf der Kläranlage selbst steht nur eine begrenzte Anzahl von Parkplätzen zur Verfügung. Zu Beginn der Führung gibt es eine Sicherheits- und Hygieneunterweisung. Das Betreten der Kläranlage erfolgt auf eigene Gefahr!


Termin:	Mittwoch, 15. Nov. 2023	
Beginn:	10:00 Uhr	
Teilnehmerzahl:	begrenzt	
Ort:	Klärwerk Rendsburg, Posthof 1, 24787 Fockbek	
Kosten:	kostenfrei	
Anmeldung:	Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie Herr Radant, Zimmer 45 Tel.: 04331 206-1131	

KINOVERANSTALTUNG „???“

**Lassen Sie
sich überraschen!**

*Bei Redaktionsschluss
stand noch nicht fest,
welcher Film hier gezeigt
werden kann!*



Termin:	Mittwoch, 6. Dez. 2023	
Beginn:	15:00 Uhr (Einlass ab 14:15 Uhr)	
Ort:	KinoCenter Rendsburg Wallstraße 25, 24768 Rendsburg	
Kosten:	8,00 € (inkl. Kaffee und Kuchen)	
Anmeldung:	KinoCenter, Wallstraße 25, 24768 Rendsburg Tel.: 04331 22916	

WIE ENTSTEHT EINE INSZENIERUNG?**Ein Probenbesuch vor der Schauspielpremiere**

Das Landestheater bietet auch im 2. Halbjahr 2023 gerne wieder eine Veranstaltung im Rahmen des Freizeit- und Kulturprogramms für Junggebliebene und Ältere der Stadt Rendsburg: Zur Abwechslung dieses Mal keine Führung, sondern einen Probenbesuch!

Besuchen Sie eine Bühnenprobe zu Eugène Labiches **DAS SPARSCHWEIN** und erleben Sie dabei, wie eine Inszenierung entsteht und wer daran beteiligt ist. Im Anschluss haben Sie die Möglichkeit, mit dem Regieteam und Ensemble ins Gespräch zu kommen. Lassen Sie sich von dieser Komödie überraschen!

Die Veranstaltung ist barrierefrei. Rollstuhl bitte bei der Anmeldung angeben.


Termin:	Montag, 11. Dez. 2023	
Beginn:	11:00 Uhr bis ca. 13:00 Uhr	
Teilnehmerzahl:	begrenzt	
Ort:	Stadttheater Rendsburg Hans-Heinrich-Beisenkötter-Platz 1, 24768 Rendsburg	
Kosten:	kostenfrei	
Anmeldung:	Stadt Rendsburg – Fachdienst Familie Herr Radant, Zimmer 45 Tel.: 04331 206-1131	

ENTDECKEN**Uns plattdütsch Moderspraak**

Entdecken Sie gemeinsam mit anderen Teilnehmern in gemütlicher Runde die plattdeutsche Sprache wieder. Die Gesprächsrunde findet in der Begegnungsstätte Obereiderstraße 28 (Provianhaus) in Rendsburg statt.



Termine:				
Mittwoch,	Mittwoch,	Mittwoch,	Mittwoch,	Mittwoch,
6. Sept. 2023	4. Okt. 2023	1. Nov. 2023	6. Dez. 2023	

Beginn:	jeweils 15:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr	
Ort:	Begegnungsstätte im Provianhaus Obereiderstraße 28, 24768 Rendsburg	
Kosten:	3,00 € je Vortrag (vor Ort zu entrichten)	
Anmeldung:	nicht erforderlich	

VERANSTALTUNGEN

Mehrgenerationenhaus Rendsburg und Evangelische Familienbildungsstätte Rendsburg-Eckernförde im Zentrum für Kirchliche Dienste (ZeKiD)

Offenes Café

Das Mehrgenerationenhaus Rendsburg bietet ein offenes Café an. Jede und Jeder ist herzlich eingeladen zum Klönen bei Kaffee und Kuchen. Wer Lust hat, kann mit anderen Gesellschaftsspiele spielen, Handarbeiten anfertigen oder lesen. Kaffee, Tee, Kaltgetränke und Kuchen stehen für Sie bereit zum kleinen Preis.



Jeden Dienstag von 14:30 Uhr bis 17:00 Uhr außerhalb der Schulferien.

Offenes Singen

Wer gerne singt, ist herzlich eingeladen zum Singen mit Martina! In fröhlicher Runde werden Volkslieder, Schlager, Gospels und weitere Hits aus vielen Musikrichtungen gesungen. Martina Jochims hält viele Lieder vor und begleitet mit ihrer Gitarre.

Jeden Donnerstag von 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr außerhalb der Schulferien.



Rückenfit

In diesem Kurs wird zielgerecht an einer Verbesserung der Bauch- und Rückenmuskulatur gearbeitet, Körperhaltung und Bewegungen im Alltag optimiert. Selbstverständlich gibt es Tipps und Kniffe für einen schmerzfreien Alltag.

10 Termine, jeweils montags
von 18:30 Uhr bis ca. 19:30 Uhr

Begrenzte Teilnehmerzahl,
Kosten: 75,00 €,
Anmeldung erforderlich.



Ort:

Anmeldung:

Webseite:

Familienbildungsstätte Rendsburg-Eckernförde
Am Margarethenhof 41, 24768 Rendsburg
Familienbildungsstätte Rendsburg-Eckernförde
Tel.: 04331 94560-10
Per E-Mail: fbs@kkre.de
www.fbs-rendsbuerg.de



SPORTANGEBOTE**des Rendsburger Turn- und Sportverein v. 1859 e. V.****AKTIV 60 PLUS**

Bei diesem Sportangebot für Teilnehmerinnen und Teilnehmer ab 60 Jahren wird

- bei gängiger Musik der ganze Körper trainiert,
- das Gleichgewicht gefördert,
- der Gelenkapparat geschmeidig gehalten,
- zusätzlich das Herz-Kreislauf-System aktiviert.

Ein abwechslungsreiches Bewegungsprogramm zum Erhalt und zur Verbesserung von Ausdauer, Kraft, Beweglichkeit, Koordination und Gleichgewicht. Verschiedene Zusatzgeräte wie Theraband, Balance-Pads, Redondobälle etc. kommen zum Einsatz.

Aktiv 60 plus, Walking mit Minihanteln

Ein ideales Bewegungskonzept, um die körperliche Fitness zu steigern und damit das Immunsystem in Schwung zu bringen. Das Training beginnt mit einer dynamischen Erwärmung. Danach geht es walkend nahezu bei jedem Wetter unter Einsatz von Minihanteln (sogen. Brasils zur Aktivierung der Tiefenmuskulatur) ins Nobiskrüger Gehölz zur leichten Gymnastik und Gleichgewichtstraining unter Bäumen.

Ansprechpartnerin: Hannelore Besser, Tel.: 04331 27285

Zeit: Montag, von 9:30 Uhr bis 10:30 Uhr

Ort: RTSV Vereinsheim, Nobiskrüger Allee 42a, 24768 Rendsburg

Aktiv 60 plus „Bewegung für Ältere im Freien“

Zeit: Montag, von 10:45 Uhr bis 11:45 Uhr

Ort: Beginn am RTSV Vereinsheim, Nobiskrüger Allee 42a, 24768 Rendsburg, anschließend ins Nobiskrüger Gehölz oder bei schlechtem Wetter ins Vereinsheim.

GYMNASTIK AB 55 JAHREN

- Verbesserung und Erhaltung der Beweglichkeit, Muskelkräftigung und Dehnung
- gleichzeitig Training für den Kreislauf

Ansprechpartnerin: Hannelore Besser, Tel.: 04331 27285

Zeit: Dienstag, von 16:00 Uhr bis 17:00 Uhr

Ort: Sporthalle der Obereiderschule

Pastor Schröder Straße 62, 24768 Rendsburg

PILATES / RÜCKENFIT (WIRBELSÄULENGYMNASTIK)

- Dient der Vorbeugung von Rückenbeschwerden
- Erlernen von wirbelsäulengerechtem Verhalten im Alltag
- Kräftigung und Dehnung der Muskulatur

Ein sanftes Körpertraining, in dem tief liegende Muskelgruppen, vor allem die des Körperzentrums, angesprochen werden. Es geht hier um eine wohltuende Kombination aus bewusster Atmung, Körperhaltung, fließenden Bewegungen. Erreichen wollen wir körperliche Kräftigung und Dehnungsfähigkeit sowie bessere Mobilisation und Koordination. Dies soll dem Zweck dienen, Verspannungen zu lösen und Rückenschmerzen vorzubeugen.

Ansprechpartnerin: Hannelore Besser, Tel.: 04331 27285

Ort: RTSV Vereinsheim, Nobiskrüger Allee 42a, 24768 Rendsburg

Zeit:

Montag, von 17:00 Uhr bis 18:00 Uhr

Dienstag, von 17:30 Uhr bis 18:30 Uhr (zurzeit alles belegt)

Dienstag, von 18:45 Uhr bis 19:45 Uhr

Dienstag, von 20:00 Uhr bis 21:00 Uhr

SENIORENRAT der Stadt Rendsburg

Die Mitglieder des Seniorenrates wurden 2021 gewählt und er besteht aktuell aus folgenden Personen:

Neumärker, Deike (Vorsitzende)	Ivers, Sabine	Meislahn, Brigitte (Schriftführerin)	Schmelzkopf, Beate
Blümlein, Kurt (1. stellv. Vorsitzender)	Jahn, Helga (stellv. Schriftführerin)	Müller, Hans (Kassenprüfer)	von Berg, Gertraude
Tönsfeldt, Antje (2. stellv. Vorsitzende)	Mäder, Uwe	Peters, Christian (Kassenprüfer)	

Sprechstunde des Seniorenrates

Der Seniorenrat ist Ansprechpartner und Interessenvertretung der Seniorinnen und Senioren. Wünsche, Anliegen und Ideen nehmen wir gerne auf.

Jeden 1. Dienstag im Monat bieten wir von 14:00 Uhr bis 16:00 Uhr im Zeitschriftenbereich in der Stadtbücherei im Kulturzentrum eine Sprechstunde an. Es halten sich Mitglieder des Seniorenrates für ein Gespräch bereit.

Weitere Möglichkeiten, um dem Seniorenrat Wünsche mitzuteilen:

Wunschbox im Rathaus-Foyer

Per E-Mail: seniorenrat@rendsburg.de

Der Seniorenrat freut sich auf Gespräche mit Ihnen und Ihre Anregungen.



INTERNETCAFÉ in der Begegnungsstätte

Ein Kommunikationspunkt für an Technik interessierte Ruheständler. Mit dem Internet oder mit dem Tischnachbarn lassen sich manche Probleme z. B. mit dem Smartphone lösen. Auch andere Themen werden diskutiert. Ein Internetanschluss für das mitgebrachte Notebook ist vorhanden. Fragen zum Notebook, Internet und den Programmen lassen sich dadurch individuell besprechen. Für Besucherinnen und Besucher ohne Notebook stehen Notebooks ebenso wie Tablets zur Verfügung.

Das Internetcafé in der Begegnungsstätte Obereiderstraße 28 (Proviathanhaus) hat jeden Donnerstag in der Zeit von 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr in der ersten Etage geöffnet. Der Besuch ist kostenlos, verpflichtet zu nichts und darf gerne wiederholt werden. Als Ansprechpartner steht Ihnen Herr Rolf Böhler vor Ort zur Verfügung.



Termin:	jeden Donnerstag
Beginn:	ab 10:00 Uhr
Teilnehmerzahl:	keine Begrenzung
Ort:	Begegnungsstätte im Proviathanhaus Obereiderstraße 28, 24768 Rendsburg
Kosten:	kostenfrei
Anmeldung:	nicht erforderlich

FREIZEIT- & KULTURPROGRAMM FÜR JUNGGEBLIEBENE & ÄLTERE DER STADT RENDSBURG

Karten für die Veranstaltungen erhalten Sie
im Rahmen der vorhandenen Plätze bei der:

Stadt Rendsburg
Fachdienst Familie
Am Gymnasium 4
24768 Rendsburg

Ansprechpartner:

Michael Radant
Zimmer 45
Tel.: 04331 206-1131
E-Mail: familie@rendsburg.de

Servicezeiten:

Mo, Di, Do + Fr: 8:00 – 12:00 Uhr – ohne Termin
Mo: 14:00 – 16:00 Uhr – ohne Termin
Di: 14:00 – 16:00 Uhr – mit Termin
Mi: geschlossen
Do: 14:00 – 18:00 Uhr – mit Termin

Die aktuellen Servicezeiten der Stadt Rendsburg finden Sie auf unserer
Internetseite unter www.rendsburg.de

Kartenkauf ist ab sofort möglich.

Wichtig: Die Teilnahme am Freizeitprogramm erfolgt auf eigene Gefahr. Teilnehmerinnen und Teilnehmer haften nach den gesetzlichen Vorschriften. Für Haftpflichtansprüche Dritter und Unfälle besteht seitens der Stadt Rendsburg kein Versicherungsschutz.

