

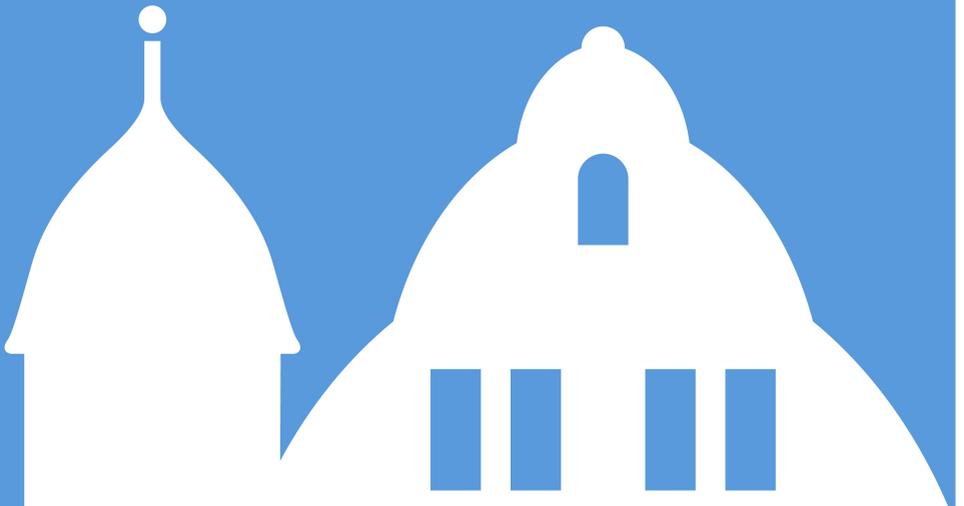


**PROgymnasium
Bensberg e.V.**
Bürgerhaus

KURS- PROGRAMM

2. Halbjahr 2017

Begegnung, Betreuung, Beratung



Liebe Kursteilnehmerinnen und Kursteilnehmer,
liebe Freunde des PRO,

"EINBLICKE GEWINNEN" heißt das Motto unseres Programmheftes für das 2. Halbjahr 2017. Um Ihnen neue Einblicke zu ermöglichen, haben wir für Sie wieder ein ansprechendes Programm zusammengestellt. Es bietet erneut eine Vielfalt von Möglichkeiten, die eigenen Potenziale zu entdecken und sich persönlich und vielleicht auch beruflich weiterzuentwickeln.



Im Gesundheitsbereich finden Sie zum Beispiel Angebote zu Entspannung und Stressabbau für Alltag und Beruf. Verbessern Sie Ihre Sprachkompetenzen und profitieren Sie von unseren zielgruppenorientierten Kursangeboten.

Im Rahmen unserer Kulturarbeit möchte ich Sie jetzt schon auf eine Matinee im PRO aufmerksam machen. Den Termin im Spätsommer entnehmen Sie bitte zum gegebenen Zeitpunkt der Presse und unserer Homepage. Es wäre schön, wenn diese musikalische Morgenunterhaltung Anklang findet und damit ein fester Bestandteil unseres Kulturangebotes wird.

Insgesamt zielt unser Programm darauf ab, mit Bildung Grenzen im Denken und Handeln zu überwinden und den Horizont zu erweitern.

Machen Sie doch mit - wir freuen uns auf Sie!

Ihr

A handwritten signature in black ink, appearing to read 'M. Klein', written in a cursive style.

Manfred Klein (Vorsitzender)
PROgymnasium Bensberg e.V.

Übrigens:

"Eine Investition in Wissen bringt noch die besten Zinsen."
Diese Erkenntnis von Benjamin Franklin gilt heute mehr denn je.

Der PROgymnasium Bensberg e.V. versteht sich als Bürgerhaus, generationsübergreifende Bildungs- und Veranstaltungsstätte und Treffpunkt für Seniorinnen und Senioren in der zweiten Lebenshälfte. Sie erhalten hier auch umfassende Beratung, Hilfs- und Unterstützungsangebote für Menschen mit Behinderung. Angeboten werden ebenfalls ambulante Betreuungen von Menschen mit Behinderung im Bereich Betreutes Wohnen.

Vorwort	3
Vorstand/Impressum.....	7
Aufgabenfelder im PRO.....	8
- Begegnungsstätte PRO Treff , Ansprechpartner/innen.	10
- Anmeldung.....	9
- Kunst und Kreativität.....	11-17
- Sprachen	19-28
- Kultur und Gesellschaft	29-38
- Gesundheit und Bewegung	39-48
- Beratung und Hilfen	49-54
- Weitere Abteilungen und Angebote.....	55-62
- Vermietung von Räumen im PRO.....	56
- PRO Media gGmbH - Integration und Arbeit im PRO....	57
- Informationen für Hör- und Sprachgeschädigte.....	58
- Beratung und Hilfen für ambulantes Betreutes Wohnen für Menschen mit Behinderung.....	60-62
- Mitgliedschaften und Kooperationen.....	67
- Teilnahmebedingungen für Kurse.....	68
- ANMELDUNG KURSE (Anmeldeformular).....	69
- Geschenkgutschein.....	63
- Inserenten	64
- Dank an Unterstützer.....	64
- Förderverein Progymnasium Bensberg e.V.....	65-66

A	
Abteilungen im PRO.....	8
Acrylmalerei am Dienstag.....	14
Acrylmalerei am Mittwoch	15
Adresse PROgymnasium e.V...(Rückseite)	
Aquarellmalerei am Dienstag.	14
Aquarellmalerei am Donnerstag.....	15
Anmeldeinformationen PRO Treff.....	9
Anmeldeformular Kurse.....	69
Ansprechpartner/innen PRO Train..	61-62
Ansprechpartner/innen PRO Treff.....	10
Anmeldung Kurse.....	69
B	
Bankverbindung	7
Begegnungsstätte PRO Treff	10
BeTreff - Musik und Tanztheater für Menschen mit Behinderung.....	62
Betreutes Wohnen PRO Train.....	60
Boule.....	34
Bridge.....	36
C	
Computerberatung.....	50/51
D	
Doppelkopf	36
E	
Ehrenamtliche Mitarbeit	10
Englisch Sprachkurse.....	20-22
F	
Fahrradtouren.....	46/47
Fitnesskurs.....	40
Förderverein PROgymnasium.....	65
Förderverein Beitrittserklärung.....	66
Französisch - Fortgeschrittene.....	26
G	
Gedächtnistraining.....	30
Gebärdensprachkurs.....	28
Geschenkgutschein.....	63
Gymnastik für Senioren.....	40/41
H	
Hatha Yoga.....	42/43
I	
Impressum.....	7
Inhaltsverzeichnis.....	4
Inserenten.....	64
Italienisch Anfänger.....	24
J	
Japanisches Heilströmen.....	44
K	
Kegeln.....	34
Kino für Senioren.....	38
Kontakt PRO Treff.....	10
Kreatives Schreiben.....	16/17
L	
Literaturclub "Nachlese".....	33
Line Dance.....	48
M	
Mitgliedschaften und Kooperationen...67	
Mittagessen im „PRO Restaurant“.....	32
Musik- und Tanztheater.....	62
N	
Neue Technik bedienen.....	54
Notizen.....	70

O		V	
Öffnungszeiten Büro.....	10	Vermietung von Räumen.....	56
		Vorstand.....	7
		Vorwort.....	3
P		W	
Patchwork und Quilten.....	12/13	Wanderungen.....	45
PC – Individuelle Beratung.....	50		
PC – Individuelle Beratung mobil.....	51	Y	
Philosophie für Einsteiger.....	31	Yoga - Hatha nach Sivananda.....	42
PRO Media.....	57	Yoga - Hatha.....	43
PRO Train - Betreutes Wohnen.....	60-62		
R			
Radtouren.....	46/47		
Raumvermietung.....	56		
Reparaturen im Haushalt.....	54		
S			
Schach.....	35		
Schreibkurs.....	16/17		
Seidenmalerei.....	12		
Seniorenkino Bensberg	38		
Skat.....	35		
Smartphone (Anfänger).....	52		
Smartphone (Fortgeschrittene).....	52		
Spanisch für fortgeschr. Anfänger.....	23		
Spanisch Stammtisch.....	25		
Square Dance.....	48		
T			
Tanzen ohne Partner/in.....	48		
Technik bedienen.....	54		
Teilnahmebedingungen für Kurse ...	68		

Die im Programmheft mit * gekennzeichneten Veranstaltungen werden von der Paritätischen Akademie in Kooperation mit dem PROgymnasium Bensberg e.V. durchgeführt.

Vorstand

Der PROgymnasium Bensberg e.V. wird von einem ehrenamtlichen Vorstand geleitet:

Manfred Klein (Vorsitzender)
Hermann Pohl (stellv. Vorsitzender)
Peter Grade (stellv. Vorsitzender)
Doris Eck
Karl-Heinz Nessler

Telefon (02204) 9548 - 0
Fax (02204) 9548 - 26
E-Mail info@progymnasium.de
Homepage www.progymnasium.de

**Bitte unterstützen Sie unsere vielfältigen
Aufgaben im PRO!**

**Werden Sie Mitglied im Förder- und
Trägerverein!**

Das Antragsformular finden Sie auf Seite 66!

Impressum

PROgymnasium Bensberg e.V.
Schlossstr. 84, 51429 Bergisch Gladbach
Bensberger Bank
BIC: GENODE1BGL
IBAN: DE52 3706 2124 0007 1000 27
Amtsgericht Köln
Vereinsregister 50 1555
Manfred Klein
Frick Kreativbüro&onlinedruckerei e.K.
pixabay.de CC0 1.0 Universell, Uwe Völkner, eigene Bilder
Michael Kurz, Martin Holst

Anschrift

Bankverbindung

**Vereinsregister
Registernummer
Vorstandsvorsitz**

Druckerei

Bildquelle

Programmheft

Folgende Abteilungen finden Sie in unserem Haus :

PRO Treff Begegnungsstätte

Wir verstehen uns als Begegnungsstätte und lebendiger Treffpunkt für Menschen, vor allem in der zweiten Lebenshälfte, ab 50 Plus. Die Interessen der Teilnehmer/innen dienen uns zur Orientierung. Ein breit gefächertes Kurs- und Freizeitprogramm wartet auf Sie und möchte Sie begeistern.

Machen Sie sich auf den Weg, lassen Sie sich inspirieren und lernen Sie Neues kennen. Hier haben Sie die Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und Erlebnisse mit anderen Menschen zu teilen.

PRO Train - Betreutes Wohnen unterstützt erwachsene Menschen mit Behinderung im Rahmen einer Trainingswohngemeinschaft und/oder in der eigenen Wohnung.

Vermietung von Räumen

Feiern Sie im PRO anstatt zu Hause! In den hellen, geschmackvoll eingerichteten Räumen ist Platz für rund 70 Gäste. Wir stellen Tische und Stühle zur Verfügung. Sie können eine komplett eingerichtete Küche nutzen.

PRO Media Bildung & Kultur gGmbH - Integration und Arbeit

PRO Media bietet Menschen mit Benachteiligungen einen Arbeitsplatz, an dem sie Qualitätsleistungen erbringen können. Seit kurzem bieten wir auch Assistenzdienstleistungen an.

Anmeldung zu Kursen, Gruppen und Angeboten

Für die Teilnahme an den Kursen ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich.

Unsere Kurse richten sich weitgehend nach den Schulferien. Die genauen Termine erhalten Sie im Büro PRO Treff sowie von den Kursleitungen.

Die Gruppen, für die keine Teilnahmegebühr erhoben wird, bedürfen keiner schriftlichen Anmeldung.

Bei weiteren Fragen gibt PRO Treff gerne Auskunft!
Anmeldeformular: siehe Seite 69



PROgymnasium Bensberg e.V.
Bürgerhaus, Behinderten- und Generationentreff

Pädagogisches Leitungsteam:



Teamleitung
Heiko Reinhold
Telefon (02204) 9548 - 15
Fax (02204) 9548 - 26
heiko.reinhold@progymnasium.de



Yvette Singer
Telefon (02204) 9548 - 15
Fax (02204) 9548 - 26
yvette.singer@progymnasium.de

Sprechzeiten:

Montag - Freitag von 10.00 - 12.00 Uhr
Montag - Donnerstag von 14.00 - 16.00 Uhr

Das Team wird ergänzt durch die Mitarbeiter:



Albert Kessel



Jürgen Lütge

Ehrenamtliche Mitarbeit im PRO

Wir freuen uns über Ihr ehrenamtliches Engagement im PRO. Wir erhalten sehr viel Unterstützung seitens der ehrenamtlichen Mitarbeiter/innen, die in vielen Bereichen unersetzlich sind. An dieser Stelle noch einmal vielen Dank dafür!

Der zeitliche Umfang und der Einsatzbereich ist frei gewählt. Der Einsatz erfolgt nach eigenen Wünschen und Ideen und dem Bedarf bei PRO Treff.

Wir unterstützen Sie dabei, ihre Vorstellungen, Projekte und Ideen umzusetzen.

Wir freuen uns auf Ihr Interesse und Ihre Hilfe.

Rufen sie uns an:

PRO Treff Team

(02204) 9548 - 15

pro.treff@progymnasium.de

Kunst und Kreativität



Silke Henze

Experimentelle Seidenmalerei

"Der Dom zu Köln"

- In der ersten Aufgabe wird der Dom nach einer Idee von Ursula Koch in Stücke geteilt und wieder zusammengefügt.

- In der zweiten Aufgabe wird der Dom von Föhnlinien überdeckt. (Lasurtechnik)

Kurs-Nr.	17B120
Termine	11.09.2017 - 11.12.2017
Tag, Zeit	Montag, 09.00 - 11.15 Uhr
Stunden	11 Termine, je 3 x 45 Min.
Gebühr	88,00 Euro
Kursleitung	Traute Wahnschaffe
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Patchwork und Quilten (fortlaufend)

Der kreative Umgang mit Stoffen in schönen Farben macht viel Freude. Patchwork und Quilten, zwei sehr alte Handarbeitstechniken, sind leicht zu erlernen und überraschen auch erfahrene Quilterinnen immer wieder mit neuen Mustern und Nähweisen. Auch diesmal werde ich Ihnen wieder viel Schönes und Interessantes zeigen: Beispiele für nützliche und dekorative Patchworkarbeiten, neue Werkzeuge und Arbeitshilfen, und natürlich gibt es auch Anregungen für Genähtes aus Weihnachtsstoffen zum Schmücken und zum Verschenken. Ausführliche schriftliche Schritt für Schritt-Anleitungen helfen beim Nacharbeiten der gezeigten Beispiele.

Kurs-Nr.	17B121
Termine	04.09., 09.10., 06.11., 04.12.2017
Tag, Zeit	Montag, 14.30 - 16.45 Uhr
Stunden	4 Termine, je 3 x 45 Min.
Gebühr	32,00 Euro
Kursleitung	Else Feltkamp
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

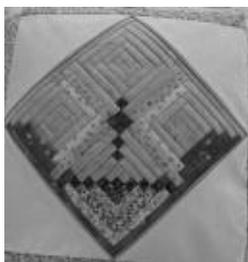
Patchwork und Quilten einen ganzen Tag

Gönnen Sie sich einen ganzen, langen Patchworktag in fröhlicher Atmosphäre! Alle, sowohl Einsteigerinnen als auch geübte Quilterinnen, lernen viel Neues und gehen mit einer fertigen Arbeit nach Hause.

Mittags gibt es einen kleinen Imbiss.

Bitte mitbringen: Nähmaschine, Schneidewerkzeug, Stoffe und Nähzutaten.

Absprachen über inhaltliche Arbeiten ausschließlich mit der Kursleitung.



17B122

20.09.2017

Mittwoch, 10.00 - 17.00 Uhr

1 Termin, 8 x 45 Min.

22,00 Euro

Else Feltkamp

schriftliche Anmeldung erforderlich

PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.

Termin

Tag, Zeit

Stunden

Gebühr

Kursleitung

Anmeldung

Infos



Wolle - Stoffe - Kurzwaren

Verstrickt & Zugenäht
Barbara Müller

Schloßstraße 59a
51429 Bergisch Gladbach/Bensberg

Telefon (02204) 917531
Email verstrickt-und-zugenaegt@web.de

Aquarellmalerei am Dienstag Anfänger und Fortgeschrittene

In diesem Kurs loten wir die Grenzen des Aquarells aus. Stillleben, Landschaften und Menschen werden genau betrachtet, um dann wieder losgelöst davon zu arbeiten.

Mit viel Spaß und Leichtigkeit werden Sie in einer herzlichen Runde zu Ihrem kreativen Potential geführt.

(Materialkosten sind nicht im Preis enthalten)

Kurs-Nr.	17B123
Termine	29.08.2017 - 12.12.2017
Tag, Zeit	Dienstag, 09.15 - 12.15 Uhr
Stunden	13 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	156,00 Euro
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Malen mit Acryl am Dienstag Anfänger und Fortgeschrittene

Neben den grundlegenden Techniken mit der Acrylmalerei experimentieren wir auch mit Sand, Moorlauge, Tusche und Sprayfarben. Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Von Stillleben, Landschaften und Portraits holen wir uns Anregungen, um eigene Bilder mit Spaß und Freude zu entwickeln.

Eigene Farben etc. müssen mitgebracht werden, exotische Materialien werden umgelegt.

Kurs-Nr.	17B125
Termine	29.08.2017 - 12.12.2017
Tag, Zeit	Dienstag, 18.00 - 21.00 Uhr
Stunden	13 Termine, je 4 x 45 Minuten
Gebühr	156,00 Euro
Kursleitung	Ulrike Braun
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Malen mit Acryl am Mittwoch Anfänger und Fortgeschrittene

Zu einem gemeinsamen Thema (z.B. Landschaft, Frühling, Bäume, etc.) entwickeln wir eigene Bilder bis hin zur Abstraktion. Spielerische Übungen vertiefen die Techniken und schulen das Farbempfinden und die Fähigkeit zur Komposition. Auch Anfänger sind herzlich willkommen.

(Materialkosten sind nicht im Preis enthalten)

17B126

30.08.2017 - 13.12.2017

Mittwoch, 09.30 - 12.30 Uhr

14 Termine, je 4 x 45 Minuten

168,00 Euro

Ulrike Braun

schriftliche Anmeldung erforderlich

PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.

Termine

Tag/Zeit

Stunden

Gebühr

Kursleitung

Anmeldung

Infos

Aquarellmalerei am Donnerstag Anfänger und Fortgeschrittene

In einer kreativen, herzlichen Atmosphäre erlernen und vertiefen wir die Möglichkeiten des Aquarells. Neben den traditionellen Techniken experimentieren wir auch mit den unterschiedlichsten Materialien. Hier sind der Freude am Experimentieren keine Grenzen gesetzt.

(Materialkosten sind nicht im Preis enthalten)

17B127

31.08. - 14.12.2017

Donnerstag, 09.15 - 12.15 Uhr

14 Termine, je 4 x 45 Minuten

168,00 Euro

Ulrike Braun

schriftliche Anmeldung erforderlich

PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.

Termine

Tag, Zeit

Stunden

Gebühr

Kursleitung

Anmeldung

Infos

Ein kreativer Schreibkurs

"Schreiben heißt: sich selber lesen" (Max Frisch)

Jeder Mensch trägt Ideen, Gedanken, Gefühle und Erinnerungen in sich. Mit Hilfe des Schreibens werden Sie feststellen, wie viel Erzählenswertes es in Ihrem Leben gibt.



Schreiberfahrungen sind nicht erforderlich. Es reicht die Freude daran, Dinge zu Papier zu bringen und die Neugier auf das Sich-Selbst-Ausprobieren. Außerdem gibt es viel Spaß und Unter-

haltung beim Schreiben in der Gruppe. Sie lernen unterschiedliche Arten und Methoden des Kreativen Schreibens kennen und verfassen eigene kurze Texte. Anregungen zum Schreiben sind z.B. Bilder, Gegenstände, Textauszüge, Erinnerungen, Themen der Jahreszeit, etc. und Schreibspiele in der Gruppe.

Bitte mitbringen: Papier und Stifte, mit denen Sie gerne schreiben.

Kurs-Nr.	17B129
Termine	18.09., 25.09., 02.10., 09.10., 16.10., 06.11., 13.11., 20.11. 2017
Tag, Zeit Stunden	Montag, 10.00 - 12.15 Uhr 8 x 3 Ustd.
Gebühr	98,00 Euro (bei 8 Teilnehmer/innen)
Kursleitung	Martina Vermöhlen
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Schreibzeit

Ein Tag - ganz für mich

Sie haben Freude am Schreiben und suchen neue Wege, sich in eigenen Texten auszudrücken?

Spielerisch begeben Sie sich an diesem Tag auf eine Schreibreise, lassen die Worte aufs Papier fließen und staunen über die Geschichten und Erkenntnisse, die in Ihnen stecken. Auch Verschenkttexte zu Weihnachten können so entstehen.

Mit verschiedenen Methoden des Kreativen Schreibens werden Sie Ihren eigenen Schreibstil entdecken. Außerdem erhalten Sie im Austausch mit der Gruppe wertvolle Anregungen und Tipps für Ihre Texte.

Schreiberfahrungen sind nicht erforderlich.

Bitte mitbringen: Papier und Stifte, mit denen Sie gerne schreiben.

17B130

02.12.2017

Samstag, 10.00 - 16.00 Uhr

1 x 7 Ustd., inkl. Pause

35,00 Euro

Martina Vermöhlen

schriftliche Anmeldung erforderlich

PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.

Termin

Tag, Zeit

Stunden

Gebühr

Kursleitung

Anmeldung

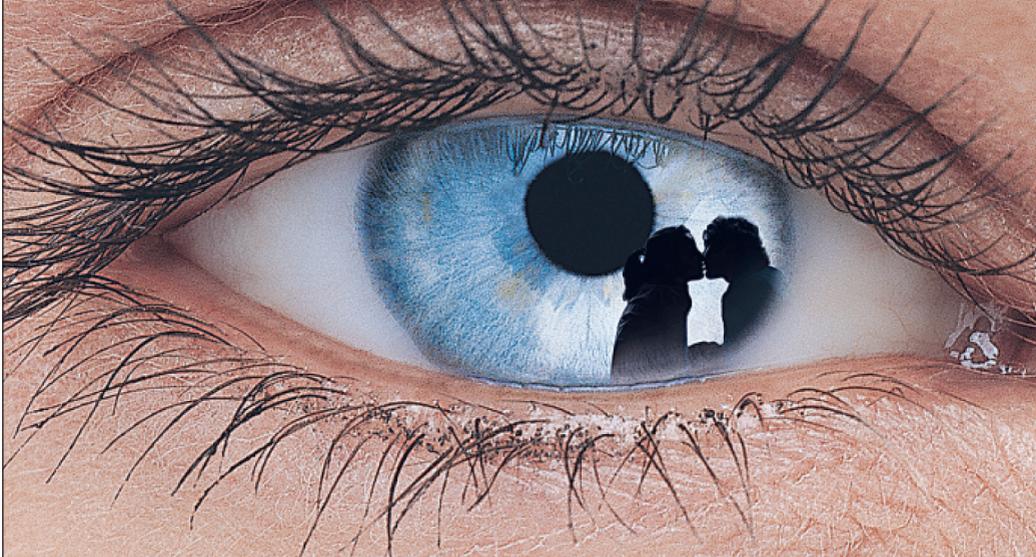
Infos

optik wolf - bensberg

Schloßstr. 78
51429 Bergisch Gladbach
Tel.: 02204-56127
Fax: 02204-911476
bernhardwolf@optikwolf.de
www.optikwolf.de

Bernhard Wolf

staatl. gepr. Augenoptiker
Augenoptikermeister



Weil jedes Auge seine individuellen Augenblicke erlebt.

Erleben Sie die Leichtigkeit des Sehens und genießen Sie jeden Augenblick mit individuell für Sie maßgeschneiderten ZEISS Brillengläsern.

Denn durch welche Brille Sie die Welt auch immer sehen – mit ZEISS sehen Sie sie aus Ihrer Sicht.

Besuchen Sie uns – wir beraten Sie gern.

ZEISS Individual Brillengläser. Meine Augen sind es mir wert!

POTYKA
Brillen + Akustik *design*

Hauptstraße 217
51465 Bergisch Gladbach
Tel. 0 22 02 - 3 60 97

www.brillen-potyka.de



POTYKA Brillen + Akustik GmbH



Sprachen

Sagrada Família Barcelona

*Reading and Discussing

English and International Literature

Wie wäre es, englischsprachige Literatur im Original zu lesen und sie dann auf Englisch zu besprechen?

Falls Sie daran, sowie an der Diskussion aktueller nationaler und internationaler Themen Interesse haben, dann kommen Sie in diesen Kurs.

Quereinsteiger/innen sind nach einer Schnupperstunde und in Absprache mit der Kursleiterin und dem PRO Treff Team herzlich willkommen und sollten gute Englischkenntnisse, sowie Interesse an Literatur mitbringen!



Kurs-Nr. 17B211
Termine 30.08. - 13.12.2017
Tag, Zeit Mittwoch, 9.30 - 11.00 Uhr
Stunden 14 Termine, je 2 x 45 Minuten
Gebühr 98,00 Euro (bei 10 Teiln.)
123,00 Euro (bei 8 Teiln.)

Kursleitung Gesine Thaler
Anmeldung schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos PRO Treff (02204) 9548 - 15

*Englisch im Alltag

für Fortgeschrittene

In diesem Semester werden wir eine Reise nach London antreten; deshalb befassen wir uns mit Londons Sehenswürdigkeiten und mit Gesprächen im Hotel, auf der Straße, am Telefon, beim Arzt, im Restaurant...

Wir arbeiten immer mit Spaß und ohne Leistungsdruck.



17B212
04.09. - 11.12.2017
Montag, 10.00 - 11.30 Uhr
12 Termine, je 2 x 45 Minuten
84,00 Euro
Ulrike Merizian
schriftliche Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.
Termine
Tag, Zeit
Stunden
Gebühr
Kursleitung
Anmeldung
Infos

Reading and Discussing*English Contemporary Texts**

In lockerer Runde besprechen wir aktuelle Themen aus Zeitungs- oder Spotlightartikeln und beschäftigen uns näher mit anderen Kulturen, die evtl. als Reiseziel in Frage kommen. Nebenbei lesen wir auch englischsprachige Romane in vereinfachter Version. Quereinsteiger/innen sind nach einer Schnupperstunde und in Absprache mit der Kursleiterin und dem PRO Treff Team herzlich willkommen!

Kurs-Nr.	17B213
Termine	04.09. - 11.12.2017
Tag, Zeit	Montag, 10.00 - 11.30 Uhr
Stunden	12 Termine, je 2 x 45 Minuten
Gebühr	84,00 Euro
Kursleitung	Gesine Thaler
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

***Englisch für fortgeschrittene Anfänger**

Seit einigen Semestern lernen wir in entspannter Atmosphäre und mit viel Spaß Englisch.

Gemeinsam bewältigen wir einfache Alltagssituationen auf Englisch und frischen gleichzeitig unsere Grammatikkenntnisse auf.

Quereinsteiger/innen sind nach einer Schnupperstunde und nach Absprache mit der Kursleiterin und dem Team PRO Treff herzlich willkommen. Einige Grundkenntnisse in Englisch sollten vorhanden sein.

Kurs-Nr.	17B214
Termine	30.08. - 06.12.2017
Tag, Zeit	Mittwoch, 10.00 - 11.30 Uhr
Stunden	13 Termine, je 2 x 45 Minuten
Gebühr	91,00 Euro
Kursleitung	Sabine Hauer
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

*Spanisch für fortgeschrittene Anfänger

mit Grundkenntnissen

Wir lernen im 4. Semester Spanisch mit viel Spaß und nehmen Rücksicht auf das individuelle Lerntempo der Teilnehmer/innen.

Entdecken Sie spielerisch die ganze Vielfalt der Spanisch sprechenden Welt.

Quereinsteiger/innen sind nach einer Schnupperstunde und in Absprache mit der Kursleiterin und dem Team PRO Treff herzlich willkommen!



17B215
01.09. - 08.12.2017
Freitag, 9.20 - 10.50 Uhr
13 Termine, je 2 x 45 Minuten
91,00 Euro (bei 10 Teiln.)
Isabel Moran Lopez
schriftliche Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.
Termine
Tag, Zeit
Stunden
Gebühr
Kursleitung
Anmeldung
Infos

*Italienisch für Anfänger

"Italiano per tutti e per ogni età"

"Zeig mir das Land, wo die Zitronen blühen"

Eine Reise in Goethes "Wahlheimat".

Einfach in entspannter Atmosphäre und mit Muße italienisch lernen.

Übungen und Spiele erleichtern den Einstieg und vermitteln erste Kenntnisse der italienischen Sprache bis hin zu leichten, einfachen Konversationen zu Themen des Alltags.

Musik, Spiele, Videos, Land und Leute sind Bestandteile des Unterrichtes.



Kurs-Nr.

17B216

Termine

31.08. - 14.12.2017

Tag, Zeit

Donnerstag, 16.00 - 17.30 Uhr

Stunden

14 Termine, je 2 x 45 Minuten

Gebühr

122,50 Euro (bei 8 Teiln.)

Kursleitung

Stefano Mancuso

Anmeldung

schriftliche Anmeldung erforderlich

Infos

PRO Treff (02204) 9548 - 15

Willkommen in Ihrer Filiale Bergisch Gladbach.



Oliver von Levezow
Filialdirektor

Als Kunde erwarten Sie heute nicht nur erstklassige Finanzlösungen, sondern eine faire und verständliche Beratung. Wir wollen Ihren Ansprüchen gerecht werden – und haben uns zum Ziel gesetzt, Sie als verlässlicher und leistungsstarker Partner auf Ihrem privaten und geschäftlichen Weg zu begleiten. Dafür verbinden wir die Reichweite, Erfahrung und Leistungsstärke eines global führenden Finanzdienstleisters mit der Zuverlässigkeit und Kundennähe einer Hausbank. Sprechen Sie jetzt mit uns.

Filiale Bergisch Gladbach
Hauptstraße 177, 51465 Bergisch Gladbach
Telefon (02202) 1202-0



Spanisch - Stammtisch

¿Quieres discutir en español fácil sobre temas diferentes y interesantes en un ambiente agradable?

¡ Bienvenido!

Freitag (ausgenommen Schulferien)

10.00 - 11.30 Uhr

2 x 45 Minuten

Spenden für Getränke

Hermann Pohl (02204) 66645

Günther Gross (02204) 81527

**Termin
Zeit**

Stunden

Gebühr

**Ansprech-
partner**

*Französisch für Fortgeschrittene

Conversation facile Schulung von Hörverstehen und Sprachfertigkeit

In ungezwungener Atmosphäre beschäftigen wir uns mit der französischen Sprache und Kultur. Mit unterschiedlichen Übungsformen verbessern wir dabei das Hörverstehen und die Sprachfertigkeit.

Wir arbeiten mit ausgewähltem Text- und Übungsmaterial. Als Gesprächsgrundlage dienen uns überwiegend literarische Texte.

Ein Quereinstieg ist nach Absprache mit der Kursleiterin, dem Team PRO Treff und nach einer Schnupperstunde möglich.

Sie sind herzlich willkommen!



Kurs-Nr.	17B217
Termine	29.09. - 08.12.2017
Tag, Zeit	Freitag, 09.00 - 10.30 Uhr
Stunden	9 Termine, je 2 x 45 Minuten
Gebühr	76,50 Euro (bei 8 Teiln.)
Kursleitung	Gabi Benz
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Deutsche Gebärdensprache - DGS

Die Gebärdensprachen sind vollwertige Sprachen mit eigenen grammatikalischen Strukturen und Regeln. Die Deutsche Gebärdensprache ist die Muttersprache von ca. 80 000 gehörlosen Menschen in Deutschland. DGS ist nicht nur für gehörlose Menschen von hohem Wert.

Die Gebärdensprachen vermitteln Ausdrucksfähigkeit über das Wort hinaus.

Informationen unter:

PRO Treff Team
pro.treff@progymnasium.de
Telefon (02204) 9548 -15
Fax (02204) 9548 - 26

Infos



Friseursalon Heinz 

Schlossstraße 77
51429 Bergisch Gladbach (Bensberg)
Telefon 02204 / 1323

Öffnungszeiten:
Dienstag – Freitag 8:00 – 18:00

Deutsche Gebärdensprache - Anfänger

In diesem Kurs üben Sie fortlaufend die Deutsche Gebärdensprache. Es werden Alltagsgebärden angewendet, so dass schnell eine Unterhaltung in der visuellen Sprache möglich ist.

Auch gehörlose und schwerhörige Menschen oder Personen mit einer Sprachbehinderung sind herzlich eingeladen.

Termine werden nach Absprache vereinbart.

Infos

PRO Treff Team
pro.treff@progymnasium.de
Telefon (02204) 9548 - 15
Fax (02204) 9548 - 26

Deutsche Gebärdensprache - vor Ort

Sie haben einen gehörlosen Kollegen bzw. Kollegin? Lernen Sie die Deutsche Gebärdensprache! Sie werden staunen, wie interessant die neue Sprache und die Kultur der Gehörlosen ist.

Sie sind Lehrer/in oder Erzieher/in in einer Einrichtung für Kinder? Entwickeln Sie eine Arbeitsgemeinschaft "Deutsche Gebärdensprache" oder ein Gruppenangebot in Ihrer Schule oder Ihrer Einrichtung. Die Kinder werden viel Freude haben und erleben gleichzeitig Inklusion und eine inklusive Sprache, die viel Spaß macht.

Wir vermitteln Dozenten/innen, die in Ihrer Einrichtung unterrichten. Der Unterrichtsprozess wird von uns begleitet.

Infos

PRO Treff Team
pro.treff@progymnasium.de
Telefon (02204) 9548 - 15
Fax (02204) 9548 - 26



Kultur und Gesellschaft

*Gedächtnistraining mit Spaß

Ein unterhaltsames und spielerisches Gedächtnistraining für alle, die ihre grauen Zellen fit halten wollen.

In lockerer Atmosphäre und auf spielerische Weise üben wir Fähigkeiten, die wichtig sind für den Erhalt der geistigen Fitness (Konzentration, Reaktion, Sinneswahrnehmung, Merkfähigkeit, Wortfindung u.a.).

Das sehr abwechslungsreiche Training in der Gruppe macht Spaß und wirkt sich über die Verbesserung der geistigen Beweglichkeit positiv auf das Allgemeinbefinden aus.



Erkennen Sie alle
Gesichter im Baum?



Bundesverband
Gedächtnis-
training e.V.

Kurs-Nr.	17B341
Termine	31.08. - 14.12.2017
Tag, Zeit	Donnerstag, 11.00 - 12.30 Uhr
Stunden	12 Termine, je 2 x 45 Minuten
Gebühr	69,00 Euro (ab 10 Teiln.)
Kursleitung	Angelika Hausdörfer
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

*Philosophie für Einsteiger - Nutze deine Zeit!

- Kleine philosophische Lebenskunde

"Ich möchte in einer Kultur der Stille leben, in der es vor allem darum geht, den eigenen Weg zu finden."

(nach Peter Bieri, Philosoph)

In einer neuen Folge unserer Kursreihe werden wir an 6 Nachmittagen, anhand von nicht zu schweren, philosophischen Texten aus der Vergangenheit und Gegenwart, über uns nachdenken und miteinander ins Gespräch kommen.

Wer Lust hat, neue Gedankenwege in der Gruppe auszuprobieren, ist herzlich willkommen.



17B342
11.09., 25.09., 16.10., 06.11., 27.11., 18.12.2017
Montag, 15.30 - 17.00 Uhr
6 Termine x 90 Minuten
30,00 Euro
Wolfgang Zapp
schriftliche Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.
Termine
Tag, Zeit
Stunden
Gebühr
Kursleitung
Anmeldung
Infos



Mittagessen im PRO

Nach der Kursteilnahme oder einem Einkaufsbummel lassen Sie sich doch einmal verwöhnen. Jeden Donnerstag, ausgenommen in den Schulferien, bietet Ihnen unser Kochteam ein abwechslungsreiches 3-Gänge-Menü in unserem PROgymnasium, inkl. Getränke, an.

Dieser Treffpunkt bietet Ihnen zudem die Gelegenheit, sich mit anderen auszutauschen und neue Kontakte zu knüpfen.

**Tag, Zeit
Gebühr
Köchinnen
und Koch
Anmeldung
Infos**

**Donnerstag ab 12.30 Uhr
Spendenbasis**

**Annemie Scheerer, Ulrich Schenzer, Gisela Alburg,
Aspa Hagen, Monika Vehling und andere
Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 - 15**

Gieraths GmbH

**MÖGE DER FAHRSPASS
MIT DIR SEIN!**

STAR POWER ZU GALAKTISCH GUTEN PREISEN GIBT ES AUCH BEI GIERATHS:
Ob Opel, Hyundai oder SEAT – mit 500 vorrätigen Neu- und Gebrauchtwagen
haben wir für alle Powerfans ein passendes Auto im Programm.

www.gieraths.de [/gieraths](https://www.facebook.com/gieraths)

Gieraths, Gieraths GmbH, Gieraths & Co. KG
Bismarck-Straße 201, 1105, Tel.: 02204-442040
Bismarck-Straße 201, 1105, Tel.: 02204-299330

Literaturklub "Nachlese"

Wer gerne liest und in entspannter Atmosphäre über den Vorschlagband des Monats mit anderen diskutieren möchte, ist im Klub herzlich willkommen.

Wir haben bis jetzt über 88 Bücher diskutiert, mal Gegenwartsliteratur, mal Klassiker.



Bei jedem Treffen sind wir immer wieder mal überrascht, wie viele Meinungen es zu einem Buch gibt und welche Themenschwerpunkte sich daraus ergeben.

Informationen zu Terminen und Büchern erhalten Sie in der Tagespresse oder im Büro PRO Treff, Erdgeschoss Raum 6

jeden zweiten Dienstag im Monat
bitte beachten Sie unsere Auslagen

19.00 - 21.00 Uhr

2,50 Euro

Ariane von Britton

PRO Treff (02204) 9548 - 15

Termine

Tag, Zeit

Stunden

Gebühr

Leitung

Infos

Kegeln "Ewige Lampe"

Wir freuen uns auf neue Interessenten/innen, die unsere kegelbegeisterte Runde ergänzen.

Termine	Montag, 14-tägig
Tag, Zeit	17.00 - 19.00 Uhr
Gebühr	4,00 Euro pro Termin für die Bahn
	Wilhelm-Klein-Str. 8, 51427 GL, Refrath
Ansprechpartnerin	Mia Barth
Anmeldung	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Raumausstattung **deko blum**

Polsterei
Gardinen
Dekorationen
Sonnenschutz
Insektenschutz
Wohnaccessoires
Reinigungsservice



Inhaber
Winfried Brochhaus
Schlossstraße 80
51429 Bergisch Gladbach-Bensberg

Tel: +49 (0) 2204 - 52808
Fax: +49 (0) 2204 - 911228
Mail: info@deko-blum.de

www.dekoblum.de

Boule

Ob Sie schießen oder legen, mit Präzision und Spaß sind Sie hier immer richtig.

Termine	jeden Donnerstag
Tag, Zeit	ab 15.00 Uhr, im Winter ab 14.30 Uhr
	Sportplatz des SSV-Jan-Wellem 05 e.V.
	Am Rübezahwald 1, 51469 Bergisch-Gladbach;
	neben dem Dietrich-Bonhoeffer-Gymnasium
Ansprechpartnerin	Hildegard Woschei
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Skat

In unserer Skatrunde treffen sich "reizende" Jungs und auch die eine oder andere Dame, die wissen, was Trumpf ist. Lerninhalte werden vermittelt.

Schauen Sie einfach einmal bei uns rein!



jeden Montag
13.00 - 16.30 Uhr
Spende für Getränke
keine Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Tag, Zeit
Stunden
Gebühr
Anmeldung
Infos

Schach

Hier spielen wir Schach und Backgammon vom Anfänger bis zum Turnierspieler. Neueinsteiger/innen sind herzlich willkommen. Lerninhalte werden vermittelt.



jeden Mittwoch
13.00 - 18.00 Uhr
Spende für Getränke
keine Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Tag, Zeit
Stunden
Gebühr
Anmeldung
Infos

Doppelkopf

Hier jagen Sie die Stiche mit viel Spaß. Nur Interessenten/innen mit Vorerfahrungen und guten Kenntnissen sind willkommen!



Tag, Zeit	jeden Donnerstag
Stunden	14.00 - 17.00 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Bridge

Hier spielen Sie mit Konzentration und viel Spaß an verschiedenen Tischen. Interessenten/innen sind herzlich willkommen! Lerninhalte werden vermittelt.

Schauen sie einfach mal vorbei!



Tag, Zeit	jeden Donnerstag
Stunden	14.00 - 17.00 Uhr
Gebühr	Spende für Getränke
Anmeldung	keine Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15



BENSBERGER TALER



SPENDEN und SPAREN

Sie erhalten **1 Bensberger Taler**, wenn Sie in der Adler Apotheke Bensberg für **10 Euro** nicht preisgebundene Ware kaufen. **Machen Sie mit!**

Schon ab 1 Bensberger Taler erhalten Sie **TOLLE PRÄMIEN** in der Adler Apotheke Bensberg und bei 17 Taler-Partnern.

www.bensbergertaler.org

TREFFPUNKT  GESUNDHEIT
Adler Apotheke Bensberg

Durchgehend geöffnet
Mo.–Fr. 8–19 Uhr, Sa. 8:30–14 Uhr
Schloßstraße 72, Tel.: 0 22 04-5 47 47
www.adler-apotheke-bensberg.de



Autohaus Müller 0 22 04 **92 36-0**
Freundlich-Kompetent-Zuverlässig! www.ford-mueller.de
Frankenforster Straße 11 • 51427 Bergisch Gladbach

Ihr Ford Partner vor Ort!

Wir sind dabei!

FORD
CARSHARING



in Bergisch Gladbach



Wir weisen auf folgendes Veranstaltungsprogramm hin:

**Kino CINEPLEX in der SCHLOSSPASSAGE
Bensberg in Kooperation mit dem
Seniorenbüro der Stadt
Bergisch Gladbach**

Tag	jeden 1. und 3. Dienstag im Monat
Zeit	Beginn: 15:00 Uhr, Einlass: 14:15 Uhr
Ort	CINEPLEX in der SCHLOSSPASSAGE Bensberg Schlossstrasse 46 - 48
Eintritt	Eintritt 5,- Euro inkl. Kaffee und Kuchen
Infos	Seniorenbüro (0 22 02) 14 24 67
Karten	CINEPLEX (0 22 04) 56 639 Programminformationen: (0 22 04) 55 566

August bis Dezember 2017

01.08.2017	Das Talent des Genesis Potini
15.08.2017	Sing Street (Musikfilm)
05.09.2017	Rabbi Wolff
19.09.2017	Vor der Morgenröte
10.10.2017	Nur wir drei gemeinsam
24.10.2017	Toni Erdmann
07.11.2017	Frühstück bei Monsieur Henri
21.11.2017	Alles was kommt
05.12.2017	Mein ziemlich kleiner Freund
19.12.2017	SMS für Dich



Gesundheit und Bewegung

*Prävention und Mobilität im Alltag

Gymnastik und Senioren yoga

Gesundheitstraining für Rücken und Gelenke

In diesem Kurs geht es darum, durch einfache, schonende Übungen mit dem eigenen Körpergewicht neuromuskuläre Dysbalancen auszugleichen, die Wirbelsäule und sämtliche Gelenke zu mobilisieren und zu kräftigen sowie Gleichgewicht, Haltung und Koordination zu verbessern. Auf diese Weise können Sie, unabhängig von Alter oder momentanem Fitnesslevel, zu Ihrer natürlichen Bewegungsfähigkeit zurückfinden. Gleichzeitig verbessern Sie das allgemeine Wohlbefinden.

Wir leisten ganze Arbeit!

brillengalerie vera nixdorf



schloßstraße 69
51429 bergisch-
gladbach-bensberg
telefon
02204 - 55167
fax
02204 - 57563

Mo-Mi 9:00-18:30
Do+Fr 9:00-19:30
Sa 9:30-14:00

Kurs-Nr.	17B348
Termin	05.09. - 12.12.2017
Tag, Zeit	Dienstag, 09.30 - 10.30 Uhr
Stunden	12 Termine , je 1 x 60 Minuten
Gebühr	66,00 Euro (bei 10 Teilnehmer/innen)
Kursleitung	Patrick Gililov
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

*Prävention und Mobilität im Alltag

Alterslos – beweglich und stark in jedem Alter

So wie es in jedem Alter zu Verschleiß und Abnutzung kommen kann, so sind auch Regeneration und Heilung in jedem Alter möglich - und von der Natur vorgesehen! Dieser Kurs will „älteren“ Menschen die Chance bieten, fit und aktiv zu sein, und damit ihre Vitalität sowie ihre Eigenständigkeit im Alltag zu sichern und zu festigen. Lernen auch Sie, mithilfe grundlegender Bewegungsmuster Ihren Körper und Ihr Nervensystem zu erfrischen, zu kräftigen und zu verjüngen!



17B349
05.09.. - 12.12.2017
Dienstag, 11.00 - 12.00 Uhr
12 Termine, je 1 x 60 Minuten
66,00 Euro (bei 10 Teilnehmer/innen)
Patrick Gililov
schriftliche Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kurs-Nr.
Termine
Tag, Zeit
Stunden
Gebühr
Kursleitung
Anmeldung
Infos

***Hatha Yoga nach Sivananda** **Entspannung und Stressabbau für Alltag** **und Beruf**

Durch passive Körperhaltungen ohne Muskelkraft und dynamische, kräftigende Übungen verbessern sich Beweglichkeit und der Energiefluss.

Außerdem lernen Sie auf die Signale des Körpers zu achten, Stress zu reduzieren und tief zu entspannen.

Ein Einstieg ist nur nach einer Schnupperstunde, in Absprache mit PRO Treff, möglich.



Kurs-Nr.	17B511
Termine	04.09. - 11.12.2017
Tag, Zeit	Montag, 17.30 - 19.00 Uhr
Stunden	13 Termine, je 2 x 45 Minuten
Gebühr	104,00 Euro
Kursleitung	Eva Maria Schoppen
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

*Hatha Yoga

Entspannung und Stressabbau für Alltag und Beruf

Nehmen Sie sich 90 Minuten Zeit, um den Alltag hinter sich zu lassen.

Schon einmal Yoga pro Woche kann das körperliche Wohlbefinden und die innere Zufriedenheit verbessern. Wir werden den Tag in entspannter Atmosphäre mit Hilfe vertiefender Yoga-Übungen ausklingen lassen.

Ein Einstieg ist nur nach einer Schnupperstunde, in Absprache mit PRO Treff, möglich.



17B512
04.09. - 11.12.2017
Montag, 19.30 - 21.00 Uhr
13 Termine, je 2 x 45 Min.
104,00 Euro
Sylvia Schulz
schriftliche Anmeldung erforderlich
PRO Treff (02204) 9548 -15

Kurs-Nr.
Termine
Tag, Zeit
Stunden
Gebühr
Kursleitung
Anmeldung
Infos

Japanisches Heilströmen (Jin Shin Jyutsu)

Entwickelt wurde die Methode von dem Japaner Jiro Murai. Mit Hilfe der Hände können wir nach seinen Vorstellungen unsere Selbstheilungskräfte stärken.

Viele Einflüsse in unserem Leben können die Energiepunkte blockieren und Krankheiten hervorrufen. Mit einfachen Handgriffen können diese Blockaden gelöst werden.



Kurs-Nr.	17B510
Termin	05.10., 12.10, 19.10.2017
Tag, Zeit	Donnerstag, 17.30 - 19.45 Uhr
Stunden	3 Termine, je 3 x 45 Minuten
Gebühr	45,00 Euro
Kursleitung	Gabriele Koch-Epping
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

Kleine Wanderungen



Erkunden Sie mit uns die nähere Umgebung von Bergisch Gladbach und Bensberg. Mit Lust und Laune wandern wir auch bei Wind und Wetter.

Nach einer einstündigen Mittagsrast treten wir den Heimweg an. Gegen 14.00 Uhr sind wir wieder im PRO.

jeden Donnerstag
10.00 Uhr
Sigrid und Wolfgang Kriebel
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Termine
Tag, Zeit
Koordinatoren
Infos



PRO Pedale - Fahrradgruppe

Auch für das 2. Halbjahr 2017 sind 3 weitere interessante Touren in der näheren Umgebung geplant.

Die Längen der Strecken richten sich nach dem jeweiligen Ziel. Sie liegen zwischen 30 und 55 km.

Soweit es möglich ist, fahren wir (in mäßigem Tempo) auf Fahrradwegen und Waldwegen.



Tour 4

Mittwoch, 12. Juli 2017

Fahrt zur Urlandschaft an der Agger

Tourenverlauf: Königsforst, Rösrath, Lohmar, Wahlscheid.

Einkehr in Wahlscheid.

ca. 48 km

Tour 5

Mittwoch, 09. August 2017

Eine Rundfahrt durch die blühende Wahner Heide

Ein genauer Tourenverlauf kann erst kurz vor der Fahrt festgelegt werden, um die Wetterbedingungen berücksichtigen zu können. Das betrifft auch die Wahl des Gasthauses.

ca. 30 - 40 km

Tour 6

Mittwoch, 13. September 2017

Zum Rheinauhafen

Tourenverlauf: Bensberg - Königsforst - Zündorf (an der Groov mit der Fähre zur linken Rheinseite nach Weiss), Rodenkirchen - Rheinauhafen

Einkehr ist am Heumarkt, Rückfahrt auf der rechten Rheinseite. ca. 50 km

Treffpunkt für alle Touren:

Parkplatz an der Eissporthalle Saaler Mühle,
Jeweils am 2. Mittwoch im Monat, 10.00 Uhr
(von April bis September)

Das Tragen eines Fahrradhelmes wird empfohlen.

Für eine bessere Planung ist für die jeweilige Tour eine telefonische Anmeldung erforderlich.
Die Teilnahme ist kostenlos.

Anmeldung: Hermann Figiel (Leitung)
Tel.: 02205/ 83969



***Line Dance** **"Wir bleiben fit" (Tanzen ohne Partner)**

Line Dance ist ein Tanz, für den Sie keine/n Partner/in benötigen. Der Kurs bietet Spaß, Bewegung, Musik und eine Herausforderung für die grauen Zellen, wenn es darum geht, sich Schritte und Figuren zu merken. Sie brauchen keine Vorkenntnis oder Tanzerfahrung. Mitzubringen sind glatte Schuhe.

Kurs-Nr.	17B522
Termine	10.10. - 12.12.2017
Tag, Zeit	Dienstag, 15.00 - 16.00 Uhr
Stunden	8 Termine, je 1 x 60 Minuten
Gebühr	44,00 Euro (bei 10 Teiln.)
Kursleitung	Thomas Werner
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 -15

***Square Dance** **"Wir bleiben fit" (Tanzen ohne Partner)**

Willkommen zum Anfängerkurs Square Dance. Hier erlernen Sie die Grundlagen zum Gesellschaftstanz. Für blutige Anfänger/innen gleichermaßen geeignet wie für Wiedereinsteiger nach längerer Pause.

Alle Schritte werden gründlich gezeigt und erklärt, damit auch Sie schon bald mit Spaß tanzen können.

Kurs-Nr.	17B523
Termine	10.10. - 12.12.2017
Tag, Zeit	Dienstag, 16.15 - 17.15 Uhr
Stunden	8 Termine, je 1 x 60 Minuten
Gebühr	44,00 Euro (bei 10 Teiln.)
Kursleitung	Thomas Werner
Anmeldung	schriftliche Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 -15

A black and white photograph of three stone spheres of different sizes resting on a stone ledge. The largest sphere is in the background, the medium one is in the foreground on the left, and the smallest one is in the foreground on the right. The spheres have a rough, porous texture. The background shows a textured wall and a wooden post with decorative carvings.

Beratung

Hilfen

PC - Individuelle Beratung im PRO

Ihre Fragen: Welche Programme brauche ich? Wie lege ich Ordner an? Wie finde ich meine Daten wieder? Was ist eigentlich ein USB Stick? Wie finde ich Informationen im Internet?

Wenn Sie Hilfe und Unterstützung am PC suchen, hier können Sie Ihre individuellen Fragen stellen, ob mit oder ohne Vorkenntnisse.

Unser Berater berät Sie in einer oder mehreren Einzelstunden. Weitere Termine können Sie dann direkt mit ihm vereinbaren.

Wenn Sie einen Laptop haben, können Sie ihn gerne mitbringen, damit wir mit der Ihnen bekannten PC-Oberfläche arbeiten können.

Bitte teilen Sie uns bei der Anmeldung Ihre Fragen möglichst genau mit.

Dann kann sich unser Berater auf Ihre individuellen Fragen vorbereiten.

Termine	immer mittwochs
Tag, Zeit	nach Vereinbarung
Ort	Progymnasium
Gebühr	5,00 Euro pro UStd. wird als Spende erbeten
Kursleitung	Günther Gross
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PRO Treff (02204) 9548 - 15

PC - Individuelle Beratung mobil, am eigenen PC

Wenn Sie Hilfe und Unterstützung bei der Nutzung Ihres eigenen PCs suchen: Bei uns können Sie alle Ihre Fragen stellen.

Wir beantworten Ihre Fragen z. B. zu der Benutzung von Software des Office Paketes, von Bildbearbeitungsprogrammen und bei der Anschaffung von Hardware.

Bitte geben Sie uns Ihre Wünsche am Telefon möglichst genau an, damit wir uns auf Ihre individuellen Fragen vorbereiten können.

Wir beraten Sie auf Wunsch auch bei Ihnen zu Hause.



Die Termine werden individuell vereinbart
Wir beraten sie an Ihrem eigenen PC, bei Ihnen vor Ort
10,00 Euro pro UStd. wird als Spende erbeten
zuzüglich 5,00 Euro Fahrtkosten
innerhalb von Bergisch Gladbach
0,35 Euro je gefahrenen Kilometer, außerhalb GL
Günther Gross
PRO Treff (02204) 9548 - 15

Termine

Gebühr

**Kursleitung
Infos**

Smartphone (Android) und Tablet Training für Anfänger

Sie erlernen den Umgang mit Ihrem Android Smartphone und ich vermittele Grundlagen (z.B.: Kontaktdaten anlegen und speichern, Telefonbuch bedienen, Tastensperre, Startseite, Menünutzung).

Termine	09.11.2017, 3 x 45 Minuten
Tag, Zeit	Donnerstag, 10.00 - 12.15 Uhr
Gebühr	15,00 Euro pro Termin
Kursleitung	Manfred Falb
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PROtreff (02204) 9548 - 15

Smartphone (Android) und Tablet Training für Fortgeschrittene

Sie möchten Ihr erworbenes Smartphone (Android) richtig nutzen? Dann ist dieser Kurs genau der richtige für Sie. **Sie sollten bereits Grundkenntnisse** mitbringen.

Wir üben: Einstellungen wie z.B Töne, Bluetooth, Hintergrund usw., Gerätespeicher richtig nutzen, erweitern durch Micro-SD-Karte, E-Mails einrichten, Galerie-Einstellung: Ordner anlegen, Bilder und Videos verschieben, kopieren, löschen, versenden; Apps verschieben/deinstallieren; Möglichkeiten mit WhatsApp; Kamera: Einstellungen und Speicherort ändern; Umgang mit Google Maps: Standortbestimmung, Route festlegen; Daten übertragen auf Notebook

Termin	16.11.2017, 3 x 45 Minuten
Tag, Zeit	Donnerstag, 10.00 - 12.15 Uhr
Gebühr	15,00 Euro pro Termin
Kursleitung	Manfred Falb
Anmeldung	telefonische Anmeldung erforderlich
Infos	PROtreff (02204) 9548 - 15

Sanitätshaus Salgert



Orthopädie- u. Rehathechnik

Schlossstraße 82 a · Bensberg

Tel. 0 22 04/20 60 10 · Fax 42 49 64

- Prothesen und Orthesen
- Mieder, Wäsche u. Bandagen
- Brustprothesen
- Einlagen
- Kompressionsstrümpfe
- Rehabilitationsmittel

Lieferant aller Kassen

Ihr
Fachgeschäft für

Tischkultur
Geschenke
Moderner Hausrat

Bensberg-City
Schloßstraße 68
Telefon (02204) 5 24 97

Internet: www.bergischgladbach.de/daubenbuechel
eMail: daubenbuechel@t-online.de



GmbH

Einfache Reparaturen im Haushalt



Sie haben kleinere Reparaturen im Haushalt, für die kein Handwerker kommt?

Wir leisten sehr gerne Nachbarschaftshilfe, wenn Sie z.B. aus gesundheitlichen Gründen Hilfe benötigen. Wir übernehmen keine

Renovierungen oder Gartenarbeiten.

Termine
Gebühr
Beratung
Infos

nach Vereinbarung
3,00 Euro Spende pro Zeitstunde
Werner Küpper
PRO Treff (02204) 9548 - 15



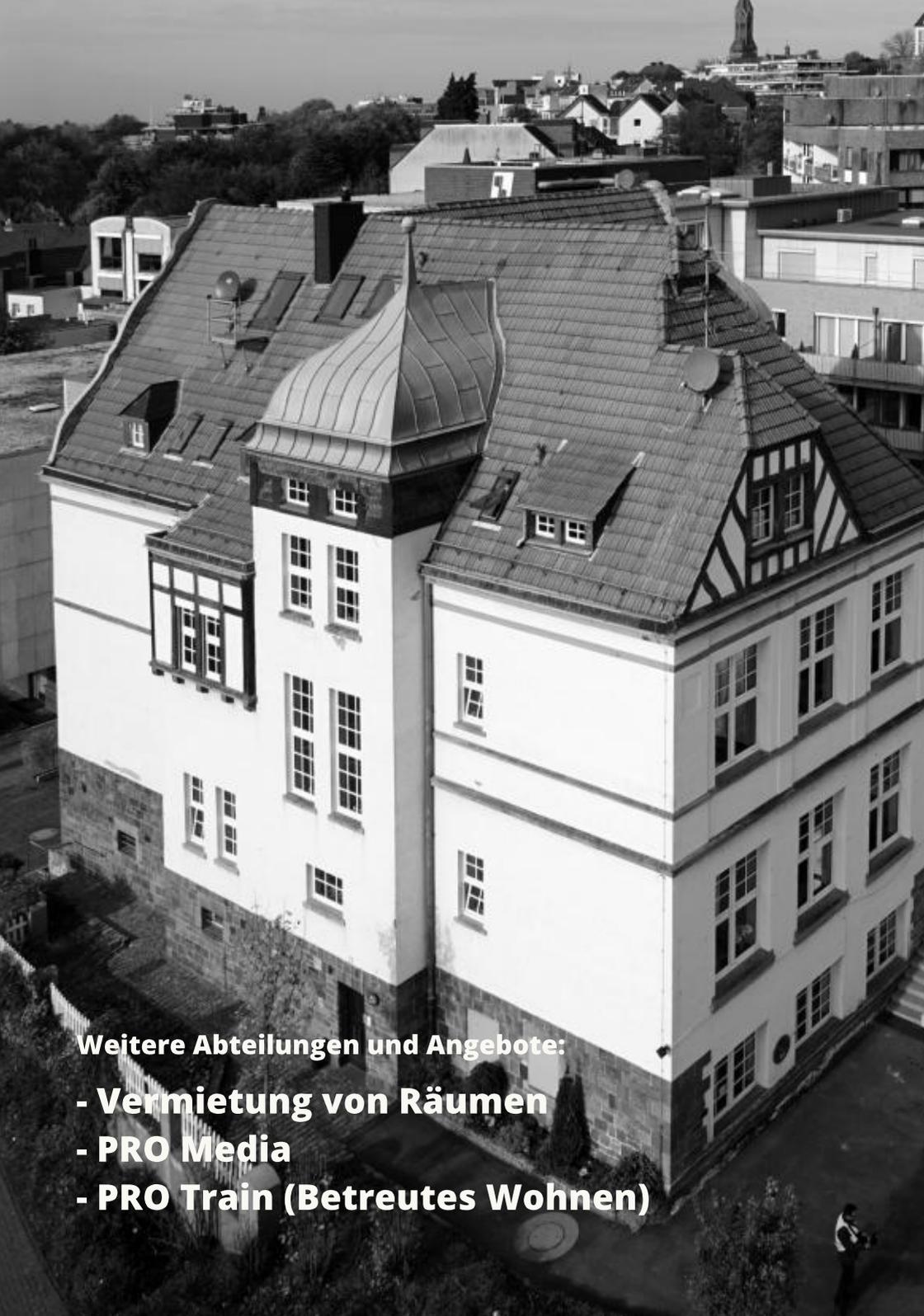
Neue Technik bedienen

Sie haben Probleme, z.B. mit der Handhabung Ihres Mobiltelefons, Schwierigkeiten mit der Programmierung Ihres neuen DVD-Rekorders oder andere Fragen zu neuen Technologien?

Rufen Sie uns an und wir vermitteln Ihnen Hilfe.

Termine
Gebühr
Beratung
Infos

nach Vereinbarung
3,00 Euro Spende pro Zeitstunde
Werner Kuhnert
PRO Treff (02204) 9548 - 15



Weitere Abteilungen und Angebote:

- Vermietung von Räumen**
- PRO Media**
- PRO Train (Betreutes Wohnen)**

Vermietung

In den hellen und geschmackvoll eingerichteten Räumen des ehemaligen Schulhauses ist Platz für bis zu 70 Gäste.

Die Räume können genutzt werden, z.B. für

- Versammlungen
- Seminare
- Treffen von Selbsthilfegruppen
- Stadtteilinitiativen
- Geburtstags- und Hochzeitsfeiern
- Jubiläumsfeste

Besichtigung und Besprechung
nach telefonischer Vereinbarung.

Ansprechpartnerin:

Karin Weyer

karin.weyer@progymnasium.de

Tel (02204) 9548 - 13

Fax (02204) 9548 - 26

EG Raum 3



PRO Media - Bildung & Kultur gGmbH Integration und Arbeiten

Das Kerngeschäft der gemeinnützigen PRO Media gGmbH ist die digitale Erfassung und Aufbereitung von Firmendaten. Hier wird die gleichberechtigte Teilhabe von Menschen mit und ohne Benachteiligungen im Arbeitsleben verwirklicht.

Damit die gesellschaftliche Teilhabe auch in anderen Lebensbereichen gelingen kann, unterstützt unsere Firma Menschen mit Behinderungen und/ oder verringerten Alltagskompetenzen bei ihren täglichen Lebensabläufen, damit sie ein selbstbestimmtes Leben in ihrer gewohnten Umgebung führen können, solange sie dies wünschen. Wir orientieren uns dabei an den individuellen Wünschen unserer Kundinnen und Kunden.

Bei Interesse kontaktieren Sie bitte:

Friedrich Kondring
friedrich.kondring@progymnasium.de
Tel (02204) 9548 - 40
Fax (02204) 9548 - 41
1. OG Raum 9



PRO Media wird von der **Kämpgen-Stiftung** unterstützt!



Regionalpartner der Aktion Mensch für regionale Einrichtungen

PRO Media hat als Regionalpartner der Aktion Mensch, die Aufgabe übernommen, die Adressen der Datenbank

www.familienratgeber.de

zu pflegen und ein regionales Netzwerk von Ansprechpartnern und Einrichtungen für die Region aufzubauen.

Wir sind davon überzeugt, dass ein Erscheinen im Familienratgeber die Arbeit Ihrer Einrichtung sinnvoll unterstützen kann. Machen Sie sich selbst ein Bild unter oben genannter Homepage.

Sollte Ihr Angebot noch nicht oder mit veralteten Angaben in der Adressenbank geführt werden, freuen wir uns, wenn Sie mit uns Kontakt aufnehmen.

Wir werden Ihnen einen Datenbogen zur Verfügung stellen, den Sie ausgefüllt an uns zurücksenden. Ihre Angaben werden dann korrekt und mit Ihrem Einverständnis veröffentlicht.

★ Familienratgeber.de
Der Wegweiser für Menschen
mit Behinderung

das wir anbieten



PARK

Bensberg



APOTHEKE

Gute Aussichten für Ihre Gesundheit

Jens Christian Bauer

Apotheker

Kölner Straße 17 | 51429 Bergisch Gladbach

Fon 02204 51521

Fax 02204 57314

E-mail info@park-apotheke-bensberg.de

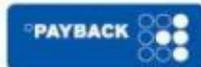
www.park-apotheke-bensberg.de



Montag bis Freitag 8.00 bis 19.00 Uhr durchgehend geöffnet
Samstag 8.30 bis 13.30 Uhr



Official Partner



Gilt für den Umsatz von freiverkäuflichen und apothekenpflichtigen Arzneimitteln sowie auf das apothekenübliche Ergänzungssortiment.

**20%
Rabatt**

PARK  **APOTHEKE**
Bensberg *Gute Aussichten für Ihre Gesundheit*

Einfach Coupon vorlegen und Sie erhalten 10% Rabatt ab einem Mindesteinkauf von 20,- € auf alle Artikel und Arzneimittel, die ohne Rezept erworben werden können (ausgenommen Bücher). Eine Kombination mit einem weiteren Coupon oder Rabatt ist nicht möglich.

Pro Train

Betreutes Wohnen, Ambulante Betreuung, Trainingswohnung

Die Trainingswohngemeinschaft im PRO bietet erwachsenen Menschen mit einer körperlichen und/oder geistigen Behinderung pädagogische und hauswirtschaftliche Betreuung im Rahmen von individueller Hilfe, Anleitung, Förderung und Begleitung.

Im einzelbetreuten Wohnen in der eigenen Wohnung werden erwachsene Menschen mit Mehrfachbehinderungen bei der eigenverantwortlichen Gestaltung ihres Lebens individuell begleitet. Durch gezielte lebenspraktische und pädagogische Unterstützung wird ein Maximum an Selbständigkeit vermittelt und Hilfe zur Selbsthilfe gegeben.

Wir bieten Unterstützung, Beratung und Begleitung an bei:

- der individuellen Hilfeplanerstellung
- behördlichen Antragstellungen und Schriftverkehr
- Wohnungswechsel, Auszug aus dem Elternhaus oder stationärer Einrichtung
- der Organisation der Haushaltsführung
- medizinischen und therapeutischen Belangen
- Krisensituationen, persönlichen Fragen, Gesprächen mit Angehörigen und Lebenspartner/in
- Freizeitplanung, Tagesstrukturierung, Bildungsangeboten
- Vermittlung von ergänzenden fachlichen Hilfen und Assistenzen

Das Einzugsgebiet der ambulanten Wohnbetreuung umfasst den Rheinisch-Bergischen-Kreis, den Oberbergischen Kreis, sowie das rechtsrheinische Köln und Leverkusen.

Ansprechpartner/innen:

Teamleitung

Manuela Weyer
Telefon (02204) 9548 - 19
manuela.weyer@progymnasium.de
2.OG, Raum 12



Michael Ferrenberg
Telefon (02204) 9548 - 31
michael.ferrenberg@progymnasium.de
2.OG Raum 12



Marion Dahl-Alefelder
Telefon (02204) 9548 - 38
marion.dahl-alefelder@progymnasium.de
1. OG, Raum 7



Roland Enderle
Telefon (02204) 9548 - 23
roland.enderle@progymnasium.de
2.OG, Raum 13



Diana Lamsfuß
Telefon (02204) 9548 - 24
diana.lamsfuss@progymnasium.de
1.OG. Raum 7



Daphne Moore
Telefon (02204) 9548 - 33
daphne.moore@progymnasium.de
2.OG, Raum 13





Dirk Bachem
Telefon (02204) 9548-17
1. OG, Raum 7



Stefanie Hahn
Telefon (02204) 9548-19
2. OG, Raum 12



BeTreff: Musik- und Tanztheater für Menschen mit Behinderung

Wir treffen uns 14tägig am Mittwochnachmittag in der Woche zu Bewegung, Tanz und Entspannung mit Musik.

Wer will, kann sich an unseren Auftritten beteiligen.

Termine
Tag, Zeit
Gebühr
Kursleitung
Anmeldung

auf Anfrage
Mittwoch, 17.00 - 18.00 Uhr
auf Anfrage
Claudia Valle
PRO Train (02204) 9548 - 19



Geschenkgutschein

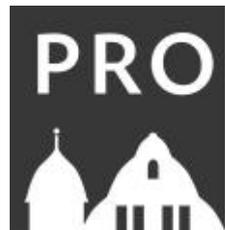
Name.....

über Euro.....

Kurs/Veranstaltung.....

Datum:.....

Weitere Informationen:
Begegnungsstätte PROtreff
PROGymnasium Bensberg e.V.
Schlossstr. 84
51429 Bergisch Gladbach
Telefon: (02204) 9548 - 15
www.progymnasium.de



Wir möchten darauf hinweisen, dass die Kurse in der Begegnungsstätte PROtreff zu buchen und zu zahlen sind, bevor diese verschenkt werden!

Dank an unsere Inserenten

Auch in diesem 2. Halbjahr 2017 gilt unser ganz besonderer Dank den Inserenten in unserem Programmheft. Dadurch ist es uns möglich, wieder ein informatives Heft für unsere Besucher/innen herauszugeben.

- **Bensberger Bank**.....Telefon: 02204/ 4010
 - **Adler Apotheke Bensberg**..... Telefon: 02204/ 54747
 - **Deutsche Bank**..... Telefon: 02204/5885-10
 - **Opel Gieraths**.....Telefon: 02204/4008-0
 - **Parkapotheke**.....Telefon: 02204/ 51521
 - **Brillen-Potyka**..... Telefon: 02202/36097
 - **Nixdorf Brillengalerie**.....Telefon:02204/55167
 - **Barbara Müller**.....Telefon: 02204/ 917531
 - **Deko Blum**..... Telefon:02204/ 52808
 - **Optik Wolf**..... Telefon: 02204/ 56127
 - **Friseursalon Heinz**..... Telefon: 02204/1323
 - **Ford Müller**..... Telefon:02204/9236-0
 - **Sanitätshaus Salgert**.....Telefon: 02204/ 206010
 - **Firma Daubenbüchel**..... Telefon: 02204/ 52497
-

Dank für Ihre Unterstützung

Wir danken insbesondere der **Aktion Mensch**, der **Stiftung Wohlfahrtspflege**, der **Kämpgen-Stiftung** dem **Lions Club Bensberg Schloss** sowie dem **Förderverein Progymnasium Bensberg e.V.** für ihre Unterstützung!

Ein herzliches Dankeschön an alle, die wir hier nicht nennen konnten, die uns mit ihrer tatkräftigen Hilfe und mit Spenden unterstützen.

Diese Unterstützung machte uns die Umsetzung einiger Projekte im PRO erst möglich.

Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V.

Mehr als ein halbes Jahrhundert drückten Generationen von Menschen im Progymnasium die Schulbank. Das schöne, alte Haus stand lange leer, konnte dann aber vom Verein (PROgymnasium Bensberg e.V.) gemietet und schließlich gekauft werden.

1982 wurde der Förderverein gegründet, um das Gebäude zu restaurieren und als ein Haus für die Bürger unserer Stadt zu erhalten.

Aus dem Progymnasium wurde das PRO.

Unser Anliegen ist, innovative Projekte für Menschen mit Behinderungen sowie generationenübergreifende Bildungsarbeit im PROgymnasium Bensberg e.V. zu unterstützen. Heute können oft nur private Investitionen einen angemessenen Qualitätsstandard erhalten. Sind Sie bereit, diese Aufgaben finanziell mitzutragen?

**Für die vielfältigen Aufgaben werden Mitglieder und Geldspenden benötigt.
Auch Ihre aktive Mithilfe ist sehr willkommen!**

Mithilfe

Sie helfen uns durch Ihre Spende auf unser Konto. Wir stellen Ihnen gerne eine Spendenquittung zur Vorlage beim Finanzamt aus.

Spenden

**Der Vorstand des Fördervereins freut sich über Ihr Interesse und Ihren Anruf: (02204) 9548 - 0
E-Mail: foerderverein@progymnasium.de**

Bensberger Bank eG
BIC: GENODED1BGL
IBAN: DE33 3706 2124 0009 5950 15

**Bankver-
bindung**

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE11ZZZ00000289316

Beitrittserklärung

Ich erkläre hiermit meinen Beitritt zum **Förderverein** PROgymnasium Bensberg.e.V., um die Ziele des **Trägervereins** PROgymnasium zu unterstützen ab dem

(bitte Datum eintragen)

Zusätzlich möchte ich - **beitragsfrei** - Mitglied im **Trägerverein** werden.

Name,
Vorname

Straße, Nr.

PLZ, Ort

E-Mail-Adresse

Jahresbeitrag

20,- Euro 40,- Euro _____ Euro

jurist. Person

75,- Euro 150,- Euro _____ Euro

Ich bitte um Zusendung einer Zuwendungsbestätigung für das Finanzamt.

Datum,
Unterschrift

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige den Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V., den Mitgliedsbeitrag von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen. Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom Förderverein PROgymnasium Bensberg e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Hinweis:

Ich kann innerhalb von acht Wochen, beginnend mit dem Belastungsdatum, die Erstattung des belasteten Betrags verlangen. Es gelten dabei die mit meinem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Kreditinstitut
(Name und BIC)

IBAN

DE

Unterschrift

Ort, Datum, Unterschrift des Kontoinhabers

Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Mitgliedschaften und Kooperationen

Die mit * gekennzeichneten Veranstaltungen werden von der Paritätischen Akademie in Kooperation mit dem PROgymnasium Bensberg e.V. durchgeführt.



**Bundesverband für Körper-
und Mehrfachbehinderte e.V.**



Anmeldung Für alle Kursangebote ist eine schriftliche Anmeldung erforderlich. Die Anmeldung ist verbindlich und verpflichtet zur Zahlung des Teilnahmentgeltes. Der Eintrag auf der Teilnahmeliste des Folgekurses verpflichtet ebenso zur Zahlung. Mit der schriftlichen Anmeldung akzeptieren Sie die Teilnahmebedingungen.

Konto(SEPA): **Bensberger Bank**
BIC: GENODED1BGL
IBAN: DE52 3706 2124 0007 1000 27

Hinweis zur Lastschrift:

Sie können innerhalb von acht Wochen dem Einzug widersprechen. Es gelten dabei die mit Ihrem Kreditinstitut vereinbarten Bedingungen.

Teilnahmegebühr Hinweis zur Teilnahmegebühr: Die Kursgebühr ist in der Regel für die Teilnahme von mindestens zehn Personen pro Kurs berechnet. Bei weniger als zehn Anmeldungen besteht die Möglichkeit, die Kosten umzulegen, damit der Kurs stattfinden kann. Die Zahlungen der Kurse sind bei Kursbeginn zu leisten.

**Änderungen
Ausfall** Änderungen der angegebenen Zeiten und Orte lassen sich leider nicht immer vermeiden. Wir bemühen uns, solche Änderungen rechtzeitig mitzuteilen. Angemeldete Teilnehmer/innen werden schriftlich, telefonisch oder durch Ankündigung am Kursort benachrichtigt. Sollten Veranstaltungen nicht zustande kommen, werden die Entgelte in voller Höhe erstattet.

**Stornierung der
Anmeldung** Sollten Sie an einer Veranstaltung, für die Sie sich angemeldet haben, nicht teilnehmen können, so melden Sie sich bitte spätestens **14 Tage vor Kursbeginn schriftlich** ab. Wir bitten um Verständnis, dass nur eine schriftliche Abmeldung anerkannt werden kann.

Eine Erstattung der Teilnahmegebühr ab 7 Tage vor Kursbeginn ist leider nicht möglich.

Bei Abmeldungen erheben wir folgende Stornierungsentgelte:

- bis 15 Tage vor Kursbeginn 5,00 Euro
- 14 - 8 Tage vor Kursbeginn 20% des Teilnahmeentgeltes.
- 7 Tage vor Kursbeginn wird der volle Kursbeitrag erhoben.

Anmeldung

Hiermit melde ich mich zu folgendem Kurs verbindlich an.
Die Teilnahmebedingungen auf der Seite 68 erkenne ich an.

Kursbezeichnung

Kursnummer

Kursgebühr

Name, Vorname

Geburtsdatum

Straße, Nr.

PLZ, Ort

Telefon

E-Mail

Anmeldedatum

Unterschrift

SEPA-Lastschriftmandat

Ich ermächtige das PROgymnasium Bensberg e.V., die Gebühren der jeweils von mir gebuchten Kurse nach Kursbeginn von meinem Konto mittels Lastschrift einzuziehen, sofern sich keine Änderungen ergeben.

Zugleich weise ich mein Kreditinstitut an, die vom PROgymnasium Bensberg e.V. auf mein Konto gezogenen Lastschriften einzulösen.

Das SEPA-Lastschriftmandat gilt für wiederkehrende Belastungen.

Kontoinhaber/in

Bank

IBAN

BIC

Ort, Datum

Unterschrift

PRO Treff

Tel.: (02204) 9548 - 15, Fax: - 26

info@progymnasium.de

Gläubiger-Identifikationsnummer: DE47ZZZ00000850492

Die Mandatsreferenz wird separat mitgeteilt.

Wir unterstützen das PROgymnasium Bensberg e.V.

Stark für Sie...
Bensberger Bank
www.bensberger-bank.de



**Nähe
ist unsere
Stärke!**

**Ihre Wahl:
0 22 04 - 40 10**



PROgymnasium Bensberg e.V.

**Bürgerhaus, Behinderten-
und Generationentreff**

Schlossstraße 84
51429 Bergisch Gladbach
Telefon (0 22 04) 95 48 - 15
Telefax (0 22 04) 95 48 - 26
info@progymnasium.de
www.progymnasium.de