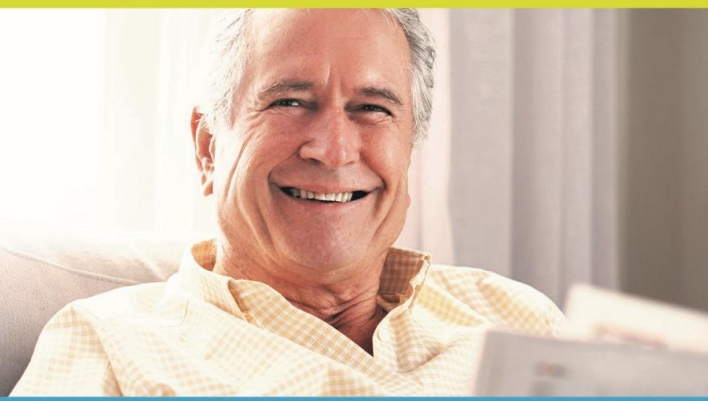


# NEUES

von wi helpt di e.V.



Liebe Leserinnen und Leser,

das 3. Quartal 2024 war für unseren Vereinsvorstand geprägt von intensiver Arbeit hinter den Kulissen. In den vergangenen drei Monaten haben wir uns insbesondere auf interne Aufgaben konzentriert, die für die zukünftige Entwicklung unseres Vereins von Bedeutung sind. Hierzu gehörten u.a. die Aufstellung eines Haushaltsplanes, Kontrolle des Versicherungsschutzes und die Planung und Vorbereitung von (neuen) Projekten.

Nun kommen wir aber zu einem kleinen Rückblick und werfen auch einen Blick auf die kommenden Monate.

## Ein Dankeschön an unsere Ehrenamtlichen

Das diesjährige Sommerfest am 28.08.2024 war ein schöner Anlass, um all denjenigen zu danken, die unseren Verein das ganze Jahr über tatkräftig unterstützen. Bei bester Laune kamen wir im Haus der Generationen zusammen, um unseren Ehrenamtlichen "Danke" zu sagen.

Der Abend begann mit einem herzlichen Empfang, bei dem es bereits erste Gelegenheiten gab, sich in entspannter Atmosphäre auszutauschen. Das reichhaltige Buffet mit leckeren Speisen und erfrischenden Getränken lud zum Schlemmen und Verweilen ein.



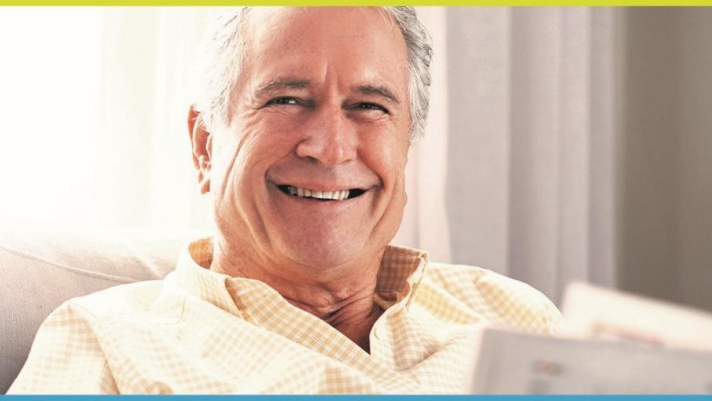
## Rückblick auf den Kreissenientag

Am 21.09.2024 hatten wir das Vergnügen, beim Kreissenientag im Kreishaus in Wildeshausen als Gäste dabei zu sein. Unser Verein war mit einem Informationsstand vertreten, an dem wir das Projekt "wi helpt di" vorgestellt haben. Die Besucherinnen und Besucher zeigten großes Interesse an unserem Angebot und es ergaben sich zahlreiche anregende Gespräche.

Ein besonderes Angebot war das Koordinationstraining, das von Gudrun Löhlein vorgestellt wurde. Sie konnte den Teilnehmenden wertvolle Tipps und Übungen vermitteln, die sich einfach in den Alltag integrieren lassen.

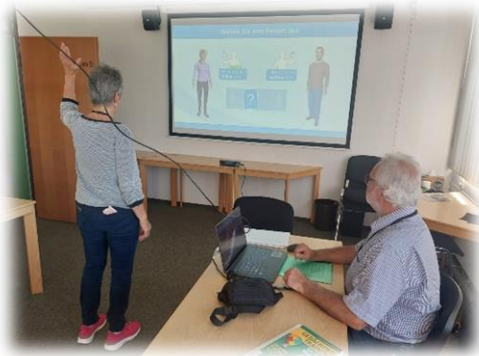
# NEUES

von wi helpt di e.V.



Ebenso erfolgreich war das Gedächtnistraining, das von Jörn Ewald durchgeführt wurde. In einer lockeren Atmosphäre gab er praktische Übungen und Anregungen, wie man das Gedächtnis spielerisch trainieren kann.

Ein besonderes Highlight war die Möglichkeit, die Memore Box zu testen. Diese interaktive Trainingsmethode, die speziell für Senioren entwickelt wurde, bot den Besuchern die Gelegenheit, ihre geistige und körperliche Fitness spielerisch zu fördern.



## Sturzprävention

Unter Leitung von Gudrun Löhlein möchte der Verein ein neues Gesundheitsangebot für alle ab 60 Jahren vorstellen: Sturzprävention. Dieser Kurs richtet sich an diejenigen, die ihre Beweglichkeit und Sicherheit im Alltag verbessern möchten, um Stürze zu vermeiden.

Am 25.10.2024 um 9:00 Uhr lädt die Kursleiterin herzlich zu einem kostenlosen Schnuppertag ins Haus der Generation ein. In einer einstündigen Einheit können die Teilnehmerinnen und Teilnehmer einen ersten Eindruck von den Übungen und Inhalten gewinnen, die im Kurs vermittelt werden. Der Schnuppertag ist ideal, um auszuprobieren, ob dieses Angebot das Richtige ist.

Der eigentliche Kurs startet am 08.11.2024 und findet jeweils freitags ab 9:00 Uhr statt. Der Kurs umfasst vier Termine und kostet insgesamt 10 €. Die Übungen sind speziell darauf ausgerichtet, Kraft, Balance und Koordination zu verbessern, um das Sturzrisiko im Alltag zu verringern.

Für eine Anmeldung oder bei Fragen können sich Interessenten gerne an Ina Schäfer im Rathaus, Tel. 04432 950-141 wenden.

## Tovertafel – ein verzauberter Tisch

Zum 10-jährigen Jubiläum hat sich wi helpt di e.V. eine besondere, ausgefallene Aktion ausgedacht.

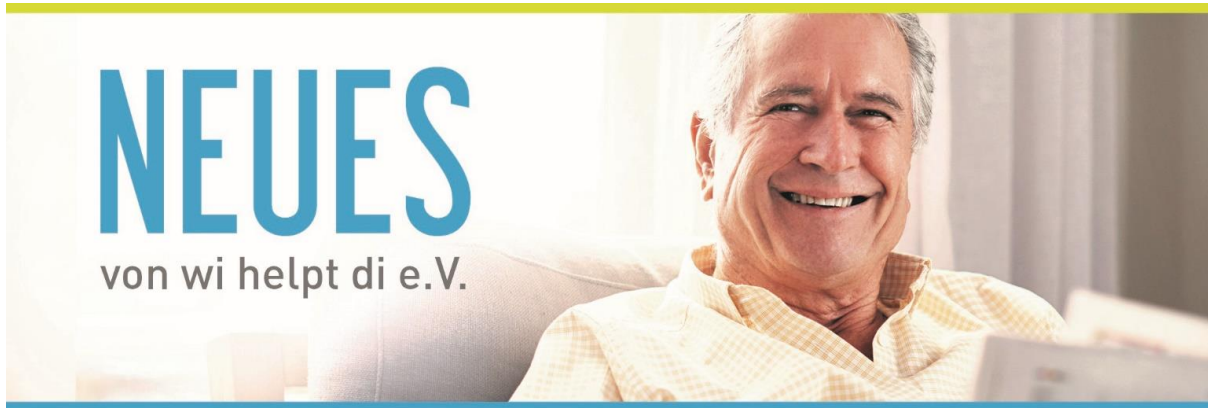
Der Verein hat einen „Zaubertisch“ ausgeliehen und lädt alle Interessenten ein, ihn auszuprobieren. Neugierig geworden?



© Copyright of Tover 2020. All rights reserved.

# NEUES

von wi helpt di e.V.



Der Tover (Niederländisch für Zaubern) projiziert verschiedenste Spiele auf einen einfachen Tisch und Jung und Alt können gemeinsam in Aktion treten. Ob z.B. puzzeln, Kuchen backen, Hundebabies streicheln, in den Sternenhimmel schauen, Wörter raten oder Karten spielen.

Natürlich hat wi helpt di e. V. einen Hintergedanken bei diesem Tover-Tisch: er ist ideal für ältere Menschen, um sie in Aktion zu bekommen und zum Spielen in verschiedenen Erlebniswelten anzuregen. Ein toll konzipiertes Wunder der Technik. Wer mehr wissen will, findet den Tisch unter <https://tover.care/de/tovertafel-pixie/spiele>.

Man kann den Tisch in der 45. Kalenderwoche im Haus der Generationen kennenlernen.

Während folgender Projektangebote:

- 04.11.2024 beim Gedächtnistraining von 15:00 - 16:00 Uhr
- 04.11.2024 beim Handy-Stammtisch von 17:00 - 18:30 Uhr
- 10.11.2024 beim Sonntagstreff um 15:00 - 17:00 Uhr

oder während eines offenen Angebotes am:

- 07.11.2024 von 9:30 Uhr bis 12:00 Uhr oder 15:00 Uhr bis 17:30 Uhr
- 08.11.2024 von 9:30 Uhr bis 12:00 Uhr oder 15:00 Uhr bis 17:30 Uhr

Für weitere Fragen stehen Renate Hocke und Hella Einemann-Gräbert vom Verein zur Verfügung.



## Heiligabend nicht alleine

Auch in diesem Jahr wird wi helpt di e. V. wieder die Gelegenheit bieten, den Heiligabend in einer herzlichen Gemeinschaft zu verbringen. Zum zweiten Mal lädt die Alltagsbegleiterin Katja Neufeind zur Veranstaltung "Heiligabend nicht alleine" ein.

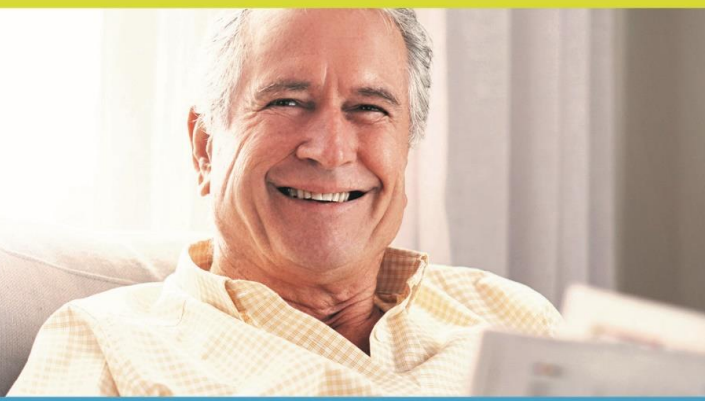
Diese findet am 24.12.2024 von 15:30 bis 19:00 Uhr im festlich geschmückten Haus der Generationen statt.

Die Veranstaltung bietet Zeit zum Schnacken, Singen und Spielen, sodass niemand an diesem besonderen Abend alleine sein muss.

Ab 15:30 Uhr startet das Angebot mit einem gemütlichen Beisammensein bei Kaffee und Kuchen, begleitet von weihnachtlicher Musik und kleinen Aktivitäten. Der Abend wird mit einem gemeinsamen Essen abgerundet, bei dem es traditionell Bockwurst und Kartoffelsalat geben

# NEUES

von wi helpt di e.V.



wird. Es ist eine wunderbare Gelegenheit, neue Kontakte zu knüpfen, schöne Gespräche zu führen und die Weihnachtszeit in einer netten Gemeinschaft zu erleben.

Damit besser geplant werden kann, wird um eine vorherige Anmeldung gebeten. Ina Schäfer nimmt die Anmeldungen im Rathaus unter Tel. 04432 950-141 gerne entgegen.

## **Schnellkochkurs für Männer**

Es ist soweit! Gerne bietet wi helpt di e. V. auf vielfachen Wunsch einen Grundkochkurs für Männer ab 60 Jahren an. Gemeinsam mit Kochbegleiterin Sandra Horn werden an vier Terminen einfache, schmackhafte und günstige Gerichte gekocht.



Termine: Montag, 13.01., 27.01., 10.02., 24.02.2025

Uhrzeit: 10:00 – 13:00 Uhr

Ort: Haus der Generationen, Schulweg 1b in Neerstedt

Der Kostenbeitrag wird 25 € betragen und ist beim ersten Termin zu entrichten. Anmeldungen nimmt Ina Schäfer im Rathaus unter Tel. 04432 950-141 entgegen.

## **Fortbildungsangebote**

### **Smartphone-Kurs**

In Zusammenarbeit mit der LEB bietet der Verein wi helpt e. V. auch in diesem Jahr einen Smartphone-Kurs im Haus der Generationen in Neerstedt an. Dozent Ralf Holtz wird vorerst die Grundlagen eines Smartphones erläutern. Danach geht es um die Navigation mit Google Maps, Suchen und Finden im Internet, Videotelefonie mit WhatsApp sowie Datenschutz und Sicherheit. Zum Kurs ist bitte das eigene Smartphone inklusive Ladekabel mitzubringen.

Für die Teilnahme wird eine Gebühr von 45 € erhoben, Mitglieder von wi helpt di e.V. können sich 50% der Teilnahmegebühr vom Verein erstatten lassen.

Termine: Donnerstag, 10.10., 17.10. und 24.10.2024

Uhrzeit: 9:00 Uhr bis 11:15 Uhr

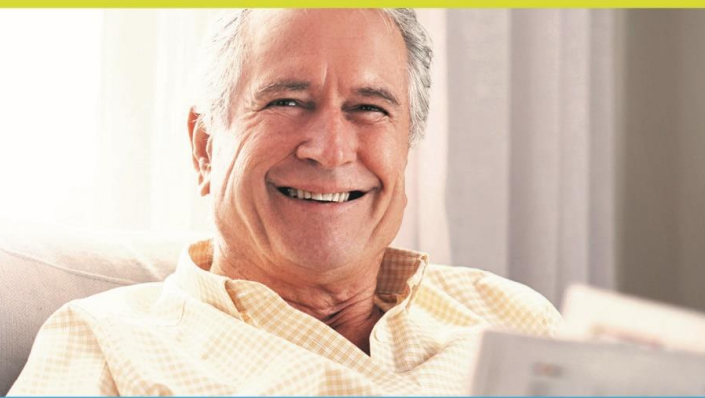
„Aufsteiger\*innen“: 15:00 Uhr bis 17:15 Uhr

Ort: Haus der Generationen, Schulweg 1b, 27801 Neerstedt

Anmeldung: LEB Regionalbüro Oldenburg, Telefon: 04487 750 799 0,  
Email: oldenburg@leb.de

# NEUES

von wi helpt di e.V.



## Letzte-Hilfe-Kurs - Für ein gutes Ende

Im April bot der Verein für seine ehrenamtlich Tätigen einen Letzte-Hilfe-Kurs an. Schnell war den Teilnehmer bewusst, dass dieses Wissen viel verbreiteter sein sollte, ähnlich wie die Inhalte eines Erste-Hilfe-Kurses. Im Letzte-Hilfe-Kurs geht es darum, wie schwerkranke bzw. sterbende Menschen am Lebensende einfühlsam begleitet werden.

Der Kurs besteht aus vier Modulen:

1. Sterben ist ein Teil des Lebens
2. Vorsorgen und Entscheiden
3. Leiden lindern
4. Abschied nehmen

Da es dem Verein leider nicht geglückt ist, die Dozentinnen für einen weiteren Kurs zu engagieren, wird auf das Angebot der LEB hingewiesen. Die LEB bietet diesen Kurs am Donnerstag, 07.11.2024, in der Zeit von 15:00 bis 19:00 Uhr, im Haus der Generationen, Schulweg 1b in Neerstedt, an. Die Teilnehmergebühr beträgt 20 €. Anmeldungen nimmt die LEB entgegen, Tel. 04487 750799-0



## Veranstaltungsplanung 2025 - Wünsche sind gefragt!

Der Vereinsvorstand plant bereits die Veranstaltungen für das kommende Jahr 2025 und möchte gerne alle Interessierten mit einbeziehen. Um auch im nächsten Jahr ein abwechslungsreiches Programm anbieten zu können, sind Ideen und Wünsche herzlich willkommen. Gibt es bestimmte Veranstaltungen, Kurse oder Aktionen, die gewünscht werden? Jede Anregung hilft uns, ein Programm zu gestalten, das den Bedürfnissen und Interessen entspricht. Vorschläge können Ina Schäfer im Rathaus, Tel. 04432 950-141 mitgeteilt werden.



Immer auf dem Laufenden bleiben!  
Abonnieren Sie unseren Whatsapp-Kanal



## Kontaktperson für Fragen und Anregungen an wi helpt di e.V.:

Gemeinde Dötlingen, Ina Schäfer, Tel. 04432 950-141 oder  
[ina.schaefer@doetlingen.de](mailto:ina.schaefer@doetlingen.de)

[www.wi-helpt-di.de](http://www.wi-helpt-di.de)

