

KULTUR & BILDUNG

Friedensinitiative Niederrhein e.V. im sci:moers

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

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

BERATUNG

Beratung Blinden und Sehbehindertenverein

Individuelle Beratung für Blinde und sehbehinderte Menschen. Um Voranmeldung wird gebeten.

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

AUSTAUSCH

Al-Anon

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

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

BEGEGNUNG

ZWAR Moers-Mitte

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

Treffen der Gesamt (Basis) - Gruppe:

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

Café - Gruppe:

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

AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

MoBa-Rampen

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

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



BEGEGNUNG

Offenes Singen

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

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

AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

Yoga auf dem Stuhl – weil Bewegung in jedem Alter guttut!

Sanfte Bewegung und bewusste Atmung schaffen innere Ruhe. Ganz ohne Matte bequem auf oder hinter dem Stuhl und dennoch wirkungsvoll. Anna Liebenberg-Hahnrad ist qualifizierte Yogalehrerin mit langjähriger Erfahrung. Mit Yoga auf dem Stuhl schafft sie einen sicheren Rahmen für Bewegung und Entspannung.

Kursdauer: 12 x (12.11.26 - 13.05.27) in der Zeit von 11:30 – 12:30 Uhr
Termin: alle 14 Tage, jeden 2. und 4. Donnerstag im Monat
Kosten: 50 €, am ersten Kurstag mitzubringen
Anmeldung: per Mail an liebenberghahnrad@gmail.com

AUSTAUSCH

Seebrücke Moers – Schafft sichere Häfen

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

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

BERATUNG

Selbsthilfe – Kontaktstelle Kreis Wesel

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle ist die zentrale Anlaufstelle für alle Fragen zur Selbsthilfe im Kreis Wesel. Sie bietet Beratung, Unterstützung und Information für Interessierte, Selbsthilfegruppen und Fachleute.

Kontakt: Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel,
Hanns-Albeck Platz 2
47441 Moers
Tel.: (02841) 900016

BERATUNG

EUTB® – Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung

Individuelle Beratung für Menschen mit Behinderung und deren Angehörigen zu allen Fragen der Rehabilitation, Teilhabe am Arbeitsleben und Bildung, sozialen Teilhabe und zur Sicherung des Lebensunterhaltes.

Kontakt: EUTB® - Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung
Hanns-Albeck-Platz 2
47441 Moers
Tel.: (02841) 900031 od. (02841) 900032

AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

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

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

Termin: in Absprache und nach Einweisung
Zeit: in Absprache
Kontakt: Peter Albaum, musikalbaum@gmail.com

sci:moers

Wir gestalten soziale Ideen.



Mitglied in:



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

sci:moers gGmbH

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

SCI-Volksschule

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

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

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



AUGUST-DEZEMBER

2. HALBJAHR 2026

Kurse und Aktivitäten im Haus der Möglichkeiten

sci:volksschule

Haus der Möglichkeiten

Liebe Besucher*innen, Kursteilnehmer*innen und Interessierte unserer Angebote in der SCI-Volksschule,

Wenn Sie schon öfter als Kursteilnehmende bei uns in der SCI-Volksschule waren oder als Gäste bei unserem Sommerkultur-Programm, in unserem Sonntags-Café oder bei anderen Veranstaltungen, dann freuen wir uns sehr, dass Sie auch Interesse an diesem Programm für das 2.Halbjahr 2026 haben und wünschen Ihnen viel Freude beim Lesen. Alle neuen Interessierten, die zum ersten Mal ein Programmheft von uns in der Hand haben, begrüße ich recht herzlich und freue mich auf unsere Begegnungen und guten Gespräche und neue Impulse für die weitere Entwicklung unseres Begegnungszentrums im Herzen von Moers.

Es gibt in den kommenden Monaten wieder interessante einmalige Veranstaltungen auf die wir auf der nächsten Seite hinweisen. Unsere festen Angebote wie Singen, Tanzen, Bewegen, Gedächtnistraining, Unterstützung im Umgang mit Handy und Tablet und gemeinsames Gucken von Filmen mit anschließendem Austausch finden weiterhin regelmäßig statt.

Neu sind die regelmäßigen Sprechzeiten des Beirats für ältere Menschen an jedem 2. Dienstag des Monats in der Zeit von 10:00 – 12:00 Uhr. Die Mitglieder des Beirats setzen sich auf kommunaler Ebene für die Interessen und Belange der älteren Menschen in Moers ein. Immerhin sind 32 % der ca.104.000 Einwohnerinnen und Einwohner älter als 60 Jahre!

Die verschiedenen demokratischen Initiativen und Arbeitsgruppen von Vereinen treffen sich regelmäßig bei uns in den Räumlichkeiten und freuen sich natürlich auch über neue aktive Interessierte.

Wir freuen uns über neue Ideen, Angebote und ehrenamtliches Engagement für ein lebendiges und engagiertes Miteinander im Haus der Möglichkeiten.

Jede*r ist herzlich willkommen!

Wir wünschen Ihnen und uns auch in der 2.Hälfte des Jahres 2026 Freude und Gesundheit und hoffen auf viele gute und inspirierende Begegnungen in der SCI-Volksschule.

Ihre Barbara Folkerts und das Team der Ehrenamtlichen

KULTUR & BILDUNG

Donnerstag, 06.08., 15:00 – 17:00 Uhr

Omas und Opas for Future

treffen sich jeden 1.Donnerstag im Monat.

Seit 2019 engagiert sich die Gruppe mit Aktionen für den Klimaschutz: Infostände, Klima-Quiz-Veranstaltungen, Ausstellungen und Teilnahme an landesweiten/örtlichen Demonstrationen. Interessierte sind herzlich willkommen. Kontakt: moers@omasforfuture.de

Montag, 10.08., 18:00 Uhr

Erinnern für die Zukunft e.V.: „Zur Debatte: Was uns bewegt....!“

Termine: montags 10.08., 12.10. u. 14.12.

Der Verein „Erinnern für die Zukunft e.V.“ bietet einen Gesprächskreis für Mitglieder und alle Interessierten und die Möglichkeit an, sich jeweils zu einem aktuellen politischen Thema auszutauschen. Die jeweiligen Themen werden kurzfristig festgelegt und stehen in einem Bezug zur Erinnerungskultur. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich. Kontakt: efz-gespraechskreis@gmx.de

Donnerstag, 10.09., 18:30 – 20:30 Uhr „Älter werden in Moers“

Diskussion mit der Bürgermeisterin zum Thema „Älter werden in Moers“. Der **Beirat für ältere Menschen** der Stadt Moers lädt zum Gespräch und Gedankenaustausch in den Saal der SCI-Volksschule ein.

Freitag, 11.09., 19:00 Uhr „Joel Handley Duo“

Die Friedensinitiative Niederrhein e.V. lädt ein

An diesem Abend werden bekannte Friedenslieder aus unterschiedlichen kulturellen Kontexten erklingen und die vielfältigen Aspekte von Frieden hörbar machen. Die Musik des Joel Handley Duos erreicht die Zuhörenden emotional und kann so nachhaltig wirken. Der Eintritt ist frei.

Samstag, 10.10., 19:00 – 22:00 Uhr

ENNI-Night of the Bands

Auch in diesem Jahr freuen wir uns, dass wir als ein schöner Veranstaltungsort bei der ENNI-Night of the Bands dabei sind. Das Duo **„TalentfreidAbei“** wird mit alten und neuen Songs die Nacht einläuten und bestimmt gute Stimmungen verbreiten.

Freitag, 11.12., 19:00 Uhr

Zum Abschluss des Jahres planen wir ein Café-Konzert mit der Oldie-Band „Jukebox“. Bitte fragt im Café nach, ob der Termin und der Ort bestehen bleiben!

Café Lyzeum Öffnungszeiten:

Mittwochs: 17:00 – 20:00 Uhr

Nette Leute treffen, über Politik und das Geschehen in unserer Stadt sprechen, neue Impulse für die Freizeit bekommen. Neue Kontakte knüpfen oder ganz einfach nur bei einem guten Wein beisammen hocken und klönen - das alles ist möglich im Café Lyzeum.

Donnerstags: 15:00 – 17:00 Uhr

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



Sonntags-Café: 14:30 - 17:00 Uhr

Genießen Sie schöne Stunden mit Freundinnen und Freunden und lassen Sie sich überraschen von dem, was an einem Sonntagnachmittag im Café Lyzeum im Haus der Möglichkeiten geboten wird.



AUSTAUSCH

3G: Gemeinsam – Gucken – Genießen

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

Termin: jeden 3. Donnerstag im Monat
Zeit: 17:00 – 19:00 Uhr
Kontakt: Annegret Baumann, Tel.: 0151 – 21630393
E-Mail: annegret.b.1953@gmx.de

Ort: Volksbanktreff, Untergeschoss

AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

Rock around the walking Stock

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

Termin: jeden 1. und 3. Donnerstag
Zeit: 11:30 – 12:30 Uhr
Infos: Barbara Folkerts, Tel.: 0163 – 1330185

BERATUNG

Hilfen bei Fragen rund ums Handy und Tablet

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

Termin: donnerstags
Die Termine werden kurzfristig in der Presse und im Aushang im Café Lyzeum bekannt gegeben.
Zeit: 14:00 – 15:00 Uhr
Ort: im Café



KULTUR & BILDUNG

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

Das „große Vergessen“ (Ekkehard von Hirschhausen) fängt ganz „klein“ an - das „Ganzheitliche Gedächtnistraining“ will das Gedächtnis aktivieren und das Vergessen „klein“ halten. Es arbeitet mit leichten Körperübungen zur Koordination, aber auch mit unterschiedlich fordernden schriftlichen Übungen zu 12 Zielen: dazu gehören die Stärkung der Konzentration, Merkfähigkeit und Wortfindung, aber auch Denkfähigkeit, Urteilsfähigkeit, sowie Fantasie und Kreativität und weitere 6 Ziele.

Das Training richtet sich an fitte Erwachsene, gerne im Seniorenalter und kostet 10 € pro Stunde (90 Minuten). Ein Kurs umfasst 6 Stunden, also 60 € pro Kurs. Für „Neueinsteiger“ gibt es eine kostenlose „Schnupperstunde“.

Kurs 1: September bis Oktober 2026

Termine: dienstags, 22.09. – 27.10.2026
Zeit: 10:30 – 12:00 Uhr und 14:30 – 16:00 Uhr

Kurs 2: November bis Dezember 2026

Termine: dienstags, 03.11. – 08.12. 2026
Zeit: 10:30 – 12:00 Uhr und 14:30 – 16:00 Uhr

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

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

AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

Einfach Tanzen

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

Alles kann – nichts muss: Tanzen baut Frust ab, ist kommunikativ, ist persönlichkeitsfördernd, ist altersunabhängig, hält fit, macht Spaß, bringt Freu(n)de und verbindet. Tanzen ist ein Ausdruck von Lebensfreude und bedeutet lebendig sein! Für den richtigen Rhythmus sorgt Volker.

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

AKTIVITÄTEN & GESUNDHEIT

Line Dance

Termin: jeden zweiten und vierten Freitag im Monat
Ort: Saal in der SCI-Volksschule
Zeit: 16:00 – 17:00 Uhr
Kontakt: Maggy Plugge Tel.: 0179 – 7048552

