

Hockergymnastik – Gymnastik für Senior*innen 14.10.2026 16:00-17:00 Uhr

Werden Sie aktiv und lernen Sie einfache Übungen für den Alltag.

Referentin: Tatjana Lückel -
Physiotherapeutin und Kursleiterin Netzwerk Gesundheit Wittgenstein

Anmeldung: Marion Nölling -
Gesundheitsmanagerin, Stadt Bad Berleburg
Tel: 02751 923-210
m.noelling@bad-berleburg.de

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung 02.11.2026 16:00-17:30Uhr

Was ist der Unterschied zwischen Vorsorgevollmacht & Betreuungsverfügung? Ist ein Notar dafür zwingend erforderlich? Wie muss eine Vorsorgevollmacht aussehen & wer beglaubigt ein solches Dokument? Diese & weitere Fragen werden im Vortrag geklärt. Auch Möglichkeiten & Grenzen der Vorsorgeinstrumente werden erläutert.

Referent*innen: Herr Weller-
Richter für Betreuungsangelegenheiten des
Amtsgerichtes Bad Berleburg
Frau Dieckhoff & Frau Belz-
Betreuungsverein Arche e.V

Anmeldung: Katharina Belz -
Diplom Sozialpädagogin, Betreuungsverein Arche e. V.
Mobil: 02751 89 21 84 8
buero@bv-wi.de

**Der Vortrag “Sucht kennt keine Altersgrenzen”
und der letzte Hilfe Kurs finden im Diakonischen
Werk, in der Schützenstraße 4, in Bad Berleburg
statt.**

**Alle weiteren Veranstaltungen – mit Ausnahme
des Erste-Hilfe-Kurses für Senior*innen und des
letzte Hilfe Kurses – werden kostenlos
angeboten und finden, außer “Fit mit dem Rad”
im DRK Interkulturellen Mehrgenerationentreff,
in der Poststraße 40, in Bad Berleburg statt.**

Eine Zusammenarbeit von:



Bad Berleburg | Natürlich gesund
Eine ganze Stadt macht mit!



Atempause Wittgenstein



DRK-Kreisverband
Siegen-Wittgenstein e.V.



GEMEINSAM®

Aktiv bleiben

Kontakte knüpfen

Teilhabe erleben

Informiert sein

Verbundenheit spüren

2026

IN BAD BERLEBURG

Einbruchsprävention **28.01.2026 17:30-19:00 Uhr**

Wohnungseinbrüche können nicht nur materielle Schäden, sondern auch seelische Spuren hinterlassen. Der Vortrag gibt Ihnen Tipps, wie Sie einen Einbruch erschweren oder gar verhindern können.

Referent: Stefan Dax-
Kreispolizeibehörde Siegen-Wittgenstein

Anmeldung: Silke Weller -
Bürger- und Seniorenservice, Stadt Bad Berleburg
Tel: 02751 923-108
s.weller@bad-berleburg.de

Grundlagen rechtlicher Betreuung **11.02.2026 16:00-17:30 Uhr**

Diese Einführungsveranstaltung zur Gewinnung ehrenamtlicher Betreuer bietet einen kompakten Überblick über die rechtliche Betreuung und die Aufgaben eines rechtlichen Betreuers. Der neue Betreuungsrichter erläutert zentrale Begriffe und Zusammenhänge. Die Veranstaltung eignet sich sowohl für Interessierte und neue Betreuer als auch zur Auffrischung vorhandener Kenntnisse.

Referent*innen: Herr Weller-
Richter für Betreuungsangelegenheiten des
Amtsgerichtes Bad Berleburg
Frau Dieckhoff & Frau Belz-
Betreuungsverein Arche e.V

Anmeldung: Katharina Belz -
Diplom Sozialpädagogin, Betreuungsverein Arche e. V.
Mobil: 02751 89 21 84 8
buero@bv-wi.de

Erste Hilfe Kurs für Senior*innen **09.03.2026 9:00-12:00 Uhr**

Der Erste-Hilfe-Kurs bietet eine Auffrischung in Erster-Hilfe und ist auf gesundheitliche Probleme abgestimmt, die hauptsächlich im fortgeschrittenen Alter auftreten.

Referentin: Sabine Borchardt-
DRK Siegen-Wittgenstein

Teilnahmegebühr 20€ pro Person

Anmeldung: Silke Weller -
Bürger- und Seniorenservice, Stadt Bad Berleburg
Tel: 02751 923-108
s.weller@bad-berleburg.de

Sucht kennt keine Altersgrenzen **23.04.2025 17:00-18:30 Uhr**

Alkohol, Tabak sowie psychoaktive Medikamente und Substanzen können auch im höheren und hohen Lebensalter zu Missbrauch und Abhängigkeit sowie weiteren schweren gesundheitlichen Schäden führen. Der Vortrag gibt einen Einblick über das Konsumverhalten, die Konsumgründe und die möglichen professionellen Hilfsangebote.

Referentin: Anja Reuter -
Suchtberatung Diakonisches Werk Wittgenstein

Anmeldung:
Diakonisches Werk Wittgenstein gGmbH
Tel: 02751 92021-410
bianka.birkelbach@johanneswerk.de

Leistungen der Pflegeversicherung - Entlastung für pflegende Angehörige **20.05.2026 17:00-18:30 Uhr**

Referentin: Beate Kuhn-Pflegetrainerin, VITREA Rehaklinik

Die Leistungen der Pflegeversicherung sind vielfältig und oft nicht leicht nachvollziehbar. Vortrag und Austausch sollen Ihnen die Leistungen der Pflegeversicherung näherbringen und Ihre Fragen klären.

Anmeldung: Beate Kuhn -
Pflegetrainerin, VITREA Rehaklinik
Tel: 02751 88 74478
beate.kuhn@vitrea-gesundheit.de

Plötzlich wird alles anders! **10.06.2026 18:00-19:30 Uhr**

Eine Pflegesituation verändert oftmals das ganze Leben. In diesem Vortrag lernen Sie rechtliche Rahmenbedingungen, finanzielle Unterstützungsmöglichkeiten sowie Beratungs- und Unterstützungsangebote in der Umgebung kennen. Zudem werden praktische Tipps für den Alltag und die Pflege gegeben.

Referentinnen: Anna-Lena Krieger - Gerontologin (B.A.)
Projektmitarbeiterin Regionalbüro Alter, Pflege und
Demenz Südwestfalen
Beate Kuhn - Pflegetrainerin, Vamed Rehaklinik
Manuela Afflerbach - stellv. Einsatzleitung Atempause
Wittgenstein e.V. , Fachkraft Gerontopsychiatrie

Anmeldung: Anna Lena-Krieger -
Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Südwestfalen
an.krieger@caritas-suedwestfalen.de
Tel: 0271 234 178 149

Fit mit dem Rad **15.07.2026 16:00-18:00 Uhr**

Sicheres E-Bike Training-
Verkehrsprävention in Kooperation mit WEDA Fahrrad-
händler Bad Berleburg und BLB-Gesund.

Für diese Veranstaltung können die Teilnehmer*innen gerne ihr eigenes E-Bike mitbringen oder die Möglichkeit nutzen, über den WEDA Fahrradhändler ein Training auf einem E-Bike auszuprobieren. Das Tragen eines Helmes ist für diese Veranstaltung Pflicht!

Referentin: Kreispolizeibehörde

Ort: Schulgelände der ehemaligen Salzmannschule auf dem Stöppel, Bad Berleburg.

Anmeldung: Marion Nölling -
Gesundheitsmanagerin, Stadt Bad Berleburg
Tel: 02751 923-210
m.noelling@bad-berleburg.de

Letzte Hilfe Kurs **Am Ende wissen, wie es geht - das kleine 1 x 1 der Sterbebegleitung** **16.09.2026 17:00-21:00 Uhr**

Letzte-Hilfe-Kurse vermitteln Basiswissen und Orientierungen sowie einfache Handgriffe. Sterbebegleitung ist keine Wissenschaft, sondern praktizierte Mitmenschlichkeit, die auch in der Familie und der Nachbarschaft möglich ist. Wir möchten Grundwissen an die Hand geben und ermutigen, sich Sterbenden zuzuwenden. Denn Zuwendung ist das, was wir alle am Ende des Lebens am meisten brauchen.

Referentinnen: Marion Bock, Tanja Baldus-
Diakonisches Werk Wittgenstein

Teilnahmegebühr 10€ pro Person

Anmeldung: Marion Bock -
Diakonisches Werk Wittgenstein gGmbH
Tel: 02751 92021-428
marion.bock@johanneswerk.de