



**KAB KETTELER-BUND ST. ELISABETH - 31041002**  
**GEMEINDE ST. ELISABETH, OBERCASTROP**  
**PFARRZENTRUM BOCHUMER STRASSE 94**

Vorsitzender Johannes Metze, Tel. 02305/21679  
 Cottenburger Str. 28, 44575 Castrop-Rauxel  
 Präses Pfr. Fr.-J. Eckert, Tel. 02305/22719

Nr.	Veranstaltung	U-Std.
1	15.01. - 19.30 Uhr <b>Das Jahr 2013 im Rückblick</b> Reflexion der Geschehnisse des vergangenen Jahres Ref. Johannes Metze	2
2	12.02. - 19.30 Uhr <b>Weiterbildung - eine ständige Herausforderung</b> Aufzeigen von Möglichkeiten der Weiterbildung im beruflichen und privaten Bereich Ref. Jörg Hegmann	2
	15.02. - 19.00 Uhr <b>Vorabendmesse zur Jahreshauptversammlung</b>	
	16.02. - 09.30 Uhr <b>Jahreshauptversammlung</b>	
3	- 11.00 Uhr <b>Aktuelles Thema aus Politik und Gesellschaft</b> Meinungsbildung zur aktuellen Lage in Deutschland und der Welt durch vertiefende Informationen und Austausch Ref. Johannes Metze	2
4	12.03. - 19.30 Uhr <b>Sport im Alter - bringt er was?</b> Erkennen des Zusammenhangs zwischen gesundem Körper und geistiger Fitness Ref. Georg Wladasch	2
5	16.03. - 10.00 Uhr <b>Allein leben bis ins hohe Alter mit Hilfe des DRK</b> Informationen über Hilfsmittel und Leistungen des DRK Ref. Herr Jerosch, DRK	3
	27.03. - 19.00 Uhr <b>Bezirksausschusssitzung</b>	

Nr.	Veranstaltung	U-Std.
	05.04. oder 12.04. - 17.00 Uhr <b>Ostereierschießen</b>	
6	16.04. - 19.30 Uhr <b>Zukunftsvisionen - sind christliche Verbände noch „in“? - Beispiel KAB</b> Diskussion über das Pro und Contra hinsichtlich christlicher Verbände und Erarbeitung neuer Konzepte Ref. Ulrich Kirchner	2
	01.05. - 10.00 Uhr <b>Maigang</b>	
	10.05. - 09.00 Uhr <b>Bezirksverbandstag</b>	
7	14.05. - 19.30 Uhr <b>Kommunalwahlen 2014: Lohnt sich der Gang zur Wahlurne noch?</b> Aufzeigen der Folgen einer niedrigen Wahlbeteiligung und der „Macht“ der Nichtwähler Ref. Johannes Kirchhelle	2
	17.05. - 15.00 Uhr <b>Diözesanwallfahrt Werl</b>	
	18.05. <b>Ausflug</b> - Einzelheiten werden rechtzeitig bekannt gegeben -	
8	11.06. - 19.30 Uhr <b>Nachlese zur Kommunalwahl 2014</b> Analyse des Wahlergebnisses und der Folgen Ref. Johannes Metze	2
9	15.06. - 10.00 Uhr <b>Aktuelle Rechtsfragen</b> Informationen über neue Urteile und Gesetze Ref. Ulrich Kirchner	3

Nr.	Veranstaltung	U-Std.
	<b>26.06. - 19.00 Uhr</b> <b>Bezirksausschusssitzung</b>	
10	16.07. - 19.30 Uhr <b>Offene Diskussionsrunde - Zeitungsnachlese</b> Meinungsbildung zur aktuellen Lage in Deutschland und der Welt durch vertiefende Informationen und Austausch Leitung: Jörg Hegmann	2
	<b>02.08.</b> <b>Fahrt zum Libori-Fest nach Paderborn (Tag der KAB)</b>	
11	13.08. - 19.30 Uhr <b>Freundschaften pflegen in der Gemeinschaft</b> Aufzeigen von Möglichkeiten sich persönlich einzubringen und der Vereinsamung vorzubeugen Ref. Georg Wladasch	2
	<b>24.08. - 10.00 Uhr</b> <b>Teilnahme an der Bookenprozession</b>	
12	17.09. - 19.30 Uhr <b>Bewusst leben - auch in schwierigen Zeiten</b> Strategien zur Bewältigung von Krisen kennenlernen Ref. Johannes Kirchhelle	2
	<b>20.09.</b> <b>Bezirksausschuss-Klausurtag</b>	
13	21.09. - 10.00 Uhr <b>Neues aus der Sozialversicherung</b> Informationen über neue Urteile und Gesetze Ref. Bernhard Wladasch	3
	<b>25.09. - 19.00 Uhr</b> <b>Gebetstag für den Frieden</b> <b>Hl. Familie, Holsterhausen</b>	
14	15.10. - 19.30 Uhr <b>Warum der Sonntag frei bleiben sollte</b> Aufzeigen des Ursprungs und der Bedeutung des Sonntags in	2

Nr.	Veranstaltung	U-Std.
	unserer christlich geprägten Gesellschaft und der Folgen einer „rund um die Uhr“-Gesellschaft Ref. Ulrich Kirchner	
15	19.10. - 10.00 Uhr <b>Aktuelle Fragen aus dem Gesundheitswesen</b> Weitergabe von präventionsorientierten Informationen Ref. Karl-Josef Krekeler	3
16	12.11. - 19.30 Uhr <b>Die Suppenküche - Hilfe für Bedürftige</b> Vorstellung der Suppenküche und ihrer Arbeit und eine kritische Betrachtung der Notwendigkeit dieser Einrichtung in heutiger Zeit Ref. Hanne Lojewsky	2
17	16.11. - 10.00 Uhr <b>Thema wird bekannt gegeben - bitte auf Ankündigung achten</b> Ref. Prof. Dr. Wolfgang Meyer	3
	<b>04.12. - 19.00 Uhr</b> <b>Bezirksausschusssitzung</b>	
18	17.12. - 19.30 Uhr <b>Gedanken zum Weihnachtsfest</b> Betrachtung des Festes aus heutiger Sicht hinsichtlich ursprünglichem Sinn und heutigem Konsum Ref. Jörg Hegmann	2
<b>ALTEN- UND RENTNERGEMEINSCHAFT (ARG)</b>		
19	30.01. - 15.00 Uhr <b>Das Jahr 2013 im Rückblick</b> Reflexion der Geschehnisse des vergangenen Jahres Ref. Renate Kramp	3
20	27.02. - 15.00 Uhr <b>Allein leben - Lust oder Frust?</b> Aufzeigen von Vor- und Nachteilen des Alleinlebens und Möglichkeiten, das Leben zur Zufriedenheit zu gestalten Ref. Renate Kramp	3

Nr.	Veranstaltung	U-Std.
21	06.03. - 15.00 Uhr <b>Aktiv im Alter - wer rastet, der rostet</b> Aufzeigen von Möglichkeiten, durch Engagement in verschiedenen Bereichen der vorzeigenden Alterung und Vereinsamung vorzubeugen Ref. Renate Kramp	3
22	27.03. - 15.00 Uhr <b>Senioren im Straßenverkehr - die Verkehrswacht rät und informiert</b> Vermittlung von Verhaltensweisen zur sicheren Teilnahme am und im Straßenverkehr Ref. Jürgen Uhlmann	3
23	24.04. - 15.00 Uhr <b>Bingo - alternatives Gedächtnistraining</b> Erlernen von Praktiken zur Erhaltung der geistigen Fähigkeiten Ref. Renate Kramp	3
24	08.05. - 15.00 Uhr <b>Muttertag - ein verdienter Ehrentag?</b> Kritische Auseinandersetzung mit dem Ursprung des Muttertages und der Auslegung in heutiger Zeit Ref. Renate Kramp	3
25	22.05. - 15.00 Uhr <b>Gesundheitsfragen im Alter</b> Vermittlung von Informationen zur Gesunderhaltung und zur Stärkung des Wohlbefindens Ref. L. Maihofer	3
26	26.06. - 15.00 Uhr <b>Seniorenberatung über Betreuungsangebote</b> Vorstellung von unterschiedlichen Möglichkeiten der Betreuung und ihrer Hintergründe Ref. Elisabeth Kister	3
27	04.09. - 15.00 Uhr <b>Die versteckte Armut - auch in unserer Gesellschaft aktuell?</b> Auseinandersetzung mit dem	3

Nr.	Veranstaltung	U-Std.
	Begriff „arm“ und der Einkommenssituation der Menschen in unserem Land. Ref. Renate Kramp	
28	25.09. - 15.00 Uhr <b>Fitness für den Kopf - Denkspiele mit Spaß und Humor verbinden die Generationen</b> Aufzeigen von Möglichkeiten, Jung und Alt auf unterhaltsame Weise „an einen Tisch zu bringen“ Ref. Renate Kramp	3
29	30.10. - 15.00 Uhr <b>Älter werden - beweglich bleiben durch Wanderungen, Tanzen, Gymnastik, Schwimmen</b> Förderung des Wohlbefindens und Vorbeugung gegen vorzeitiges Altern Ref. Renate Kramp	3
30	27.11. - 15.00 Uhr <b>Lieber daheim als im Heim - Pflege heute</b> Aufzeigen von Möglichkeiten der Pflege zu Hause, der Ansprüche auf Hilfsmittel, der finanzielle Übernahme durch Versicherungsträger Ref. Renate Kramp	3
31	04.12. - 15.00 Uhr <b>Weihnachten - gestern und heute</b> Reflexion über die Entwicklung des Weihnachtsfestes vom christlichen Hochfest zum Fest der Geschenke (?), Erinnerungen an Traditionen aus der Kindheit Ref. Renate Kramp	3