

Neuer Kurs: Silbersurfer im Internet unterwegs

Barsinghausen. Teilweise gibt es Angebote ausschließlich digital im Internet. Für unversierte Menschen im Umgang damit stellt das eine hohe Hürde dar und kann zur Ausgrenzung führen. Das Freiwilligen-Zentrum Barsinghausen in Kooperation mit der Volkshochschule Calenberger Land und der Landeszentrale für politische Bildung bietet deshalb den Kurs „Silbersurfer digital unterwegs“ an. Dabei werden unterschiedliche Aspekte von den Dozenten Michael Baum und Steffen Bien beleuchtet. Wie kann ich meine Meinung im Internet kundtun? Welche Möglichkeiten kann man nutzen, um aktiv an politischen Diskussionen im digitalen Raum teilzu-

nehmen? Weitere Schwerpunkte sind Social-Media-Plattformen und Messengerdienste sowie Fake News und Künstliche Intelligenz.

Die Zielgruppe sind diejenigen ab 50 Jahren, die digital unsicher sind. Der Kurs findet Montag, 17. und 24. Februar, Donnerstag, 6. März, und Montag, 31. März, jeweils in der Zeit von 17 bis 20.15 Uhr in den VHS-Räumen, Langenacker 38, statt. Die Kursnummer lautet 251-11051B. Interessierte melden sich an unter Telefon (05105) 521638 oder per E-Mail an annamaria.winkler@vhs-cl.de. Weitere Informationen gibt es im Internet unter www.vhs-cl.de. Die Teilnahme ist kostenfrei.

Gemeinsam statt einsam

Das Seniorenbüro Barsinghausen bietet viele Aktivitäten für ältere Menschen an – und kann sich auf die Unterstützung von Ehrenamtlichen verlassen



Das ehrenamtliche Seniorenbüro-Team: Günter Kapper (von links), Brunhilde Hering und Christiane Becker organisieren jede Menge Aktivitäten, damit ältere Menschen aus dem Haus kommen. FOTO: JENNIFER KREBS

Barsinghausen. Eine gemütliche Frühstücksrunde, ein Theaterbesuch oder eine Wandertour: „Wir wollen ältere Menschen aus ihrer Einsamkeit herausholen“, sagt Brunhilde Hering, die sich vom ersten Tag an im Seniorenbüro der Stadt Barsinghausen engagiert. Inzwi-

schon ist sie selbst längst eine Seniorin. Die heute 80-Jährige war bei der Stadt angestellt und hatte sich bis zu ihrer Rente um die kommunale Seniorenarbeit gekümmert. Nun bringt sie sich ehrenamtlich im Seniorenbüro ein. Zu dem Freiwilligenteam gehören auch noch Christiane Becker (67) und Günter Kapper (71).

Zwar wurde das Seniorenbüro bereits im September 1994 eröffnet, doch noch immer ist es eine nicht besonders bekannte Einrichtung in Barsinghausen – obwohl der Anteil älterer Menschen dort zunehmend größer wird. In Barsinghausen leben 34.842 Einwohner und Einwohnerinnen (Stand November 2024). Davon sind 11.778 älter als 60 Jahre – das sind etwa 33 Prozent. Der Anteil der über 60-Jährigen in Barsinghausen steigt seit 20 Jahren konstant: Er lag 2001 bei 27,5 Prozent, 2008 bei 28,8 Prozent, 2014 bei 30,2 Prozent und 2017 bei 32,5 Prozent.

Eine weitere Steigerung ist zu erwarten, denn 3046 Menschen sind aktuell zwischen 55 und 59 Jahre alt.

Anlaufstelle für alle Themen des Älterwerdens

Das Seniorenbüro ist eine Anlaufstelle für alle, die Beratung zu Themen des Älterwerdens, Unterstützung beim Ausfüllen von Formularen (zum Beispiel für den Schwerbehindertenausweis) und vor allem Gesellschaft suchen. Geöffnet ist immer dienstags von 14 bis 15.30 Uhr; zu finden ist das Büro in einem Container hinter dem Rathaus II am Deisterplatz. Wer ein Anliegen hat, kann zur Sprechzeit einfach vorbeikommen oder unter Telefon (05105) 7742301 anrufen.

Das ehrenamtliche Team organisiert viele Aktivitäten und Möglichkeiten, unter Leute zu kommen. „Gegen die Vereinsamung im Alter ist es wichtig, he-

rauszukommen und neue Kontakte zu knüpfen“, rät Hering. Doch wirklich einsame Leute seien leider nur schwer zu erreichen, häufig werde ihre Situation als ein Tabuthema angesehen.

Einmal im Monat bietet Helferin Becker für Seniorinnen und Senioren in Barsinghausen oder in der näheren Umgebung ein Frühstückstreffen, Mittagessen, Kaffeetrinken oder Eisessen an – auch um über Neuigkeiten zu sprechen. Dabei können neue Bekanntschaften geschlossen und Kontaktdaten ausgetauscht werden, um sich auch außerhalb dieser Termine zu treffen. Die nächste Zusammenkunft im Februar ist noch nicht terminiert.

Das Tempo liegt bei ungefähr vier Kilometern pro Stunde, jede Strecke läuft Kapper vorher ab, um sie zu testen. Das Alter der Wandernden liegt zwischen 60 und 86 Jahren, im Durchschnitt beträgt es 75 Jahre. Die Gruppengröße schwankt zwischen elf und 28 Teilnehmenden. Im Januar steht noch eine Wanderung in den Osterwald an, im Februar wird bei Sehnde und Loccum gewandert, und im März geht es zur Märzenbecherblüte am Schweineberg. Manchmal gibt es auch Sonderaktionen, dann fährt die Gruppe auch schon mal zum Spargelessen oder ist mit der Draisine unterwegs.

Durch das Wandern hätten sich schon viele neue Freundschaften gebildet, erzählt Kapper. Und sogar neue Partnerschaften. Neulich habe er ein besonders schönes Lob von einer Dame bekommen, die ihre 200. Wanderung mitgemacht hatte: Sie habe sich mit den Worten bedankt, diese Gruppe sei das Beste, das ihr je passiert sei. Die genauen Termine und eine Tourenbeschreibung sowie die Kontaktdaten von Kapper sind im Onlineveranstaltungs-kalender auf barsinghausen.de unter dem Stichwort „Seniorenveranstaltungen“ oder „Wanderungen“ zu finden.

Besichtigung der Sektellerei Duprés

Helferin Hering ist für die Organisation von Fahrten, Stadtführungen und Besichtigungen zuständig. Wenn eine Anreise zu den Zielen mit öffentlichen Verkehrsmitteln schlecht möglich ist, wird ein Bus gechartert, was An- und Abreise deutlich einfacher macht. Bei jeder dieser Veranstaltungen ist ein Restaurantbesuch inbegriffen, eine Teilnahme dazu aber nicht verpflichtend. Für den Februar ist eine Besichtigung der Sektellerei Duprés in Neustadt am Rübenberge geplant, im März steht ein Besuch des Neuen Theaters in Hannover an, und im April geht es zur Hofreitschule nach Bückeburg.

Zwei Wandertouren im Monat – selbst getestet

Helfer Kapper ist als Wanderführer im Einsatz, zwei Touren im Monat bietet er an. Jede davon ist zehn bis zwölf Kilometer lang.

TÄGLICH HU UND AU!
Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

AutoTec
Röntgenstraße 3 a
Barsinghausen
05105 3777

Meisterwerkstatt · Autoteile und Zubehör

34875101_002624

Moderne Zahnmedizin für die ganze Familie

– Anzeige –

Willkommen in unserer familienfreundlichen Zahnarztpraxis in Barsinghausen! Wir setzen auf moderne Technik und ein einfühlsames Team, um Ihnen und Ihrer Familie den Zahnarztbesuch so angenehm wie möglich zu gestalten. Unser Einsatz fortschrittlicher Technologien wie digitales Röntgen und der Intraoralscanner ermöglichen uns präzise Diagnosen und schonende Behandlungen. Durch das digitale Röntgen reduzieren wir die Strahlenbelastung und bieten Ihnen eine schnellere Auswertung

der Aufnahmen. Mit dem Intraoralscanner erstellen wir hochauflösende 3D-Modelle Ihrer Zähne, ganz ohne unangenehme Abdrücke. Auch bei der Terminplanung sind wir auf dem neuesten Stand. Über unser digitales Terminbuchungsportal können Sie bequem und jederzeit einen Termin vereinbaren – direkt auf unserer Website oder über den QR-Code neben

diesem Artikel. Wir freuen uns darauf, Sie in unserer Praxis willkommen zu heißen und Ihnen eine moderne und zugleich persönliche Zahnbehandlung zu bieten.

Termine online verwalten



Das geht bei Dein Zahnarzt Barsinghausen

dein
zahnarzt
barsinghausen

Ihre familiäre Zahnarztpraxis
Heerstraße 12 - 30890 Barsinghausen - Tel. 0 51 05 / 63 200
www.deinzahnarzt-barsinghausen.de

33192001_002624

OCEAN OF TIME - Hardrock aus Schaumburg

„Ocean of Time“ sind mittlerweile ein fester Bestandteil eines Konzertjahres im ASB-Bahnhof und die Band um Frank Paul (Guitar & Vocals), Ingo Dageförde (Bass & Backing Vocals, Keyboards & Harp), Jan Hartmann (Vocals) sowie Marcus Feuerstein (Drums & Percussion) beweist bei jedem ihrer Konzerte auf das Neue, dass handgemachte Rockmusik zeitlos ist.

Es wird wie immer richtig heiß

serviert, und auf dem Speiseplan steht kräftiger Progressive Rock aus eigener Feder, mal episch, mal krachend, mal verträumt. Und eins ist immer wieder sicher: Es wird laut und es wird gut, dafür ist und bleibt die Band aus Schaumburg bekannt.

Wir freuen uns auf ein tolles Konzert einer richtig guten Band aus der näheren Umgebung ... so come on – Let's Rock!



Konzert am
25.01.2025

Konzerte 2025

25.01.2025
OCEAN OF TIME
01.02.2025
THE CRYPTEX
08.02.2025
SPORTFREUNDE HELDEN
15.02.2024
ZED MITCHELL BAND
22.02.2024
BOPPIN' B
01.03.2024
THE SWIPES
07.03.2024
DER BAUMSCHÜLER
08.03.2025
TURNING POINT



– Anzeige –

Karten für die Konzerte gibt es im Vorverkauf im ASB-Bahnhof sowie in allen Reservix Vorverkaufsstellen und online unter www.asb-bahnhof.reservix.de/events. Infos zu den Konzerten gibt es unter www.asb-bahnhof-barsinghausen.de.



TICKETPORTAL