

Sozialberatung – unabhängig, kostenlos und vertraulich!

In diesen Zeiten ist eine **unabhängige und kostenlose Sozialberatung** noch wichtiger als zuvor. Sie ist jede Woche von 9:00 bis 12:00 Uhr in der Hauptstr. 81 erreichbar. Eine telefonische Voranmeldung unter 02302/421131 ist hilfreich. Wir bieten in ruhiger und vertrauensvoller Atmosphäre eine kostenlose und qualifizierte Beratung zu folgenden Themen an:

- Alg II und Grundsicherung im Alter
- Hilfe zur Pflege und hauswirtschaftliche Verrichtungen
- Schwerbehindertenangelegenheiten
- und mehr...

Wollen Sie uns oder andere Wittener Organisationen ehrenamtlich unterstützen?

Hier im Viertel zum Beispiel den Kinderschutzbund oder das Projekt „lernen & lüften“, welches Grundschulkindern bei den ersten Schritten begleitet.

Melden Sie sich gern bei unserer FreiwilligenAgentur FOKUS

Frau Brommer und Frau Völpert
Tel.: 0 23 02 / 42 11 31

Die FreiwilligenAgentur FOKUS berät Sie gern rund um das Thema Ehrenamt.

Sie können dieses Monatsprogramm per Post oder besser per E-Mail rechtzeitig erhalten:
Bestellung unter rolf-kappel@caritas-witten.de oder Projekt „DasMachenWirGemeinsam“ der Caritas Witten e.V., Hauptstr. 81, 58452 Witten

„Liebe Freunde! Es ist hohe Zeit, dass wir den alten Quark, all die Traurigkeiten und die Pelze in den Schränken lassen.“

Wolf Biermann

Neuigkeiten aus dem Marienviertel

Monatsprogramm Mai 2023

Karten für „Miss Marple – Ein Mord wird angekündigt“ von Agatha Christie gibt es noch über ruhrbuehne-witten.de oder halt Mittwoch ab 19 Uhr im Theatercafe, Bochumer Str. 10 a, mit der Straßenbahn 309 oder 310 bis Haltestelle Crengeldanz – dann immer dem Theaterduft nach...



Foto: Ruhrbühne Witten

caritas 
witten

DAS MACHEN
WIR GEMEINSAM

Sicherheit im Alltag

Zu Gast bei der Frauengruppe „Hallo Schwester, hallo Abla!“ war am Dienstag nach Ostern die ehrenamtliche Seniorensicherheitsberaterin Ursula Kohlstadt. Sie ist seit 2012 im Auftrag des Polizeipräsidiums Bochum beratend unterwegs.

Statt eines leckeren Frühstücks gab es für die Frauen zum vielfältigen Themenbereich „Sicherheit im Alltag“ ein Büffet anderer Art in Wort und Bild und mit ausgewähltem Anschauungsmaterial.

Die Referentin hob hervor, dass Deutschland ein sicheres Land wäre und wir Frauen stark wären und laut und deutlich NEIN sagen können sollten. Ein gesundes Selbstbewusstsein könnte uns vor kritischen Situationen an den Orten bewahren, an denen wir uns in unserem Alltag bewegen. Die Pandemie hat uns Abstand halten gelehrt. Behalten wir doch dieses Verhalten bei und verschaffen uns verbal eine Beinlänge Abstand, falls uns Personen zu nahe kommen, empfahl Frau Kohlstadt.

Als Eltern machen wir auch bitte unsere Kinder stark, so ihr Appell. Täter suchen Opfer, keine Gegner! Ganz plakativ fasste sie ein angemessenes Verhalten in drei eingängigen Merksätzen zusammen:

1. Ich lasse keine Fremden in meine Wohnung!
2. Ich spreche am Telefon nicht über Geld!
3. Ich unterschreibe nichts an der Wohnungstür oder in der Fußgängerzone!

Anhand von großformatigen Bildern besprach die Gruppe Gefahren am Bankautomaten sowie klassische Delikte wie Taschendiebstahl und Wohnungseinbruch mit einfachen Werkzeugen wie Schraubendreher, Zange und Keil. Geld und wichtige Dokumente gehören eng an den Körper. Verschließbare Innentaschen, Brustbeutel und Gürteltaschen sind geeignet. Mit dem Einsatz von Trillerpfeife oder Taschenalarm könnten potentielle Täter durch eine unerwartete Reaktion abgeschreckt werden. In der Dunkelheit sähen uns andere Verkehrsteilnehmende besser, wenn wir als Fußgänger und Radfahrende eine Warnweste, reflektierende Kleidung und /oder Reflektor-Armbänder tragen.

Es entspann sich ein intensives Gespräch: Die Frauen erzählten von ihren unterschiedlichsten Erfahrungen und wie sie souverän gehandelt hätten. Die Frauen wünschen sich, den Workshop im Herbst zu Beginn der „dunklen Jahreszeit“ fortzusetzen.

Jeden Montag heißt es **"Mal Glück im Marienviertel"**. **Ab 16 Uhr** treffen sich Malerinnen und Maler, Anfängerinnen und Fortgeschrittene im FOKUS-Büro, Hauptstr. 81 und genießen zusammen mit der Kreativ-Gruppe **"CariCrea"** die gemeinsame Zeit. Interessierte sind herzlich willkommen.

Jeden **Mittwoch von 17:30 bis 19:00 Uhr: Schreibwerkstatt Schreibkenntnisse verbessern und formales Schreiben für den Beruf erlernen.** Crengeldanzstr. 1 (nicht im cafe Credo!) Anmeldung unter 9109034

Am Dienstag, dem 2. Mai heißt es wieder **„Witten zu Fuß erkunden“ 14 Uhr** ab Cafe Credo, Hauptstr.81: Die Spazierganggruppe geht gemeinsam und im gelassenen Tempo ca. eine Stunde spazieren. Desöfteren gibt es auch interessante und überraschende Besuche.

Donnerstag, 4. Mai 15 Uhr im Cafe Credo, Hauptstr.81: **Spiele - Nachmittag** bei Kaffee, Tee und Kuchen für alle, die Spaß beim Entdecken alter und neuer Spiele haben. Auch dabei sein wird Ulrich Ehlers mit seinen kniffligen Stadt - Rätseln.

Ab dem 5. Mai wieder **Freitags nachmittags** gibt es **ab 13:30 Uhr** ein **Bastelangebot für Kinder** im Cafe Credo, Hauptstr.81 - auch hier ist keine Anmeldung, sondern nur Spaß und Kreativität erforderlich.

Und **jeden Freitag ab 15 Uhr** trifft sich im gleichen Raum das **„Internationale Sprachcafe“**: Miteinander sprechen, sich verstehen und kennenlernen. Ohne Anmeldung.

Montag, 8. Mai Sprechstunde der Seniorenvertretung Witten ab 10 Uhr im Cafe Credo. Kommen kann jede und jeder, die ein Thema ansprechen möchte, von dem sie oder er glaubt, dass es angesprochen werden sollte.

Dienstag, 9. Mai ab 9:30 Uhr im Cafe Credo: **„Hallo Schwester, hallo Abla!“** zu dem Frauen aus dem Stadtteil herzlich willkommen sind. Mit einem leckeren Frühstück - zu dem gerne etwas mitgebracht werden darf.

Am Mittwoch, dem 10. Mai laden Übungsleiterinnen Hannelore Kleine und Marion Wenzel **um 15:00 Uhr** ein zu **„Gedächtnistraining plus“** ins Cafe Credo, Hauptstr. 81. Dauer ca. eine Stunde. Eine Anmeldung nicht erforderlich.

Am Donnerstag, 11. Mai von 11:30 bis 13:30 Uhr bietet der gemeinsame **Mittagstisch** wieder ein schmackhaftes Gericht mit Nachspeise an. Das Essen ist kostenlos und über eine Spende freuen sich Kinderschutzbund und Hospiz. (Jede gibt so viel sie kann.) Es laden ein: Caritas und Wohnungsgenossenschaft Witten - Mitte. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Das Café „Vergiss mein nicht“ lädt ein **am Donnerstag, 11. Mai ab 15 Uhr.** Ein Treffen für Menschen mit und ohne Demenz. Die Wohnungsgenossenschaft Witten - Mitte lädt mit der Caritas Witten ins Cafe Credo ein.

Dienstag, 16. Mai ab 14 Uhr „Witten zu Fuß erkunden“ ab Cafe Credo.

Dienstag, 23. Mai von 17:30 bis 20 Uhr: Internationaler Frauentreff im Cafe Credo. Austausch, Ausflüge, Abendessen, Lachen, Kreatives, Themenabende ... Bei Fragen: Telefon 9109033. „Komme vorbei und finde neue Freundinnen“

Donnerstag, 25. Mai Mittagstisch „Gemeinsam schmeckt es besser“ für Freundinnen und Freunde der Hausmannskost **von 11:30 bis 13:30 Uhr.** An diesem Tag gibt es leckere Hausmannskost. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Das Café „Vergiss mein nicht“ lädt ein **am Donnerstag, 25. Mai ab 15 Uhr.** Ein Treffen für Menschen mit und ohne Demenz. Die Wohnungsgenossenschaft Witten - Mitte lädt mit der Caritas Witten ins Cafe Credo ein.

Mittwoch, 31. Mai von 17 bis 19 Uhr: „Karaoke international“ Sing mit uns immer am letzten Mittwoch im Monat. Um Anmeldung unter 9109033 wird gebeten.

Ein Raum, um sich auszuprobieren

Mittwoch abends, halb neun in der Ruhrbühne: Ein Pizzafahrer bringt gerade anderthalb Familienpizzen ins Theatercafe, in dem munter plaudernd und erzählend das Wittener Theatervolk seinen wöchentlichen Vereinstreff begeht.

Dierith Ludwig und Martina Ende - Bollin sitzen einige Räume weiter auf der Bühne und üben eine Textpassage des kommenden Stücks von Agatha Christie. Dicke Strickjacken sind dabei angesagt, denn der Theatersaal wird nur bei den Proben geheizt. Die neue Kulisse ist schon fortgeschritten, im Zuschauerraum herrscht aber noch ein munteres Durcheinander an Requisiten, Kisten und Kasten... Einige Türen weiter gehen Sprechproben „mit Mimik“ zu Ende, wie der junge Elias (14) berichtet, der erst vor kurzem zum Amateurtheater am Crengeldanz gestoßen ist. Der theaterbegeisterte Schüler bekam von seinem Papa Freikarten für das letzte Stück der „Ruhrbühne“. Seitdem ist er dabei und hofft auf eine erste, kleine Rolle im kommenden „Märchen“ - Bühnenerfahrung bringt er jedenfalls schon vom Krippenspiel in der Trinitatis - Kirchengemeinde mit. Junge Leute sind gar nicht so selten zu sehen, nach der Corona - Auszeit gibt es viel Interesse, was natürlich einen erfahrenen Theatermann wie Martin Grunewald (51) nicht gerade unglücklich macht. Erst recht nicht, dass verschiedene Generationen aufeinander treffen und miteinander das Theater mit Leben erfüllen - auf der Bühne und dahinter finden sich „knapp tausend Möglichkeiten sich einzubringen“. Selbstverständlich neben Beruf oder Schule - alles ehrenamtlich. Was macht den Reiz des Theaterspielens aus? Martin Grunewald erlebt selbst immer wieder, dass das Theater einen geschützten Raum bietet, sich auszuprobieren: „Nie im Leben hätte ich mir vorstellen können, auf eine Bühne zu steigen und zu singen. Oder darauf zu tanzen... Auch nach 30 Jahren etwas Neues aus mir herauszuholen, was ich mir bisher nicht zugetraut hätte - das ist es. Und wenn der Regisseur es herauskitzelt, Dich charmant überzeugt, es zu wagen - dann gehst Du zufrieden nach Hause“ ... und die Zuschauer ebenso.