



Programm des Nachbarschaftstreffs Pennenfeld

Maidenheadstr. 20, 53177 Bonn

April 2026

Frohe Ostern!



Foto: www.pixabay.com

Specials in diesem Monat:

Mittwoch
22.4.
18-21 Uhr

Fünfte Pennenfelder Stadtteilkonferenz

Gemeinsam haben wir schon viel erreicht! Was sind Ihre Ideen und Wünsche für die Zukunft?

Eine herzliche Einladung an alle Pennenfelder*innen zur Mitgestaltung ihres Stadtteils!

Gemeinsam haben wir schon viele Ideen für Pennenfeld entwickelt und umgesetzt. Bei der diesjährigen Stadtteilkonferenz möchten wir darauf zurückblicken und weiterdenken, miteinander ins Gespräch kommen und Ihre Anregungen aufgreifen. Die Themen dieses Jahr sind: Begegnung und Zusammenleben, Attraktivität des Stadtteils, Ein „Schwarzes Brett“ für Pennenfeld.

Ein kleiner Imbiss und Getränke stehen bereit.

Veranstaltungsort: Ehem. Missionszentrale der Franziskaner, Albertus-Magnus-Str. 37-39 (gegenüber der kath. Kirche)

Informationen und Anmeldung: Frank Wilbertz 0228-91 58 444 oder info@wohnen-im-pennenfeld.de

In Kooperation mit dem Kirchausschuss von St. Albertus Magnus und dem Bürgerverein Buntes Pennenfeld e.V.

Gefördert durch den Förderverein der Sparkasse KölnBonn e.V.

Wöchentlich stattfindende Angebote:

Dienstags
13-14 Uhr

Smartphone-Kurs für Seniorinnen und Senioren

In diesem Kurs lernen Sie die wichtigsten Funktionen Ihres Smartphones Schritt für Schritt kennen und werden dadurch sicherer im Umgang mit Apps, Messages, Fotos und Terminen. Ein begleitendes Kursheft unterstützt das Lernen.

Kostenloses Angebot, Einstieg jederzeit möglich

Anmeldung bei: hasan.barbar@caritas-bonn.de, 0228-227 424 42

Gefördert durch den Förderverein der Sparkasse KölnBonn e.V.

Mittwochs
9:30-11 Uhr

Deutsch-Konversationskurs für Frauen

Möchten Sie zusammen mit anderen Frauen Ihre Deutschkenntnisse üben und erweitern? Dann sind Sie hier genau richtig! Der Kurs ist für Anfängerinnen und Fortgeschrittene geeignet.

Kursleiterin: Simone Saure

Der Kurs ist kostenlos, keine Anmeldung erforderlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich.

Infos bei: andreea.bretan@awo-badgodesberg.de, 0228-227 424 41

Gefördert durch den Förderverein der Sparkasse KölnBonn e.V.

Mittwochs
18-19 Uhr

Qigong für die Gesundheitsförderung

Qigong trägt durch seine Bewegungs-, Atem- und Meditationsübungen zur Wiederherstellung und zum Erhalt von Gesundheit und Wohlbefinden bei. Beim Qigong werden langsame und fließende Bewegungen im Stehen durchgeführt. Alle Übungen können aber auch im Sitzen durchgeführt werden.

Es sind keine Vorkenntnisse notwendig. Qigong kann in jedem Alter erlernt und angewandt werden!

Kursleiterin: Maria di Gennaro

Teilnehmerbeitrag: € 5,- pro Termin.

Anmeldung: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de

Donnerstags jeweils um 10:00-11:00 und 11:00-12:00 Kurs startet wieder am 16.4.	<i>Fitness für Körper und Geist</i> Sturzprävention und Gleichgewichtstraining für Seniorinnen und Senioren Jede/r möchte gerne möglichst lange mobil und selbständig bleiben. Dazu gehören körperliche und geistige Fitness. In diesem Kurs werden gezielt Gleichgewicht und Muskelkraft trainiert, um Stürze zu vermeiden. Ergänzt wird das Programm durch Koordinations- und Gehirntraining. Die Übungen finden im Sitzen und im Stand statt, so dass auch Personen mit orthopädischen und neurologischen Einschränkungen teilnehmen können. Kein Mattentraining. Kursgebühr für 8 Termine (16.04.-18.06.) € 50,- Infos unter: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de
Freitags 11:00-12:30 Start am 10.4.	<i>Demokratie im Alltag</i> Ein Kurs für geflüchtete Frauen Der Kurs unterstützt geflüchtete Frauen und Mütter dabei, demokratische Werte zu verstehen und in ihrem Familien- und Alltagsleben praktisch anzuwenden. Im Mittelpunkt stehen die Stärkung kommunikativer Fähigkeiten, respektvolle Konfliktlösung, partnerschaftliche Zusammenarbeit sowie Wissen zu Kinderrechten, Erziehung, Schule und dem Umgang mit Behörden. Durch Gespräche, Erfahrungsaustausch und praktische Übungen gewinnen die Teilnehmerinnen mehr Selbstvertrauen und Sicherheit im Umgang mit demokratischen Strukturen und alltäglicher Kommunikation. Der Kurs besteht aus 12 Terminen (10.04.-26.06.) Kostenloses Angebot, Anmeldung erforderlich Anmeldung bei: hasan.barbar@caritas-bonn.de, 0228-227 424 42 Gefördert durch den Förderverein der Sparkasse KölnBonn e.V.

Freitags 17:30-19 Uhr Start am 10.4.	<i>Deutsch-Konversationskurs für Männer</i> Möchten Sie gemeinsam mit anderen Männern Ihren Wortschatz bereichern und Ihre Sprachfähigkeiten im Deutschen vertiefen? Wollen Sie sich in alltäglichen Gesprächsthemen auf Deutsch sicherer fühlen? Dann sind Sie hier genau richtig! Dieser Kurs ist speziell für Männer konzipiert, die als Anfänger oder mit mittlerem Sprachniveau (A2-B1) ihre Sprachfähigkeiten erweitern und im Alltag anwenden möchten. Kursleiter: Yaser Darkashly Kostenloses Angebot. Keine Anmeldung erforderlich. Der Einstieg ist jederzeit möglich. Infos bei: hasan.barbar@caritas-bonn.de, 0228-227 424 42 Gefördert durch den Förderverein der Sparkasse KölnBonn e.V.
Regelmäßige Gruppen:	
Dienstag 7.4. 15:30-17 Uhr	<i>Strick- und Häkeltreff</i> Gemeinsames Handarbeiten, Austausch von Anleitungen und Tipps, Hilfestellung für Anfängerinnen sowie Knüpfen neuer Kontakte in lockerer Atmosphäre. Die Treffen finden in Deutsch und Englisch (wenn gewünscht auch in Spanisch und Italienisch) statt. Bitte eigene Handarbeitssachen und Material mitbringen. Kostenloses Angebot; Anmeldung unter 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de
Donnerstag 9.4. 15-17 Uhr	<i>Gesangsnachmittag mit Kaffee und Kuchen</i> Gemeinsam singen wir Lieder quer durch das deutsche Liederbuch und werden dabei von Akkordeon, Mandoline und Gitarre begleitet. Teilnehmerbeitrag: € 2,50; keine Anmeldung erforderlich Infos unter: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de

Dienstag 14.4. 17-20 Uhr	<i>Kochen im Nachbarschaftstreff</i> Lernen Sie nette Menschen kennen und haben Sie Spaß beim gemeinsamen Kochen! Wir kochen regionale Gerichte aus regionalen Zutaten und probieren auch die internationale Küche mit exotischen Zutaten. Teilnehmerbeitrag: € 1,50 Anmeldung erforderlich bei Herrn Lee: 0151-121 84 230 oder bei Frank Wilbertz: 0228-9158 444, info@wohnen-im-pennenfeld.de In Kooperation mit der Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg
Mittwoch 15.4. 12-13 Uhr	<i>Mittagstisch</i> Kostenbeitrag inkl. Nachtisch und Kaffee: € 4,- Bitte melden Sie sich bis zum 9.4. verbindlich an: 0228-227 424 41 oder andreea.bretan@awo-badgodesberg.de
Donnerstag 16.4. 15:30-16:30 Uhr	<i>English-Reading-and-Conversation-Club</i> Wir lesen gemeinsam eine sprachlich einfache, aber thematisch anspruchsvolle Lektüre und besprechen sie. Kursleiterin: Line Hamdani Teilnehmerbeitrag: € 3,- Anmeldung: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de
Freitag 17.4. 15-17 Uhr	<i>Repair Café - Reparieren statt wegwerfen!</i> In gemütlicher Atmosphäre unter fachkundiger Anleitung Elektrogeräte, Möbelstücke etc. reparieren. Kostenloses Angebot, Spenden willkommen. Anmeldung/ Terminvergabe: Frank Wilbertz 0228-9158 444 oder info@wohnen-im-pennenfeld.de
Dienstag 21.4. 15-16 Uhr	<i>Pennenfeld Clean Up!</i> Gemeinsam sammeln wir Müll auf und belohnen uns anschließend dafür mit Kaffee und Kuchen. Greifzangen, Handschuhe und Müllsäcke sind vorhanden und warten auf ihren Einsatz. Treffen vor dem Nachbarschaftstreff Pennenfeld, Maidenheadstr. 20 Infos unter: 0228-9158 444 oder petra.martischewski@t-online.de In Kooperation mit dem Bürgerverein Bunttes Pennenfeld e.V.

Donnerstag 23.4. 15-17 Uhr	<i>Spielenachmittag für Erwachsene</i> Rummy-Cup Kostenloses Angebot, Spenden willkommen. Keine Anmeldung erforderlich.
Dienstag 28.4. 17-20 Uhr	<i>Kochen im Nachbarschaftstreff</i> Lernen Sie nette Menschen kennen und haben Sie Spaß beim gemeinsamen Kochen! Wir kochen regionale Gerichte aus regionalen Zutaten und probieren auch die internationale Küche mit exotischen Zutaten. Teilnehmerbeitrag: € 1,50 Anmeldung erforderlich bei Herrn Lee: 0151-121 84 230 oder bei Frank Wilbertz: 0228-9158 444, info@wohnen-im-pennenfeld.de In Kooperation mit der Gemeindepsychiatrie Bonn-Rhein-Sieg
Donnerstag 30.4. 15-17 Uhr	<i>Gesangsnachmittag mit Kaffee und Kuchen</i> Ein Termin außerhalb der Reihe, als Ersatz für den 14. Mai (Christi Himmelfahrt). Im Mai findet kein Gesangsnachmittag statt. Der nächste Termin ist am 11. Juni. Gemeinsam singen wir Lieder quer durch das deutsche Liederbuch und werden dabei von Akkordeon, Mandoline und Gitarre begleitet. Teilnehmerbeitrag: € 2,50; keine Anmeldung erforderlich Infos unter: 0228-227 424 41, andreea.bretan@awo-badgodesberg.de

Ständige Angebote:

Nach Vereinbarung	<i>SPOTS- kostenlose qualifizierte Sozialberatung für Seniorinnen und Senioren</i> Sozialberatung für Seniorinnen und Senioren ab 65 Jahren und deren Angehörige, z.B. zu Leistungen der Pflegeversicherung, Wohnen im Alter, Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Hilfestellung bei Anträgen (Leistungen nach SGB XI oder SGB XII, Wohngeld, Bonn-Ausweis, GEZ-Befreiung u.a.). Darüber hinaus können weitere Stellen und Dienste zu ambulanten Hilfe- und Unterstützungsmöglichkeiten vermittelt werden. Hausbesuche bei Bedarf möglich. Terminvereinbarung unter: marina.takopoulos@awo-badgodesberg.de oder 0228-227 424 41
------------------------------------	---

**Nach
Vereinbarung**

***Verbraucherzentrale: Kostenlose Beratung zu
Verbraucher- und Umweltthemen***

Wurde Ihnen ein Vertrag untergeschoben? Haben Sie Probleme mit der Telefonrechnung? Wurden Sie von einem Inkassounternehmen angeschrieben? Was gehört zum Elektroschrott? Schimmel in der Wohnung – was ist zu tun?

Wir beraten Sie gerne und schreiben, wenn nötig, auch einen Brief an die jeweiligen Unternehmen.

Unser kostenloses Angebot richtet sich an Menschen, die Transferleistungen wie Wohngeld, Sozialhilfe oder Bürgergeld beziehen oder einen Bonn-Ausweis haben.

Terminvereinbarung unter: bonn.quartier@verbraucherzentrale.nrw oder 0163-1914272 bzw. 0160-98173430

Quartiersmanagement Pennenfeld

www.wohnen-im-pennenfeld.de

Hasan Barbar: 0228-227 424 42

hasan.barbar@caritas-bonn.de

Andreea Bretan: 0228-227 424 41

andreea.bretan@awo-badgodesberg.de

Frank Wilbertz: 0228-9158 444

wilbertz@vebowag.de



**FREUDE.
JOY.
JOIE.
BONN.**

Gefördert durch das Amt für Soziales und
Wohnen der Stadt Bonn