



Für jeden das
passende
Angebot ...

Künstlerisches



Reisen



Sportliches



Technik



Spirituelles

Seniorenbüro Tat und Rat e.V.

An der Wolfsburg 1

53225 B O N N

Bürozeiten:

Montag und Mittwoch 10 - 12 h

sonst Anrufbeantworter

und wir rufen schnellstens zurück

Telefon: (0228) 63 55 32

Email: seniorenbuero-bonn@t-online.de

Internet: www.senioren-tat-rat.de

Kurse und Veranstaltungen finden statt

in Bonn-Beuel, An der Wolfsburg 1

Tenten - Haus der Begegnung -

Wir sind bestens zu erreichen

Buslinien: 540 und 640

Haltestelle „An der Wolfsburg“

Der Verein ist als gemeinnützig anerkannt.



**Seniorenbüro
Tat und Rat**

Wir sind

eine Gruppe Aktiver aus der Generation 50+. Unter dem Motto „Tat und Rat“ haben wir uns zusammen geschlossen, um den Ruhestand in eigener Verantwortung zu gestalten und einander und anderen dabei zu helfen.

Durch persönliches Engagement

möchten wir anderen und uns die Lebenszeit nach Beruf und Familie sinnvoll ausfüllen. Dabei kann Fernsehen nur letzte Alternative sein.

Freundschaft im Alter

können wir finden, indem wir uns in unsere Seniorengemeinschaft einbringen und unsere Erfahrungen mit anderen teilen - eben Tat und Rat .

Wir stellen uns bewusst den Fragen, die unser Älterwerden begleiten. Das gilt für geistige wie körperliche Regsamkeit gleichermaßen, denn - wer nicht handelt, wird behandelt.

Mitmachen statt nur zuschauen

Wir laden Sie ein, sich mit Ihren Fähigkeiten einzubringen, und helfen Ihnen dabei, lang gehegte Wünsche mit anderen zu verwirklichen. Sie können sich in Gruppen an Ihren

eigenen Aktivitäten erfreuen und nehmen teil an gemeinsamen Veranstaltungen, Festen und Reisen.

Sie sind herzlich willkommen

Ein breites Programm

- Kunst und Literatur
- gemeinsame Gespräche
- viele schöne gemeinsame Touren zu Fuß, mit dem Rad, oder mit Bus oder Flugzeug
- Sprachkurse für Anfänger und Fortgeschrittene
- Sportliches: Bewegung, Boule, Wandern, Radeln
- Spirituelles - Eutonie

... vielfältige Technik - Kurse

- Windows Anfänger/Fortgeschrittene
- Mac-Gruppe
- Internettreff
- Digitales Fotografieren
- Bildbearbeitung mit Photoshop Elements
- Linux
- Smartphone und Tablet

