



Herzlichen Dank an Frau Gibas für
 dieses tolle Werk!

Haben Sie auch ein Bild für uns?
 Dann schicken Sie es uns gerne zu!
Weitere Informationen auf Seite 22

Inhaltsverzeichnis

Gedichte Frühlingsträume; Die schönste Zeit	Seite 3
In eigener Sache	Seite 4
Der Liedertreff sucht eine neue Leitung!	Seite 5
Kunstaussstellung „A.R.A. – Atelier“	Seite 6 bis 8
Zum Schmökern Muttertags Frühstück	Seite 9 bis 10
Wissenswertes Rund um den Maikäfer	Seite 11
Humoriges Vom übereifrigen Monat Mai	Seite 12 bis 13
Gedächtnistraining Anagramm, Logische Denkaufgabe	Seite 14 bis 15
Gedächtnistraining Lösung April	Seite 16
Gedächtnistraining Online	Seite 17
Makramee Feder – als Schlüsselanhänger	Seite 18 und 19
Was ist eigentlich...?	Seite 20
Genusserlebnis Gesundes Walnussbrot	Seite 21
Titelbild gesucht!	Seite 22
A.R.A. Aktiv	Seite 23 bis 29
Wochenplan vom 03.05.2021 bis 28.05.2021	Seite 30
Programm Mai 2021	Seite 31

Impressum:

Treffpunkt für die zweite Lebenshälfte „A.R.A.“

Sabrina Koyro
Alte Marktstraße 7c
31785 Hameln
Tel. 05151/202 1344
Email: treffpunkt-ara@hameln.de

Seniorenbeauftragte

Hilke Meyer
Kurie Jerusalem, Alte Marktstraße 20
31785 Hameln
Tel. 05151/202 1271
Email: meyer@hameln.de



Frühlingsträume

Anita Menger

Weit zieht der Winter sich zurück,
es grünen Busch und Bäume.

Das Lied der Nachtigall heißt Glück
im Glanz der Frühlingsträume.

Natur uns schon erahnen lässt
was wir bald nicht mehr missen
undweisend auf das Osterfest
blüh'n leuchtendgelb Narzissen.

Quelle: [Fruehlingsgedichte - Gedichte zum Fruehling \(gedichtemeile.de\)](http://Fruehlingsgedichte-Gedichte-zum-Fruehling-gedichtemeile.de)

Die schönste Zeit

Annette von Droste-Hülshoff

Der Frühling ist die schönste Zeit!
Was kann wohl schöner sein?
Da grünt und blüht es weit und breit
im goldenen Sonnenschein.

Am Berghang schmilzt der letzte
Schnee,
das Bächlein rauscht zu Tal.
Es grünt die Saat, es blinkt der See
im Frühlingssonnenstrahl.

Die Lerchen singen überall,
die Amsel schlägt im Wald!
Nun kommt die liebe Nachtigall
und auch der Kuckuck bald.

Nun jauchzet alles weit und breit,
da stimmen froh wir ein:
Der Frühling ist die schönste Zeit!
Was kann wohl schöner sein?

Quelle: [Fruehlingsgedichte - Gedichte zum Fruehling \(gedichtemeile.de\)](http://Fruehlingsgedichte-Gedichte-zum-Fruehling-gedichtemeile.de)



In eigener Sache



Liebe Leserinnen und Leser,

haben Sie schon die Rezepte aus unserer Sonderausgabe probiert? Die Rezeptvielfalt bietet viele verschiedene gesunde Rezepte zum nachkochen und nachbacken.

Haben Sie ein Lieblingsrezept, welches sie immer wieder gerne kochen oder neue Rezeptideen? Folgen Sie gerne unserem Aufruf mitzumachen! Wir möchten die Rezepte sammeln und ein kleines A.R.A. - Rezeptbuch zusammenstellen. Wenn wir genug Rezepte zusammen bekommen, stellen wir Ihnen gerne eine Auswahl vor. Einige Rezepte haben uns bereits erreicht und wir werden selbst wohl auch schon welche davon ausprobieren☺. Wir würden uns riesig über weitere Einsendungen freuen.

Außerdem:

Fundas Überraschungsnachmittag steht an. Am 5. Mai 2021 können Sie sich auf einen Nachmittag mit einem Überraschungsprogramm freuen. Leider können wir noch nicht absehen, ob die Veranstaltung stattfindet und der Treffpunkt A.R.A. wieder öffnen darf. Dennoch sind einige Plätze noch frei und wir würden uns über weitere Anmeldungen freuen. Anmelden können Sie sich gerne per Telefon.



In diesem Sinne wünschen wir Ihnen einen sonnigen Mai und frühlingshafte Feiertage.

Bleiben Sie gesund und passen Sie auf sich auf!

Ihr A.R.A. – Team

Sabrina Koyro, Hilke Meyer und Funda Irtegün



Unsere liebe Frau Greschok (ehemalige Gruppenleitung des Liedertreffs) hat uns diese tolle Karte zugeschickt. Wir hoffen, dass es Ihnen gut geht und Sie sich wohlfühlen.

Nun braucht der Liedertreff jedoch jemand neues der Lust und Spaß dabei hat, Menschen anzustimmen und Musik zu machen.

Melden Sie sich gerne bei Interesse bei uns! Vielleicht kennen Sie auch jemanden, der jemanden kennt, der wiederum jemanden kennt, der Lust hätte eine kleine, tolle, offene und freundliche Gesangsgruppe ehrenamtlich anzuleiten.





Kunstaussstellung „A.R.A. – Atelier“



Ein Teil der Ateliergruppe der A.R.A. veranstaltete zum 01. März 2021 die erste Kunstaussstellung im Treffpunkt „A.R.A.“! In den großen Fenstern der alten Feuerwache haben wir viele tolle Kunstwerke ausstellen dürfen. Wir sind sehr stolz auf die Gruppenmitglieder und sind begeistert von ihren bewundernswerten Kunstwerken!

Die 2. Vorstellung folgte zum 01. April 2021 mit weiteren tollen Kunstwerken. Unsere Ausstellung wurde zahlreich von vielen Menschen unterschiedlichen Alters besucht. Immer wieder liefen einige Personen an den Fenstern vorbei und waren ganz begeistert von den Werken.

Auch wir waren sehr begeistert und fasziniert von diesen besonderen Werken unserer Künstlerinnen. Die unterschiedlichen Stile, Gestaltungsmethoden, Gefühle und Gedanken hinter jedem Bild haben uns sehr berührt.

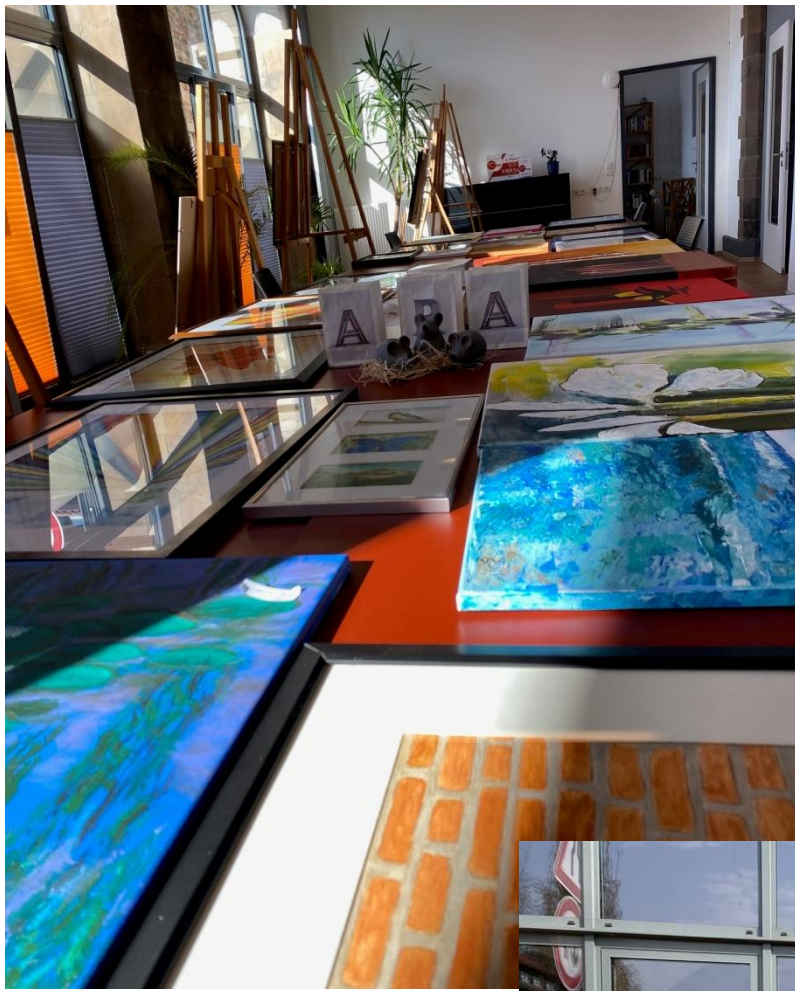
Wir möchten uns im Namen aller ganz herzlich bei den Künstlerinnen bedanken, die diese tollen Ausstellungen möglich gemacht haben! Wir sind sehr stolz, dass wir dies in dieser schweren und besonderen Zeit auf die Beine stellen konnten und vielen eine kleine Anregung und Stimme geben konnten.

Ist Ihnen ein Bild besonders im Kopf geblieben und sie würden es gerne kaufen? Dann melden Sie sich gerne bei uns und wir vermitteln Sie weiter.



Ein paar Bilder der beiden Ausstellungen..





Zum Schmökern

Muttertags Frühstück



Schon ganz früh -genaugenommen sehr viel früher als sonst üblich - kommen Marius und Bianca ins Schlafzimmer geschlichen. Sie wollen nur nachsehen, ob die Mama nicht endlich aufgewacht ist. Marius bleibt vorsichtig an der Tür stehen, während seine Schwester sich auf Zehenspitzen Mamas Bett nähert. Dabei stolpert sie über Mamas Hausschuhe und fällt direkt auf das Bett und fast auf Mama drauf, die sich knurrend auf die andere Seite dreht und einfach weiterschläft. Marius ruft: "Psscht!" und lässt versehentlich die Türklinke los. Weil Papa gerade das Wohnzimmer lüftet, knallt die Tür mit einem lauten "Rumms" zu. Erschrocken fährt Mama hoch, und schon jubelt Marius: "Mama ist wach, Mama ist wach!"

Da kommt auch schon Papa mit dem Frühstückstablett herein. Eigentlich sollte Mama ja mal gründlich ausschlafen, aber so ein Frühstück im Bett, das ist doch eine tolle Überraschung zum Muttertag. Da muss sie sich doch einfach freuen. Sie sagt zwar, dass sie lieber am Tisch sitzen würde, aber das geht in dem überschwänglichen Guten-Morgen-Sagen völlig unter; und da sie den Kindern nicht die Freude verderben will, lächelt sie und greift nach dem Teller.

Die drei setzen sich erwartungsvoll zu ihr aufs Bett und sehen ihr mit hungrigen Augen zu. So allein schmeckt's Mama aber nicht so richtig, und sie gibt jedem ein halbes Brötchen ab. Weil Papa seine Brötchenhälfte nicht so trocken herunterwürgen will, holt er sich rasch eine Tasse Kaffee und bringt den Kindern gleich ihren Kakao mit.

"Ist das hier gemütlich!" lacht Bianca, zieht ihre Schuhe aus und kriecht zu Mama ins Bett. Kakao tropft auf Mamas Bettdecke - nein, nein - den ganzen Inhalt der Tasse verschüttet sie nicht, ein paar Schlucke bleiben der Kleinen noch. Marius will auch zu Mama ins Bett und lässt dabei sein Brötchen fallen, natürlich mit der Marmeladenseite nach unten.





Papa bemüht sich, den Schaden mit Hilfe seines Taschentuches zu beheben.

“Alles wieder in Ordnung”, meint er und beißt herzhaft in sein Brötchen. Ein wahrer Krümelhagel rieselt auf Mama, denn es sind Aufgebackene von gestern.

“Macht nix”, sagt er und fegt sie mit seiner Hand von der Decke auf den Bettvorleger.

Mama seufzt: “Ich nehme nachher schnell den Staubsauger.” “Ach, die paar Krümel! Lass nur, heute ist Muttertag, und da wird nicht gearbeitet”, antwortet Papa fröhlich.

Aber die richtige Ruhe, um ihren Kaffee zu trinken, hat Mama dann doch nicht. Weil die Beiden in ihrem Bett unruhig hin und herschaukeln, landet auch noch der eine oder andere Kaffee- oder Kakaotropfen auf dem Deckbett.

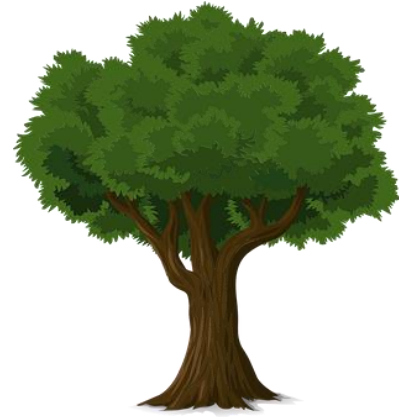
Nachdem alle fertig gefrühstückt haben, gibt’s eine zünftige Kissenschlacht, wobei in der Hitze des Gefechts die Nachtschlampe runterfällt. “Scherben bringen Glück”, sagt Papa grinsend und bückt sich, um die Teile einzusammeln. Aber hat wohl zu schnell zugefasst. “Autsch”, ruft er und hält seine blutende Hand hoch.

Nun darf Mama endlich aufstehen, Papas Schnittwunde verarzten, die Scherben beseitigen, die Splitter samt Krümel wegsaugen und das Bett abziehen. Später sagt Bianca: “Muttertag ist schön, nur sollte es ihn viel öfters geben.” Da meint Mama mit einem verschmitzten Lächeln:

“Also, mir reicht ein Muttertag im Jahr vollkommen!”

 *Mother's Day*

Quelle: [Eine kleine Geschichte zum Muttertag | Supernature-Forum \(supernature-forum.de\)](http://supernature-forum.de)



Die Hauptflugzeit der Maikäfer ist im Mai. Daher kommt auch ihr Name, da man sie nur im Mai sehen kann.

Wie alt werden die Maikäfer?

Der Entwicklungszyklus der Maikäfer, zu einem geschlechtsreifen, ausgewachsenen Tier, dauert drei bis vier Jahre.

Doch das Leben der erwachsenen Käfer ist nur kurz, nämlich etwa vier bis sieben Wochen. Die Männchen sterben bereits nach der Begattung; die Weibchen sterben nach der Eiablage.

Weil Maikäfer mehrere Jahre brauchen, bis sich aus einem Ei ein fertiger Käfer entwickelt hat, kommen Maikäfer alle drei bis vier Jahre häufiger vor.

Wie leben die Maikäfer?

Früher waren Maikäfer gefürchtet, da sie in manchen Jahren in großen Mengen auftraten, die sogenannten „Maikäferjahre“. Und weil die Käfer und die Engerlinge (Larven) einen gewaltigen Appetit hatten, haben sie große Schäden in den Wäldern und in der Landwirtschaft anrichten.

Engerlinge können ganze Gemüseäcker und Getreidefelder vernichten, weil sie sich von sämtlichen Pflanzenwurzeln ernähren. Erwachsene Käfer können sogar ganze Bäume kahl fressen.

Quelle: Steckbrief: Maikäfer - Wissen - SWR Kindernetz



Humoriges



Vom übereifrigen Monat Mai

Endlich hatte der April, dieser wetterlaunische Kerl, seinem Nachfolger Platz gemacht. Sein verrücktes Aprilwetter hatte er mitgenommen, und der Mai zog mit Wärme und Sonne im Land ein. Er war bester Laune und durchstreifte singend die Maienwelt.

„Tirili trala, der Mai ist da, tirili trala, nun bin ich da und bringe dem Land bunte Blüten, Wärme, Sonnenschein und eine Prise Liebe obendrein. Tirili, tralala ...“

Der junge Mai breitete weit die Arme aus, als wolle er die ganze Welt umarmen.

„Schön ist das Leben! Oh, wie schön.“ Er tänzelte über Wiesen, Parks und Felder, durchwanderte enge Täler, hohe Berge und weite Wälder und rief überallhin seine Botschaft: „Ich, der Mai, bin da! Ich, der Freund der Sonne und bunten Farben, bringe Liebe und Freude für die Natur, für alle Leute.“

Stirnrunzelnd beobachteten seine Monatskollegen die Wanderschaft des Mails durchs Land.

„Warum muss er bloß immer so schamlos übertreiben!“, stöhnte der Juli. „Er weiß genau, dass ich für die Wärme zuständig bin.“

„Am liebsten würde ich ihm einen kalten Hagelschauer übers eitle Haupt schütten“, brummte der Januar.

„Oder eine Nebelfront“, schlug der November griesgrämig vor.

Fast jeder Monat hatte einen anderen Vorschlag, wie man den übermütigen Maikerl ein wenig mäßigen könnte.

„Lasst ihm doch seine Freude“, meinte der alte weise Dezember schließlich. „Möge er seine Jugend genießen und sich am Leben freuen.“

„Und diese Freude soll er den Menschen weitergeben“, warf der September ein.

„Und die Liebe“, kicherte der Februar. „Hört ihr? Die Liebe!“

Ja. Die Liebe. Galt der Mai nicht als Wonnemonat der Liebenden? Na bitte!



Schmachtend beobachteten die Monate das fröhliche Tun des Mai. Doch irgendwann, nach zehn, elf, zwölf Tagen wurde es ihnen dann doch zuviel.

„Er verdreht mir den Menschen zu sehr die Köpfe“, beschwerte sich der August. „Das ist nicht fair.“

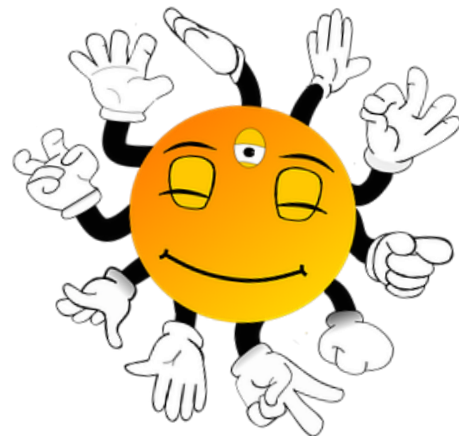
„Stimmt“, heulten Juni und Juli auf. „Wie sollen wir als strahlende Sommermonate erscheinen, wenn uns der Mai, dieser Schnösel, alle Trümpfe aus der Hand nimmt?“

„Recht habt ihr“, warfen März und April ein.

Sie schmolten ein wenig, weil der Mai ihnen wieder einmal – wie jedes Jahr – die Schau stehlen wollte. „Tut etwas!“

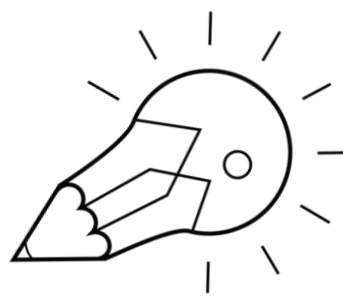
„Okay!!!“, riefen die Herbst und Wintermonate einstimmig und warfen – kling-klong – ein paar Prisen Kälte, Wolken- und Windwetter und ein paar Hände voller Eiskristalle auf das Haupt des Mai hernieder.

Tja, und der Mai schwieg dann für eine Weile. Still und bescheiden setzte er sich in einen blühenden Kastanienbaum und ruhte sich aus. Ein paar Tage nur, die Zeit der Eisheiligen.



Quelle: [Vom übereifrigen Monat Mai | Frühlingszeit \(wordpress.com\)](http://Vom-übereifrigen-Monat-Mai-Frühlingszeit.wordpress.com)

Gedächtnistraining – Anagramm



Bei einem Anagramm werden aus den vorgegebenen Buchstaben der Wörter neue Wörter gebildet.

Beispiel: ENTE

E – Erde

N – Nachtigall

T – Tanzen

E – Ehrgeiz



Bilden Sie aus dem vorgegeben Buchstaben des Wortes „Maikäfer“ neue Wörter, wobei die neu gebildeten Begriffe ebenfalls ein Tier darstellen sollen.

M – Maus, Meerschweinchen

A –

I –

K –

A –

E –

F –

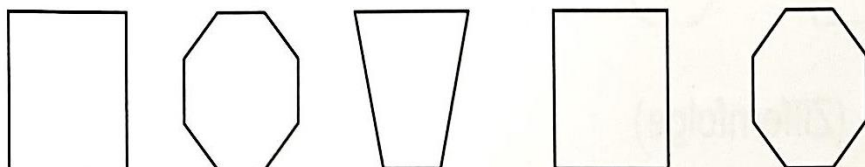
E –

R –



Gedächtnistraining – Logische Denkaufgabe

Vervollständigen Sie die Reihen. Es gibt immer eine logische Reihenfolge. Sie werden diese bestimmt erkennen!



123123123 _____

ACEGIK _____

2B4D6G _____

←↑→↖↘↓→↖↑ _____

8 16 24 32 _____

2 4 8 16 32 _____



Buchstaben an der Schnur

Lösung für Seite 15 aus der April Zeitung

Der Humor ist der Regenschirm der Weisen. – von Erich Kästner



Quelle: Geistig fit, Aufgabensammlung 2014, Übungen für mehr geistige Fitness, S. 120



Das Gedächtnistraining des Treffpunktes „A.R.A.“ war und ist sehr gefragt. Da wir unsere Einrichtung auch aufgrund von Corona schließen mussten und derzeit auch unsere Gruppengrößen nicht erweitern können, aber dennoch die Nachfrage sehr hoch ist, haben wir zum Anfang des Jahres ein neues Angebot für Sie gestaltet.

Gedächtnistraining online und das für alle!

Dabei stellen wir Ihnen monatlich wechselnde Aufgaben mit Lösungen auf unserer städtischen Homepage zur Verfügung. Die Aufgaben mit den Lösungen werden von Marion Sterner (zertifizierte Gedächtnistrainerin) höchst persönlich zusammengestellt. Sie können die Aufgaben und die entsprechenden Lösungen kostenfrei auf unserer Homepage herunterladen und bearbeiten. *P.s. dabei handelt es sich um viele andere Aufgaben, wie die Aufgaben aus unserer Zeitung.*

Schritt für Schritt Anleitung:

1. Googeln Sie im Internet Explorer nach „Stadt Hameln ARA“
2. Klicken Sie auf den ersten Vorschlag, welcher Ihnen angezeigt wird

Nun sind Sie auf unserer Homepage und finden auf der rechten Seite einen roten Link zum Herunterladen der Aufgaben

Das Angebot wurde bisher sehr gut von Ihnen angenommen. Wir haben viele positive Rückmeldungen erhalten und freuen uns umso mehr, wenn wir Ihnen ebenfalls eine Freude bereiten konnten.

Viel Spaß weiterhin beim Denken und knobeln!



Makramee Feder – als Schlüsselanhänger

Sie benötigen:

- 22 x 20 cm und
- 1 x 55 cm des Makramee-Garns (Baumwollseil oder Jute)
- Schere
- Breites Klebeband
- Kamm oder kleine Gabel
- Schlüsselring oder Holzring



1. Schritt: Zu Beginn nehmen Sie das einzelne Lange Stück des Garns und befestigen es mit einer Schlaufe am Ring. Dabei sollten Sie darauf achten, dass beide Enden gleichlang sind. Diese Enden sind die Führungsfäden der Makramee Feder.

2. Schritt: Anschließend fixieren Sie den Ring mit Klebeband auf dem Tisch.

3. Schritt: Nun starten Sie mit den 22 kleinen Stücken Garn. Nehmen Sie einen Faden und legen Sie diesen mittig zusammen, dass links eine Schlaufe entsteht. Legen Sie den Faden so unter den Führungsfaden, der auf dem Tisch klebt.

4. Schritt: Anschließend legen Sie einen zweiten Faden genauso zusammen. Führen Sie die Enden durch die Schlaufe des ersten Fadens. Durch die Schlaufe, die nun rechts oben herauschaut, ziehen Sie danach die beiden Enden des darunterliegenden Fadens. Ziehen Sie an beiden offenen Enden den Knoten fest.

Wiederholen Sie diesen Vorgang mit allen 22 kleinen Stücken des Garns.

5. Schritt: Kämmen Sie nun mit einer Gabel oder einem Kamm alle Enden bis hin zur Mitte. Alle Fäden müssen dabei aufdröseln.

6. Schritt: Der „Haarschnitt“. Schneiden Sie die Enden rundherum gleichmäßig ab, dass diese eine geschwungene Form bekommen, die unten spitzer zuläuft.

Kleiner Tipp: Die Federn eignen sich perfekt als kleines Geschenk oder auch als Wanddekoration.

Machen Sie mit und zeigen Sie uns gerne Ihre geknüpften Schlüsselanhänger! Wir wünschen Ihnen viel Spaß beim Nachmachen und ausprobieren.

➔ Auf der nächsten Seite folgt eine Bild- für- Bild Anleitung.



Schritt 1 - 2



Schritt 3 - 4



Talu

Schritt 5



Schritt 6



Was ist eigentlich...

...Signal?



Signal ist eine Kommunikationsplattform für eine sichere und verschlüsselte Kommunikation und „whats app“ sehr ähnlich – nur sicherer. Der Messenger ist vor allem für seinen besonderen Datenschutz bekannt. Alle Textnachrichten, Dokumente, Fotos, Videos und Kontaktinformationen werden verschlüsselt. Die App selbst soll dank mehrerer Sicherheitsmerkmale keinerlei Informationen darüber haben, wer wann mit wem worüber chattet oder telefoniert.

Viele Sicherheitsexperten und Datenschutzorganisationen empfehlen daher die Nutzung des Signal- Messenger für eine sichere Kommunikation. Signal ist eine unabhängige, gemeinnützige Organisation. Es verspricht, dass der Betreiber keinerlei Zugriff auf die privaten Nutzerdaten hat. Ziel der Organisation: allen Menschen den freien Meinungs Austausch in geschützter Privatsphäre zu garantieren.

Die Anzahl der aktiven Nutzer von Signal im Januar 2021 liegt bei rund 40 Millionen. Zur Konkurrenz zählt der bekannte Messenger „WhatsApp“.

Was man mit Signal alles machen kann:

- Versenden von kostenlosen Text- und Sprachnachrichten
- Teilen von Fotos, Videos und sonstigen Dateien
- Sprach- und Videotelefonate
- Gruppenunterhaltungen



Signal ist also ein sicherer Kommunikationsmessenger mit besonderem Augenmerk auf den Datenschutz der NutzerInnen. Mit Signal ist man immer überall und jederzeit mit der Familie oder mit den Freunden verbunden.



Zutaten für eine Kastenform

- 200 g Walnusskerne
- 1 Würfel Frischhefe, 42 g
- 500 g Dinkelmehl Type 630/ Type 1050 oder Dinkelvollkornmehl
- 1 TL, gehäuft Salz
- 2 EL Apfelessig



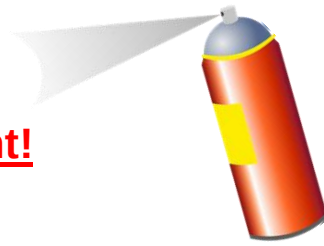
Zubereitung:

- Zunächst die Walnusskerne grob hacken
- Ofen auf 225 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen
- Die Hefe in einem halben Liter lauwarmen Wasser unter Rühren auflösen
- Mehl und Salz mischen und das Hefe-Wasser, die Walnüsse und den Essig hinzufügen.
- Mit einem Handmixer 3 Min. verkneten. Der Teig ist sehr weich und muss deshalb sofort in eine mit Backpapier ausgelegte Kastenform gefüllt werden.
- Das Brot auf unterster Schiene für 30 - 35 Min. backen, danach noch 5 Min. im ausgeschalteten Ofen stehen lassen.
- Das Brot anschließend auf einem Gitter auskühlen lassen.

→ Man kann das Brot nach Belieben auch mit anderen Nüssen oder Rosinen etc. backen.

Quelle: [Gesundes Walnussbrot von Lenak10 | Chefkoch](#)

Titelbild gesucht!



Wir suchen auch weiterhin nach neuen Titelbildern!

Im Dezember letzten Jahres haben wir eine kleine große Aktion ins Leben gerufen. Unsere Zeitung braucht ein neues Titelbild!

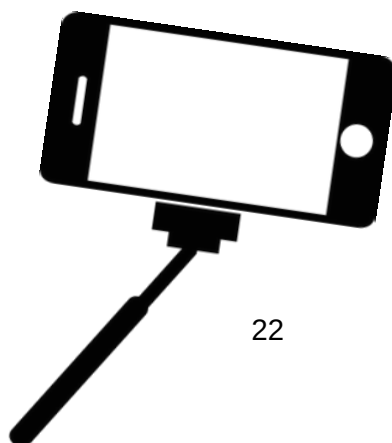
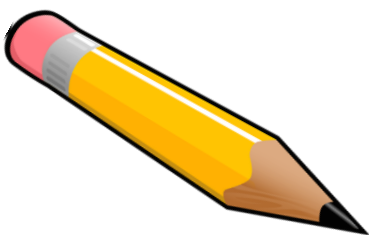
Uns haben bereits einige Einsendungen erreicht und wir freuen uns über diese wahnsinnig kreativen und tollen Ideen! **Noch haben wir Platz und Raum für weitere Titelseiten!**

Daher möchten wir Sie an der Gestaltung der monatlichen Zeitung, bzw. des Titelbildes der Zeitung teilhaben lassen.

Seien Sie kreativ und helfen Sie uns. Ihren Ideen, Ihrer Kreativität und Ihrer Fantasie sollen keine Grenzen gesetzt werden. Egal ob Fotografie, eine Collage, Graffiti, eine Zeichnung oder ein Gemälde oder oder oder...

Lassen Sie uns Ihre Werke weiterhin gerne per E-Mail, Persönlich oder per Post zukommen. Wir freuen uns weiterhin über Ihre Einsendungen. Die schönsten Einsendungen werden in unserer Zeitung veröffentlicht!

Seien Sie schnell, wir freuen uns!





Frau Gibas hat wieder gezaubert und diese tolle Karte für ihren Enkel gemalt. Ihr kleiner Enkel bekam eine Brille. Um ihn diesen Schritt zu erleichtern malte sie ihm diese tolle Karte, wo der imaginäre Freund ihres Enkels „Katzi“ mit Brille zu sehen ist. Katzi ist immer überall dabei.

Wir finden die Karte wirklich sehr toll und sind uns sehr sicher, dass sich ihr Enkel auch sehr darüber gefreut hat! Herzlichen Dank für dieses tolle Bild Frau Gibas!

A.R.A. Aktiv



Frau Leunig war viel unterwegs und hat viele tolle Fotos geschossen! Lieben Dank für diese wunderschönen Fotos Frau Leunig! Da bekommt man richtig Lust auf Urlaub!





In unserem ersten Themenheft „gesunde Ernährung“ haben wir dazu aufgerufen ein Stillleben zu gestalten. Und siehe da...

Was für tolle Stillleben, oder? Vielen herzlichen Dank Frau Gibas für diese wunderschönen Einsendungen!



Wir freuen uns, dass wir zum Malen anregen konnten und sind begeistert von der Kreativität!



Auch Frau Becker hat zwei tolle Kunstwerke gemalt!

Herzlichen Dank auch an Sie für diese tollen Einsendungen. Wir haben uns riesig gefreut!





Uns hat eine tolle Einsendung von Frau Sack erreicht, mit süßen Ostergrüßen - „Macht doch endlich die Tür auf“, sagte sie passend zu dem Bild. Toll! Vielen Dank Frau Sack. Wir hoffen auf ein baldiges Wiedersehen!





So ein tolles Werk von Frau Gibas, passend zu der Jahreszeit!
Herzlichen Dank für diese tolle Einsendung!



Wir freuen uns Ihnen kleine Inspirationen geben zu können. Ob ein Geburtstagsgeschenk oder ein nachträgliches Ostergeschenk. Frau Leunig hat uns ihre Veröffentlichungen zukommen lassen. Wir möchten uns herzlich dafür bedanken! Die Hefte können Sie sich bei Interesse gerne bei uns im A.R.A. anschauen.

Wochenplan vom 03.05.2021 bis 28.05.2021 im Treffpunkt „A.R.A.“

	Montag 03.05.2021	Dienstag 04.05.2021	Mittwoch 05.05.2021	Donnerstag 06.05.2021	Freitag 07.05.2021
Vormittag		10:30 Uhr PC-Gruppe (Fr. Stoffregen/ Hr. Tadge)		10 Uhr Tanzen A (Fr. Labisch)	10:30 Uhr Theater-Gruppe (Fr. Krauthäuser)
Nachmittag	14:00 Uhr Klöngruppe (Fr. Sack)	14 Uhr 60 Plus (Fr. Dörpmund)	14 Uhr Fundas Überraschungsnachmittag	14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	13 Uhr Canasta (Fr. Hinse)

	Montag 10.05.2021	Dienstag 11.05.2021	Mittwoch 12.05.2021	Donnerstag 13.05.2021	Freitag 14.05.2021
Vormittag	10 Uhr A.R.A. Vielfalt			10 Uhr A.R.A.-Atelier (Fr. Kostros)	
Nachmittag	14 Uhr Näh-Gruppe (Fr. Ohme)	14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	14:30 Uhr Liedertreff	

	Montag 17.05.2021	Dienstag 18.05.2021	Mittwoch 19.05.2021	Donnerstag 20.05.2021	Freitag 21.05.2021
Vormittag		10:30 Uhr PC-Gruppe (Fr. Stoffregen/ Hr. Tadge)		10 Uhr Tanzen B (Fr. Labisch)	10:30 Uhr Theater-Gruppe (Fr. Krauthäuser)
Nachmittag	14:00 Uhr Klöngruppe (Fr. Sack)	14 Uhr 60 Plus (Fr. Dörpmund)	14:30 Uhr Besuch beim Imker	14 Uhr Skat (Hr. Blödorn)	13 Uhr Canasta (Fr. Hinse)

	Montag 24.05.2021	Dienstag 25.05.2021	Mittwoch 26.05.2021	Donnerstag 27.05.2021	Freitag 28.05.2021
Vormittag	10 Uhr A.R.A. Vielfalt	11 Uhr Gedächtnis- training (Fr. Sterner)		10 Uhr A.R.A. Atelier (Fr. Kostros)	
Nachmittag	14 Uhr Spiele Gruppe Montag	14 Uhr Ge- dächtnis- training	15:30 Uhr Ge- dächtnis- training	14:30 Uhr Liedertreff	

Achtung: Nur unter Vorbehalt!

Ab wann die Gruppenangebote wieder stattfinden dürfen, können wir leider zu diesem Zeitpunkt noch nicht absehen. Wir melden uns aber bei Ihnen, sobald wir mehr wissen.

Mittwoch, den 05.05.2021 – Fundas Überraschungsnachmittag

Sie mögen Überraschungen? Ob ein Kinobesuch, ein Kreativnachmittag, eine Wanderung, einen Orienttag oder einen Tag der gesunden Ernährung. Einige Ideen sind bereits in Planung, jedoch möchten wir uns aufgrund der aktuellen Situation noch nicht festlegen. Daher steht das Programm für diesen Nachmittag noch offen. Wenn Sie sich jedoch überraschen lassen wollen, würden wir uns sehr über Ihre Anmeldungen freuen.

Treffpunkt: Treffen im Treffpunkt - „A.R.A.“
 Beginn: 14:00 Uhr
 Kosten: € 2,- (inkl. Material)

Nur unter Vorbehalt!

Anmeldung bis zum 28.04.2021

Mittwoch, den 19.05.2021 – Besuch beim Imker

Wie erzeugen die Bienen eigentlich den Honig und wie landet der Honig im Handeln? Was muss ein Imker besonders beachten und wie können wir die vom Aussterben bedrohte Honigbiene schützen? Bei einem Besuch bei dem basberger Hobbyimker möchten wir die kleinen Lebewesen und den Prozess der Herstellung von Honig näher kennenlernen.

Treffpunkt: Fasanenweg 16, 31787 Hameln
Buslinie 2 (Vogelbeerweg) ab Hameln Bürgergarten bis Hameln Habichtshöhe (ca. 13 Min., 8 Haltestellen Busfahrt) und von dort ca. 230m Fußweg zum Fasanenweg.

Beginn: 14:00 Uhr
 Kosten: € 10,- (Führung, inkl. Kostproben)

Nur unter Vorbehalt!

Anmeldung bis zum 12.05.2021

Weitere Informationen und Anmeldungen zu den Veranstaltungen: Stadt Hameln, Treffpunkt für die 2. Lebenshälfte „A.R.A.“, Alte Marktstraße 7c in Hameln, ☎ 05151/202-1344



**Das Beste sollte nie
hinter uns, sondern
immer vor uns liegen.
– Bertrand Russell**



Der Oberbürgermeister