

JUBÜZ AKTUELL MÄRZ 2025

PROGRAMM / VERANSTALTUNGEN / NEUES



11. Karthäuser Forum am 28. März, 17:30 Uhr

„Heiterkeit zu jeder Zeit“ -

„Wie wir in Krisenzeiten das Leben etwas leichter nehmen können“

Am Freitag, 28. März 2025 um 17:30 Uhr veranstaltet das Jugend- und Bürgerzentrum auf der Karthause (Potsdamer Str. 4) zum elften Mal das *Karthäuser Forum*.

Krieg, Klimawandel, Pandemie, terroristische Anschläge – Krisen erschüttern in der heutigen Zeit und erfüllen viele Menschen mit Sorge. Da ist es nicht einfach *nicht* den Mut zu verlieren und das Leben auf eine leichtere Schulter zu nehmen.

Wie kann das gelingen? Axel Hacke hat zu diesem Thema ein Buch geschrieben, welches das JuBüZ-Team inspiriert hat. Unter dem Motto: *„Heiterkeit zu jeder Zeit“* geht es im Karthäuser Forum darum, spielerisch und leicht, aber auch ernsthaft auszuprobieren was gedrückte Stimmungen aufhellen kann, was Menschen entspannter und vielleicht auch ein wenig fröhlicher auf das Leben schauen lässt. Das JuBüZ-Team versteht sich nicht als Heiterkeitsexperten, vielmehr sind Kinder, Jugendliche und Erwachsene eingeladen in heiterer Atmosphäre zu spielen, experimentieren und auszuprobieren, was Heiterkeit eigentlich ist. Es geht um die „guten Nachrichten“, darum was ein „Lächeln“ bewirken kann und um „positiven Smalltalk“.

Das Karthäuser Forum hat zum Ziel, die Menschen im Stadtteil miteinander in Kontakt zu bringen und einen Dialog zu ermöglichen. Es soll einen öffentlichen Raum, eine Bühne, ein Sprachrohr für Meinungsäußerungen im „demokratischen Lernort“ JuBüZ bieten. In den letzten Jahren widmete sich die Veranstaltung verschiedenen Themen rund um demokratische Prozesse. In diesem Jahr möchte das JuBüZ-Team mit dem Thema „Heiterkeit“ ein sowohl entspanntes und doch anspruchsvolles Thema in den Vordergrund rücken. Daher kommen Sie am 28. März 2025 ins JuBüZ und gestalten Sie das Karthäuser Forum heiter mit.

Die Veranstaltung ist kostenfrei und findet im großen Saal des JuBüZ statt.

Rund um Demenz - Stadtteilfrühstück am 05.03.2025



Stadtteil- Frühstück

jeden 1. Mittwoch im Monat
09:30 - 11:30 Uhr

Jeden ersten Mittwoch eines Monats findet das Stadtteilfrühstück im JuBüZ statt. In der Zeit von **9:30 Uhr bis 11:30 Uhr** besteht die Möglichkeit lecker zu frühstücken, Freunde und Bekannte zu treffen aber auch neue Kontakte zu knüpfen. Der beliebte Frühstückstreff bietet auch die Möglichkeit sich über Vereine, Veranstaltungsangebote und Beratungsangebote zu informieren.

Zum Stadtteilfrühstück am **05.03.2025** erwarten Sie Informationen zum Programm der Familienbildungsstätte Koblenz und Lokalen Allianz für Menschen in Koblenz. Als Gast erwarten wir Frau Susanne Schwandt, neben anderem stellvertretende Leitung der FBS und Ansprechpartnerin für die Lokale Allianz für Menschen mit Demenz.

Mit der Lokalen Allianz für Menschen mit Demenz wird versucht mit geeinten Kräften auf das Thema Demenz aufmerksam zu machen. Man möchte Orientierung bei der Suche nach vorhandenen lokalen Angeboten geben, Akteure an einen Tisch bringen, Angebote aufeinander abstimmen und entwickeln. Bei Bedarf werden neue Angebote initiiert. Seit einigen Jahren finden verschiedene Veranstaltungen auch im JuBüZ statt. In diesem Jahr freuen wir uns wieder auf den Demenzparcours am 27. März 2025.

Herzliche Einladung zum Stadtteilfrühstück am **05.03.2025** ins Jugend- und Bürgerzentrum Karthause, Potsdamer Str. 4.

Wöchentlicher Austausch in Saal 1 des JuBüZ



„Der Ruhestand bedeutet kein Stehenbleiben, sondern ein ruhiges Weitergehen.“

(Ernst Reinhardt)

Montags in der Zeit von **14:30 Uhr bis 16:30 Uhr** gibt es einen Treff für Menschen, die ob frisch oder schon länger im Ruhestand angekommen sind, sich mit Gleichgesinnten austauschen möchten. Hier kann sich kennengelernt, regelmäßig getroffen und gemeinsame Aktivitäten geplant und unternommen werden. Bringen Sie sich mit Ihren Ideen und Vorschlägen gerne ein. In Gesellschaft geht vieles einfacher, macht mehr Spaß und bringt neue Ideen. Für Kaffee oder Tee ist gesorgt.

Wenn Sie Fragen haben melden Sie sich gerne bei Birgit Korn-Möckel. (Tel.: 0261/91406000 oder birgit.korn-moeckel@stadt.koblenz.de)

Wöchentlicher Spielertreff im JuBüZ



Für die spiefreudigen Bürgerinnen und Bürger besteht die Möglichkeit, **dienstags zwischen 14:30 und 18:00 Uhr**, im Bürgerbereich zu spielen. Verschiedene Gesellschaftsspiele stehen zur Auswahl. Nach wie vor gibt es die beliebte Rummyclub-

Runde. Außerdem trifft sich eine gemischte Skat-Runde. Selbstverständlich werden auch noch andere Spiele gespielt. Vielleicht haben Sie ein eigenes Lieblingsspiel zu dem Ihnen die Spielrunde fehlt? Herzliche Einladung an alle, die uns gerne mal kennenlernen möchten und Spaß am Spiel haben.

Weitere Informationen gibt es bei Birgit Korn-Möckel im JuBüZ (Tel.: 0261/914060000 oder birgit.korn-moeckel@stadt.koblenz.de)

Ganzheitliches Training für Menschen 65 plus

BEWEGUNGSANGEBOT

MONTAGS: 16:00 - 17:00 UHR



Das beliebte Bewegungsangebot im JuBüZ mit der Kinesiologin Christa Greis wird weiterhin angeboten. Ein angepasstes Aufbautraining zur Kräftigung der Muskulatur und zur Beweglichkeit der Gelenke erwartet die Teilnehmenden. Dabei sind der ganzheitliche Ansatz, Körper, Geist und Seele wichtig. **Montags**, in der Zeit von **16:00 bis 17:00 Uhr** trifft sich die Gruppe in den Saalteilen 2 und 3 in der oberen Etage des JuBüZ.

Weitere Informationen (Kursgebühr und Anmeldung) gibt es bei Christa Greis unter den folgenden Kontaktdaten: info@christa-greis.de oder 0151 – 15 155 832.

Digitaltreff für ältere Menschen

Dienstags von 11:00 - 13:00 Uhr
nach Absprache



Viele ältere Menschen wünschen sich Zugang zur digitalen Welt. Ein Teil von ihnen nutzt regelmäßig PC oder Smartphone. Ein anderer Teil wünscht sich Unterstützung bei den aufkommenden Fragen und Herausforderungen. An diesem Punkt setzen die Digitalbotschafter des Landes Rheinland-Pfalz an. In den letzten fünf Jahren wurden flächendeckend ehrenamtlich tätige Seniorinnen und Senioren ausgebildet. Diese haben es sich zur Aufgabe gemacht anderen Seniorinnen und Senioren Hilfestellungen in der digitalen Welt anzubieten. Für die Karthause ist das, neben anderen Aktiven, Edgar Kühnlenthal.

Nach krankheitsbedingter Pause trifft sich die erste Gruppe an folgenden Terminen im JuBüZ: **11.03.2025** und **25.03.2025**. Schwerpunkt des Angebotes für diese Gruppe ist das Thema **Android-Smartphone**. Hier ist die mögliche Gruppengröße erreicht und leider zum jetzigen Zeitpunkt **keine** Teilnahme mehr möglich.

Eine zweite Gruppe mit dem Schwerpunkt **Apple-Phone** (iPhone) trifft sich **ab 11. März** zu den gleichen Zeiten in einem weiteren Saalteil des JubüZ-Saales mit Digitalbotschafter Ingo Neumann. **Für die zweite Gruppe sind noch Plätze frei.** Anmeldung und weitere Informationen gibt es im JuBüZ bei Dipl. Soz.-Päd/Soz.-Arb. Birgit Korn-Möckel unter folgender Telefonnummer: 0261/914060000.

Demenzparcours im Jugend- und Bürgerzentrum Karthause

Am Donnerstag, **27. März 2025** bietet die Lokale Allianz für Menschen mit Demenz Koblenz einen interaktiven Demenzparcours an. Das kostenfreie Angebot findet von 10:00 bis 16:00 Uhr im Jugend- und Bürgerzentrum Karthause, Potsdamer Straße 4, statt. Der Parcours ermöglicht die Erfahrung, wie sich demenzerkrankte Menschen in Alltagssituationen fühlen und welche Schwierigkeiten gewohnte Alltagssituationen bedeuten. Der Parcours ist kein Demenztest und nicht für Menschen mit demenziellen Erkrankungen geeignet. Daniela Bodenbach (AWO Koblenz) und Christof Wölk (DRK Mittelrhein) begleiten den Parcours fachlich. Eine Einführung erfolgt immer zur vollen Stunde. Bitte planen Sie für das Durchlaufen des Parcours ca. 60 Minuten ein.



Weitere Informationen:

Susanne Schwandt, Tel.: 0261/35679 oder schwandt@fbs-koblenz.de

Über die Lokalen Allianzen für Menschen mit Demenz:



Selbstständig bleiben.

Wie fühlt sich Demenz an?

Selbsterfahrung im Demenzparcours

Do., 27.03.2025
10:00 - 16:00 Uhr

Veranstaltungsort:
Jugend- und Bürgerzentrum Karthause
Potsdamer Straße 4
56075 Koblenz

Informationen:
www.fbs-koblenz.de
(T. 0261 / 35679)



In verschiedenen Alltagssituationen führt der interaktive Demenzparcours durch einen gewöhnlichen Tag. Vom Anziehen, Essen, Einkauf, Straßenverkehr, Büroarbeit bis zur Hausarbeit kann man erleben, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen.

Der Parcours ist kein Demenztest. Planen Sie etwa eine Stunde ein!

Wie die meisten Menschen wollen auch Menschen mit Demenz so lange wie möglich selbstständig und selbstbestimmt in ihrem vertrauten Umfeld leben und alt werden. Damit sie und ihre Angehörigen Teil unserer Gesellschaft bleiben, sind lokale Hilfe- und Unterstützungsnetze unverzichtbar. Die Lokalen Allianzen für Menschen mit Demenz bieten genau das in immer mehr Städten und Gemeinden in ganz Deutschland.

Aktuell gibt es rund 500 Lokale Allianzen für Menschen mit Demenz. Sie wurden im gleichnamigen Bundesprogramm des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend von 2012 bis 2016 gefördert. Seit 2020 wird das Bundesprogramm fortgeführt.

Jugendbereich



ab 5. Klasse

Offener Treff

Montag:	16:00 - 20:00	Offener Treff
Dienstag:	13:00 - 15:00	School's Out
	15:00 - 19:00	Jungsrunde
Mittwoch:	13:00 - 15:00	School's Out
	15:00 - 19:00	Mädchenzimmer
Donnerstag:	14:00 - 22:00	Offener Treff
Freitag:	13:00 - 20:00	Offener Treff

Willkommen sind alle Jugendlichen ab der 5. Klasse. Im Jugendtreff könnt ihr chillen, Gesellschaftsspiele spielen, auf der PlayStation 5 zocken, Billard- und Kicker-Fähigkeiten erproben und nach Herzenslust kreativ sein. In unserer Küche könnt ihr euch etwas zu Essen warm machen oder gleich selbst kochen! Wir haben jederzeit auch leckere Rezepte im Angebot. Nicho und Steffi sind als Ansprechpartner:innen jederzeit für euch da.

An jedem letzten Donnerstag im Monat findet unser Jugendplenum (das „JuJu“) statt, bei dem ihr über Wünsche, neue Angebote und Ideen aller Art diskutieren und abstimmen könnt! Und auch wenn mal der Schuh drückt: Sprecht uns an, wann immer ihr mögt.

Wir freuen uns auf eine tolle Zeit mit euch!

Öffnungszeiten

Montag	16:00 – 20:00 Uhr	Offener Treff
Dienstag	13:00 – 15:00 Uhr	School's Out
	15:00 – 19:00 Uhr	Jungsrunde (nur für Jungs)
Mittwoch	13:00 – 15:00 Uhr	School's Out
	15:00 – 19:00 Uhr	Mädchenzimmer (nur für Mädchen)
Donnerstag	14:00 – 22:00 Uhr	Offener Treff
Freitag	13:00 – 20:00 Uhr	Offener Treff



Mädchenzimmer

mittwochs 15:00 - 19:00 Uhr

nur für Mädchen* ab 5. Klasse

Unser Mädchenzimmer findet immer **mittwochs** statt. In diesem Zeitraum ist der Jugendbereich ausschließlich für Mädchen* geöffnet. Gemeinsam mit euch möchten wir verschiedene Aktionen planen und durchführen. Ihr könnt (und das wünschen wir uns sogar) aber auch ganz eigene Ideen mit einbringen, damit wir gemeinsam eine schöne Zeit haben. Unter uns haben wir auch den Raum sensible Themen anzusprechen, über Jungs zu quatschen und uns selbst besser kennen zu lernen. Wir freuen uns auf euch!

JUNGSRUNDE

DIENSTAGS 15:00 - 19:00 UHR



nur für Jungen* ab 5. Klasse

Wöchentlich gibt's im JuBüZ die Jungsrunde, immer **dienstags**. In diesem Zeitraum ist der Jugendbereich ausschließlich für Jungen* geöffnet. Das Ziel ist es, mit euch die gemeinsame Runde zu gestalten. Das bedeutet ihr könnt gerne eigene Ideen, Wünsche und Vorschläge einbringen, damit jeder eine gute Zeit hat. Wir freuen uns schon auf euren Besuch!

Generationenbereich



Stadtteil- Theater

mittwochs 17:30 - 19:30 Uhr

Ab dem 28. August 2024 probt das Amateurtheaterensemble des Stadtteiltheaters jeweils mittwochs in der Zeit von 17:30 – 19:30 Uhr für das neue Stück „Die Ermittlung“ von Peter Weiss. Die Premiere ist für Mai 2025 geplant.

„Die Ermittlung“ (Peter Weiss)

- ein (Theater) Stück Erinnerungskultur

Zwischen Dezember 1963 und August 1965 fand in Frankfurt am Main der Auschwitz-Prozess statt, in dem die für das Funktionieren der Vernichtungsmaschinerie Verantwortlichen vor Gericht standen. Peter Weiss hat in seinem 1965 gleichzeitig an 15 Orten uraufgeführten dokumentarischen Theaterstück die Fakten über diese Hölle auf Erden, die im Prozess zur Sprache kamen, in einem Oratorium in 11 Gesängen gestaltet. In ihnen wurden Täter und Opfer miteinander konfrontiert. Der Versuch das Grauen von Auschwitz auf der Theaterbühne erfahrbar werden zu lassen, bildete für die damalige deutsche Gesellschaft den Auftakt zur Auseinandersetzung und Aufarbeitung des Holocaust. Zugleich wurde die Möglichkeit aufgezeigt, dass sich ähnliches wiederholen könnte, und die Notwendigkeit, dies zu verhindern.

Das Ensemble des Stadtteiltheaters Karthause unter der Leitung und Regie von Diplom Theaterpädagoge (FH) Michael Lüdecke wagt den Versuch auf Basis ausgewählter Texte des Stückes die aktuelle Frage nach dem heutigen Umgang mit dem Holocaust und dem Erstarken des Rechtsextremismus und Antisemitismus in Deutschland zu stellen. Damit möchte das Amateurtheaterensemble einen Beitrag zur

Erinnerungskultur leisten, und den Blick darauf werfen, wie wichtig, notwendig und aktuell dieses Thema ist.

Interessierte Spielerinnen und Spieler ab 12 Jahre sind jederzeit willkommen. Einfach vorbeischaun und mitspielen.

Nähere Infos unter 0261 / 914 06 00 00.

Familientreff – Familienfrühstück am 08.03.2025

Herzliche Einladung ins Jugend- und Bürgerzentrum (Potsdamer Str. 4, Ko - Karthause) zum **ersten Familienfrühstück im Jahr 2025**. Am Samstag, **08.03.2025 von 10:00 bis 12:00 Uhr** besteht die Möglichkeit sich zwanglos zu treffen ohne große eigene Vorbereitungen.



FAMILIEN-TREFF

Samstag, 08.03.2025

**FAMILIENFRÜHSTÜCK IM
JUBÜZ KARTHAUSE
VON 10:00 - 12:00 UHR**

KOSTENBEITRAG
PRO PERSON 5€
(KINDER BIS 10 JAHRE FREI)

ANMELDUNG BIS 06.03.2025
TEL.: 0261/914 060 000

Mit diesem Angebot geben wir Familien einen Raum ihren Familienalltag einmal anders zu erleben. Gleichzeitig bietet sich die Möglichkeit andere Familien zu treffen und sich kennen zu lernen. Ein buntes Frühstücksbuffet erwartet Sie! Wir versuchen vegetarische und vegane Wünsche zu berücksichtigen und nehmen gerne Ihre Anregungen entgegen.

Für diese Veranstaltung benötigen wir eine verbindliche Anmeldung bis zum 06.03.2025.



Telefonisch sind wir zu erreichen unter der folgenden Telefonnummer: 0261/914060000.

Oder Sie melden sich über jubuez@stadt.koblenz.de an.

Der Kostenbeitrag beträgt 5 € pro Person (Kinder bis 6 J. sind davon ausgenommen).

Vermietungssprechstunde



Vermietungs- sprechstunde

dienstags 17:30-19:00 Uhr

Wenn Sie Interesse daran haben, den Saal des JuBüZ zu mieten, laden wir Sie gerne dienstags in der Zeit von 17:30 – 19:00 Uhr zu unserer Vermietungssprechstunde ein. Besichtigungstermine vor Ort sind möglich, aufgrund von organisatorischen Abläufen bitten wir Sie jedoch diese vorab telefonisch im JuBüZ anzumelden.

Aufgrund der Karnevalstage entfällt die Vermietungssprechstunde am 04.03.2025.