

---

## Aktionskalender 2018

Liebe Vereinsmitglieder,

wir freuen uns, dass so viele Mitglieder sich bereitgefunden haben, Angebote für Freizeit- oder Kulturveranstaltungen für das Jahr 2018 zu machen. Wir sind ein aktiver Verein geworden! Einige Angebote sind bereits für das gesamte Jahr terminlich festgelegt, andere werden noch in einigen Gruppen erst festgelegt und dann im laufenden Monatskalender bekanntgegeben.

Wir wünschen allen Mitgliedern gute Gesundheit, viel Vergnügen und wunderbare, bereichernde Erfahrungen im Jahr 2018

gez. Karin Holm & Brigitte Krall

---

Wir haben bei allen Angeboten die jeweiligen Email-Adressen der Ansprechpersonen angegeben, sodass diese bei Fragen, Teilnahme-Anmeldungen etc. kontaktiert werden können.

### Wichtiger Hinweis:

Bei allen angebotenen Aktivitäten erfolgt die Teilnahme auf eigene Gefahr!

---

### **1. Besichtigungen und Führungen**

(Ansprechperson: Volker Hodapp)  
(Email: [hodapp@psych.uni-frankfurt.de](mailto:hodapp@psych.uni-frankfurt.de))

Volker wird im Laufe des Jahres folgende Besichtigungen/Führungen anbieten:

- -Brennerei Schmittmann (März)
- -Führung durch den Medienhafen (Juni)
- -St. Lambertus-Kirche (September)

### **2. Fotografieren**

(Ansprechperson: Karin Görgens)  
(Email: [k.goergens@t-online.de](mailto:k.goergens@t-online.de))

Karin führt uns raus in die Natur, sucht mit uns interessante Fotomotive und zeigt wie wir daraus interessante Fotos machen können.

Das erste Treffen findet am Schloss Benrath statt (16.01.2018). Ein weiteres Treffen ist für Juli 2018 in Urdenbach (Am Mühlenplatz) geplant.

### 3. Zeichnen und Malen

(Ansprechperson: Corinna Hertlein)  
(Email: [c.hertlein@gmx.de](mailto:c.hertlein@gmx.de))

Gemeinsam in Ruhe und Konzentration Freude am zeichnerischen Erfassen und Gestalten finden und teilen.

Gegenständlich oder nicht, vollkommen frei oder nach Motiv – jeder so wie er möchte. Kleine Hilfestellungen untereinander beim figürlichen und gegenständlichen Sehen und Zeichnen sind möglich. Bei kleinen Pausen zwischendurch und am Ende können wir uns austauschen.

Wer gerne bestimmte Motive malt: es werden Themen durch mitgebrachte Gegenstände Pflanzen, Arrangements etc. vorgeschlagen. Ebenso möglich sind Ansichten der Umgebung, Raum, Ausschnitte, Menschen, gegenseitige Portraits, fotografierte Motive etc.

Auf Wunsch: Einladung von Gastdozenten, die eine Technik oder ein Thema behandeln (Kosten).

Auf Wunsch: Besuche und kleine Workshops bei Künstlern aus der näheren Umgebung (Kosten).

Auf Wunsch: mit Modell oder Aktmodell arbeiten (anteilige Kosten).

Auf Wunsch: eine kleine Ausstellung mit den Ergebnissen organisieren.

*Wann / in welchen Abständen:* Ab 2. Quartal 2018 jede 2. Woche, ca. 2 Stunden

*Wo:* Räumlichkeit wird noch bekanntgegeben.

*Kosten:* eigene Materialkosten ggf. anteilig Raumkosten

*Was muss mitgebracht werden:* anfangs Papier, Pappe oder Leinwand (anfangs eher kleinformatig bis A2 / wahlweise Bunt-, Bleistift, Feder, Kreide, Kohle, Spitzer, Pinsel, Wasser- oder Aquarellfarben, Abdeckfolie, Wasserbehälter, Lappen etc., kleines Zeichenbrett, Klemmen. Später Gouache, Acryl- und Ölfarbe, Leinwand, große Pappen und Papier.

#### 4. Kreatives Gestalten

(Ansprechperson: Ingrid Schmidt-Döring)  
(Email: [schmi-doe@arcor.de](mailto:schmi-doe@arcor.de))

Wer hat sich für 2018 vorgenommen kreativ zu werden? Wer hat Lust auf was Neues?

Wer hat Spaß daran, Materialien Zweck zu entfremden und das neue Jahr mit neuen umgestalteten Dingen zu beginnen? Zum Beispiel Ton mit Holz und Stahl zu kombinieren, Schwemmhölzer zu suchen und ihnen eine neue Gestalt zu verleihen, unterschiedliche Techniken der Aquarellmalerei zu entdecken, Filzen und vieles mehr....

Eurer Kreativität und Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. Viel Spaß auf der Entdeckungsreise der verschiedenen Gestaltungsmöglichkeiten.

Teilnehmerzahl begrenzt: 6 Personen

Ort: Hans-Christoph-Seebohm-Str. 40

Beginn: 06. April 2018, 16.00 Uhr, danach treffen wir uns alle 4 Wochen.

#### 5. Kurzreisen mit Heidrun und Karin

(Ansprechpersonen: Heidrun Hoppe,  
Karin Görgens)

(Email: [heidrun.hoppe@uni-due.de](mailto:heidrun.hoppe@uni-due.de))  
(Email: [k.goergens@t-online.de](mailto:k.goergens@t-online.de))

Heidrun und Karin bieten im Juni 2018 eine Kurzreise nach Bergen aan Zee (NL) an. Von weiteren Überlegungen und Vorschlägen lassen wir uns überraschen.

#### 6. Wandern / Fahrradtouren / Ausflüge

(Ansprechperson: Brigitte Krall)  
(Email: [br.alle@web.de](mailto:br.alle@web.de))

Es hat sich eine Gruppe zusammengetan, die auch 2018 wieder monatlich eine Wanderung, Radtour oder Ausflug anbietet.

An der Planung sind beteiligt: Anne & Wolfgang Bredemeier, Karin Holm, Elisabeth Nordhaus, Karin Görgens und Brigitte Krall.

#### 7. Theaterbesuche

(Ansprechpersonen: Christa Brahm,  
Elisabeth Nordhaus)

(Email: [christa.brahm@web.de](mailto:christa.brahm@web.de))  
(Email: [elinor@gmx.de](mailto:elinor@gmx.de))

Theatervorschläge werden individuell bekanntgegeben. Die Eintrittskarten werden max. für 10 Tage reserviert.

## **8. Initiative nachhaltiges Benrath**

(Ansprechperson: Erhard Treutner)  
(Email: [E.Treutner@gmx.de](mailto:E.Treutner@gmx.de))

Hierbei geht es um Information und gegenseitigen Austausch zum Themenkreis Umwelt und Klimaschutz, aber auch um praktische Aktionen in Benrath und Umgebung.

Das Themenfeld, mit denen sich der Arbeitskreis in der nächsten Zeit beschäftigen wird, kann als „nachhaltiger Konsum“ bezeichnet werden (Lebensmittel und Ernährung, Textilien, Mobilität, Wohnen (und Bauen), Reparieren und Gärtnern).

Konkrete Beispiele wären: Einkaufen ohne Plastik, wo kann ich nachhaltig produzierte Textilien erwerben? Vorschläge zur Verbesserung des Radverkehrs in Benrath, Einrichtung eines Bauernmarktes in Benrath etc. Auch das Thema Klimaschutz wird einigen Raum einnehmen.

## **9. Literatursalon**

(Ansprechpersonen: Heidrun Hoppe,  
Tamara und Winfried Schmitz)  
(Email: [LiteraturSalonUnperfekt@web.de](mailto:LiteraturSalonUnperfekt@web.de))

Heidrun, Tamara und Winfried haben im Jahr 2017 den „LiteraturSalonUnperfekt“ gegründet.

Regelmäßig finden im Haus Spilles Leseveranstaltungen statt. Die nächsten Veranstaltungen sind für März und Juni geplant.

## **10. Kinobesuche**

(Ansprechpersonen: Maria Fourier,  
Heidrun Hoppe)  
(Email: [maria.fourier@gmx.de](mailto:maria.fourier@gmx.de))  
(Email: [heidrun.hoppe@uni-due.de](mailto:heidrun.hoppe@uni-due.de))

Eine Vorabplanung der Kinobesuche ist selbstverständlich nicht möglich. Daher werden die Kinovorschläge individuell bekanntgegeben.

## 11. Meditation

(Ansprechperson: Yvonne Janietz)  
(Email: [yvonnejanietz@email.de](mailto:yvonnejanietz@email.de))

Ich möchte euch gerne zu einer kurzen Einkehrzeit einladen.

Zu sich kommen, den Körper spüren, den Gedanken-Kopf eine Weile ruhen lassen.

Bei der Leibarbeit kommen wir durch kleine Wahrnehmungsübungen mit unserem Körper und uns als ganzem Mensch in Kontakt. Die Übungen sind einfach und erfordern keine sportliche Fitness. Die dienen dazu unsere Wahrnehmung zu fokussieren, uns zu konzentrieren und tun einfach gut.

Bei der Meditation können wir durch kleine mentale Übungen zur Ruhe kommen. Sie kann helfen, unsere Konzentration und gleichsam unsere Wahrnehmung zu fördern. Sie findet in der Stille und im Sitzen statt.

Ich biete euch diese kleine Sinn- und Ruhezeit an mit angeleiteten:

- \* einführenden Leibübungen im Sitzen, Stehen oder Liegen
- \* 5-10 minütiger Meditation im Sitzen

Wir sitzen wahlweise auf Stühlen oder Meditationskissen (Boden). Jeder so wie er kann.

Es ist keinerlei Vorerfahrung notwendig.

*Organisatorisches:* Jeder bringt bequeme Kleidung, warme Strümpfe, eine Decke und ein bis zwei Sitzkissen mit. Gerne stelle ich, nach vorheriger Absprache auch Sitzkissen zur Verfügung. Bitte gebt einen kurzen Hinweis bei der Anmeldung.

Anmeldung 1 Tag vorher. Bitte gebt bei der Anmeldung eine Telefonnummer für eine Notfallabsage an.

## 12. Kunstabende

(Ansprechperson: Susanne Vohmann)  
(Email: [svohmann@t-online.de](mailto:svohmann@t-online.de))

In der Reihe KPMG-Kunstabende wird jeden ersten Mittwoch im Monat ab 18.00 Uhr ein abwechslungsreiches Programm mit verschiedenen Themenführungen und Veranstaltungen im K20 und K21 präsentiert.

Auf einzelne Veranstaltungen wird gesondert hingewiesen.

Ab 18.00 Uhr freier Eintritt, geöffnet jeweils bis 22.00 Uhr.

## Termine und Aktionen

Einzelheiten zur den einzelnen Events werden rechtzeitig bekannt gegeben und veröffentlicht.

<b>Januar 2018</b>		
13.01.2018		Theaterbesuch „Nathan (to go)“ von Gotthold Ephraim Lessing Ort: Bunkerkirche der Koptischen Christengemeinde in Heerdt (Kosten: 15,00 €)
16.01.2018	15:30 Uhr	Fotografieren mit Karin Görgens Treffpunkt: Schloss Benrath
18.01.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
20.01.2018	14:00 – 15:30 Uhr	Meditation mit Yvonne Janietz Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
27.01.2018	13:00 Uhr	Besuch der Ausstellung „Edouard Manet“ im von der Heydt-Museum in W'tal (mit Führung) (Organisation: Elisabeth Nordhaus) Eintritt: 10,00 €, Führung: 6,00 € (Preis ab 10 Personen)

<b>Februar 2018</b>		
07.02.2018	17:30 Uhr	KPMG-Abend im K20 Carmen Herrera - Lines of Sight <u>Wo:</u> Klee Halle im K20, Grabbeplatz 5, Düsseldorf <u>Treffpunkt:</u> 17.30 Uhr im Eingangsbereich des Museums Einführung: Film über die Künstlerin (ca. 20 Min. im EG) Eintritt und Führung frei
11.02.2018	11:11 Uhr	Wir feiern Karneval auf der Königsallee Treffpunkt: Berliner Allee / Ecke Graf-Adolf-Straße (Organisation: Brigitte Krall)
15.02.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
24.02.2018	14:00 – 15:30 Uhr	Meditation mit Yvonne Janietz Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93

<b>März 2018</b>		
01.03.2018	17:00 Uhr	Besichtigung „Brennerei Schmittmann“ mit Einkehrschwung (Organisation: Volker Hodapp)
15.03.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
17.03.2018		Es ist eine Fahrradtour zur Blüte der Buschwindröschen im Waldgebiet Chorbusch (Hackenbroich) geplant. Die Tour zu dieser sehenswerten Blütenpracht südlich vom Kloster Knechtsteden kann leider nicht genau im Voraus, sondern nur relativ spontan in Abhängigkeit von der Blütezeit (Ende März bis Anfang Mai) durchgeführt werden. Der Termin kann sich also verschieben. Hier können sich kurzfristig Interessierte zusammenfinden. (Organisation: Wolfgang Bredemeier)
18.03.2018	16:00 Uhr	„LiteraturSalonUnperfekt“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
24.03.2018	14:00 – 15:30 Uhr	Meditation mit Yvonne Janietz Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93

<b>April 2018</b>		
18.04.2018	17:00 – 18:30 Uhr	Info-Abend für alle, die sich für die Kurzreise nach Bergen aan Zee (NL) angemeldet haben. Treffpunkt: Restaurant Jägerhof, Urdenbach.
19.04.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
21.04.2018		Wanderung: Neandersteig Die Etappe wird noch bekanntgegeben. (Vorschlag und Organisation: Karin Görgens)
28.04.2018	14:00 – 15:30 Uhr	Meditation mit Yvonne Janietz Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93

<b>Mai 2018</b>		
17.05.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
26.05.2018		Floßfahrt mit Skipper und mitgebrachtem Picknick auf dem Unterbacher See. (Teilnahmebeschränkung auf max. 20 Pers.) Dauer: 2 Stunden, Kosten: 11,50 € bei Teilnahme von 20 Pers. Weitere Infos werden frühzeitig bekannt gegeben. (Organisation Karin Görgens)
26.05.2018	14:00 – 15:30 Uhr	Meditation mit Yvonne Janietz Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93

<b>Juni 2018</b>		
09.06.2018	15:00 Uhr	Führung durch den Medienhafen (Organisation und Durchführung: Volker Hodapp)
10.06.2018	16:00 Uhr	„LiteraturSalonUnperfekt“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
21.06.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
23.06.2018	14:00 – 15:30 Uhr	Meditation mit Yvonne Janietz Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
24.06.2018 bis 27.06.2018		Kurzurlaub in Bergen aan Zee (Niederlande) (4 Tage, 3 Nächte ). Übernachtung in Doppelzimmern im Naturfreundehaus. Preis: 25,00 € pro Person und Nacht (Eine Vorbesprechung findet am 18.04.2018 statt)



<b>Juli 2018</b>		
16.07.2018	18:00 Uhr	Fotografieren mit Karin Görgens Treffpunkt: Am Mühlenplatz, D'dorf-Urdenbach
19.07.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
21.07.2018	10:30 Uhr	Fahrradtour über Hitdorf zum Fühlinger See. Treffpunkt: Urdenbach, Strecke: ca. 65 km, flach und überwiegend verkehrsarm. Einkehr: Kloster Knechtsteden und/oder Gasthaus Piwipp. (Organisation: Wolfgang Bredemeier)
28.07.2018	14:00 – 15:30 Uhr	Meditation mit Yvonne Janietz Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93

<b>August 2018</b>		
16.08.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
18.08.2018	10:30 Uhr	Tagesausflug zur Besichtigung der Van Gogh Ausstellung im Kröller-Müller-Museum mit Fahrradtour durch den Naturpark Hoge Veluwe (2,5 oder 10 Km). Räder stehen kostenlos bereit. Wo: AW Otterlo (NL) Eintritt: 18,40 Euro (Park u. Museum) Hin-/Rückfahrt: jeweils ca. 90 Min. mit PKW (wir bilden Fahrgemeinschaften). Verpflegung: Picknick (Organisation: Karin Holm)

<b>September 2018</b>		
15.09.2018	10:30 Uhr	Fahrradtour „Südkreis Neuss“ Treffpunkt: an der Fleher Brücke, Strecke: ca. 60 km oder auch nach Wunsch länger, flach und überwiegend verkehrsarm. (Organisation: Anne & Wolfgang Bredemeier)
20.09.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
29.09.2018	15:00 Uhr	Führung durch die St. Lambertus-Kirche (Organisation und Durchführung: Volker Hodapp)

<b>Oktober 2018</b>		
18.10.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
20.10.2018	11:00 Uhr	Wanderung: Neandersteig Die Etappe wird noch bekanntgegeben. (Vorschlag und Organisation: Karin Görgens)

<b>November 2018</b>		
15.11.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93
17.11.2018	11:00 Uhr	Besuch des Museums Ludwig in Köln. Es ist das Museum der Stadt Köln für die Kunst des 20. und 21. Jahrhunderts und gehört heute zu den bedeutendsten Kunstmuseen Europas für die Kunst des Expressionismus und der klassischen Moderne. Eintritt: 15,90 Euro (für Gruppen Ermäßigung) Führung: wird noch bekanntgegeben. (Organisation: Karin Holm)

Aktionen, Veranstaltungen 2018  
(Arbeitsgruppe „Gemeinsame Aktivitäten“)



---

<b>Dezember 2018</b>		
20.12.2018	18:00 – 20:00 Uhr	„Initiative nachhaltiges Benrath“ Treffpunkt: Haus Spilles, Benrather Schlossallee 93