

Lesegeschichten

18

Nov

Abnehmen mit „A und O“



Erfolg ist kein Glück, es ist das Ergebnis von Ehrlichkeit, harter Arbeit und Leidenschaft! (Andy Schilasky)

Abnehmen mit „A und O“ – mit Andy und Olymp. „Obwohl wir durch den Brand im Olymp-Sportpark keine ‚Heimat‘ mehr hatten, wollten wir zusammen weiter zusammen trainieren“, bemerkt Gerda, die gute Seele des Kurses. Und so treffen sich die 21 Abnehmwilligen weiterhin jede Woche mit ihrem Trainer Andreas Schilasky und gehen gemeinsam walken, schwimmen oder an die Fitnessgeräte. Sie sind dankbar, dass sie, wie auch alle anderen Kursteilnehmer des Olymps, hier im Freizeitbad Atlantis vorübergehend aufgenommen wurden.

[Weiterlesen ... Abnehmen mit „A und O“](#)

2018 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

16

Nov

Es war einmal...



Ehrenamtliche Märchenerzähler für Demenzkranke

Wie lese ich Märchen spannend vor? Wie betone ich die einzelnen Worte richtig? Wann mache ich eine Erzählpause? Und wie ziehe ich die Zuhörer in meinen Bann? Maria-Magdalena Besten bekam Mitte des Jahres Antworten auf all diese Fragen. „Ich empfinde es als ein wunderbares Geschenk älteren Menschen für eine kurze Zeit zum Geburtstag, in geselliger Runde oder gar als letzten Wunsch ein wenig Freude zu bereiten“, nennt die Erzieherin und Entspannungspädagogin ihren Grund, an dem Kurs für ehrenamtliche Vorleser teilzunehmen.

[Weiterlesen ... Es war einmal...](#)

2018 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

08

Nov

[Steckbrief Horst Jabs](#)



Alter: 61

Beruf: Fernmeldemonteur

Geburtsort: Marl

Wohnort: Barkenberg

Lieblingsverein: Schalke 04

Lieblingstier: Sein kleiner Shih Tzu „Sascha“

[Weiterlesen ... Steckbrief Horst Jabs](#)

2018 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

06

Nov

[Pickleball goes to Dorsten](#)



„Der Sport für Nichtsportler“ (Andreas Kopkau)

Birgit Czaykowski und Anna Wolf vom Tischtennisverein aus Gelsenkirchen-Beckhausen liefern sich in der Petrinum Sporthalle in Dorsten ein schnelles Pickleball-Duell mit Tischtenniskollegen Heiko Grünebaum und Rafael Schmidt aus dem Hasseler Sportverein.

Pickleball sagt Ihnen nichts? Das ist verständlich, denn Amerikas momentan am schnellsten wachsende Sportart findet gerade erst den Weg in unsere Turnhallen.

[Weiterlesen ... Pickleball goes to Dorsten](#)

2018 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

02

Nov

„Perlenhochzeit“ bei der Theatergruppe Chamäleon



Bekannte und neue Gesichter präsentieren ihr neues Bühnenstück

Ihre eigene „Perlenhochzeit“ haben die „Chamaleons“ bereits vor zwei Jahren feiern können, spielen doch bereits seit dem Gründungsjahr 1986 Mitglieder wie Franz-Gerd Schlüter und weitere Stammspieler zusammen. Bei dieser „Perlenhochzeit“ hier handelt es sich jedoch um ein neues Bühnenstück, das die Theatergruppe im Dezember aufführen wird.

[Weiterlesen ... „Perlenhochzeit“ bei der Theatergruppe Chamäleon](#)

2018 von Martina Jansen (Kommentare: 0)

- [« Anfang](#)
- [Zurück](#)
- [105](#)
- [106](#)
- [107](#)
- 108
- [109](#)
- [110](#)
- [111](#)
- [Vorwärts](#)
- [Ende »](#)