

Liebe Mitglieder, Freunde und Förderer unserer KAB in Brand!

Mit einem erheblichen Zeitaufwand hat unser Vorstand das Bildungsprogramm für 2024 fertig gestellt und einen **Jahresplan** gefertigt. Diesen finden Sie beiliegend. Es wäre hilfreich, sich die Termine in den Jahreskalender einzutragen, um nichts zu vergessen! Kalender 2024 gibt es noch im KAB-Haus.

Wir starten in den Februar mit einem besonderen Leckerbissen:

Schnupperangebot Qi Gong am Samstag, 3. Februar, 14:30 bis 17:00 Uhr im KAB-Haus.

Trainerin Carina Becker hat schon am Tag der offenen Türe Qi Gong vorgestellt und mit Anwesenden praktiziert. Nun bietet sie uns ein ausgedehnteres Schnupperangebot. Der Eintritt kostet 15€ pro Person, die **Teilnehmerzahl ist begrenzt** auf zehn, maximal zwölf Personen. Es heißt also pünktlich zu sein!

„Qi Gong im Winter – In der Winterstille die eigene Mitte stärken. Atmung Bewegung Bewusstsein machen Qi Gong in der Tradition der chinesische Gesundheitslehre aus. Im Workshop gehen wir dem nach: Warm up - Fließende Bewegungsabläufe für sich entdecken - Abschlussmeditation. Und es gibt natürlich eine Pause. Bitte bequeme Kleidung tragen.“

Fettdonnerstag (08.02.) lassen wir es bei der KAB so richtig krachen. Und alles sind herzlich willkommen!

Wir beginnen diesmal schon um 17 Uhr. Besonders Feierlustige können bereits um 13 Uhr im **Mobilé** beginnen, denn dort startet die große „**Puffelparty**“ für **alle** Altersstufen bis Ende offen! **Ab 17 Uhr** geht es dann im KAB-Haus weiter mit leckeren Speisen und einer fröhlichen Sause mit vielen Karnevalsliedern und lustigen Vorträgen. Alles selbstgemacht! Du kannst etwas beitragen? Die KAB-Jecken werden sich freuen! Auch unser Brander Dreigestirn mit Prinz Michael, Bauer Yannik und Jungfrau Holger wird erwartet.

Die „**Große Urlaubsfahrt**“ vom 6. – 15. Juni 2024 nach Schwalbach im Saarland ist fast ausgebucht. Einzelzimmer sind nicht mehr zu haben, aber für Paare ist noch Platz. Wer noch mit will, sollte sich kurzfristig bei Heli Krings (0157 503 131 87) oder bei Yvonne Diederer im KAB-Haus melden.

Die Brander kfd lädt auch unsere Mitglieder ein zu einer „Wortgottesfeier“ am Donnerstag, den 8. Februar um 9 Uhr in der Kapelle des Marienheims. Anschließend ist gemeinsames Frühstück im Mobilé.

Auch im Februar (27.02. ab 15:30) bietet der „Mobilé-Filmclub“ wieder einen sehenswerten Streifen an:

»**Kirschblüten und rote Bohnen**«

Sentaro ist gescheitert: Er ist vorbestraft, er trinkt zu viel, und sein Traum, Schriftsteller zu werden, ist unerfüllt geblieben. Stattdessen arbeitet er in einem Imbiss, der Dorayaki verkauft: Pfannkuchen, die mit einem süßen Mus aus roten Bohnen gefüllt sind. Tag für Tag steht er in dem Laden mit dem Kirschbaum vor der Tür und bestreicht lustlos Gebäck mit Fertigpaste. Bis irgendwann die alte Tokue den Laden betritt. Die weise, aber sichtlich vom Leben gezeichnete Frau kocht die beste Bohnenpaste, die man sich nur denken kann. Auch deshalb verändert die Begegnung mit ihr alles, denn Tokue lehrt Sentaro ihre Kunst. Wenig später wird Wakana, ein Mädchen aus schwierigen Verhältnissen, zur Stammkundin des Imbisses und schließt Freundschaft mit Tokue und Sentaro. Doch die Welt meint es nicht gut mit den dreien.

Es ist die Geschichte einer besonderen Freundschaft – melancholisch, ohne sentimental zu werden, berührend, ohne kitschig zu sein – und ein zärtlicher Roman, der uns im Glauben an die kleinen Dinge des Lebens bestärkt.

Britta Förster, langjährige Übungsleiterin für die Seniorengymnastik, bietet Senioren ein neues Angebot unter dem Motto **TA *RY* BA** – Tanzen Rhythmus Balance. Nähere Angaben folgen im nächsten Brief.

Zuletzt noch der Hinweis, dass wir am **Mi., den 20. März** unsere wichtige **Jahresmitgliederversammlung** haben. **Bitte den Termin notieren!** Eine persönliche Einladung dazu erfolgt mit dem nächsten Rundbrief.

Wir wünschen Ihnen allen einen ausgelassenen Karneval und im Anschluss eine besinnliche Fastenzeit.

Ihr

René A. Stoffels-Fuchs

Brand den 29.01.2024

Kontakt: rene.stoffels-fuchs@kab-brand.de, ☎ 47583512

Februar 2024

Donnerstag	1.	Treffen des Singekreises 10:30 - 11:30 mit Claudia Vickus im KAB-Haus
		15 - 18 Uhr, Spielenachmittag: Skat etc. im KAB-Haus
Freitag	2.	15:00 Uhr: Locker vom Hocker: Gymnastik und Tanzen im Sitzen mit Petra Brilon im KAB-Haus
		ab 14 Uhr: Wassergymnastik mit Dorothee Scheins in der Karl-Kuck-Schule
Samstag	3.	14:30-17:00 Uhr: Schnupperangebot Qi Gong im KAB-Haus
Montag	5.	10-11 Uhr: Handy-Schulung "Silver-Surfer" im Mobilé, Gruppenraum J1 mit Petra Drossart
		14:30 - 16:45: Seniorengymnastik in zwei Gruppen im Saal des "Mobilé"
Mittwoch KAB-Haus:	7.	Ortsnahes Wandern; Treffpunkt 14 Uhr am KAB-Haus mit Fahrgemeinschaft
		15:30 Uhr: Café der Begegnung-Kaffeemittag für alle Senioren. Kaffee und Kuchen kostenfrei!
Donnerstag	8.	9 Uhr Wortgottesfeier der "kfd-Brand" im Marienheim, anschl. Frühstück im Mobilé
		Treffen des Singekreises 10:30 - 11:30 mit Claudia Vickus im KAB-Haus
		ab 13 Uhr im Mobilé bis open End: Puffelparty für Groß und Klein!!! Eintritt frei - Alaaf
		17 Uhr; Karnevalistischer Abend im KAB-Haus: Vür fiere Fastelovvend - jecker Fettdonnerstag
Freitag	9.	15:00 Uhr: Locker vom Hocker: Gymnastik und Tanzen im Sitzen mit Petra Brilon im KAB-Haus
		ab 14 Uhr: Wassergymnastik mit Dorothee Scheins in der Karl-Kuck-Schule
Mittwoch	14.	Ortsnahes Wandern; Treffpunkt 14 Uhr am KAB-Haus mit Fahrgemeinschaft
		15.30 - 17 Uhr: Handy-Beratung im Café Mobilé mit Petra Drossart
Donnerstag	15.	Treffen des Singekreises 10:30 - 11:30 mit Claudia Vickus im KAB-Haus
		15 - 18 Uhr, Spielenachmittag: Skat etc. im KAB-Haus
Freitag	16.	ab 14 Uhr: Wassergymnastik mit Dorothee Scheins in der Karl-Kuck-Schule
		ab 16 Uhr: Repaircafé im Mobilé
Montag	19.	10-11 Uhr: Handy-Schulung "Silver-Surfer" im Mobilé, Gruppenraum J1 mit Petra Drossart
		14:30 - 16:45: Seniorengymnastik in zwei Gruppen im Saal des "Mobilé"
Mittwoch	21.	Ortsnahes Wandern; Treffpunkt 14 Uhr am KAB-Haus mit Fahrgemeinschaft
		14:30 - 15.30 Uhr: Handy-Schulung "Silver-Surfer" im Mobilé, Gruppenraum J1 mit Petra Drossart
		15:30 - 17 Uhr: Handy-Beratung im Café Mobilé mit Petra Drossart
Donnerstag	22.	Treffen des Singekreises 10:30 - 11:30 mit Claudia Vickus im KAB-Haus
		15 - 18 Uhr, Spielenachmittag: Skat etc. im KAB-Haus
Freitag	23.	15:00 Uhr: Locker vom Hocker: Gymnastik und Tanzen im Sitzen mit Petra Brilon im KAB-Haus
		ab 14 Uhr: Wassergymnastik mit Dorothee Scheins in der Karl-Kuck-Schule
Montag	26.	14:30 - 16:45: Seniorengymnastik in zwei Gruppen im Saal des "Mobilé"
Dienstag	27.	15.30 "Mobilé-Filmclub" zeigt im Saal: "Kirschblüten und Rote Bohnen"
Mittwoch	28.	Ortsnahes Wandern; Treffpunkt 14 Uhr am KAB-Haus mit Fahrgemeinschaft
		17:30 Uhr: Gesprächskreis für (Ehe)-Partner:innen von an Demenz erkrankten
Donnerstag	29.	Treffen des Singekreises 10:30 - 11:30 mit Claudia Vickus im KAB-Haus
		15 - 18 Uhr, Spielenachmittag: Skat etc. im KAB-Haus

Dienstags von 9:30-11 Uhr: Wir spielen mit **Flöten aller Art** im KAB-Haus mit Margret Stoffels

Mittwochs von **9-10 Uhr für Jedermann & kostenfrei: Wandern im Brander Wald** ab [P] Birkenstr.

Anmeldung für die "Silver-Surfer"-Smartphone-Schulung über 0172/6846151

oder die Internetseite www.mobile-brand.de .

Sofern keine Ortsangabe vermerkt ist, ist Veranstaltungsort das KAB-Begegnungshaus, Hochstr. 9

Unsere wöchentlichen Angebote

Senioren-gymnastik	Pfarrsaal des Mobilé	montags	14:30 Uhr
Flötengruppe		dienstags	09:30 Uhr
Waldspaziergang	ab Parkplatz Birkenstraße	mittwochs	09:00 Uhr
Wandern rund um Brand	ab KAB-Begegnungshaus	mittwochs	14:00 Uhr
Singekreis MuSe	Pfarrsaal des Mobilé	donnerstags	10:00 Uhr
Spielenachmittag		donnerstags	14:30 Uhr
Boulespiel	Hof des KAB-Hauses (11.04. bis 31.10.)	donnerstags	17:00 Uhr
Wassergymnastik	Schwimmhalle der Karl-Kuck-Schule	freitags	ab 14:00 Uhr
"Locker vom Hocker", Gymnastik & Tanz im Sitzen		freitags	15:00 Uhr

Unsere monatlichen Angebote

Café der Begegnung - Café der Generationen 03.01.; 07.02.; 06.03.; 03.04.; 05.06.; 03.07.; 07.08.; 04.09.; 02. 10.; 06.11.; 04.12.		1. Mittwoch	15:30 Uhr
Frauen und Kultur <i>Termine, Inhalte und Treffpunkte werden gemeinsam festgelegt.</i>		1. Montag (i.d.R.)	15:00 Uhr
Filmclub Pfarrsaal des Mobilé 16.01.; 27.02.; 26.03.; 23.04. 28.05.; 25.06.; 27.08.; 24.09.; 22.10.; 26.11.		4. Dienstag	15:30 Uhr
Gesprächskreis für (Ehe-)Partner:innen von Demenzerkrankten 24.01., 28.02., 27.03., 24.04., 22.05., 26.06., 28.08., 25.09., 23.10., 27.11.		4. Mittwoch	17:30 Uhr
Radtour ab KAB-Begegnungshaus 28.03.; 25.04.; 23.05.!.; 27.06.; 29.08.; 26.09.; 24.10.!		letzter Donnerstag	10:00 Uhr
Literatur an der Feuerschale (April bis Oktober) 19.04., 17.05., 21.06., 20.09., 18.10.	Hof des KAB-Hauses	3. Freitag	19:00 Uhr

Unser "besonderen" Angebote

Vortrag „Saarland – Land und Leute“, Vortreffen große Fahrt jecker Fettdonnerstag		09.01. 08.02.	15:00 Uhr 17:00 Uhr
Mitgliederversammlung	Pfarrsaal des Mobilé	20.03.	19:00 Uhr
Kreuzweg der Arbeit		19.03.	
Vortrag „Arbeitskreis Madagaskar vor Ort“		09.04.	19:00 Uhr
Literaturnachmittag, Neues aus der Welt der Bücher		20.04.	15:30 Uhr
Große Ferienbusreise Saarland		06.06 - 15.06.	
Vortrag im Mobilé: „Organspende – Chance auf ein neues Leben“		25.04.	
„Urlaub ohne Koffer“, eine bunte Ausflugswoche		22. - 26.07.	
Sommerfest mit Grillen	im & am KAB-Begegnungshaus	24.08.	
Rottwallfahrt		31.08.	
Herbstfahrt Maria Laach & Andernach		14.09.	
Literaturnachmittag, Neues aus der Welt der Bücher		21.09.	15:30 Uhr
Fußwallfahrt nach Bad Münstereifel		15. - 18.10.	
Vennwanderung		23.10.	10:00 Uhr
Vorweihnachtsfeier	Pfarrsaal des Mobilé	12.12.	15:30 Uhr

Andere Termine:

Offenes Brander Picknick	Vorplatz St. Donatus	07.07.	ab 11 Uhr
Pfarrfest	rund um St. Donatus	15./16.06.	
Cover-Band Abend	Atrium des Mobilé	29.06.	
Konzert Sunthing	Atrium des Mobilé	30.08.	
„Sing It“, das Mitsingkonzert	Café des Mobilé	06.09.	