

Das Marienviertel-Team lädt ein

Lichterglanz & Tannengrün

13. Dezember 2025 - 14 bis 18 Uhr
im Fokus und Café Credo

BASAR
der Kreativgruppe CariCrea &
Malglück im Marienviertel

WEIHNACHTLICHE LIVE MUSIK
auf der Zither und dem Akkordeon

BASTELN mit Kindern

LECKEREIEN
Reibplätzchen, Kaffee
& Kuchen und anderes

Spenden kommen dem Kinderschutzbund und dem
St. Elisabeth Hospiz zugute.

Café Credo

caritas
witten

DIE KLEINE GESCHICHTE AUS DEM MARIENVIERTEL



IMMER EINE LÖSUNG

Ein Schlaganfall kann jeden jederzeit treffen. Mit einer so einer schwerwiegenden Last und den Folgen ist nicht einfach umzugehen, besonders, wenn man nicht weiß, wo man Hilfe finden kann.

Uschi Niggemeier hatte vor zehn Jahren plötzlich einen Schlaganfall, der sie aus einem sehr aktiven Leben an einen Ort gezogen hat, an dem sie sich vollkommen verloren fühlte. Sie hatte niemanden, der ihr sagen konnte, wie sie mit ihren Folgen besser umgehen konnte. Niemanden, der sich genug mit ihrer Situation auskannte, um ihr direkt helfen zu können.

Zehn Jahre später trägt sie immer noch einige Belastungen des Schlaganfalls. Was sie jetzt aber weiß, ist, dass es immer Hoffnung gibt. Dieses eigene Wissen benutzt sie heute, um andere Menschen mit Schlaganfällen zu beraten und ihnen Tipps zu geben, um die Hoffnung nie zu verlieren. Sie führt Gespräche mit anderen Patienten, um ihre eigenen Erfahrungen weiterzugeben und zu erzählen, was ihr direkt nach dem Schlaganfall geholfen hat und heute noch hilft. Dazu gibt sie Patienten Anlaufstellen, um die Therapie nach einem Schlaganfall einfacher zu gestalten und



vermittelt ihnen das Gefühl, mit ihrer Situation nicht alleine zu sein.

Dazu spricht sie auch mit Angehörigen, die sich in der Zeit nach einem Schlaganfall ebenfalls teilweise ratlos fühlen und oft nicht wissen, wie sie helfen können. Sie kriegen von ihr Mittel an die Hand gegeben, mit denen sie besser mit den Folgesymptomen eines Schlaganfalls umgehen können, um aus allem ein wenig die Angst zu nehmen. So können Angehörige sich sicher sein, nichts Falsches zu tun und Betroffenen wird grundsätzlich einiges an Druck auf dem Weg zur Besserung genommen.

Am wichtigsten ist es, dass Betroffene eines Schlaganfalls durchhalten, auch wenn sich einiges in ihrem Leben ändert. Denn auch, wenn sich der Alltag manchmal wie ein endloser Marathonlauf anfühlt, gibt es immer eine Lösung. Und einen Teil der Lösung kann man ganz oft schon im Gespräch mit anderen finden, die in ähnlichen Situationen waren.

Wo die Beratung stattfindet, ist dabei komplett offen und kann immer besprochen werden. Das wichtigste für Uschi Niggemeier ist, dass Leute sich mit ihren Problemen bei ihr melden und Hilfe jederzeit beanspruchen können.

KONTAKT

über die Selbsthilfe-Kontaktstelle,
Dortmunder Str. 13, 58455 Witten, Tel.: 02302 1559.



BESUCHSDIENST DER CARITAS

Besuche unseres Besuchsdiensts können Sie gerne
anfragen unter 0176 76988225 (Rolf Kappel)

SOZIALBERATUNG - UNABHÄNGIG, KOSTENLOS UND VERTRAULICH!

Montag bis Mittwoch von 9 - 12 Uhr in der Hauptstr 81.
Voranmeldung: Tel.: 02302 421131.

Themen (u.a.): Alg II und Grundsicherung im Alter,
Hilfe zur Pflege und hauswirtschaftliche
Verrichtungen,
Schwerbehindertenangelegenheiten.

OFFENE SPRECHSTUNDE DES ARBEITSAMTS

Dienstag und Donnerstag um 11 Uhr, bei der Security
anmelden. Schlachthofstraße, 27.

FREIWILLIGENAGENTUR FOKUS

Ansprechpartnerin: Enise Göktepe
Tel.: 02302 421131
E-Mail: fokus@caritas-witten.de

Montag und Dienstag: 13 - 15 Uhr
Mittwoch: 12 - 15 Uhr
Donnerstag: 14 - 15 Uhr

Die FreiwilligenAgentur FOKUS berät Sie gern rund um
das Thema Ehrenamt.

KLEIDERKAMMER DER ELISABETH- KONFERENZ ST. MARIEN

Montag: 14:30 - 16:00 Uhr
Dienstag: 10:00 - 12:00 Uhr
Hauptstraße 78, 58452 Witten

Sie können dieses Monatsprogramm per Post oder besser per
E-Mail rechtzeitig erhalten:
Bestellung unter rolf-kappel@caritas-witten.de oder
**Projekt „DasMachenWirGemeinsam“ der Caritas Witten
e.V., Hauptstr. 81, 58452 Witten**

Ihre Spende hilft, diese monatlichen Nachrichten aus dem
Marienviertel zu drucken:

Sparkasse Witten IBAN DE16 4525 0035 0000 0620 42
(Stichwort Marienviertel)

Neuigkeiten aus dem Marienviertel

Monatsprogramm Dezember 2025



Uschi Niggemeier berät Betroffene eines Schlaganfalls.

caritas
witten

**DAS MACHEN
WIR GEMEINSAM**

VERANSTALTUNGEN

DEZEMBER 2025

Soweit nicht anders angegeben, finden die Veranstaltungen im Café Credo oder im FOKUS-Büro, beide Hauptstr. 81, statt.

REGELMÄSSIGE TERMINE

Jeden Montag von 13:15 bis 15:45 Uhr „**Bewerbungscafé**“.

Jeden Montag ab 16 Uhr „**Mal Glück im Marienviertel**“ genießen Menschen mit Freude am Malen zusammen mit der Kreativ-Gruppe „**CariCrea**“ die gemeinsame Zeit.

Jeden Dienstag von 15 bis 17 Uhr **Interkulturelles Sprachcafé** für A2-Niveau.

Jeden Mittwoch von 11:45 bis 13:45 Uhr „**Elterncafé**“.

Jeden Donnerstag von 15:30 bis 17:00 Uhr „**Lernzeit**“ – Eltern lernen mit Kindern.

Jeden Donnerstag, ab 16 Uhr „**Theater für Seniorinnen und Senioren**“ in der Augustastraße 58, (gegenüber dem Hochbunker) Kontakt über Sven Möller und Sylvia Guse, Tel.: 0178 9066208.

Jeden 2. Donnerstag 16:30 bis 18:00 Uhr „**TrauerTreff**“ im Hospiz.

14-tägig **Freitags um 10:15 Uhr Yoga**. Nur über Reserveliste bei m.prochowski@web.de oder Tel.: 02302 82618.

Jeden Freitag von 13:00 bis 14:45 Uhr „**Basteltreff für Kinder & Senior*innen**“.

Jeden Freitag ab 15 Uhr „**Internationales Sprachcafé**“. B1-Niveau: Miteinander sprechen, sich verstehen und kennenlernen. **Anmeldung und ein Einstufungstest** im Büro vom FiM, Marienstraße 36, Tel.: 02302 9109034 oder fim@caritas-witten.de.

1. DEZEMBER WOCHE

Montag, 1. Dezember von 10 bis 12 Uhr **Sprechstunde der Seniorenvertretung**.

Montag, 1. Dezember ab 18 Uhr **Offener Singkreis**.

Mittwoch, 3. Dezember 14 bis 16 Uhr „**Digital Café**“. Wir helfen beim Umgang mit digitalen Medien und Anwendungen im Alltag. Marienstraße 36. Anmeldung unter Tel.: 02302 9109034 oder fim@caritas-witten.de.

Mittwoch, 3. Dezember 15 bis 17 Uhr **Sprechstunden des Betreuungsvereins** für ehrenamtlich betreuende und Beratung zu Patientenverfügungen. Ort: In den Räumen des FiM, Marienstraße 36. Wir bitten um Terminvereinbarung unter Tel.: 02302 2024655.

Donnerstag, 4. Dezember ab 14:30 Uhr „**Offener Treff – Spielenachmittag**“. Spielen bringt Menschen zusammen.“ Anmeldung bei: m.prochowski@web.de oder Tel.: 02302 82618.

Freitag, 5. Dezember ab 14 Uhr „**Spaziergangsgruppe**“ mit Marianne Prochowski ab dem Café Credo, bei schlechtem Wetter im FOKUS Büro.

Samstag, 6. Dezember von 15 bis 19 Uhr „**Advents-Miteinander**“ der Fachdienst für Integration und Migration lädt ein. Mit Programm für „Groß und Klein“, Punsch und Leckereien. Im Pfarrheim St. Marien, Marienplatz 3, 58452 Witten.

2. DEZEMBER WOCHE

Dienstag, 9. Dezember von 17:45 bis 19 Uhr „**Dance Fit**“, in der Kita St. Marien.

Mittwoch, 10. Dezember um 16.30 Uhr **Nachbarschaftstreff auf dem Ossietzkyplatz**. Bei Kaffee & Kuchen gibt es einen Rückblick und gemeinsamen Ausblick im „Trotz“, Wideystr.44.

Mittwoch, 10. Dezember um 18 Uhr zum „**Adventssingen**“ im **Quartier** lädt das Ruhr-Gymnasium herzlich ein. Bei Musik, Feuerkorb und warmem Punsch sind alle Nachbarinnen und Nachbarn eingeladen, gemeinsam zu singen und sich auf Weihnachten einzustimmen. Synagogenstraße 1. Infos über: heike.bergemann@stadt-witten.de.

Donnerstag, 11. Dezember ab 15 Uhr „**Café Vergiss mein nicht**“. Ein Treffen für Menschen mit und ohne Demenz, Café Credo, Hauptstr. 81

Freitag, 12. Dezember von 10:00 bis 11:30 Uhr „**Smartphone-Sprechstunde**“. Ehrenamtliche der youngcaritas helfen bei Fragen rund ums Smartphone. Im BistroB der Boecker-Stiftung, Breite Straße 30. Interessierte bitte anmelden bei Peter Klett: Tel.: 02302 9109034.

Freitag, 12. Dezember ab 18 Uhr „**Internationaler Kochtreff**“.

Samstag, 13. Dezember 14 bis 18 Uhr **Basar - Lichterglanz & Tannengrün** mit weihnachtlicher Musik von der Zither und dem Akkordeon, Basteln mit Kindern und für das leibliche Wohl Reibeplätzchen, Kuchen und andere Leckereien.

3. DEZEMBER WOCHE

Montag, 15. Dezember ab 18 Uhr **Offener Singkreis**.

Dienstag, 16. Dezember von 9:30 Uhr bis ca. 12:00 Uhr **Frauenfrühstück „Hallo Schwester, Hallo Abta“** mit einer kleinen Vor-Weihnachtsfeier.

Dienstag, 16. Dezember von 17:30 bis 20 Uhr **Internationaler Spieletreff**.

Mittwoch, 17. Dezember 15 bis 17 Uhr **Sprechstunden des Betreuungsvereins** für ehrenamtlich betreuende und Beratung zu Patientenverfügungen. Ort: In den Räumen des FiM, Marienstraße 36. Wir bitten um Terminvereinbarung unter Tel: 02302 2024655.

Donnerstag, 18. Dezember von 11:30 bis 13:30 Uhr Mittagstisch „Gemeinsam schmeckt es besser“. Mit Weihnachtsmenu. Teilnahme nur möglich mit Anmeldung bei Marianne Prochowski m.prochowski@web.de oder Tel.: 02302 82618.

Donnerstag, 18. Dezember ab 14:30 Uhr **Offener Treff mit Rummikub – Spielenachmittag** „Rummikub - Bringt Menschen zusammen.“ Anmeldung bei: m.prochowski@web.de oder Tel.: 02302 82618.

Freitag, 19. Dezember ab 14 Uhr „**Spaziergangsgruppe**“ mit Marianne Prochowski ab dem Café Credo, bei schlechtem Wetter im FOKUS Büro.

4. DEZEMBER WOCHE

Dienstag, 23. Dezember von 17:45 bis 19:00 Uhr „**Dance Fit**“, in der Kita St. Marien.

5. DEZEMBER WOCHE

Dienstag, 30. Dezember ab 15 Uhr „**Kino im Café**“ im Oberdorf 10.

NEU IM NÄCHSTEN JAHR

Jeden Montag ab 15 Uhr **Aus groß mach klein, aus alt mach neu** - nähen, miteinander sprechen und Spaß haben. Im Fokus Büro, Hauptstr.81.

ES GEHT VORAN

Am Ossietzkyplatz treffen sich interessierte AnwohnerInnen am **Mittwoch, dem 10. Dezember um 16:30 Uhr**. Es gibt einiges zu besprechen: Inzwischen hat die Stadt neue Bänke für den Platz bestellt - die alten sind ziemlich vergammelt. Die Blühwiese wird in Kürze eingesäht. Ende des Jahres kommt der Altkleidercontainer weg, um den es immer wieder Müll-Ansammlungen gibt. Also es wurde einiges seit dem Frühjahr erreicht, aber es bleibt noch allerlei zu tun, über das sich die AnwohnerInnen bei Kaffee und Kuchen beraten können.

Danke an die Stadtverwaltung, den neuen Bürgermeister, den Stadträten Patricia Podolski, Ulrike Heine und Uwe Rath sowie bei der Wohnungsgenossenschaft Witten-Mitte, die einen schönen Baum gespendet hat.

REDAKTION - Paula Kortmann, Rolf Kappel (verantwortlich im Sinne des Presserechts), Heike Völpert
GESTALTUNG - Maren Völpert
ILLUSTRATION - Uschi Niggemeier