

## Gemeinsam Kochen als »Erfolgsrezept«

Die »KochBar« des ABBBA-Treffs in der Luisenpassage ist eine beliebte Anlaufstelle für alle Alsdorfer Bürger/innen, wenn es um Qualifizierungs- und Integrationsangebote rund um das Thema »Kochen & Essen« geht.

Seit über vier Jahren bietet das Team der KochBar unter Leitung von Frau Claudia Press erfolgreich Kochkurse für unterschiedliche Zielgruppen in Alsdorf an. Das vielfältige Kursprogramm reicht vom Kochen mit Jugendlichen, über regelmäßige Kurse mit den Schwerpunktthemen kreativ Kochen und gesunde Ernährung bis hin zu interkulturellen Koch-Events.

*»Es macht uns stolz, dass sich unsere Angebote immer größerer Beliebtheit erfreuen«, sagt Claudia Press. »Bei manchen Veranstaltungen platzt der ABBBA-Treff dabei fast schon aus allen Nähten.«*

»Kochen & Essen« ist als Familien- und Gemeinschaftserlebnis in allen Kulturen/Gruppen fest verankert. Gemeinsames Kochen & Essen eignet sich somit in besonderer Weise zur Überwindung von Hemmschwellen bei der Annäherung von Menschen unterschiedlicher Herkunft, Kulturen und Generationen«, so Claudia Press. »Die Zusammenarbeit in der Küche

ermöglicht ein intensives Gemeinschaftserlebnis und erleichtert damit den gegenseitigen Erfahrungsaustausch, da alle Beteiligten dafür offen sind, etwas Neues vom Anderen zu lernen. Genau darin liegt das besondere Erfolgsrezept der KochBar.«

Als zweiter großer Baustein stehen die Berufsorientierung und Berufsausbildung im Mittelpunkt der KochBar. So gehören die Durchführung von Schülerpraktika und die Berufsausbildung zum Koch/zur Köchin bzw. zum Fachpraktiker Küche mittlerweile zum festen Bestandteil der täglichen Arbeit.

Durch die vielfältigen Aktivitäten der KochBar können den Auszubildenden und Praktikanten, neben den fachlichen Qualifikationen, interessante Einblicke in unterschiedliche Themenbereiche rund um die Arbeit in der Gastronomie geboten werden.

Die KochBar bietet zudem offene Begegnungsmöglichkeiten im ABBBA-Treff für jedermann.

Durch das wöchentlich stattfindende Seniorenfrühstück oder auch das Strickcafé wird dabei insbesondere älteren Menschen eine zusätzliche Gelegenheit zur aktiven Teilnahme am sozialen Leben in Alsdorf geboten.

Gut vier Jahre KochBar, das bedeutet ein kontinuierlich weiterentwickeltes Ausbildungs- und Kursprogramm rund ums Kochen & Essen, immer mit Blick auf die Wünsche und Bedürfnisse der Alsdorfer Bürger/innen. Dafür hat



sich die KochBar immer wieder neu erfunden. Der bisherige Erfolg gibt den Machern Recht. Damit das auch in Zukunft so bleibt, sind bereits weitere spannende Aktivitäten in Planung.

Vor allen Dingen sind uns aber auch die Ideen unserer Gäste und Kursteilnehmer willkommen.

Wir greifen Ihre Vorschläge gerne auf und stehen Ihnen bei der Umsetzung begleitend und beratend zur Seite.

**Sprechen Sie uns einfach an!**

**Kontakt:**  
Claudia Press  
Tel. 02404/5995959  
Email: [press@abbba.de](mailto:press@abbba.de)  
**Sie können uns auch gerne auf unserer Internetseite besuchen:**  
[www.abbba.de](http://www.abbba.de)

Die KochBar ist ein Angebot des ABBBA e.V. / Quartiersmanagement / Stadtteilbüro



**Kontakt:**  
Ursula Siemes  
Tel. 02404/59959-0  
Email: [siemes@abbba.de](mailto:siemes@abbba.de)

**ALLGEMEINE ANGEBOTE**



Alsdorfer  
Bildungs-  
Beratungs und  
Begleitungs-  
Angebote

**ABBBA-Treff / Bürgercafé in der Luisenpassage**  
Öffnungszeiten 11 – 15 Uhr

**Mittagstisch:**  
montags-donnerstags  
von 11.30–14.30 Uhr

**Speiseplan unter:**  
[www.abbba.de](http://www.abbba.de)

**Täglich auch wechselnde vegetarische Gerichte im Café zu erfragen oder unter**  
Tel. 02404 599 59 59

**Ehrenamtlicher Dolmetschendienst**  
Sprechstunde für Menschen und Institutionen aus Alsdorf, die einen Dolmetscher benötigen oder Interesse haben zu dolmetschen.  
Sprechstundentermine siehe Aushang im Stadtteilbüro  
Ansprechpartnerin: Monika Hartleib  
Tel. 02404 599 59 16 oder  
Mobil: 0177 32 01 362  
Stadtteilbüro, Luisenpassage  
**Ehrenamtliche Flüchtlingspaten**  
für Flüchtlingsfamilien und alleinstehende Flüchtlinge  
Sprechstundentermine bitte bei Lisa Trümper-Loogen erfragen  
Tel. 02404/59 95 915 oder  
Mobil: 0163/60 77 439  
Stadtteilbüro, Luisenpassage (Ehrenamtliche Familienpaten siehe unter »Familie«)

**Flüchtlingsberatung für Menschen über 27, deren Aufenthaltsstatus nicht, bzw. noch nicht geklärt ist**

**Offene Sprechstunde**  
montags 10-13 Uhr  
dienstags 14-17 Uhr  
oder Termine nach Vereinbarung  
Ansprechpartnerin:  
Sabrina Hoadrea  
Tel. 02404/5995914



**KAB e.v., Frauen stärken, in und für Erwerbsarbeit**

**Frauencafé:**  
Gesprächskreis für Frauen  
Die Gesprächsrunde für Frauen greift individuelle Themenwünsche der Teilnehmerinnen auf oder nimmt Bezug auf gesellschaftliche, kulturelle oder politische Themen.  
Termine bitte bei Saliha Akasmou erfragen

**Erwerbslosenberatung:**  
Sabine Lampenscherf  
Terminabsprache unter  
0241/51000755 oder 0241/51000836

**Teil- und Tauschring**  
Alle »Alsdorfer« Bürger können hier Dinge des Alltags sowie Kleidung und Wäsche, die sie nicht mehr benötigen, abgeben und sich andere Dinge kostenlos aussuchen und mit nach Hause nehmen.  
Im Angebot sind neben Erwachsenen- und Kinderkleidung auch Porzellan und Gläser, Spielsachen, Babyausstattung, Kleinmöbel und Dekoartikel

**Selbsthilfegruppe für Krebskranke**  
jeden zweiten Donnerstag ab 15 Uhr  
Nähere Informationen unter  
Tel.: 0151 10 10 62 01  
ABBBA-Treff/Bürgercafé, Luisenpassage

**Öffnungszeiten:**  
dienstags 10 – 14 Uhr  
mittwochs 14 – 17 Uhr  
donnerstags 12 – 14 Uhr  
Projektmitarbeiterin: Saliha Akasmou  
Weitere Informationen telefonisch unter 02404 / 955 08 05

**Interkulturelle Begegnung:**  
mittwochs 15 – 16.30 Uhr  
Jeden Mittwoch findet im Teil- und Tauschring ein Treffen für geflüchtete Menschen, Menschen mit Migrationshintergrund und Alsdorfer BürgerInnen statt. Neben dem Informationsaustausch stehen auch der Aufbau von neuen Kontakten und die Kommunikation im Vordergrund.

**Mieterschutzverein Beratung**  
Sprechstunde  
dienstags 13 – 16 Uhr  
Termine nach Vereinbarung unter  
Tel. 0241 94 97 90  
Seminarraum II, Luisenpassage

**KoKoBe**  
Offene Beratung für Menschen mit geistiger und Mehrfachbehinderung, deren Angehörige und Betreuer  
donnerstags 15 – 19 Uhr:  
26.04., 17.05., 24.05., 07.06., 14.06., 21.06., 28.06. und 05.07.2018  
Informationen unter:  
Tel. 02404 67 46 77  
Seminarraum II, Luisenpassage

**Lotusenberatung**  
für Menschen mit Behinderungen bzw. chronischen Erkrankungen  
Offene Sprechstunde  
freitags 10 – 12.30 Uhr:  
27.04., 11.05., 25.05., 01.06., 22.06 und 06.07.2018  
Tel.: 02404 67 73 41  
oder Mobil: 0179 23 48 005  
Seminarraum II, Luisenpassage

**Erste-Hilfe-Kurse**  
samstags 8.30–16.30 Uhr  
Tel.: 02434 92 61 66  
[www.erste-hilfe-team-hansen.de](http://www.erste-hilfe-team-hansen.de)  
Seminarraum I und II, Luisenpassage

**Selbsthilfegruppe für Krebskranke**  
jeden zweiten Donnerstag ab 15 Uhr  
Nähere Informationen unter  
Tel.: 0151 10 10 62 01  
ABBBA-Treff/Bürgercafé, Luisenpassage

**Kurse vom Helene-Weber-Haus**  
Infos und Anmeldung unter  
02402/95 560, Seminarraum I,  
Luisenpassage

**KINDER, JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE**

**KINDER, JUGENDLICHE UND JUNGE ERWACHSENE**

**KochBar Kochkurse**  
Kochkurs für Jugendliche mit den Streetworkern  
dienstags 15 – 17 Uhr  
Findet teilweise auch in den Ferien statt, genaue Termine bitte erfragen  
Tel. 02404 599 59 59  
ABBBA-Treff/Bürgercafé, Luisenpassage



**Freiwilligen Zentrum**

**Bildungsshop** Mentorenprogramm für Jugendliche  
**JutE (Jugend trifft Erfahrung):** Mentorenprogramm für Grundschulkindern  
Offene Sprechstunde:  
oder Termine nach Vereinbarung  
Tel. 02404/59 95 914  
Freiwilligenzentrum Stadtteilbüro, Luisenpassage

**Mach mit! Tu, was Du kannst!**  
Schüler der Gustav-Heinemann-Gesamtschule können seit März 2017 ehrenamtliche Arbeit in gemeinnützigen Einrichtungen leisten.  
Informationen hierzu im Freiwilligenzentrum 02404-59959-14

**Offener Kinder- und Jugendtreff K.O.T. (Kleine offene Tür)**  
montags-donnerstags 14.30 – 19 Uhr  
freitags 14.30 – 17 Uhr  
ABBBA-Treff, Luisenpassage

**FAMILIE**

**Entwicklungspsychologische Beratung für Eltern von Säuglingen und Kleinkindern**  
Offene Sprechstunde  
dienstags 10 – 12 Uhr  
Tel.: 02404 599 93 0  
ABBBA e.v. Stadtteilbüro, Luisenpassage

ter fachkundiger Leitung für alle Fragen rund ums Kind.  
dienstags und donnerstags 9 – 12 Uhr

**Zugehende Beratung an der Europahauptschule**  
mittwochs an der Europahauptschule  
donnerstags 10 – 18.30 Uhr  
Termine nach Vereinbarung,  
Tel.: 02404 599 93 0  
ABBBA e.v. Stadtteilbüro, Luisenpassage

**Refugees Spielgruppe**  
**Für Eltern mit Kindern bis 6 Jahre**  
Kostenloses Angebot unter pädagogischer Leitung für geflüchtete Menschen. Spiele für die Kinder und Austausch unter den Müttern. Regelmäßige Gesprächskreise mit Übersetzung.  
dienstags und donnerstags 14–16 Uhr

**Café Kiwi**  
(Kinder willkommen), Luisenpassage

**Müttercafé**  
**Für Mütter mit Kindern bis 3 Jahre**  
Raum zum Austauschen und Kaffeetrinken, mit Sing- und Spielkreisenun-

**Mütter-Baby-Treff**  
**Für Schwangere und Mütter mit Kindern bis zu einem Jahr**  
Hier sammeln die Babys erste soziale Erfahrungen und die Mütter bekommen Tipps und Infos von einer pädagogischen Fachkraft.  
montags 11 – 12.30 Uhr

**FAMILIE**

**Babymassage**  
**Für Eltern mit Babys von 4 Wochen bis 6 Monaten**  
Ein fortlaufendes, kostenloses Angebot, um Anmeldung wird gebeten.  
Ansprechpartnerinnen:  
Britta von Oehsen und Elli Gaudenz  
Informationen und Anmeldung im Beratungszentrum der Diakonie  
Tel. 02404/9495-0 oder 9495-12 und 9495-23

**Familienpaten**  
Ehrenamtliche Unterstützung für Familien  
Ansprechpartnerin Lisa Trümper-Loogen  
Nähere Informationen unter:  
Tel. 02404 599 59 16 oder  
Mobil 0163 60 77 439



**SENIOREN**

**Seniorenfrühstück**  
donnerstags von 9 – 11 Uhr  
ABBBA-Treff / Bürgercafé  
in der Luisenpassage

**Fahrtraining »Rikschaführerschein«.**  
Die Fahrten und das Ausleihen sind kostenlos. Über Spenden freuen wir uns natürlich, da Wartung und Versicherung teuer sind.

**Seniorenrikscha**  
Die Rikscha ist gedacht für Spazierfahrten mit SeniorInnen. Es gibt ehrenamtliche RikschafahrerInnen, die diese Rikschas fahren dürfen. Die Routen werden vorab gemeinsam besprochen. Die Rikscha kann auch privat genutzt werden. Voraussetzung ist hier eine vorherige Einweisung mit

Weitere Informationen unter:  
Freiwilligenzentrum Alsdorf und im Stadtteilbüro des ABBBA e.v.  
Tel: 02404-59959-14,  
[fwz@caritas-aachen.de](mailto:fwz@caritas-aachen.de) oder  
Tel: 02404-59959-0  
[www.freiwilling-in-alsdorf.de](http://www.freiwilling-in-alsdorf.de),  
[www.abbba.de](http://www.abbba.de)

**Projektpartner:** Verein zur Förderung der Caritasarbeit im Bistum Aachen e.V. · Caritasverband AC / AC-Land e.V. · Diakonie e.V. · Evangelische Christusgemeinde Alsdorf-Würselen-Hoengen-Broichweiden · Jugendhilfeverein - VorOrt e.V. · Katholische Arbeitnehmerbewegung e.V. (KAB) Aachen · Sozialdienst katholischer Frauen e.V. (SKF)

Verantwortlich für den Inhalt: Quartiersmanagement des ABBBA e.v.  
Fotos auf den ABBBA e.v. Seiten: Archiv ABBBA e.v. · fotolia

Gefördert durch:



**Haben Sie weitere Fragen? Dann melden Sie sich bei uns.**  
Quartiersmanagement des ABBBA e.v. im Stadtteilbüro  
in der Luisenpassage in der Otto-Wels Str. 2b, 52477 Alsdorf

**Öffnungszeiten:**  
montags bis donnerstags in der Zeit von 10 – 15 Uhr  
Telefonisch erreichen Sie uns unter 02404 599 590

Sie erreichen uns auch per Email:  
Ursula Siemes: [siemes@abbba.de](mailto:siemes@abbba.de)  
Claudia Kopp: [kopp@abbba.de](mailto:kopp@abbba.de)

**Homepage:**  
[www.abbba.de](http://www.abbba.de)



### Erste Alsdorfer Seniorenrikscha »Der Frühling ist da...!«



Ehrenamtliche Fahrer des Freiwilligenzentrums sind im Umgang mit dem besonderen Fahrrad geschult und besitzen einen »Rikscha-Führerschein«.

Uhrzeiten, Dauer und Fahrziele werden individuell vereinbart. Wir holen Sie zuhause oder am vereinbarten Treffpunkt ab und bringen Sie auch wieder zurück. Es sollen Rundfahrten stattfinden, keine Boten- oder Besorgungsfahrten.

Das Angebot ist kostenlos, Spenden für die Rikscha werden gerne entgegengenommen. Die Seniorenrikscha

gehört zu den zahlreichen Projekten des ABBBA e.V. und wird gefördert durch die Stadt Alsdorf.

Wer mit der Seniorenrikscha gefahren werden möchte wendet sich bitte an: ABBBA e.V. Stadtteilbüro oder Freiwilligenzentrum des Caritasverbandes e.V.

Tel.: (02404) 59959-0 oder -14  
E-Mail: fwz@caritas-aachen.de oder siemes@abbba.de

**Rufen Sie uns an! Wir freuen uns auf Sie!**



Nun geht es bald wieder los. SeniorInnen und Hochbetagte können auch in diesem Jahr die Alsdorfer Seniorenrikscha in Anspruch nehmen. Insbesondere die, die in Alsdorf-Mitte wohnen oder unser Quartier einfach einmal kennenlernen möchten und nicht mehr mobil sind.

Entdecken Sie bekannte oder neue Straßenecken und Gebäude. Erfahren Sie Ihr Wohnquartier wieder als Lebensraum und nutzen Sie die Möglichkeit am öffentlichen Leben teilzunehmen. Eine Rikscha mit Elektromotor

mit einer Breite von 99 cm wird hierzu vom Quartiersmanagement des ABBBA e.V. zu Verfügung gestellt. Diese passt durch jede behindertengerechte Tür und in einige Fahrstühle. Somit können auch Bewohner von Seniorenheimen von diesem Angebot profitieren.



#### Alsdorfer Bildungs-, Beratungs- und BegleitungsAngebote

### ABBBA sagt Herzlichen Dank!

Folgende Angebote des ABBBA e.V. werden unterstützt von Ihrer  
**EWV - Energie- und Wasser Versorgung GmbH -  
Deine Energie. Deine Region.**



VORSTAND UND STADTTEILBÜRO  
DES ABBBA E.V. BEDANKEN SICH  
- AUCH IM NAMEN DER  
ANGEBOTSTRÄGER -  
FÜR DIE FREUNDLICHE  
UNTERSTÜTZUNG



UNTERSTÜTZT VON IHRER  
**EWV**  
DEINE ENERGIE. DEINE REGION.

Informationen zu den Angeboten unter [www.abbba.de](http://www.abbba.de) oder im Stadtteilbüro!