

ABW – Gruppenangebote im Oktober 2026



Geh-Fußball/Walking Football

Sie möchten gerne nochmal Fußball spielen, trauen sich aber nicht zu, die ganze Zeit dem Ball oder den Mitspieler*innen hinterher zu rennen? Kein Problem! Wir spielen im überdachten TeamSportPark im oberen Leimbachtal Walking Football – eine Fußball-Variante, bei der nur gegangen werden darf! Es steht dabei also das Spiel und der Spaß, nicht aber die Athletik im Vordergrund. Walking Football fördert dabei die Gesundheit durch Bewegung bei gleichzeitiger Schonung und Stärkung der Gelenke.

Datum:	Mittwoch, 14.10.2026
Uhrzeit:	16:30 Uhr – 18:30 Uhr
Treffpunkt:	TeamSportPark Siegen (In der Leimbach 3, 57074 Siegen)
Teilnehmer*innen:	mindestens 6
Kosten:	keine

Infos: Fragen und verbindliche Anmeldung bei Jörg Stangier unter 0176 / 17 61 08 58 oder Daniel Fuchs unter 0176 / 17 61 08 41. Eine Anmeldung ist bis zum 09.10.2026 möglich.

Zoo Gelsenkirchen

Kommen Sie mit uns in den Zoo nach Gelsenkirchen. Gemeinsam möchten wir einen schönen Tag im Zoo verbringen, verschiedene Tiere entdecken und die unterschiedlichen Erlebniswelten Afrika, Alaska und Asien erkunden.

Datum:	Donnerstag, 15.10.2026
Uhrzeit:	8:30 Uhr – ca. 17:00 Uhr
Treffpunkt:	Parkplatz Siegerlandhalle
Teilnehmende:	max. 6
Kosten:	4,50€

Infos: Fragen und Anmeldungen bei Frau Rüßmann unter 0176 / 17 61 08 52 oder Frau Klein unter 0173 / 88 94 951. Eine Anmeldung ist bis zum 12.10.2026 möglich.

Gertrudenhof

Wir möchten Sie auch in diesem Jahr wieder herzlich zu einem schönen Herbstausflug zum Gertrudenhof in Hürth einladen. Gemeinsam möchten wir einen gemütlichen Tag in herbstlicher Atmosphäre verbringen, die liebevoll gestaltete Anlage erkunden und die vielen bunten Eindrücke des Herbstes genießen. Freuen Sie sich auf einen abwechslungsreichen Ausflug, schöne gemeinsame Stunden und natürlich die Gelegenheit, den Herbst in vollen Zügen zu erleben

Datum:	Montag, 19.10.2026
Uhrzeit:	09:00 Uhr
Treffpunkt:	Parkplatz der Siegerlandhalle Siegen
Teilnehmende:	max. 7
Kosten:	keine

Infos: Fragen und Anmeldungen bei J. Kölsch unter 0151 / 19 61 30 07 oder K. Knaup unter 0173 / 88 94 95 3. Anmeldung ist bis Montag, 12.10.2026 möglich. Aufgrund von Urlaub einfach eine Nachricht auf dem AB hinterlassen, wir melden uns dann zurück.

Herbstlicher Bastelnachmittag

Der Herbst ist da! Mit seinen bunten Blättern, gemütlichen Farben und vielen schönen Bastelideen. Ich möchte Sie dazu einem gemütlichen, herbstlichen Bastel- und Kreativnachmittag einladen. Gemeinsam wollen wir in gemütlicher Runde kreativ werden, schöne Herbstdekorationen gestalten und eine angenehme Zeit miteinander verbringen. Für Bastelmaterialien gesorgt, gerne dürfen Sie sich aber auch eigene Kreativprojekte von zuhause mitbringen.

Datum:	Mittwoch, 21.10.2026
Uhrzeit:	14:30 Uhr – ca. 16:30 Uhr
Treffpunkt:	Kontakt und Beratungsstelle Nebenan
Teilnehmende:	max. 6
Kosten:	keine

Infos: Fragen und Anmeldungen bei Frau J. Kölsch unter 0151/ 19 61 30 07. Anmeldung ist bis Freitag, 16.10.2026 möglich.

Erkundung der Siegener Unterwelten

Zusammen mit Ihnen möchten wir die Siegener Unterwelten und dabei einen Teil der Stadtgeschichte kennenlernen. Spannend, aber geplant und geführt durch das Team der „Siegener Unterwelten“ werden wir verborgene Teile Siegens erkunden, die normalerweise nicht zugänglich sind. Auch wenn es sich um eine geführte und sichere Tour handelt, gibt es ein paar Dinge zu beachten: Da die Führungen in historischen Anlagen stattfinden, sind sie nicht barrierefrei. Es muss nicht geklettert oder gekrabbelt werden, kann aber teilweise durch enge Schächte und dunkle Tunnel führen, die wenig Raum bieten. Es kann dunkel, feucht und uneben sein. Festes, geschlossenes Schuhwerk wird empfohlen. In einigen Anlagen gibt es kein elektrisches Licht, daher ist eine leistungsstarke Taschenlampe erforderlich (Handy reicht nicht aus). Die Tour dauert ca. 90 min. Weitere Eindrücke gibt es auf der Internetseite siegener-unterwelten.de.

Das Datum ist aus organisatorischen Gründen bisher leider nur vorläufig und könnte sich ggf. noch ändern, spätestens bei der tel. Anmeldung wird das konkrete Datum feststehen.

Datum:	vorläufig 22.10.2026
Uhrzeit:	ca. 10:00 Uhr – 11:30 Uhr
Treffpunkt:	09:50 Uhr Siegener Innenstadt (Der genaue Treffpunkt steht noch aus)
Teilnehmende:	6 Personen
Kosten:	keine

Infos: Fragen und verbindliche Anmeldung bis zum 16.10.2026 bei L. Will unter 0151 / 18 02 03 44 oder bei M. Kröger unter 0151 / 18 02 03 48

Ausflug zum Drachenfels nach Königswinter

Gemeinsam erkunden wir die Umgebung des Drachenfels und genießen die Natur, sowie den Ausblick auf das Rheintal. Wir unternehmen einen gemeinsamen Spaziergang durch die schöne Landschaft, bei dem ganz viel Zeit bleibt die Aussicht zu genießen. Da wir einen Teil der Strecke zu Fuß zurücklegen werden und der Weg teilweise steiler und uneben sein kann, sollten Sie gut zu Fuß sein. Festes und bequemes Schuhwerk, sowie Wetterfeste Kleidung wird empfohlen.

Datum:	Donnerstag, 22.10.2026
Uhrzeit:	ab 9:00 Uhr
Treffpunkt:	9:00 Uhr Parkplatz Siegerlandhalle 9:30 Uhr P+R Olpe Süd
Teilnehmende:	max. 6
Kosten:	keine

Infos: Fragen und Anmeldungen bei Frau M. Rüßmann unter 0176 / 17 61 08 52 oder bei Frau C. Hesse unter 0170 / 70 10 892. Eine Anmeldung ist bis 19.10.2026 möglich.

Musical „Ghost – Nachricht von Sam“ im Apollotheater

„Die Künstlerin Molly und der Banker Sam sind ein verliebtes Paar in New York – bis Sam eines Nachts Opfer eines tödlichen Überfalls wird. Gerade erst sind Molly und Sam in ihre erste gemeinsame Wohnung eingezogen, da bleibt Molly dort voller Trauer allein zurück. Sam hingegen erlebt die Welt der Lebenden nun als Geist, denn für den Übergang ins Jenseits scheint er noch nicht bereit zu sein: Bald nämlich stellt er fest, dass die trauernde Molly in großer Gefahr schwebt. Verzweifelt sucht er nach einer Möglichkeit, mit ihr Kontakt aufzunehmen, und stößt dabei auf Oda Mae Brown, ein Medium. Diese ist sich vollkommen bewusst, dass sie eine Betrügerin ist – doch dann hört sie tatsächlich Sams Stimme. Gemeinsam versuchen der als Geist zurückgebliebene Sam und Oda Mae, Molly die Wahrheit über den tödlichen Verrat in ihrem Umfeld zu zeigen, bevor es zu spät ist ...“ (Quelle: Apollotheater Siegen).

Datum:	Donnerstag, 29.10.2026
Uhrzeit:	18:30 Uhr
Treffpunkt:	vor dem Apollotheater
Teilnehmende:	max. 6
Kosten:	Eigenanteil voraussichtlich 24€

Infos: Fragen und verbindliche Anmeldung bei K. Knaup 0173 / 88 94 953 bei Frau J. Kölsch unter 0151 / 19 61 30 07. Anmeldung ist bis Freitag, 16.10.2026 möglich.

Wiederkehrende Gruppenangebote

Monatliches Schwimmen in Olpe, auch ab Siegen möglich

Das Angebot soll die Möglichkeit geben, regelmäßig schwimmen zu gehen und etwas für die eigene Gesundheit zu tun.

Datum:	jeden 1. und 3. Freitag im Monat
Uhrzeit:	09:00 Uhr – ca. 12:00 Uhr
Treffpunkt:	vor dem Freizeitbad Olpe, Seeweg 5, 57462 Olpe (vom Bahnhof in 3 Min fußläufig erreichbar)
Treffpunkt Siegen:	Parkplatz der Siegerlandhalle, Abfahrt um 08:30 Uhr
Kosten:	keine
Max. Teilnehmer:	6 Personen

Infos: Fragen und Anmeldung bei B. Hein unter 0151 / 18 02 03 43 oder für eine Anmeldung ab Siegen bei M. Kröger unter 0151 / 180 203 48

Monatliches Darten in Attendorn

In geselliger Runde ein paar Pfeile werfen und dabei ein wenig plaudern, dazu sind Sie herzlich eingeladen.

Datum:	1. Freitag im Monat
Uhrzeit:	16:00 Uhr – 18:00 Uhr
Treffpunkt:	vor dem Napoleon, Kölner Str. 43, 57439 Attendorn
Teilnehmende:	max. 8 Personen
Kosten:	eigener Verzehr

Infos: Fragen und Anmeldung bei B. Hein unter 0151 / 18 02 03 43

Wöchentliches Gruppenangebot „Resolve Fit“

Gemeinsam Sport machen, sich selbst guttun und neue Leute in einem netten Rahmen kennenlernen. Das Angebot findet im Sportraum der medizinischen Reha statt (vergleichbar einem kleinen Fitness-Studio)

Datum: jeden Montag
 Uhrzeit: 16:00 Uhr – 17:30 Uhr
 Treffpunkt: vor der med. Reha, Scheidweg 5, 57072 Siegen (Trupbach)
 Kosten: keine
 Teilnehmende: ca. 6 Personen

Infos: Teilnehmen kann jede/jeder, die/der sich körperlich zur Nutzung der Sportgeräte in der Lage sieht. Das Angebot ist auch für Anfänger geeignet. Sportsachen (Handtuch!) + ggf. Getränk nicht vergessen. Bei erstmaliger Teilnahme ist eine Einweisung in die Geräte vorab erforderlich. Dies hat versicherungstechnische Gründe. Die Einweisung ist vorher über die Physiotherapeutin der med. Reha möglich und kann im Rahmen der normalen Bezugsbetreuung stattfinden.

Bitte verbindlich an- bzw. abmelden bei Lina Trüten (Siegen) 0176 / 17 61 08 42 oder Birgit Hein (Olpe) 0151 / 18 02 03 43 bis zum Morgen des jeweiligen Termins.

Schachmatt im Chaiselounge

Wir möchten in gemütlicher Atmosphäre Schach spielen und Sie sind herzlich eingeladen. Egal ob Großmeister, Anfänger, Neulinge oder auch nur interessierte Zuschauer sind willkommen und eingeladen mitzuspielen, anderen etwas beizubringen oder zu lernen. Der Spaß und die Kontakte stehen im Vordergrund.

Datum: jeden 1. Dienstag im Monat
 Uhrzeit: 12:00 Uhr – 16:00 Uhr
 Treffpunkt: Chaiselounge Siegen
 Teilnehmende: max: 6 Personen

Infos: Fragen und verbindliche Anmeldung bei Marcel Riedel Hatzig 0151 / 18 02 03 98 oder Dominik Zimmermann 0176 / 17 61 08 39

Klettern in der Halle (am Seil)

Wir bieten in der DAV-Kletterhalle eine Klettergruppe an. Sie werden mit Gurt und Seil durch die geschulte Mitarbeitende gesichert und dürfen dann so „hoch“ steigen, wie Sie möchten. Sind es nur wenige Meter, dann ist das auch o.k.

Klettern hat viele positive Auswirkungen auf den Körper und die Psyche. Das Selbstvertrauen und das Vertrauen in andere Personen kann u.a. gestärkt werden. Körperliche Fähigkeiten wie z.B. Kraft, Gleichgewicht und Koordination werden geschult. Höhenangst kann sich bessern. Sie müssen nichts mitbringen außer Sportkleidung und ggf. Getränke.

Gurt und Schuhe, Sicherungsgeräte werden in der Kletterhalle ausgeliehen, falls Sie dies nicht besitzen.

Datum:	Mittwoch, den 07.10.2026 und 21.10.2026
Uhrzeit:	ab 16:30 Uhr – ca. 19:00 Uhr (Sie können auch später dazukommen)
Treffpunkt:	DAV-Kletterhalle, Effertsufer 105, 57072 Siegen
Teilnehmende:	max. 5 -6
Kosten:	keine, außer eigener Verzehr (Die Kletterhalle bietet Getränke und Speisen an)

Bitte immer kurze Anmeldung per SMS oder WhatsApp oder Telefon bei mir, um planen zu können. Anmeldung, Kontakt und Informationen über J. Simons unter 0176 / 176 108 40.

Von Klient*innen für Klient*innen: Monatliche Frauen-Gruppe zum Kontakte knüpfen

„Ich bin selbst Klientin bei Resolve und habe durch meine Erkrankung Schwierigkeiten, Menschen kennenzulernen. Ich hatte die Idee, eine Gruppe zu gründen, die sich einmal im Monat trifft (für Frauen unter 40). Der Fokus liegt darauf, Kontakte zu knüpfen, einander kennenzulernen und gemeinsame Zeit zu gestalten. Vielleicht ergeben sich daraus Bekanntschaften oder Freundinnenschaften. Für Snacks und Getränke ist gesorgt! Anmerkung: Die Gruppe ist für Frauen, dazu gehören auch alle Menschen, die sich (permanent oder teilweise) als Frau identifizieren (z.B. trans oder Inter).“

Datum:	jeweils am 2. Dienstag des Monates
Uhrzeit:	16:30 Uhr – 18:30 Uhr
Treffpunkt:	Chaiselongue, Spandauerstr. 48, 57072 Siegen
Teilnehmende:	6
Kosten:	keine

Infos: Fragen und verbindliche Anmeldung bei K. Knaup 0173 / 88 94 953

Kaffeeklatsch am Freitag

Gemeinsam genießen wir bei Kaffee, leckerem Kuchen und Snacks einen entspannten Nachmittag. Ein Ort, um sich auszutauschen, zu plaudern, Gesellschaftsspiele zu spielen oder der eigenen Handarbeiten (Stricken, Häckeln etc.) nachzugehen. Lassen sie uns gemeinsam die Woche in gemütlicher Atmosphäre ausklingen.

Datum: jeweils am 2. Freitag des Monates
 Uhrzeit: 15:00 Uhr
 Treffpunkt: Chaiselongue, Spandauerstr. 48, 57072 Siegen
 Teilnehmende: unbegrenzt
 Kosten: keine

Infos: Fragen und verbindliche Anmeldung bei K. Knaup 0173 / 88 94 953 oder F. Reinschmidt 0173 / 88 94 958

Monatliches Frühstück in Olpe

Gemeinsames Frühstück in Olpe in den Räumlichkeiten der Beratungsstelle. Jeder Klient ist herzlich eingeladen teilzunehmen zum Essen, Schnacken, Klönen...

Datum: jeden zweiten und letzten Freitag im Monat
 Uhrzeit: 09:00 Uhr – ca. 12:00 Uhr
 Treffpunkt: Beratungsstelle der Resolve in Olpe,
 Franziskaner Straße 5, 57462 Olpe
 Kosten: keine
 Max. Teilnehmer: 10 Personen

Infos: Bei Interesse an einer Teilnahme melden Sie sich bitte bei Frau M. Weyel (zweiter Freitag im Monat) unter 0151 / 18 02 03 50 oder Frau C. Hesse (letzter Freitag im Monat) unter 0170 / 70 10 892. Die Anmeldung muss bis zum vorherigen Donnerstag, 15 Uhr erfolgen, da im Anschluss bedarfsorientiert eingekauft wird.

What´s up, man?

Ein wiederkehrendes Gruppenangebot für Männer, die sich bei Kaffee und Keks begegnen und in geschützter Atmosphäre über verschiedene Themen austauschen möchten. Die Themen werden immer gemeinsam ausgewählt.

Vielleicht werden wir inspiriert, vielleicht zum Fühlen und Denken angeregt, vielleicht entsteht Deeptalk, vielleicht ein lockeres Plaudern. In jedem Fall findet Begegnung statt, der Rest gestaltet sich gemeinsam.

Datum:	Dienstag, 20.10.2026
Uhrzeit:	16:00 Uhr – 17:30 Uhr
Treffpunkt:	Chaiselounge, Siegen
Kosten:	Keine
Max.	Teilnehmer: 6 Personen

Infos: Fragen und Anmeldung bei M. Riedel-Hatzig unter 0151 /18 02 03 98

Art Atelier

Haben Sie Lust vom Alltag wunderbar abzuschalten und zu entspannen?

Wir stellen ein Art Journal her, welches wie ein Tagebuch ist, aber nicht mit Worten, sondern mit Farben, Stiften, Collagen oder Zeichnungen. Das Schöne ist, dass man nicht malen können muss, es gibt kein Richtig oder Falsch. Die Freude am Gestalten steht im Vordergrund.

Datum:	jeden 4. Dienstag im Monat
Uhrzeit:	14:00 Uhr – 17:00 Uhr
Treffpunkt:	Beratungsstelle der Resolve in Olpe, Franziskaner Straße 5, 57462 Olpe
Kosten:	keine
Max. Teilnehmer:	6 Personen

Bei Fragen und Interesse an einer Teilnahme melden sie sich bitte bei Fr. M. Plaßmann unter 0151 / 18 02 03 94

Iss Easy!

Gesunde Ernährung und frisch kochen kann lecker, vielfältig und vor allem easy sein. Wie der Name bereits verrät, ist es gar nicht schwer, sich ausgewogen und vielfältig zu ernähren. In einer 1zu1 Situation biete ich Ihnen die Möglichkeit, gemeinsam Ideen zu entwickeln, wie Sie dies in Ihren persönlichen Alltag einbauen können.

Lebensmittel im Supermarkt genauer unter die Lupe nehmen - Nährwertangaben verstehen und vergleichen - Gemeinsam Rezepte entwickeln und den Kochlöffel schwingen - Leckere Alternativen entdecken!

- Wie kann ich mich gesünder ernähren?
- Welche Rezepte sind leicht, schmecken und lassen sich in meinen Alltag integrieren?
- Wie bereite ich Lebensmittel zu?
- Welche Alternativen finde ich im Supermarkt?
- Wie kann ich Produkte miteinander vergleichen?
- Wie kann ich meine Ernährung ausgewogener gestalten?
- Was kann ich an meiner aktuellen Ernährungssituation ändern, um mich ‚besser‘ zu fühlen?

All das ist in unseren Treffen möglich und auch Ihre individuellen Anliegen finden einen Platz.

Datum, Uhrzeit, Treffpunkt: nach individueller Absprache

Info: Bei Fragen und Terminvereinbarung melden Sie sich bitte bei L. Anton unter 0175 / 93 27 855 oder l.anton@resolve.de

Angebot zur Kontakterhaltung

Dieses Angebot ist für diejenigen Interessenten des Ambulant Betreuten Wohnens konzipiert, bei denen das Antragsverfahren noch nicht beginnen konnte.

Auch können diejenigen das Angebot nutzen, die schon eine Bewilligung haben aber die konkrete Aufnahme (Zuteilung eines Bezugsmitarbeiter/in) noch nicht vorgenommen werden konnte.

Was wird dort angeboten?

- Beratende sowie entlastende Gesprächsangebote
- Vermittlung weiterer Hilfsangebote bei akuten Bedarfen (z.B. behördliche Angelegenheiten)
- Rückmeldung zum Stand der Aufnahme und Bearbeitungssituation im Ambulant Betreuten Wohnen der Resolve gGmbH

Wann findet das Angebot statt?

Donnerstag, in der Zeit von 15:00 Uhr bis 17:00 Uhr (nur nach telefonischer Anmeldung!)

Wo treffen wir uns?

In der Kontakt- und Beratungsstelle „Nebenan“ St.-Johann-Str. 2 in 57074 Siegen

Wer macht das Angebot?

S. Rauch (in Vertretung J. Simons)

Wie melde ich mich an:

Handy: 0176 / 17 61 08 53

E-Mail: s.rauch@resolve.de

Hinweis an die Teilnehmer:

In der Vorbereitung und Durchführung der Gruppenangebote stecken viel Engagement und Arbeitszeit der Mitarbeiterinnen des Ambulant Betreuten Wohnens und der Klienten. Wenn Sie sich zu einem Gruppenangebot angemeldet haben und entgegen Ihrer Planung nicht teilnehmen können, melden Sie sich bitte frühzeitig (mindestens zwei bis drei Tage vorher) ab! Danke

Wir weisen darauf hin, dass es sich bei den Gruppenaktivitäten um sozialtherapeutische Angebote handelt. Die durchführenden Mitarbeiter des Ambulant Betreuten Wohnens bleiben mit den teilnehmenden Personen während des gesamten Angebotes zusammen / in Kontakt.

Ausnahmen dieser Regelung können aus therapeutischen Gründen (bis maximal 1,5 Stunden während des Angebotes) gewährt werden, wenn dies im Vorfeld mit dem Bezugsmitarbeiter abgesprochen wurde. Wir danken für Ihr Verständnis.