

MEDIENINFORMATION



Caritas RheinBerg
Der Mensch zählt

19. Dezember 2024

Caritas Begegnungsstätte Mittendrin im Januar 2025

Bergisch Gladbach – Die Caritas Begegnungsstätte Mittendrin hat auch im neuen Jahr wieder viele Angebote für Senioren, hier unsere Januartermine:

MONTAGS, ab 20.01.25

Wandertreff mit Gaby und Gisela

Zu einer Wanderung „Entlang der Strunde... und Umwege rund um Gläbbisch...“ lädt die Caritas Begegnungsstätte Mittendrin ein.

WO: Treffpunkt ist der Parkplatz hinter der Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach.

WANN: Montags, ab 20.01. um 10.30 Uhr (danach wöchentlich)

Um Anmeldung wird gebeten! Telefonisch: 02202 – 18 90 60

oder per Mail an: mittendrin@caritas-rheinberg.de

Ein Wandergroschen wird gerne entgegengenommen.

DIENSTAGS 14.01. - bis 25.02.25

Progressive Muskelentspannung (Kurs)

Zur „Progressiven Muskelentspannung“ lädt die Caritas Rheinberg dienstags von 13 bis 14 Uhr ein. Bei diesem leicht zu erlernenden Verfahren entspannen die Teilnehmenden durch abwechselndes Anspannen und Entspannen verschiedene Muskelgruppen. Das stärkt Körperempfinden und Immunsystem!

WO: Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach

WANN: Dienstags, 14.01.-25.02. um 13-14 Uhr

Um Anmeldung wird gebeten! Telefonisch: 02202 – 18 90 60

oder per Mail an: mittendrin@caritas-rheinberg.de

Kurs- Kosten: 28 Euro

MITTWOCHS 15.01. und 29.01.25

Offenes Malen

Sich eine Auszeit vom Alltag nehmen und in lockerer Runde zwanglos malen; das können die Teilnehmenden beim offenen Malen der Caritas Begegnungsstätte Mittendrin. Egal ob Mischtechnik, Zeichnen oder Collagen, jeder und jede kann ausprobieren, was Spaß macht, denn Malen tut der Seele gut! Die Leitung hat Sylvia Kurtsiefen.

WO: Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach

WANN: Mittwochs, 15.01. und 29.01. um 16.00 bis 18 Uhr

Um Anmeldung wird gebeten! Telefonisch: 02202 – 18 90 60

oder per Mail an: mittendrin@caritas-rheinberg.de

Kosten: 3 Euro

DIENSTAGS, ab 14.01.2025

Wöchentlicher Spielertreff „Rummikub“ und Skat

Das Spiel Rummikub ähnelt dem Kartenspiel Rommé, allerdings wird hier mit Zahlenplättchen gespielt. Je nach Interesse der Teilnehmenden werden auch andere Gesellschaftsspiele angeboten.

WO: Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach

WANN: Dienstags, um 14.30 Uhr

Um Anmeldung wird gebeten! Telefonisch: 02202 – 18 90 60

oder per Mail an: mittendrin@caritas-rheinberg.de

Kosten: 2 Euro.

SAMSTAG, 18.01.

Frühstückstreff am Markttag

Samstag ist nicht nur Markttag, sondern auch Frühstückstreff in der Caritas Seniorenbegegnungsstätte Mittendrin. Freuen Sie sich auf einen netten Vormittag, interessante Gespräche und schöne Begegnungen bei Kaffee und leckeren Häppchen

WO: Seniorenbegegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach

WANN: Samstag, 21. Dezember 2024, 11 bis 13 Uhr

Anmeldung erforderlich, damit die Einkaufsliste gut vorbereitet werden kann!

Telefonisch: 02202 – 18 90 60

oder per Mail an: mittendrin@caritas-rheinberg.de

DIENSTAG, 21.01.2025

Sprechstunde rund um die moderne Technik

Unsere Welt wird immer digitaler, aber dadurch nicht unbedingt einfacher. Die Caritas Begegnungsstätte mittendrin bietet Hilfe bei Fragen zu allen Geräten rund um das digitale Leben (PC, Smartphone; WLAN & Co.), sowie individuelle Unterstützung zu allen technischen Hürden im Alltag (Bedienungsanleitungen und Fahrplansuche uvm.).

Holger Londschiem beantwortet alle Fragen.

WO: Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach

WANN: Dienstag, 21.01. von 13.00 bis 14.30 Uhr. Jeder Termin dauert 30 Minuten.

Anmeldung erforderlich! Telefonisch: 02202 – 18 90 60 oder per Mail an

mittendrin@caritas-rheinberg.de

Eine Spende wird gerne angenommen.

MITTWOCHS, 29.01. und 05.02.2025

Smartphone Kurs für Fortgeschrittene

Wie nutze ich meine Handykamera? Wie ändere ich den Klingelton und welche APPs sind sinnvoll oder erleichtern mir sogar das Leben? Dieser Kurs richtet sich an Smartphone Nutzer und Nutzerinnen, die ihr Handy grundsätzlich kennen und nun ihre Handyeinstellungen optimieren wollen. Kursleiter ist Manfred Falb am Mittwoch,

WO: Caritas Begegnungsstätte Mittendrin, Hauptstraße 249 in Bergisch Gladbach.

WANN: Mittwoch, 29.01. und 05.02.25, jeweils von 13.00 bis 15.15 Uhr

Voraussetzung: Ein eigenes Smartphone (Betriebssystem Android)

Anmeldung erforderlich! Telefonisch: 02202 – 18 90 60

oder per Mail an: mittendrin@caritas-rheinberg.de

Kosten: 35 Euro.

+++++

Der Caritasverband für den Rheinisch-Bergischen Kreis e.V. ist Träger von rund 35 Diensten und Einrichtungen rund um ambulante Pflege, Senioren-, Familien-, Kinder- und Jugendhilfe, Hilfe für Menschen in schwierigen Lebenssituationen oder mit Behinderung sowie von Beratungsdiensten. Er betreibt neun Kindertagesstätten. Mit rund 500 Mitarbeitenden gehört er zu den großen Arbeitgebern im Rheinisch-Bergischen Kreis. Hinzu kommen rund 360 ehrenamtlich engagierte Menschen.

Herausgeber:

**Caritasverband für den
Rheinisch-Bergischen Kreis e.V.**

Pressestelle Laurentiusstraße 4-12
51465 Bergisch Gladbach

Sandra Das
Öffentlichkeitsreferentin
Telefon: 0160 4022410

pressestelle@caritas-rheinberg.de www.caritas-rheinberg.de