

# Mittendrin

Das aktive Begegnungszentrum  
im Herzen der Stadt!







# Maï

## 2025



Josephine-Koch-Service v.o.G.

-  087 63 03 61
-  mittendrin@jks-eupen.be
-  Klötzerbahn 1, 4700 Eupen
-  Montag bis Freitag  
von 10.00 bis 17.00 Uhr



Ostbelgien

DANKE  
FÜR IHRE  
SPENDE!

KONTO  
BE53 7311 0685 3353

**Bitte scannen:**  
es ist unerlässlich für  
eine gültige Steuer-  
bescheinigung



# Feste Aktivitäten



## MONTAGS

**10.00 Uhr★**

Skat-Treffen: Treten Sie gegen Freunde und Mitspieler an!

**10.45 Uhr★**

In unserer Sportecke: Zirkeltraining mit Physiotherapeut Manfred Palm. Ein Ganzkörpertraining in Ihrem individuellen Rhythmus - Anmeldung erforderlich!

**14.00 Uhr★**

Wir beraten Sie kostenlos zu Smartphones, Laptops und Tablets – vereinbaren Sie einfach einen Termin!

## DIENSTAGS

**14.00 Uhr**

Sitzgymnastik mit Bertha - Ohne Anmeldung!

## MITTWOCHS

**14.00 Uhr**

Spielenachmittag – Spaß und Spiele für alle!

**14.00 Uhr**

Offene Sprechstunde mit Olivier De Rycke, Gesundheitshelfer in Ostbelgien. Jeden Mittwoch steht er *ohne* vorherige Terminvereinbarung für Sie zur Verfügung, außer am ersten Mittwoch im Monat.

## DONNERSTAGS IM NACHMITTAG

Feiern Sie Ihren Geburtstag bei uns! Unsere Geburtstagsplanerinnen stehen Ihnen jeden Donnerstagnachmittag gerne zur Verfügung, um weitere Informationen zu besprechen.

## FREITAGS

**10.00 Uhr**

Skat-Treffen: Treten Sie gegen Freunde und Mitspieler an!

**14.00 Uhr**

"Vergissmeinnicht-Kaffee-Kränzchen" (VGMN) – Einladung an alle! Der Eintritt ist kostenlos für jeden Gast! Wir sorgen für Ihr leibliches Wohl gegen eine kleine Unkostenbeteiligung.

# Besondere Aktivitäten

**Donnerstag, 01.05. - GESCHLOSSEN**

**Montag, 05.05. - 14.00 Uhr**

“Wer bin ich? Ratespaß für Jedermann - welche Figur verbirgt sich auf Ihrem Zettel?

**Donnerstag, 08.05. - 14.00 Uhr**

Sitz yoga mit Nadine Wasser - Omana

**Montag, 12.05. - 14.00 Uhr**

Nenne 4 - das Brettspiel mit zusätzlichem Gedächtnistraining - wer kommt als erstes ins Ziel?

**Mittwoch, 14.05. - 14.00 Uhr**

Die Firmlinge aus Eupen besuchen unseren Spielenachmittag und fordern Sie zu einer Partie Rummikub heraus.

**Donnerstag, 15.05. - 14.00 Uhr**

Ideenrunde - Was wünschen Sie sich für Aktivitäten im Mittendrin?  
Ihre Meinung ist uns wichtig!

**MAY**



## **Freitag, 16.05. - ab 14.00 Uhr GESCHLOSSEN**

Mittendrin schließt wegen internen Veranstaltung

## **Montag, 19.05. - 14.00 Uhr**

Fabienne Hoffmann musiziert für Sie auf Ihrer Klarinette.  
Freuen Sie sich auf einen musikalischen Nachmittag, an dem Sie nicht still sitzen können.

## **Donnerstag, 22.05. - 14.00 Uhr**

Sitz yoga mit Nadine Wasser - Omana

## **Montag, 26.05. - 14.00 Uhr**

Haben Sie Fragen zu "**Medikamenten und Gesundheit**"? Dann kommen Sie vorbei! R. Hübinger lädt Sie zu einer lockeren, informativen Runde ein, bei der das Thema "**Neue Herausforderungen im Alter**" auf einfache und humorvolle Weise erklärt wird. Entdecken Sie neue Perspektiven und genießen Sie einen unterhaltsamen Austausch – wir freuen uns auf Ihre Teilnahme!

## **Donnerstag, 29.05. + Freitag 30.05 - GESCHLOSSEN**

