

Mittendrin

Das aktive Begegnungszentrum
im Herzen der Stadt!

Oktober

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



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 Sporthalle: 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, 02.10 - ab 14.00 Uhr

Ideenrunde - Bringen Sie ihre Wünsche und Ideen für das Mittendrin in unsere Planung mit ein.

Montag, 06.10. - ab 14.00 Uhr

Strichmännchen - Wer findet das gesuchte Wort als erstes?

Donnerstag, 09.10. um 14.00 Uhr

Sitzyoga mit Nadine Wasser

Montag 13.10. - ab 14.00 Uhr

Aufgeschoben ist nicht aufgehoben - wir spielen mit Ihnen unser Puzzle Quiz.

Wer oder was verbirgt sich hinter den Puzzleteilen?

Dienstag, 14.10. ab 15.15 Uhr

Im Rahmen der Wochen der mentalen Gesundheit erwartet Sie nach der Sitzgymnastik ein spannendes Referat zum Thema "Lust am Leben im Alter - Was kann ich dazu beitragen das Wohlbefinden im Alter zu fördern." Eine Zusammenarbeit mit dem Netzwerk Mentale Gesundheit Ostbelgien





Donnerstag, 16.10. - ab 14.00 Uhr

Renate und Melanie verwöhnen Sie mit warmen hausgemachten Waffeln.

Montag, 20.10. - ab 14.00 Uhr

Wir gestalten herbstliche Kürbisse. Aus Alt mach Neu, wie Ihre Socken ein zweites Leben erhalten.

Donnerstag, 23.10. um 14.00 Uhr

Sitzyoga mit Nadine Wasser

Freitag, 24.10. - Geöffnet ab 11.00 Uhr

Das Mittendrin öffnet wegen schulischem Kreativtag erst um 11.00 Uhr.

HERBSTFERIEN

Das Mittendrin ist vom 27. Oktober bis 31. Oktober einschließlich **GESCHLOSSEN**.

