

Mittendrin

Das aktive Begegnungszentrum  
im Herzen der Stadt!

Programm

Mai

2026



DANKE  
FÜR IHRE  
SPENDE!

KONTO  
BE53 7311 0685 3353



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

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

**Alle 14 Tage:** In unserer Spartecke: Zirkeltraining mit Physiotherapeut Manfred Palm. Ein Ganzkörpertraining in eurem individuellen Rhythmus - Anmeldung erforderlich!

## 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

### 10.15 Uhr ★

**Alle 14 Tage:** In unserer Spartecke: **Zirkeltraining** mit Leo Roderburg ausgebildeter Sportpädagoge. Anmeldung erforderlich!

### 14.00 Uhr

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



## Freitag, 01.05. - Geschlossen

Zum Tag der Arbeit bleibt das Mittendrin geschlossen.

## Montag, 04.05. - um 14.00 Uhr

Wo geht es hin, mit dem Mittendrin?

Info Veranstaltung zur Zukunft des Projektes "Mittendrin"

## Donnerstag, 07.05.

- um 10.15 Uhr **Zirkeltraining** mit Leo Roderburg.
- um 14.00 Uhr - Sitzyoga mit Nadine Wasser - Omana

## Montag, 11.05.

- um 10.45 Uhr - **Zirkeltraining** mit Physiotherapeut Manfred Palm.
- ab 14.00 Uhr - Florales Memory, wer findet die buntesten Paare?

## Donnerstag, 14.05. & Freitag 15.05 - Geschlossen

Wir machen über Christi Himmelfahrt die Brücke.

## Montag, 18.05. - um 14.00 Uhr

Puzzle Quiz International - Wie schnell erkennen Sie Berühmtheiten aus aller Welt?





## Donnerstag, 21.05.

- um 10.15 Uhr **Zirkeltraining** mit Leo Roderburg.
- um 14.00 Uhr - Sitzyoga mit Nadine Wasser - Omana

## Montag, 25.05. - Geschlossen

Wir wünschen allen ein schönes verlängertes Pfingstwochenende.

**Neu!**

## Donnerstag, 28.05. - ab 14.00 Uhr

Wir starten unsere Vortragsreihe:

**„Vorsorge mit Weitblick – Impulse für die letzte Lebensphase“**

**Erstes Thema lautet: Vorsorge & Beerdigungsrieten**

Welche Bestattungsformen gibt es und was kann man im Voraus regeln? Bestatter **Marc Despineux** gibt einen verständlichen Überblick über Vorsorgemöglichkeiten und Abläufe rund um die Beisetzung.



# Zirkeltraining

## Termine im Mai:

- **07.05.2026 um 10.15 Uhr**
- **11.05.2026 um 10.45 Uhr**
- **21.05.2026 um 10.15 Uhr**



\*Anmeldung erforderlich

# **„Vorsorge mit Weitblick**

## **Impulse für die letzte Lebensphase“**

„Unsere neue Vortragsreihe bietet verständliche und einfühlsame Einblicke in Fragen rund um die letzte Lebensphase. Erfahrene Experten geben Orientierung und zeigen, wie rechtzeitige Vorsorge Sicherheit schafft, Ängste reduziert und die verbleibende Lebenszeit möglichst sorgenfrei gestalten kann.“

### **Termine und Themen sind:**

- 28. Mai 2026 - **Vorsorge & Beerdigungsrieten** mit Marc Despineux
- 25. Juni 2026 - **„Wenn das Leben endet – Was geschieht mit dem Körper?“** mit Marc Despineux
- 07. September 2026 - **„Selbstbestimmt bis zuletzt“ (Patientenverfügung und Euthanasie )** mit Vertreterinnen des Palliativpflegeverbandes
- 1. Oktober 2026 - **„Patientenverfügung, Vollmacht & Testament“** mit Christoph Weling
- 19. Oktober 2026- **„In guten Händen – die letzte Lebensphase im Hospital“** mit dem Palliativ Team des St. Nikolaus Hospitals

# Wo geht es hin, mit unserem Mittendrin??

Mittendrin

Das aktive Begegnungszentrum  
im Herzen der Stadt!

## Informationsnachmittag

am 04. Mai 2026

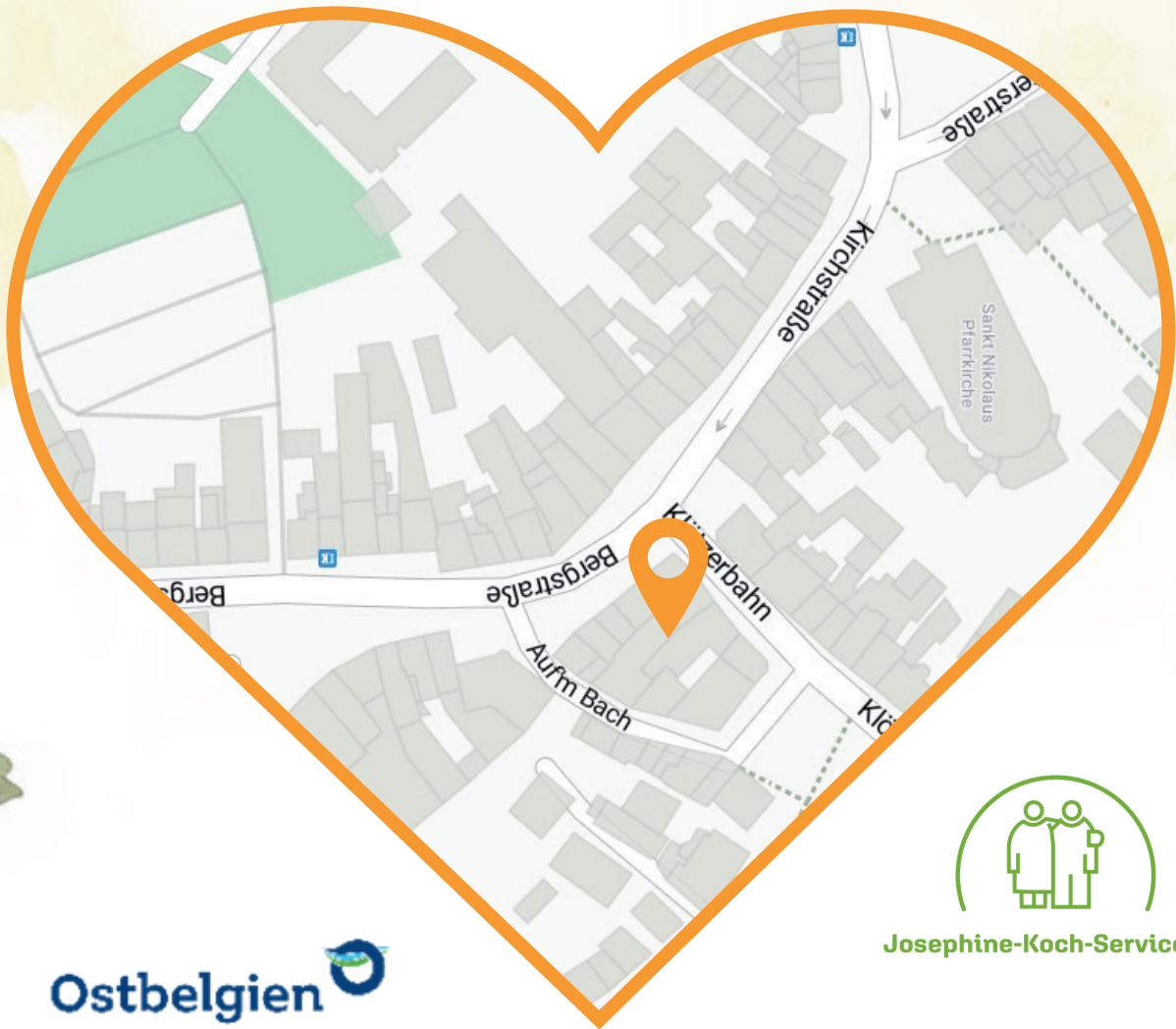
um 14.00 Uhr

Klötzerbahn 1, in Eupen

**Ein neuer Ort für Begegnung, Austausch und  
Gemeinschaft: Das Mittendrin zieht um!**

Beim Informationsnachmittag geben wir Einblicke in die neuen Räumlichkeiten, teilen unsere Vision und beantworten Fragen rund um den Umzug. Kommen Sie vorbei, lernen Sie den neuen Standort kennen und gestalten Sie mit uns die Zukunft des Mittendrin.

# “MITTENDRIN” STATT NUR DABEI!



Ostbelgien 



Josephine-Koch-Service V.o.G.

Mittendrin

Das aktive Begegnungszentrum  
im Herzen der Stadt!