



Josephine-Koch-Service v.o.G.

Mittendrin

Das aktive Begegnungszentrum
im Herzen der Stadt!

Programm Juni 2026

- ☎ 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

Alle 14 Tage: In unserer Sportecke: 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 Sportecke: **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



Montag, 01.06. - 14.00 Uhr

Nenne 4 - Wer nennt am schnellsten vier passende Begriffe zu einer Kategorie?

Donnerstag, 04.06.

- um 10.15 Uhr **Zirkeltraining** mit Leo Roderburg.
- um 14.00 Uhr - Sitzyoga mit Nadine Wasser - Omana
- um 15.00 Uhr - wir feiern den Geburtstag einer lieben Besucherin

Montag, 08.06. - 14.00 Uhr

- um 10.45 Uhr - **Zirkeltraining** mit Physiotherapeut Manfred Palm.
- ab 14.00 Uhr - Im Handumdrehen verwandelt das "**Mode Mobil**" das Mittendrin in ein Modegeschäft. Es ist Zeit Ihre Frühlings- und Sommergarderobe aufzupeppen! Kommen Sie mit Ihren Freundinnen oder Freunden vorbei – Ihr neues, Outfit wartet schon auf Sie.

Donnerstag, 11.06. - 14.00 Uhr

Die Frauenliga stellt ihr neues Vernetzungsprojekt für Alleinstehende und Alleinerziehende vor. Bei einem gemütlichen Beisammensein und leckeren frisch gebackenen Waffeln erklären die Damen der Frauenliga, worum es genau geht.





Montag, 15.06. - 14.00 Uhr

Beim Ausmalen von Mandalas zur Ruhe kommen, den Alltag loslassen und in angenehmer Atmosphäre gute Gespräche genießen.

Donnerstag, 18.06.

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

Montag, 22.06.

- um 10.45 Uhr - **Zirkeltraining** mit Physiotherapeut Manfred Palm.
- ab 14.00 Uhr - Es folgt der 2. Teil vom „Darm mit Charme“ – die etwas andere Buchvorlesung mit R. Hübinger aus dem Buch der bekannten YouTube Autorin Giulia Enders

Donnerstag, 25.06. - 14.00 Uhr

“Was passiert nach dem Tod mit dem Körper?” - 2. Vortrag aus unserer Vortragsreihe **“Vorsorge mit Weitblick – Impulse für die letzte Lebensphase”**

Bestatter Marc Despineux erklärt einfühlsam und verständlich die natürlichen Abläufe sowie die praktischen Schritte vom Eintritt des Todes bis zur Bestattung.

Montag, 29.06. - 14.00 Uhr

BINGO - Schnell sein lohnt sich – wer hat die Reihe als erstes voll?

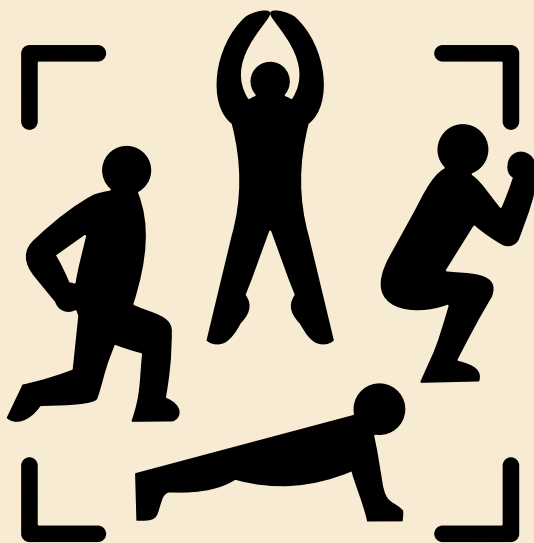


Zirkeltraining



Termine im Juni:

- 04.06.2026 um 10.15 Uhr
- 08.06.2026 um 10.45 Uhr
- 18.06.2026 um 10.15 Uhr
- 22.06.2026 um 10.45 Uhr



*Anmeldung erforderlich



„Darm mit Charme Teil 2“

Die etwas andere Buchvorlesung mit R. Hübinger über das unterschätzte Organ.

Am Montag
22. Juni 2026
um 14.00 Uhr
im Mittendrin



„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.“

Am 25. Juni 2026 um 14.00 Uhr

Was passiert nach dem Tod mit dem Körper

Was geschieht eigentlich nach dem Tod mit dem menschlichen Körper? Bestatter Marc Despineux erklärt einfühlsam und verständlich die natürlichen Abläufe sowie die praktischen Schritte vom Eintritt des Todes bis zur Bestattung.

“MITTENDRIN” STATT NUR DABEI!



Mittendrin

Das aktive Begegnungszentrum
im Herzen der Stadt!



Josephine-Koch-Service V.o.G.

