

Treffpunkt Geilenkirchen Termine im August 2026



Caritasverband für die
Region Heinsberg e.V.

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag	Sonntag
<u>3</u>	<u>4</u>	<u>5</u> Sommerfest* 14:00 Uhr bis 17:00 Uhr	<u>6</u>	<u>7</u> Frühstückstreff 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr Entspannungsoase + Gesprächskreis 11:00 Uhr bis 13 Uhr	<u>8</u>	<u>9</u>
<u>10</u>	<u>11</u>	<u>12</u> KOOP Besuch Tierpark Alsdorf* 14:00 Uhr	<u>13</u>	<u>14</u> Frühstückstreff 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr Kreativwerkstatt* 11:00-13:00 Uhr	<u>15</u>	<u>16</u>
<u>17</u>	<u>18</u> Petit Café* 10:00 bis 12:00 Uhr	<u>19</u> Offene Sprechstunde 13:00 Uhr bis 14:30 Uhr Lokaler Teilhabekreis 18:00 Uhr bis 19:30 Uhr	<u>20</u>	<u>21</u> Frühstückstreff 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr Offene Sprechstunde 13:00 Uhr bis 14:30 Uhr	<u>22</u>	<u>23</u>
<u>24</u>	<u>25</u>	<u>26</u> Bistro mittendrin* 16 Uhr bis 17:30 Uhr	<u>27</u>	<u>28</u> Frühstückstreff 9:00 Uhr bis 11:00 Uhr Spieletreff 11:00 Uhr bis 13:00 Uhr	<u>29</u>	<u>30</u>

Bei Angeboten mit Sternchen *: bitte vorher anmelden

TREFFPUNKT Geilenkirchen

Sie finden unser Monatsprogramm auch im Internet unter www.spz-caritas-heinsberg.de

Sandra Vrijaldenhoven (Dipl.-Psychologin) und Beatrice Hahn (Sozialarbeiterin B.A.)

*Am Freitag, **7. August**, wird der Treffpunkt zur „**Entspannungsoase**“. Wir führen eine Achtsamkeitsmeditation durch mit dem Ziel, den eigenen Körper intensiv zu spüren und den Geist zu beruhigen. In jeden Körperteil wird bewusst hineingespürt, um Empfindungen wie Wärme, Kälte, Kribbeln, Schmerz oder auch Anspannung wahrzunehmen. Das Entscheidende dabei ist, diese Empfindungen einfach nur zu akzeptieren, ohne sie verändern oder bewerten zu wollen. Die Achtsamkeitsmeditation ist hilfreich bei Stress und Burnout, chronischen Schmerzen, Schlafstörungen und psychischen Belastungen.

* Am Freitag, **14. August**, basteln wir in der Kreativwerkstatt Bilderrahmen aus Eisstielen und bemalen oder bekleben sie nach Lust und Laune (z.B. blau bemalen und mit Sternchen, Muscheln und Sand bekleben). Der Phantasie sind keine Grenzen gesetzt. (Eigenbeitrag: 3 Euro).

*Am Dienstag, **18. August**, erwarten Sie frisch servierte Croissants mit süßen Aufstrichen wie Marmelade und weiteren Leckereien. Der Eigenanteil beträgt 2,50€.

*Am Mittwoch, **19. August**, findet in unseren Räumlichkeiten der **lokale Teilhabekreis (LTK)** statt. In einem LTK setzen sich Menschen mit und ohne Behinderung für mehr gleichberechtigte Teilhabe aller Menschen in den verschiedensten Lebensbereichen ein. Die Teilnehmer*innen eines LTK sollen dazu befähigt werden sich aktiv für ihre Bedürfnisse und Rechte in ihrem Wohnort einzusetzen. Nehmen Sie teil und gestalten aktiv mit.

*Am Mittwoch, **26. August**, gibt es beim „**Bistro mittendrin**“ einen selbstgemachten Hähnchenburger mit Pommes. **Der Eigenanteil beträgt 3,00 Euro** und ist bei Anmeldung zu zahlen. Maximal 15 Plätze.

*Am Freitag, **28. August**, laden wir Sie herzlich zu einem gemütlichen Spieletreff ein, bei dem der Spaß am gemeinsamen Spielen und gute Gespräche im Mittelpunkt stehen.

KOOP Veranstaltungen mit dem BeWo und der Tagesstätte

*Am Mittwoch, **05. August**, findet auf unserem Parkplatz unser Sommerfest statt. Der Eigenanteil beträgt 5€ und ist bei Anmeldung zu bezahlen. Der Anmeldeschluss ist am 31.07.26. Freuen Sie sich auf einen entspannten Tag in geselliger Runde. Für das leibliche Wohl ist mit frisch Gegrilltem und kühlen Getränken bestens gesorgt. Dazu gibt es gute Musik zum Mitsingen oder Tanzen sowie jede Menge unterhaltsame Spiele.

*Am Mittwoch, **12. August**, treffen wir uns um 14:00 Uhr am Eingang des Tierparks Alsdorf und spazieren gemeinsam durch den Park. Bitte melden Sie sich an. Es können Fahrgemeinschaften gebildet werden. Bitte bringen Sie sich Verpflegung mit.