

## SO ERREICHEN SIE UNS

### Kontakt:

Caritasverband Leverkusen e.V.  
Offene Altenhilfe  
Spandauer Straße 20  
51377 Leverkusen-Mathildenhof  
Telefon (0214) 855 42 443  
[christina.m-oerder@caritas-leverkusen.de](mailto:christina.m-oerder@caritas-leverkusen.de)



## NACHBARSCHAFTSTREFF MATHILDE

[www.caritas-leverkusen.de](http://www.caritas-leverkusen.de)



caritas  
LEVER  
KUSEN

### PROGRAMM

von Juli bis September 2023



caritas  
LEVER  
KUSEN

## GEMEINSAM DAS MITEINANDER IN MATHILDENHOF STÄRKEN

In unserem Nachbarschaftstreff Mathilde in den Räumlichkeiten des Familienzentrums St. Matthias laden wir Sie ein, Kontakte zu pflegen, Geselligkeit zu erleben und das Miteinander zu stärken.

Wir bieten verschiedene Veranstaltungen an und sind immer offen für neue Ideen und Initiativen. Sie sind herzlich willkommen, gemeinsam mit uns das Miteinander im Stadtteil zu gestalten. Gerne überlegen wir gemeinsam mit Ihnen, in welcher Form Sie sich engagieren können.

Auch zu Unterstützungsmöglichkeiten, die Ihnen helfen können, so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden zu wohnen informieren wir Sie gerne vor Ort.

### Denk dich fit!

Denksport für Knobel- und Rätselfreunde in lockerer Runde. Mit Leichtigkeit kümmern wir uns um das Wohlbefinden von Körper, Geist und Seele. Neben Knobel,- Rätsel,- Rechen,- oder auch Merkübungen für den Alltag, werden wir auch in kleinen Bewegungseinheiten die Konzentration und die Koordination trainieren. (Kostenbeitrag € 3,50)

mittwochs von 15.00 – 16.00 Uhr  
5.7./19.7./2.8./30.8./13.9.2023

### Spielenachmittag

Ob Karten oder Brettspiele - wir laden Sie ein, gemeinsam mit anderen Spielbegeisterten in lockerer Atmosphäre Ihnen bekannte Spiele zu spielen. Sie können auch neue Spiele kennenlernen oder einfach nur bei einer Tasse Kaffee mit anderen Besucher/innen klönen.

mittwochs von 15.00 – 16.00 Uhr  
9.8./6.9.2023

### Musikalische Reise

Gehen Sie bei sommerlichen Temperaturen mit Dieter Preuß auf musikalische Reise. Sie können bekannten Liedern lauschen, die zum Mitsingen einladen. Es wartet außerdem ein erfrischendes Getränk auf Sie in einer wohltuenden, urlaubsgleichen Atmosphäre.

26.07.2023 von 15.00 – 16.30 Uhr

Anmeldung erforderlich bis 25.07.2023

### Heimisches Superfood wiederentdeckt

Exotisches Superfood wie Goji, Chia, Acai & Co liegt seit einigen Jahren im Trend. Es muss aber nicht (immer) exotisch sein. Warum in die Ferne schweifen, wenn wir Superfood auch direkt vor der Haustüre haben? Welche Alternativen gibt es und was haben sie uns ernährungstechnisch zu bieten? Diese und viele weitere Fragen werden von Michaela Brinsa, Ganzheitliche Gesundheitsberaterin, an diesem Vormittag beantwortet. Dazu werden wir aus heimischem Superfood Köstlichkeiten zaubern und verkosten.

23.08.2023 von 10.00 – 13.00 Uhr

Anmeldung erforderlich bis 18.08.2023