

## SO ERREICHEN SIE UNS

### Kontakt:

Caritasverband Leverkusen e. V.  
Offene Altenhilfe  
Oulustraße 3  
51375 Leverkusen-Schlebusch  
Telefon (0214) 855 42 444  
claudia.fassbender@caritas-leverkusen.de



## CAFÉ AKTIV

Begegnung - Betreuung - Austausch

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



LEVER  
KUSEN

### PROGRAMM

von Juli bis September 2024



LEVER  
KUSEN

## UNSERE ANGEBOTE

Wir bieten Begegnung, Betreuung und Austausch und richten uns mit unseren Angeboten im Café Aktiv an unterschiedliche Zielgruppen: Menschen, die an Demenz erkrankt sind, pflegende Angehörige aber auch Seniorinnen und Senioren, ehrenamtlich Tätige oder andere interessierte Personen aus Schlebusch und Umgebung. Jeder und jede ist uns herzlich willkommen.

Gerne beraten wir Sie auch zu den vielfältigen Hilfen der Caritas Leverkusen und den kooperierenden Institutionen.

Wir freuen uns darüber hinaus, wenn Sie sich ehrenamtlich in unserem Café Aktiv engagieren möchten und schauen gerne gemeinsam mit Ihnen, was passt.

### Café Aktiv und Café IDA

Aktivierung und Betreuung von Menschen mit demenzieller Erkrankung.

montags, 09.00 – 13.00 Uhr  
dienstags, 09.00 – 13.00 Uhr  
mittwochs, 13.45 – 17.45 Uhr

Eine Anmeldung ist erforderlich (0214 855 42 444)  
Kostenbeitrag (Preis auf Anfrage)

### Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Der Austausch mit Menschen, die sich in einer ähnlichen Situation befinden, kann entlastend sein. In unserem Gesprächskreis treffen sich pflegende Angehörige, können Fragen stellen und Gemeinschaft erfahren. Der Gesprächskreis wird moderiert und fachkundig begleitet.

donnerstags, 17.30 – 19.30 Uhr  
25.07./29.08./19.09.2024

freitags, 10.00 – 11.30 Uhr  
12.07./16.08./13.09.2024

Eine Anmeldung ist erforderlich (0214 855 42 444)

### Das Gedächtnis trainieren

Wir laden ein, in ungezwungener und geselliger Runde spielerisch das Gedächtnis zu trainieren. Für mehr Konzentration und Koordination sorgen kleine Bewegungseinheiten, die gut im Alltag integriert werden können. Dabei steht nicht Leistung im Vordergrund, sondern die Freude am gemeinsamen Rätseln.

Dienstag, 09.07.24, 15.00 – 16.30 Uhr.  
Um Anmeldung wird gebeten (0214 855 42 443)

### Sicher vor Betrug - Die Kripo informiert

Vertreter der Kripo Köln klären auf, wie sich Seniorinnen und Senioren vor Betrügern am Telefon oder an der Haustüre schützen können. Sie geben Tipps, wie mit Geld- und Wertgegenständen am besten umzugehen ist.

Dienstag, 06.08.24, 15.00 – 16.30 Uhr

### Hatha-Yoga

Hatha Yoga ist sanfte Körperarbeit. Es entstresst, ist Gesundheitsvorsorge und kräftigt die Rückenmuskulatur. Dieser Kurs bietet eine Einführung in verschiedene Hatha Yoga-Techniken. Bitte rutschfeste Matte, Decke, bequeme Kleidung und falls vorhanden ein Yogakissen mitbringen.

dienstags, 17.30 – 19.00 Uhr, Kostenbeitrag € 56,-  
Der Kurs beginnt am 20.08.24 und endet am 10.12.24.  
Um Anmeldung wird gebeten (0214 855 42 443)

### Flammkuchen schnell und lecker

Wir backen gemeinsam Flammkuchen und genießen ihn anschließend in geselliger Runde bei einem saisonalen Getränk. Kostenbeitrag € 3,50

Dienstag, 10.09.24, 15.00 -16.30 Uhr  
Um Anmeldung wird gebeten (0214 855 42 443)