

## Sprechstunde im Rathaus für Demenz & Depression



Seit Mai besteht die Möglichkeit einer fachlichen Beratung in den Rathäusern Sonsbeck und Xanten im Wechsel. Frau Bettina Schilling von der gerontopsychiatrischen Abteilung des St. Nikolaus Rheinberg zeigt Wege auf und gibt Hilfestellungen im Umgang

mit einer Depression oder Demenz.

Aktuell geplante Termine:

### Xanten

29.01.25  
26.03.25  
28.05.25  
30.07.25  
24.09.25  
26.11.25

### Sonsbeck

26.02.25  
30.04.25  
Juni entfällt  
27.08.25  
25.10.25  
Dez. entfällt

Jeweils im Rathaus von 14.00-16.00 Uhr

Anmeldung unter: Tel.: 0160-8890655

## Die mobile Nachbarschaftsberatung

Offene Beratungsstunden in Labbeck und Hamb ohne Anmeldung

Termine auf Anfrage immer in der ersten Woche des Monats



Eine gute Nachbarschaft kann Leben retten und sie beginnt nebenan, sagt man, wir leben es in Sonsbeck.

### Von BürgerInnen für Bürger

Wir wünschen anregende Gespräche, gute Laune und lustige Geschichten sowie eine tolle Zeit für uns alle.

Machen Sie mit und bringen Sie sich ein. Melden Sie sich bei uns, wenn Sie weitere Ideen haben.

*Nach „lieben“ ist „helfen“ das schönste Zeitwort der Welt.*

*(Bertha von Suttner)*



Ein Teil unseres ehrenamtlichen Teams Foto: privat)

Aktuelle weitere Termine finden Sie auf der Homepage der Gemeinde Sonsbeck unter [www.sonsbeck.de](http://www.sonsbeck.de)

### Kontakt:

Gabriele van Royen, Nachbarschaftskoordination der Gemeinde Sonsbeck, Herrenstraße 2, 47665 Sonsbeck, Telefon: 02838/36-159 | Mobil: 0176/22 549 177

**Mail: [gabriele.van.royen@sonsbeck.de](mailto:gabriele.van.royen@sonsbeck.de)**

# Die Nachbarschaftsberatung der Gemeinde Sonsbeck



**Aktuelle Veranstaltungsformate der ehrenamtlichen**

*Nachbarschaftsberater*

**in der Gemeinde Sonsbeck**

## Reparatur Cafe „Die Mitmachwerkstatt“



Foto privat: Reparatur Café in Sonsbeck

### Was kann repariert werden?

Wir reparieren gemeinsam mit Ihnen Toaster, Haartrockner, Staubsauger, Lampen, Wasserkocher, Nähmaschinen, diverse Kleinteile und vieles weitere. Fragen Sie einfach nach. Vorort helfen Ihnen unser Team bei Problemen mit dem Handy oder Computer. Café und Kuchen stehen für Wartezeiten kostenlos zur Verfügung.

### Aktuelle Termine:

- 27.01.25 Hamb, im Hubertushaus
- 10.02.25 Sonsbeck, im Kastell (wegen Karneval so früh)
- 31.03.25 Labbeck, im Pfarrheim
- 28.04.25 Hamb, im Hubertushaus
- 26.05.25 Sonsbeck, im Kastell
- 30.06.25 Labbeck, im Pfarrheim
- 28.07.25 Hamb, im Hubertushaus
- 25.08.25 Sonsbeck, im Kastell
- 29.09.25 Labbeck, im Pfarrheim
- 27.10.25 Hamb, im Hubertushaus
- 24.11.25 Sonsbeck, im Kastell
- 29.12.25 Labbeck, im Pfarrheim

**Von April bis Oktober bieten wir auch eine Pflanzentauschbörse an.**

## Das Café Miteinander



Foto privat: Gitti & Heinrich beim musizieren

Ein Treffpunkt für ältere Mitbürger mit einem tollen wechselnden Rahmenprogramm. Mitmachen und kommen kann jeder der sich einsam fühlt, unter Leute gehen möchte und natürlich auch Menschen, die sich einbringen möchten oder etwas bewegen wollen im Ort.

Immer **ab 15.00 Uhr jeden 2. Mittwoch** im Monat im Kastell. Die Termine für 2025 sind 15.01.25, 12.03.25, 09.04.25, 11.06.25, 09.07.25, 13.08.25, 08.10.25, 12.11.25 und 10.12.25

## Das Senioren Tanzcafé

3 x im Jahr findet neben dem Café Miteinander das **Senioren Tanz Café** im großen Saal des Sonsbecker Kastell statt. Die Milstone Stiftung aus Kamp-Lintfort unterstützt uns dabei und finanziert dieses Tanz Café, so daß wir keinen Beitrag erheben müssen. Bei toller Live Music von der Band "the Moolights" und leckerem Kaffee & Kuchen sind sie herzlich eingeladen.

Termine im **Februar, Mai und September**. Eine kurze Anmeldung für die weitere Planung unter Tel.: 02838-36-0 oder 0176-22 549 177 ist erwünscht.

**Neue Termine!**  
**05.02.2025**  
**14.05.2025**  
**10.09.2025**  
 15 Uhr bis 18 Uhr  
 Sonsbecker Kastell  
 Herrenstraße 2  
 Kaffee, Kuchen und  
 Livemusik

**Senioren Tanz Café**  
 Die Nachbarschaftsberatung der Gemeinde Sonsbeck und die Milstone Stiftung laden zum Senioren Tanz Café ein.

**Wir freuen uns auf Euch!**  
 Anmeldung erwünscht!  
 Nachbarschaftsberatung Sonsbeck,  
 Frau von Royen, Tel.: 02838 - 36-159  
 oder 0176 22549177

**Kostenfrei!**

Nachbarschaftsberatung | **Gemeinde Sonsbeck** | **MILSTONE**

## Der Stammtisch für pflegende Angehörige & nette Nachbarn

Das Team der Nachbarschaftsberatung hat einen Stammtisch ins Leben gerufen, bei dem jeder die Möglichkeit hat sich einzubringen, auszutauschen und gemeinsam vom Alltag abzuschalten. Der Stammtisch findet immer 1 x im Monat am dritten Donnerstagabend in der Gaststätte Zur Linde, Herrenstraße 76 in Sonsbeck ab 17.00 Uhr statt.



Foto privat:

### Termine in 2025

23.01.25	24.07.25
20.02.25	21.08.25
20.03.25	18.09.25
24.04.25	23.10.25
22.05.25	20.11.25
26.06.25	18.12.25

### weitere Informationen unter:

Elvira Sita: Tel.: 02838-96772 oder bei der Nachbarschaftscoordination Sonsbeck.

## Gymnastik auf dem Stuhl

Die Nachbarschaftsberatung macht mobil. Gymnastik 55 +, jeden Mittwoch außer wenn das Cafe Miteinander stattfindet, also 3 x im Monat im Ballettraum des Sonsbecker Kastells.

immer Mittwoch von 14.30 bis 15.30 Uhr

### Anmeldung und Rückfragen unter:

Kursleitung: Gisela Riebesam unter: Tel.: 0151-28879803 oder Festnetz: 02838-609  
 Kursgebühr: 10 Euro /pro Monat