

Sprechstunde im Rathaus für Demenz & Depression



Seit Mai 2024 besteht die Möglichkeit einer fachlichen Beratung in den Rathäusern Sonsbeck und Xanten im Wechsel.

Die gerontopsychiatrische Abteilung des St. Nikolaus Rheinberg zeigt Wege auf und gibt Hilfestellungen im Umgang

mit einer Depression oder Demenz.

Aktuell geplante Termine:

Sonsbeck

28.01.26

25.03.26

27.05.26

29.07.26

30.09.26

25.11.26

Xanten

25.02.26

29.04.26

24.06.26

26.08.26

28.10.26

30.12. entfällt

Jeweils im Rathaus von 14.00-16.00 Uhr

Anmeldung unter: Tel.: 0160-8890655

Die Plauderbank

Von Oktober bis März 2026 findet die Plauderbank **immer Dienstag** von 10.30 Uhr bis 12.00 Uhr im Wichernhaus auf der Herrenstraße 19 statt. Danach sind wir wieder draussen auf der Bank im Park am Bouleplatz für euch da. „Plaudern verbindet“.

Eine Initiative gegen die Einsamkeit und für Gemeinschaft

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.

Aktuell haben wir seit April 2026 noch einen **interkulturellen Kochworkshop** 1 x im Monat und einen **Chor** ins Leben gerufen. Machen Sie mit und bringen Sie sich ein und 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

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

SONSBECK

Die Nachbarschaftsberatung der Gemeinde Sonsbeck



**Aktuelle
Veranstaltungsformate der
ehrenamtlichen
Nachbarschaftsberater
in der Gemeinde Sonsbeck**

*ohne Platz
anfragen!*

Reparatur Café „Die Mitmachwerk-“



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.

→ **Immer von 15.00-18.00 Uhr**

Aktuelle Termine:

26.01.26 Hamb, im Hubertushaus
23.02.26 Sonsbeck, im Kastell
30.03.26 Labbeck, im Pfarrheim
27.04.26 Hamb, im Hubertushaus
26.05.26 Sonsbeck, im Kastell
29.06.26 Labbeck, im Pfarrheim
27.07.26 Hamb, im Hubertushaus
31.08.26 Sonsbeck, im Kastell
28.09.26 Labbeck, im Pfarrheim
26.10.26 Hamb, im Hubertushaus
30.11.26 Sonsbeck, im Kastell
28.12.26 Labbeck, im Pfarrheim

Von April bis Oktober bieten wir auch eine Pflanzentauschbörse an.

Das Café Miteinander



Foto privat: Gitti & Heinrich beim musizieren

Immer **ab 15.00 Uhr jeden 2. Mittwoch** im Monat im Kastell. Die Termine für 2026 sind 14.01.26, 11.02.26, 15.04.26, 13.05.26, 15.07.26, 12.08.26, 14.10.26, 11.11.26, 09.12.26

Das Senioren Tanzcafé

3 x im Jahr findet neben dem Café Miteinander das **Senioren Tanz Café** im großen Saal des Sonsbecker Kastell statt. Die Milestone 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 Moonlights" und leckerem Kaffee & Kuchen sind sie herzlich eingeladen.

neue Termine sind am **11.03.26, 10.06.26 & 16.09.26**

Eine kurze Anmeldung für die weitere Planung unter Tel.: 02838-36-0 oder 0176-22 549 177 ist erwünscht.



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 Da Rico auf der Hochstraße 65 in Sonsbeck **ab 17.00 Uhr** statt.



Foto privat:

geplante Termine in 2026

22.01.26	23.07.26
19.02.26	20.08.26
19.03.26	24.09.26
23.04.26	22.10.26
21.05.26	19.11.26
18.06.26	17.12.26

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 -15.30 Uhr**
Anmeldung und Rückfragen unter:

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

