Freizeitangebote 2024

Meppen • Lingen • Papenburg • Nordhorn

MENSCHEN DOMIZIL GmbH

www.menschen-domizil.de

Liebe Klienten/innen und Patienten/innen von Menschen Domizil, liebe Gäste!

Sie kennen bestimmt den Ausdruck der „ausgetretenen Pfade" da oben im Kopf. Damit sind unsere Gewohnheiten gemeint, tägliche Routinen und damit lang Vertrautes. **Hier fühlt der Mensch sich sicher**, hier ist er aber vielleicht auch sehr einsam und ängstlich zurückgezogen.

Die Angebote im Freizeitheft bieten hier eine verlockende Möglichkeit, neue Pfade zu begehen. Diese sind vielleicht am Anfang mit Herzklopfen verbunden, weil Angst auslösende Gedanken wie ein Fuß auf dem Bremspedal wirken können. Aber wir begleiten Sie, sprechen Ihnen Mut zu, haben Spaß miteinander und locken mit unterschiedlichen Angeboten. Irgendwann ist der Angstmuskel erschlafft, der Fuß von der Bremse und Sie wechseln zum Gaspedal, erkunden neue Wege. Diese Wege müssen öfter befahren werden, damit sich auch hier eine neue Routine und Sicherheit entwickeln kann. Dafür haben wir die Lösung, denn Sie dürfen wählen und sich zu mehreren Freizeitangeboten anmelden. Ich schaue mir diese **Vielfalt im Freizeitheft** 2024 an und stünde an Ihrer Stelle vor echten Entscheidungsschwierigkeiten.

Daher vermute ich, dass Sie bald einige neue Erfahrungen zu Ihren wertvollen und starken Erinnerungen machen werden.

Ich wünsche Ihnen **ganz viel Spaß** dabei und bedanke mich für das Engagement unseres Freizeitkoordinators Herrn Büter, der Freizeitbeauftragten Frau Bloem, Frau Michaelis, Frau Tzimas und Frau Hinrichs und bei allen Mitarbeitenden, die Ihnen Mut machen, dabei zu sein.

Mit herzlichem Gruß,
Marion Mensen

Ihre Freizeitbeauftragten und Ansprechpartner vor Ort:

Meppen: Sabrina Michaelis
Deichstr. 42
☎ 0162/6047586

Lingen: Alexandra Tzimas
Sturmstr. 1
☎ 0173/3236370

Koordinator der Freizeiten: Manfred Büter

Nordhorn: Jennifer Hinrichs
Nelkenstr. 1
☎ 0173/3905886

Papenburg: Ronja Bloem
Deverhafen 2
☎ 0152/52593770

Wichtige Informationen: Die Freizeitangebote in dieser Broschüre werden sowohl für unsere Klienten/innen aus der ambulanten Wohnbetreuung als auch für unsere Patienten/innen aus der psychiatrischen Häuslichen Krankenpflege (pHKP) und der Alltagsbegleitung (ATB) angeboten. **Das Entgelt für ein Angebot ist mit der Anmeldung an den Bezugsbetreuer zu entrichten.** Die Patienten aus der pHKP und die Klienten aus der ATB müssen bei den Freizeiten von der Bezugsbetreuung aus der pHKP und ATB begleitet werden. Die Anmeldungen zu den Freizeitangeboten sind verbindlich. Ist das Zeichen „B" in Ihrem Schwerbehindertenausweis eingetragen, fährt in der Regel ihre Begleitperson kostenfrei! Bei allen Freizeitangeboten herrscht **absolutes Alkoholverbot**! Die Mitnahme von Haustieren ist nicht gestattet, Gäste haben keinen Anspruch auf Betreuung durch die Mitarbeiter der Menschen Domizil GmbH.

Stornierung eines Freizeitangebots:

Abmeldung bis 1 Woche vor der Freizeit:	kostenfrei (Ausnahme: 3 Tagestour)
Abmeldung 6. bis 3. Tag vor der Freizeit:	25 % des vereinbarten Preises
Abmeldung 2. bis 1 Tag vor der Freizeit:	50 % des vereinbarten Preises
Abmeldung/Nichterscheinen am Tag der Freizeit:	100 % des vereinbarten Preises

Die allgemeinen Geschäftsbedingungen von Menschen Domizil GmbH liegen im Büro in Meppen, Deichstr. 42, aus und können hier eingesehen werden.

HINWEIS: Im Folgenden ist, sofern das Geschlecht nicht ausdrücklich genannt wird oder aus dem Kontext hervorgeht, mit Patient auch Patientin, mit Klient auch Klientin gemeint.

Frühstücksbuffet in besonders netter Atmosphäre

Januar

Datum: Donnerstag, 11. Januar • Papenburg
Möbelhaus Wilken, Werlte
Montag, 15. Januar • Meppen, Lingen, Nordhorn
Deichkrone am Speicherbecken, Geeste

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 9 Uhr • Meppen: 9 Uhr
Lingen: 9 Uhr • Nordhorn: 8.45 Uhr

Rückfahrt: individuell nach Absprache mit den Bezugsbetreuern

Kosten: Papenburg: Klienten/Patienten: 12,00 €, • Gäste: 15,00 €
Meppen, Lingen, Nordhorn:
Klienten/Patienten: 15,00 € • Gäste: 18,00 €

Leistungen: tolles Frühstücksbuffet, Fahrt(-kosten),
Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Dienstag, 2. Januar

Was gibt es Schöneres als ein tolles und **reichhaltiges Frühstück** in netter Gesellschaft und gemütlicher Atmosphäre. Mit Kaffee, Brot und knusprigen Brötchen, Rührei, Käse, Wurst und anderen Leckereien und natürlich Quark, Joghurt und Obst zum Nachtisch, beginnt der gemütliche Vormittag. Wie wäre es danach mit einem Spaziergang durch das Möbelhaus, bzw. am Speicherbecken entlang?

Fahrt zum Erlebnishof Löbke in Ibbenbüren mit anschl. Grünkohlessen

Februar

Datum: Donnerstag, 22. Februar

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 14.15 Uhr • Meppen: 15 Uhr
Lingen und Nordhorn: 15.15 Uhr

Rückfahrt: ca. 18 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 18,00 € • Gäste: 20,00 €

Leistungen: Hofführung mit anschl. Grünkohlessen,
Fahrt(-kosten), Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Freitag, 9. Februar

Der Erlebnishof Löbke liegt malerisch gelegen auf einer kleinen Anhöhe am Fuße des Teutoburger Waldes zwischen Osnabrück und Ibbenbüren. Wir erfahren bei einer kleinen Führung die Entstehungsgeschichte des Hofes und laden Sie ein, in aller Ruhe durch den Hofladen zu stöbern, wo sie l**eckere regionale und überregionale Köstlichkeiten** einkaufen können, vieles aus eigener Ernte und Herstellung. Gegen 17 Uhr wird im Hof-Café & Restaurant als Tellergericht Grünkohl und Bratkartoffeln aus eigener Ernte, 1 Stück Kasseler und 1 Stück Mettwurst pro Person serviert.

Auf zum Nette-Schwimmbad nach Osnabrück

Fotos: Stadtwerke Osnabrück

Februar

Datum: Mittwoch, 7. Februar

Treffpunkt: Büro Menschen Domizil

Abfahrt: 10 Uhr

Rückfahrt: ca. 15.30 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 18,00 € • Gäste: 20,00 €
Ermäßigung für schwerbehinderte
Personen ab 70% von 3,00 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Begleitung und Betreuung,
Eintrittspreis für das Schwimmbad

Das Nettebad in Osnabrück bietet **Bade-Vergnügen pur**. Die Kombination aus Freizeitbad mit Rutschen, Erlebnisbecken, Strömungskanal, Whirlpools und Kleinkinderbereichen, sowie einem Freibad sorgt für **Abwechslung und Wasser-Spaß** bei Groß und Klein. Für das leibliche Wohl sorgt das dem Bad angeschlossene Restaurant. Denken Sie daran, Geld und/oder Verpflegung für das Mittagessen mitzunehmen.

Neben Frei- & Freizeitbad bietet das Nettebad auch ein Sportbecken, in dem sportlich ambitionierte Schwimmer ihre Bahnen ziehen.

Das Nettebad ist ein Erlebnis für jedermann und bietet Spaß und Erholung zu gleich.

Besuch der Stadt Leer mit Hafenrundfahrt und ostfriesischer Teezeit

März

Datum: Mittwoch, 20. März

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 13.30 Uhr • Meppen: 13 Uhr
Lingen: 12.45 Uhr • Nordhorn: 12.30 Uhr

Rückfahrt: ca. 17.30 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 22,00 € • Gäste: 25,00 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Hafenrundfahrt, Ostfriesentee
mit Krintstutt, Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Freitag, 8. März

Die Stadt Leer wird auch das „Tor Ostfrieslands" genannt. Ein echtes Schmuckstück ist die malerische Leeraner Altstadt. Kleine Läden, gemütliche Teestuben und schöne Restaurants laden zum Stöbern, Genießen und Verweilen ein. Zunächst lernen wir Leer vom Wasser aus kennen. Das **Grachtenboot „Koralle"** befährt den Hafen und der Kapitän gibt interessante und humorvolle Erklärungen.
Zentral in der Altstadt in direkter Nähe zum Bootsanleger lädt die „**Ostfriesische Teestube am Hafen**" zur Teestunde ein. Ausgeschenkt wird Bünting Grünpack, der in Ostfriesland meistgetrunkene Tee, zubereitet nach ostfriesischer Art. Dazu die ostfriesische Spezialität „Krintstuut" (herzhaftes Rosinenbrot) mit Butter.

Tagestour nach Groningen (NL) mit Besuch des Marktes

April

Datum: Dienstag, 23. April

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 11 Uhr • Meppen: 10.15 Uhr
Lingen: 10 Uhr • Nordhorn: 10 Uhr

Rückfahrt: ca. 16 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 5,00 € • Gäste: 7,50 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Donnerstag, 28. März

Groningen ist die Hauptstadt der Provinz Groningen in den Niederlanden. Eine attraktive Altstadt, Kanäle, unzählige Grachten mit Hausbooten, viel Kunst, wunderschöne Häuser und Brücken entdeckt man bei einem Spaziergang durch die lebendige Universitätsstadt.

An jedem Dienstag findet dort ein **Markt in einer tollen Atmosphäre** statt. Es gibt eine wahnsinnig große Auswahl an frischem Fisch, Käse, Fleisch, Wurst, Obst, Gemüse, Backwaren und weitere Marktstände für alles Mögliche.

Die turbulente Studentenstadt Groningen wartet darauf, entdeckt zu werden!

Fahrt zum größten Rhododendronpark Deutschlands nach Westerstede

Mai

Datum: Dienstag, 14. Mai

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 10.30 Uhr • Meppen: 10 Uhr
Lingen: 9.30 Uhr • Nordhorn: 9.30 Uhr

Rückfahrt: ca. 15.30 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 18,00 € • Gäste: 22,00 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Eintritt, Ammerländer Spezialität zu Mittag, Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Dienstag, 30. April

Im Monat Mai zur Rhododendronblüte im Ammerland zu verweilen, ist ein besonderes Erlebnis. Sie werden es genießen, den **größten Rhododendronpark Deutschlands** in Westerstede zu besuchen und bei einem Spaziergang die Farbenpracht der unzähligen Sorten und Arten dieser immergrünen Pflanze auf einer Fläche von 70 ha zu sehen. Vogelgezwitscher, betörende Düfte und die paradiesische Teichanlage lassen den Besuch zu einem Fest der Sinne werden. Ein **malerisches Blumenmeer**, das wunderschöne Bilder in Ihnen hinterlässt, die Sie nicht vergessen werden.
Mittags dürfen Sie sich in der lichtdurchfluteten Orangerie mit Blick auf den Park auf eine **Ammerländer Mittagsspezialität** freuen.

Faszinierende Rundfahrt mit dem Veenland-Express durch Bargerveen

Juni

Datum: Mittwoch, 5. Juni

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil

Abfahrt: Papenburg: 9.45 Uhr • Meppen: 10.15 Uhr
Lingen: 10 Uhr • Nordhorn: 10 Uhr

Rückfahrt: ca. 14.30 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 22,00 € • Gäste: 25,00 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Rundfahrt im Veenland-Express, Picknick, Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Freitag, 24. Mai

Freuen Sie sich auf eine **faszinierende Rundfahrt** durch das Bargerveen und einen Besuch des größten Schafstalls der Niederlande. Der 'Veenland Express' ist eine Art hypermoderner Planwagen, oder einfacher gesagt, ein Doppeldecker für gut 60 Personen. Dank Niederflurtechnik ist er auch für Gehbehinderte und Rollstuhlfahrer zugänglich. Den besonderen Reiz der Tour mit dem **„Doppeldecker-Planwagen"** macht der spektakuläre Blick über die ausgedehnten Moor- und Heideflächen mit ihrer besonderen Natur aus. Mitten im Hochmoor, an der sogen. Moorpforte Veenloopcentrum in Weiteveen, machen wir eine Pause, werden dort Kaffee trinken und ein kleines – vom Team Menschen Domizil – **organisiertes Picknick** genießen. Anschließend fahren wir zum Ausgangspunkt in der Nähe von Zwartemeer zurück.

Grill- und Kulturfest an der Koppelschleuse in Meppen

Juni

Datum: Mittwoch, 26. Juni • Beginn: 18 Uhr
Einlass: ab 17.30 Uhr

Abfahrt: individuelle Abfahrtszeiten nach Vereinbarung mit den Bezugsbetreuern

Kosten: Klienten/Patienten: 5,00 € • Gäste: 10,00 €

Leistungen: Artistische Comedyshow mit Jens Ohle, Leckeres vom Grill, alkoholfreie Getränke

Anmeldeschluss: Freitag, 14. Juni

Bereits zum 4ten Mal lädt Menschen Domizil alle Klienten, Patienten, Angehörige, Betreuer und Freunde zu einem **besonderen Grill- und Kulturfest** am Jugend- und Kulturgästehaus in Meppen ein. In diesem Jahr ist **Jens Ohle unser Star-Gast**.

Er zeigt eine artistische Comedyshow, die sich gewaschen hat: spektakuläre Leiterakrobatik, knallharte Zirkusstunts und **coole Stand up Comedy**.

Während dem Publikum der Atem stockt und es um die körperliche Unversehrtheit des nicht mehr ganz jungen Artisten auf der frei stehenden Leiter bangt, muss es schon wieder über den nächsten Gag lachen – das ist Jens Ohle.

Im Anschluss erwartet die Gäste ab ca. 19.30 Uhr **Leckeres vom Grill**.

Diese Veranstaltung wird gefördert von der S.

Tagestour zur Nordseeinsel Borkum

Juli

Datum: Donnerstag, 4. Juli

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 8.30 Uhr • Meppen: 7.45 Uhr • Lingen: 7.30 Uhr
Nordhorn: 7.30 Uhr • **Rückfahrt** ab Eemshaven: ca. 19.00 Uhr

Schiffsfahrt: 10.15 Uhr ab Eemshaven
17.40 Uhr ab Bahnhof Borkum

Kosten: Klienten/Patienten: 32,00 € • Gäste: 38,00 €
Gäste mit Schwerbehindertenausweis „G" zahlen 27,00 €, Die Begleitung bei Eintrag „B" ist frei, Mitfahrer mit „B" zahlen 17,50 €

Leistungen: Fähre Eemshaven-Borkum und zurück, Kurbeitrag Borkum, Inselbahnfahrt, Bulli-/Pkw-Fahrt(-kosten), Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Donnerstag, 20. Juni

Herzlich Willkommen auf Borkum! Mit Deutschlands ältester Inselbahn, dem „Dünenexpress" geht's vom Borkumer Hafen in die Stadt. Die Insel Borkum ist die westlichste und mit 31 km² größte der sieben ostfriesischen Inseln. Aufgrund des Golfstroms und ihrer Lage an der Nordseeküste herrscht auf der Insel Hochseeklima mit einer besonders pollenarmen und jodhaltigen Luft. 2013 wurde die Nordseeinsel als **Europas erste allergikerfreundliche Insel** ausgezeichnet. Entspannung findet man in den für Borkum bekannten Strandzelten am etwa 26 Kilometer langen Sandstrand oder bei einem Spaziergang entlang der Promenade. Erleben Sie es! **1 Tag Nordsee-Feeling** weckt neue Lebensenergie und Kreativität.

Das Musical „Peter Pan" auf der Freilichtbühne Meppen

August

Datum: Donnerstag, 22. August • Beginn 19 Uhr

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 17 Uhr • Lingen: 17.30 Uhr
Nordhorn: 17.15 Uhr
Meppen: 18 Uhr, Treffpunkt Freilichtbühne

Ende des Musicals: ca. 21 Uhr (inkl. Pause)

Kosten: Klienten/Patienten: 10,00 € • Gäste: 12,00 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Eintritt, Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Freitag, 9. August

Als Familienstück steht 2024 das **Musical „Peter Pan"** auf dem Spielplan. Wohl jeder kennt die Geschichte um Peter Pan, Captain Hook und die Fee Tinkerbell. James Matthew Barries Geschichte erzählt von Zauber und Tücken der Kindheit, von Freundschaft, Familie und der Suche nach dem eigenen Weg.
Eine **berührende und spannende Geschichte**, eingebettet in wunderbare Songs und mitreißende Choreografien. Und nicht vergessen: Es gibt immer einen Weg nach Nimmerland! Alles, was man braucht, ist Glaube, Vertrauen – und etwas Feenstaub.
Das Besondere: Am 22. August sind im Eingangsbereich **Verpflegungsstände** aufgebaut, sodass man vor dem Musical noch lecker essen und trinken kann! (Nicht im Preis enthalten!)

3 Tages-Tour
nach Bremen und Bremerhaven
von Dienstag, 3. bis Donnerstag, 5. September

ATLANTIC Hotel in Bremen-Vegesack

Klimahaus Bremerhaven

Datum: Dienstag, 3. bis Donnerstag, 5. September

Kosten: Übernachtung DZ: 209,00 € • EZ: 278,00 €
Gastaufschlag: 25,00 €

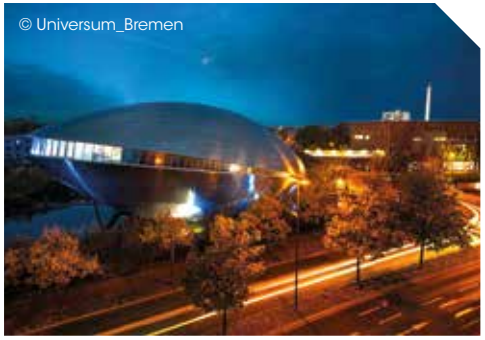
Leistungen:
- Hin- und Rückfahrt nach Bremen und Bremerhaven
- 2 Übernachtungen im Vier-Sterne-Hotel ATLANTIC in Bremen-Vegesack
- Cityfax-Bettensteuer (5 % vom Übernachtungspreis)
- Frühstück und Abendessen im Hotel
- 1 Hafenrundfahrt Bremen
- Fahrt und Eintritt Klimahaus Bremerhaven
- Eintritt UNIVERSUM Bremen
- Mittagessen im Restaurant „Altes Amtshaus" Wildeshausen
- Betreuung durch Menschen Domizil GmbH

Gegen Mittag erreichen wir die Hansestadt Bremen. Hier starten wir um 13.30 Uhr mit einer **Weser- und Hafenrundfahrt**.

Vom Martini-Anleger entlang schippern wir von der Schlachte zu den Stadtbremischen Seehäfen. Mit Blick auf Deiche, Häfen, Schiffe und Großbetriebe wird Spannendes und Wissenswertes vermittelt. Danach machen wir zusammen mit den Betreuern einen kleinen Stadtbummel, ehe wir gegen 17 Uhr im **ATLANTIC-Hotel in Bremen-Vegesack** einchecken.

Am Mittwoch geht's nach dem Frühstück zu einer einzigartigen Reise durch die Klimazonen der Erde auf fünf Kontinenten. Wir besuchen das **Klimahaus in Bremerhaven**. Sie erleben barrierefrei die schroffe Landschaft der Schweizer Alpen, streifen durch die Gluthitze der Sahelzone, durchqueren bei klirrender Kälte das Packeis der Antarktis, bevor Sie das Südseeklima am Sandstrand von Samoa genießen – und Menschen aus aller Welt treffen, die aus Ihrem Alltag erzählen und berichten, wie das vorherrschende Klima ihr Leben beeinflusst.
Am späten Nachmittag fahren wir zum Hotel zurück.

Hafenrundfahrt



UNIVERSUM Bremen

Am Abreisetag lernen wir noch das **Universum Bremen** kennen. Experimentieren, forschen, staunen: Im Wissenschaftsmuseum Universum können Besucher Erkenntnissen rund um die Themenbereiche Technik, Mensch und Natur spielerisch auf den Grund gehen. Anschließend fahren wir ins Emsland zurück, werden aber noch im Restaurant „Altes Amtshaus" in Wildeshausen **gemeinsam Mittagessen** und die 3 Tage Revue passieren lassen.

Um frühzeitige Anmeldung beim Bezugsbetreuer wird gebeten, da die Teilnehmerzahl begrenzt ist. Mit der Anmeldung wird eine Anzahlung von 50 € pro Person fällig. Die Restzahlung ist bis zum 31. Juli zu leisten, kann auch in monatlichen Raten eingezahlt werden.

Reiseanmeldung
zur 3-Tagesfahrt nach Bremen und Bremerhaven
von Dienstag, 3. bis Donnerstag, 5. September

Name, Vorname: _____

Adresse: _____

Telefon: _____ Email: _____

Ich buche für mich 1 Einzelzimmer ( ) bitte ankreuzen
Ich buche für mich 1 Doppelzimmer ( ) bitte ankreuzen

gerne mit der/dem Mitreisenden _____

Kosten bei Übernachtung im EZ: 278,00 € • DZ: 209,00 € • Gastaufschlag: 25,00 €

Mit der Reiseanmeldung wird eine **Anzahlung** von 50,00 € fällig.
Die Restzahlung ist bis zum 31. Juli 2024 zu leisten. Evtl. Ratenzahlungen sind mit den Bezugsbetreuern abzusprechen.

Folgende Leistungen werden von der Menschen Domizil GmbH angeboten:

- Hin- und Rückfahrt nach Bremen und Bremerhaven
- 2 Übernachtungen im Vier-Sterne-Hotel ATLANTIC in Bremen-Vegesack
- Cityfax-Bettensteuer (5 % vom Übernachtungspreis)
- Frühstück und Abendessen im Hotel
- 1 Hafenrundfahrt Bremen
- Fahrt und Eintritt Klimahaus Bremerhaven
- Eintritt UNIVERSUM Bremen
- Mittagessen im Restaurant „Altes Amtshaus" Wildeshausen
- Betreuung durch Menschen Domizil GmbH

Ich bin im Besitz eines Schwerbehindertenausweises mit einem

Behinderungsgrad von _____%

Bitte füllen Sie das Formular aus und überreichen es ihrem Bezugsbetreuer. Danke.

_____ _____
Ort, Datum Unterschrift

Rückblick der 3-Tagesfahrt in die Lüneburger Heide 2023

Historischer Korn- und Hansemarkt in Haselünne

September

Datum: Samstag, 14. September

Treffpunkt:
Abfahrt: Büros Menschen Domizil (Meppen, Lingen, Papenburg)
Individuelle Absprache mit Ihrem Bezugsbetreuer

Kosten: Klienten/Patienten: 8,00 € • Gäste: 10,00 €
Schwerbehinderte erhalten nur gegen Vorlage des Schwerbehindertenausweises mit min. 50% Schwerbehinderungsgrad freien Eintritt. Deren Begleiter (max. 1 Pers.) haben nur dann freien Entritt, wenn im Ausweis des Schwerbehinderten ein „B" für Betreuer eingetragen ist.

Leistungen: Eintritt, Fahrt(-kosten), Begleitung und Betreuung

Seit nunmehr fast 40 Jahren lockt der alle zwei Jahre im September stattfindende **„Historische Korn- und Hansemarkt"** immer wieder zahlreiche begeisterte Besucher in die Mauern der alten Hansestadt. Zwei Tage lang begeistern dann Burgmänner in ihren farbenfrohen Kostümen, Landsknechte, Handeltreibende und Marketenderinnen die Besucher. Fahrendes Volk, Spielmänner und Gaukler sorgen für **kurzweilige Unterhaltung** auf mehreren Bühnen, sowie in den Gassen der ganzen Innenstadt. Auf dem großzügig angelegten Marktgelände im Herzen der Stadt, dass durch zahlreiche historische Marktstände, Fahrgeschäfte sowie Verpflegungsstände mit Leben gefüllt ist, werden die Besucher in die „gute alte Zeit" versetzt, und können das bunte Markttreiben aktiv miterleben.

Halloween im Movie-Park in Bottrop

Oktober

Datum: Donnerstag, 10. Oktober

Treffpunkt:
Abfahrt: Büros Menschen Domizil
Papenburg: 11 Uhr • Meppen: 11.45 Uhr
Lingen: 12 Uhr • Nordhorn: 12 Uhr

Rückfahrt: ca. 19.00 Uhr (um das Halloween-Spektakel auch im Dunkeln zu erleben)

Kosten: Preise werden rechtzeitig bekanntgegeben (zwischen 25,00 - 35,00 €)

Leistungen: Eintritt, Fahrt(-kosten), Panic-Button (damit Sie von den Monstern nicht erschreckt werden), Begleitung und Betreuung

Besonderes: Der Aufenthalt im Movie Park ist barrierefrei zugänglich. Zu einigen Attraktionen ist der Zugang allerdings erschwert und nur über Schwellen o. Stufen möglich.

Anmeldeschluss: Freitag, 20. September

Auf vielfachem Wunsch bietet Menschen Domizil diese besondere Fahrt an. Im **Movie-Park Germany**, in Deutschlands größtem Film- und Freizeitpark, erleben Sie rund 40 atemberaubende Attraktionen, rasante Achterbahnen und **sensationelle Shows.** Für alle, die es etwas düsterer mögen, verwandelt sich der Park ab Oktober in **das größte Halloween-Event Europas**. Mehr als 280 Monster, zahlreiche Horrorhäuser (zusätzlich zahlungspflichtig) und spezielle Scare Zones lassen bei dem mehrfach prämierten Halloween Horror Festival selbst den mutigsten Gästen das Blut in den Adern gefrieren.

Erlebnistag im IKEA Oldenburg oder Osnabrück

November

Datum: Dienstag, 12. November

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: zum **IKEA Oldenburg**: Papenburg: 10 Uhr
zum **IKEA Osnabrück**: Meppen: 10.30 Uhr, Lingen: 10 Uhr, Nordhorn: 10 Uhr

Rückfahrt: nachmittags, nach individueller Absprache mit dem Bezugsbetreuer

Kosten: Klienten/Patienten: 5,00 € • Gäste: 7,50 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Donnerstag, 31. Oktober

Ein Ausflug zu Ikea ist immer ein Erlebnis! Ob Möbel-Sightseeing oder eine Portion Köttbullar im Restaurant. **Das Einrichtungshaus weiß, was Gästen gefällt**. Freuen wir uns auf einen schönen Ausflug zum Ikea Oldenburg und Osnabrück.

Denken Sie daran, dass ein großer Einkauf nicht möglich ist, dafür ist leider kein Platz im Auto vorgesehen. Planen Sie für ein Mittagessen im IKEA-Restaurant etwas Geld ein!

Auf zum Weihnachtsmarkt nach Münster

Quelle: Stadt Münster/MünsterView

Dezember

Datum: Mittwoch, 11. Dezember

Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Abfahrt: Papenburg: 9.30 Uhr • Meppen: 10 Uhr
Lingen: 10.15 Uhr • Nordhorn: 10.15 Uhr

Rückfahrt: nachmittags, nach individueller Absprache mit dem Bezugsbetreuer

Kosten: Klienten/Patienten: 5,00 € • Gäste: 7,50 €

Leistungen: Fahrt(-kosten), Begleitung und Betreuung

Anmeldeschluss: Freitag, 29. November

Wenn der Prinzipalmarkt in goldenem Glanz erstrahlt, Giebelhäuser und Kirchen dezent beleuchtet und die Geschäfte festlich dekoriert sind, Lichterbäume die Straßen schmücken und der Duft von Tannengrün und Glühwein durch die Straßen zieht, beginnt **in Münster die wohl schönste Zeit**: der Advent. Sechs Weihnachtsmärkte laden mit rund 300 Ständen zum Bummeln, Einkaufen und Genießen ein.

Freuen Sie sich auf die Weihnachtsmärkte und eine schöne Adventszeit in Münster!

Wohlfühlen & Entspannen

Datum: 3 Abende ab Frühjahr 2023. Genaue Termine werden noch bekanntgegeben.
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Kosten: 5,00 € pro Abend

Einfach mal loslassen und zur Ruhe kommen! Phantasiereisen oder entspannte Klanggeschichten. Die Konzentrationsfähigkeit und Wahrnehmung werden gesteigert und die Bewegungsabläufe werden ruhiger. Die Entspannungspädagogin Silke Anneken **wird persönlich einladen**, danach können die Patienten und Klienten sich anmelden.

Selbsthilfegruppe „Pianogruppe"

Datum: alle 2 Wochen donnerstags
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 18.30 bis 20.30 Uhr
Info: Andre Mertineit, pianogruppe23@yahoo.com

Wir sind die Pianogruppe, eine Gruppe für psychische Erkrankungen, in erster Linie Depressionen. Wir sind eine gemischte Gruppe, wessen Alter von 24 bis Anfang 60 bei uns vertreten sind. Es geht der Selbsthilfegruppe darum, Erfahrungen auszutauschen, um gemeinsam nach Lösungen zu suchen. Wie der Gruppenname schon besagt, alles ganz Piano. Verschwiegenheit ist an oberster Stelle.

Weitere Angebote von Menschen Domizil
Unser Motto: „Stark für seelische Gesundheit"

Trauerbegleitung
Ihre Ansprechpartnerin:
Patricia Linger (Trauerbegleiterin): ✆ 0172 1385 007
Große Basisqualifizierung, zertifiziert vom Bundesverband Trauerbegleitung e.V.

Skill-Training
Ihre Ansprechpartnerinnen:
Rita Bruns: ✆ 0176 2439 5697 und Diane Wester: ✆ 0160 9869 0045
(beide staatlich exam. Krankenschwestern)
Fachfortbildungen, Psychiatrische Pflege, DBT Trainerinnen

Regelmäßige Angebote

Frühstücksgruppe

Datum: jeden 2. Freitag im Monat (im Mai findet keine Frühstücksgruppe statt)
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 9.30 bis ca. 11.30 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 4,00 €
Gäste: 6,00 €
Info: Tanja Düthmann: ✆ 0152 0209 7180 und
Patricia Linger: ✆ 0172 1385 007

Herzlich Willkommen zum gemeinsamen Frühstück. Bei uns heißt es: **gemütlich beisammen sein** und frühstücken, Gemeinsamkeiten und auch Unterschiede entdecken, andere Menschen und einige der Betreuer*innen von Menschen Domizil kennenlernen ...

Kreativgruppe

Datum: jeweils am Montag:
8. März, 17. Juni, 2. September, 25. November
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 9 bis 12 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 15,00 €
Gäste: 18,00 €
Info: Diane Wester: ✆ 0160 9869 0045 und
Patricia Linger: ✆ 0172 1385 007

Gemeinsam in gemütlicher Runde unsere Kreativität fördern mit klassischen Werkzeugen und unterschiedlichen Materialien. Wir werden unter Anleitung Kreatives erschaffen, ganz entspannt bei Tee und Kaffee.

Regelmäßige Angebote

Theaterprojekt „Mut"

Termine: Ab Januar finden einmal im Monat freitags regelmäßige Treffen statt. Ab April: wöchentliche Proben für die Aufführung.

Treffpunkt: Jugend- und Kulturgästehaus Meppen, Helter Damm 1

Zeit: 15 bis 17 Uhr

Info: Silvia Dierkes, Theater- und Heilpädagogin bei Menschen Domizil: ☏ 0152 0204 6755 oder silvia.dierkes@menschen-domizil.de

Gemeinsam mit einem schon bestehenden Ensemble mit KlientInnen und Angehörigen von Menschen Domizil inszenieren wir ein **Theaterstück zum Thema „Mut"**, welches wir im Mai zur Aufführung bringen. Wir freuen uns, wenn unser Ensemble weiter wächst und wir gemeinsam ein ganz individuelles Stück inszenieren.

„Nerdgruppe"

Termine: jeden 3. Donnerstag im Monat

Treffpunkt: Büro Menschen Domizil

Zeit: 12 Uhr

Info: Sabrina Michaelis: ☏ 0162 6047 586 oder Silvia Dierkes: ☏ 0152 0204 6755

Dieses Freizeitangebot dient dem Austausch von Menschen mit unterschiedlichsten Interessen in popkulturellen Bereichen wie **Mangas, Animes und Scince-Fiction**. Neben dem Austausch gilt es mit Gleichgesinnten Spaß zu haben. Es finden sowohl Ausflüge als auch Treffen zum gemütlichen Beisammensein wie Koch- und Spielnachmittage statt. Die Gruppe entscheidet dabei gemeinsam, welche Unternehmungen umgesetzt werden können. Es besteht bereits eine Signalgruppe für den Informationsaustausch.

Regelmäßige Angebote

Kaffee-Tee-Treff (pHKP)

Datum: Dienstags im 14tägigen Rhythmus nach vorheriger Bekanntgabe

Treffpunkt: Büro Menschen Domizil

Zeit: 9.30 bis 11.00 Uhr

Kosten: Kalt- und Heißgetränke: 50 Cent

Info: über die jeweiligen Bezugsbetreuer/innen

Menschen mit psychischen Erkrankungen treffen sich zum gemeinsamen Kaffeetrinken und unterhalten sich in einer angenehmen Runde. Freuen Sie sich auf **anregende Gespräche**, gesellige Spiele und eine gemeinsame Zeit in freundlicher Atmosphäre.
Hier sind Klienten aus der pHKP eingeladen!

Spielenachmittag

Datum: jeden 2. Donnerstag im Monat

Treffpunkt: Büro Menschen Domizil

Zeit: 15 bis 17 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 1,50 €
Gäste: 2,00 €

Info: Andrea Niemeyer: ☏ 0174 5936 174 und Patricia Linger: ☏ 0172 1385 007

Ob Kniffel oder Vier gewinnt, Mau-Mau oder Mühle.
Gemeinsames spielen bringt Jung und Alt an einen Tisch. Sie bringen uns zum Lachen, fordern uns mit komplexen Regeln, oder trainieren unseren Wissensschatz. Darum bieten wir ab sofort Spielenachmittage an. Bringen Sie gerne eigene Spiele mit und setzen Sie sich mit Gleichgesinnten an einen Tisch. Schon geht's los.

Regelmäßige Angebote

Frühstücksgruppe

Datum: jeden letzten Dienstag im Monat, ab 31. Januar
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 9 bis 11.30 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 5,00 €
Gäste: 6,00 €
Info: Birgit Bloom: ☽ 0172 6583 561
und Alexandra Tzimas: ☽ 0173 3236 370

Es besteht eine Signalgruppe, in die Sie eingefügt werden können, um einen regelmäßigen Austausch gewährleisten zu können.

Kochgruppe

Datum: freitags am 19. 01./08. 03./24.05./26. 07./20.09/08.11.
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 17 bis 20 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 6,00 € • Gäste: 7,50 €
Info: Alexandra Tzimas: ☽ 0173 3236 370

Bei uns heißt es: gemütlich beisammen sein, frühstücken und kochen in der Gemeinschaft. Gemeinsamkeiten und auch Unterschiede entdecken, andere Menschen und einige der Betreuer*innen von Menschen Domizil kennenlernen ... Bitte Vorratsdosen mitbringen!

Kaffee & Tee-Treff (ohne vorherige Anmeldung!)

Datum: ab 4. Januar, alle 2 Wochen donnerstags, zwischen den Feiertagen fällt der Treff aus
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 16 bis 18 Uhr
Kosten: Kalt- und Heißgetränke: 50 Cent
Info: Michael Bemboom: ☽ 0173 2817 692

Impressionen aus verschiedenen Freizeiten

Regelmäßige Angebote

Ernährungsgruppe

Datum: 14-tägig freitags, 12.01/26.01./09.02./23.02./08.03./22.03./12.04./26.04./Mai-Aug. Sommerpause 13.09./27.09./11.10./25.10./08.11./22.11./13.12.
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 17.30 bis 19 Uhr
Kosten: 2,00 €
Info: Birgit Voß: ☏ 0172 3814 063

In dieser Gruppe lernen Sie sich und ihre Ernährung besser kennen. Hier geht es nicht (nur) um das Austauschen von Rezepten und darum was man so kocht.In dieser Ernährungsgruppe arbeiten wir mit dem **„emotional eating Tagebuch"** daran, was Sie an ihrer Ernährungssituation im Alltag verändert möchten. Ich freue mich, Sie dabei begleiten zu dürfen und unterstütze durch kompetente Anleitung.

Schwimmgruppe

Datum: jeden Mittwoch
Treffpunkt: Haupteingang Linus
Zeit: 14 bis 16 Uhr
Kosten: Eintritt fürs Schwimmbad zahlt jeder selbst
Info: Daniela Achteresch: ☏ 0173 2343 263

In der Schwimmgruppe möchten wir Ihnen die Möglichkeit geben, sich in einer Gruppe regelmäßig zu bewegen. Dabei sind wir keine professionelle Sportgruppe, vielmehr geht es darum, sich **mit Spaß und Freude** an die regelmäßige Bewegung zu gewöhnen. In der Gruppe gelingt dies viel einfacher! Es besteht eine Signal-Gruppe, in die Sie eingefügt werden können, um einen regelmäßigen Austausch zu gewährleisten.

Regelmäßige Angebote

Entspannt ins Wochenende

Datum: 14-tägig freitags, 12.01/26.01/09.02/23.02/08.03/22.03/12.04/26.04/Mai-Aug. Sommerpause/13.09/27.09/11.10/25.10/08.11/22.11/13.12
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 15 bis 17 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 2,00 € • Gäste: 3,00 € für Getränke und Materialien
Info: Birgit Voß: ☏ 0172 3814 063

Verschiedene Methoden zur Entspannung (Bewegung, Achtsamkeitsübungen, Traumreisen …) bieten wir an diesem Nachmittag an, um Ihnen den Schritt ins Wochenende so entspannt wie möglich zu bereiten. Eine unserer Kolleginnen ist **ausgebildete Entspannungstrainerin** und bringt ihre Erfahrung mit ein. Der Kostenbeitrag wird mit der Anmeldung fällig. Weitere Infos folgen bei den Treffen.

Psychoedukation

Datum: wird noch bekannt gegeben
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Kosten: für Klienten/Patienten kostenfrei
Info: Astrid Jäger: ☏ 0173 3649 580

An 5 bis 6 Terminen sollen Sie durch Psychoedukation ihr eigener Experte im Sinne von **Selbstmanagement** werden. Um erfolgreich an Problemen arbeiten zu können, ist es wichtig, so viel wie möglich darüber in Erfahrung zu bringen. Hier setzt Psychoedukation an. Durch Vermittlung von Wissen und Kompetenzen soll der Klient/Patient befähigt werden, sich selber trotz/mit Depression zu managen.

Kegeln

Datum: jeden 2. Montag im Monat, erstmalig am 8. Januar, außer am Ostermontag

Treffpunkt: Haus der Vereine im Emsauenpark, Scharnhorststr. 101

Zeit: 10 bis 12 Uhr

Kosten: 3,00 € pro Person, Kegeln, Cola, Fanta und andere alkoholfreie Getränke: 1 €, Säfte: 1,20 €

Info: Sandra Tiemann: ☽ 0162 8569 384

In gemütlicher Runde den Alltag vergessen! **„Gut Holz"** wünschen wir Ihnen! Bitte Turnschuhe mit hellen Sohlen mitbringen!
Es besteht eine Signalgruppe, in die Sie eingefügt werden können, um einen regelmäßigen Austausch gewährleisten zu können.

Spiele-Treff

Datum: ab 11. Januar, jeden 2. Donnerstag im Monat im Wechsel mit dem Kaffee-/Tee-Treff

Treffpunkt: Büro Menschen Domizil

Zeit: 16 bis 18 Uhr

Kosten: Klienten/Patienten: 1,50 €
Gäste: 3,00 €, für Getränke und Materialien

Info: Helena Hardt: ☽ 0152 2254 8512 und
Michael Bemboom: ☽ 0173 2817 692

Es dürfen gerne eigene Lieblingsspiele mitgebracht werden. Wir möchten bei einer gemütlichen Spielrunde zusammenkommen. Dafür werden verschiedene Gesellschaftsspiele angeboten und können bei bereitgestellten Getränken und leckeren Snacks ausprobiert werden.

Offenes Atelier

Datum: donnerstags, 10. 01./08.02/14.03./11. 04./02.05./13.06./11.07./18.08./12.09./10.10./14.11./12.12.

Treffpunkt: Alte Backstube Lingen

Zeit: 14 bis 17 Uhr

Kosten: Der Preis wird je nach Angebot vorab bekanntgegeben

Info: Birgit Voß: ☽ 0172 3814 063

Das Offene Atelier findet in Zusammenarbeit mit der alten Backstube Lingen statt. Die Künstlerin Birgit Voß verbindet diese Kooperation. Jeder Klient/Patient oder auch Gast darf zu diesem offenen Angebot kommen und sich kreativ auslassen. Gegen einen geringen Kostenbeitrag gestalten Sie ihr eigenes **kleines Kunstwerk**, welches Sie mit nach Hause nehmen können.

Häkel- und Nähgruppe

Datum: jeden Dienstag, außer an Feiertagen und zwischen den Feiertagen im Dezember

Treffpunkt: Büro Menschen Domizil

Zeit: 14 bis 16 Uhr

Kosten: Freiwilliger Beitrag für Materialien, Kalt- und Heißgetränke: 50 Cent

Info: Helena Hardt: ☽ 0152 2254 8512

Gemeinsam kreativ werden, kleine oder große Häkelarbeiten erschaffen, Nähen lernen, sich austauschen und das Ganze in einer gemütlichen Runde bei Kaffee und Tee. **Vorkenntnisse müssen nicht vorhanden sein**, es besteht die Möglichkeit, sich von Beginn an anleiten zu lassen und Neues zu erlernen. Jeder bringt seine eigenen Utensilien und Material mit (für Neulinge gibt es auch Materialien im Büro). Nähmaschinen stehen selbstverständlich zur Verfügung, vorhandenes Nähmaterial bringen Sie gerne mit, ansonsten können Stoffe auf Selbstkostenbasis vor Ort erworben werden. Es besteht eine Signal-Gruppe, in die Sie eingefügt werden können, um einen regelmäßigen Austausch gewährleisten zu können.

Regelmäßige Angebote

Wald- und Naturerlebnispfad

Datum: freitags, 5. April, 3. Mai, 14. Juni, 5. Juli, 2. August, 6. September und 4. Oktober
Treffpunkt: wird individuell bekanntgegeben
Zeit: 14 bis 17 Uhr inkl. gemütlichem Abschluss
Kosten: Klienten/Patienten: 1,50 €
Gäste: 2,50 €
Info: Birgit Bloom: ☎ 0172 6583 561

Wir werden gemeinsam aktiv und werden die Natur bei gemütlichen und erlebnisreichen Wanderungen zwischen 1-2 Std. entdecken. Dieses Angebot wird mit einem Picknick oder einem Café Besuch (Selbstzahler, je nach Gegebenheiten) abgerundet.

Regelmäßige Angebote

Selbsthilfegruppe „Trotz Depression aktiv"

Diese Selbsthilfegruppe trifft sich vorrangig zu Freizeitaktivitäten, wie z.B. Kegeln, Minigolf, Spaziergängen, Kochen, Backen, Spiele, Malen, Ausflüge, Essengehen, usw.

Datum: montags, 14-tägig, beginnend am 15. Januar
Zeit: 19 bis 20.30 Uhr

Selbsthilfegruppe „Die Mutmacher"

Datum: mittwochs, 14-tägig, beginnend am 10. Januar
Zeit: 19 bis 20.30 Uhr

Selbsthilfegruppe „Zukunftsblick"

Ziel dieser beiden Selbsthilfegruppen ist der Austausch von Erfahrungen, die gegenseitige Unterstützung und das Teilen von Ängsten und Nöten. Wir möchten Mut machen und das alltägliche Leben erleichtern. Gemeinsame Aktivitäten wie Grillen, Ausflüge, führen wir als willkommene Abwechslung zum Alltag durch.

Datum: mittwochs, 14-tägig, beginnend am 17. Januar
Zeit: 19 bis 20.30 Uhr

Für obige Selbsthilfegruppen

Kosten: kostenfrei, Aktivitäten müssen allerdings bezahlt werden
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Info: Stefan Kewe: ☎ 0157 5697 7385
oder per Mail: Stefan.Kewe@gmx.de

Selbsthilfegruppe „Die Mollys"

Diese Gruppe richtet sich an psychisch kranke Menschen mit Übergewicht.

Datum: montags, 14-tägig, beginnend am 8. Januar
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 19 bis 20.30 Uhr
Info: Daiana Kewe: ☎ 0151 1936 6735

Regelmäßige Angebote

Schachkurse

Datum: 1. und 3. Dienstag im Monat dienstags
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 18.15 bis 19.45 Uhr
Kosten: je Termin 2,50 €
Info: bis jeweils 14 Tage vor Kursbeginn bei Stefan Kewe: ☎ 0157 5697 7385 oder per Mail: Stefan.Kewe@gmx.de

Radtouren

Datum:
3. April: Speicherbecken Geeste
8. Mai: Lohner See
5. Juni: Saller See
3. Juli: Hotel Hanekenfähr
7. Aug.: Kräuterhof Bramhar
4. Sept.: Speicherbecken Geeste
2. Okt.: Lohner See

Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 14 bis 18 Uhr
Kosten: 2,50 € pro Person (der Betrag muss vor der Radtour gezahlt werden), plus Kaffee & Kuchen o.a. am Zielort auf eigene Rechnung.
Info: bis jeweils 14 Tage vor der Radtour bei Stefan Kewe: ☎ 0157 5697 7385 oder per Mail: Stefan.Kewe@gmx.de

Mit dem Radtourenbegleiter Stefan Kewe entdecken Sie schöne Landschaften, idyllische Seen und Sehenswürdigkeiten auf bestens ausgeschilderten Radwegen. **Fahrradfreundliche Cafés** an der Strecke laden zu Pausen ein.

Regelmäßige Angebote

Frühstücken, Kochen und Backen in der Gemeinschaft erleben und das Essen anschließend zusammen genießen. Jede(r) darf kreative Kochideen mit einbringen. Bitte Vorratsdosen für Essensreste mitbringen!

Frühstücksgruppe

Datum: samstags, genaue Termine werden noch bekanntgegeben
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 9.30 bis 12.30 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 5,00 €
Gäste: 7,00 €
Info: Jaqueline Korte: ☎ 0172 5773 892

Kochen und Backen

Datum: mittwochs, genaue Termine werden noch bekanntgegeben
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 16.30 bis 19.30 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 6,00 €
Gäste: 7,50 €
Info: Silke Schütte: ☎ 0172 7637 646

Kaffee-Tee-Treff

Datum: montags, genaue Termine werden noch bekanntgegeben
Treffpunkt: Büros Menschen Domizil
Zeit: 16.30 bis 19.30 Uhr
Kosten: Kalt- und Heißgetränke: 50 Cent
Info: Anette Kremer: ☎ 0152 0209 4322

Regelmäßige Angebote

Klön- und Spielenachmittag

Datum: jeden 3. Donnerstag im Monat
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 14.30 bis 16.30 Uhr
Kosten: die überschaubaren Kosten für Kaffee und Kuchen müssen selbst getragen werden
Info: Angelika Mikulla: ✆ 0173 2342 961

1 x im Monat leben wir von Menschen Domizil in Nordhorn das Motto: **Gemeinsame Freude**, die wir uns selbst schaffen, ist 100 Mal besser als ein einsamer Nachmittag auf der Couch. **Was?** Spielen, Lachen, Austausch und Besinnlichkeit bei Kaffee und Kuchen! Es besteht eine Signal-Gruppe, in die Sie eingefügt werden können, um regelmäßigen Austausch gewährleisten zu können.

Kreativgruppe

Datum: jeden 4. Donnerstag im Monat
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 14.30 bis 16.30 Uhr
Kosten: 2,00 €
Info: Helena Kaup: ✆ 0152 2995 3069

Gemeinsam in gemütlicher Runde unsere **Kreativität fördern** mit klassischen Werkzeugen und unterschiedlichen Materialien. Wir werden unter Anleitung Neues erschaffen, ganz entspannt bei Tee und Kaffee.

Regelmäßige Angebote

Bewegungsgruppe

Datum: jeden 1. Donnerstag im Monat
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 10.30 bis 12.30 Uhr
Kosten: kostenfrei
Info: Angela Völkerink: ✆ 0172 7933 667

Sich mit Spaß und Freude bewegen. Dabei gemeinsam einen Weg finden und wahrnehmen, **wie gut Bewegung tut**, ist das Motto dieser Gruppe. Von Hockergymnastik über Ballspiele hin zu Bewegung im Freien wollen wir gemeinsam die Möglichkeiten kennenlernen.

Brunchgruppe

Datum: jeden 2. Dienstag im Monat
Treffpunkt: Büro Menschen Domizil
Zeit: 10.30 bis 12.30 Uhr
Kosten: Klienten/Patienten: 4,00 €
Gäste: 6,00 €
Info: Kerstin Moltzen: ✆ 0173 3649 558

Herzlich Willkommen zum gemeinsamen Brunchen. Gemeinschaftlich einen Brunch planen, einkaufen und vorbereiten; am gedeckten Tisch **zusammen genießen**, erzählen und lachen in entspannter Atmosphäre.

Sudoku 1

2			3		6			
6		5	9			4		8
						5		2
4		9		6	3			
			8			7		1
		1		4			9	
1		6	2	7				
	2					8		4
		4		1	8			7

Sudoku 2

8		6			3		9	
	4			1			6	8
2			8	7				5
1		8			5		2	
	3		1				5	
7		5		3		9		
	2	1			7		4	
6				2		8		
	8	7	6		4			3

Sudoku 3

7		1	3		9			5
					1	6		4
5		4				7		
							1	
8		7	6		4	9		
	1		5			3		6
9		3		6	5		8	7
	5					1		
			8	3				9

Sudoku 4

5	3			7				
6			1	9	5			
	9	8					6	
8				6				3
4			8		3			1
7				2				6
	6					2	8	
			4	1	9			5
				8			7	9

Lösungen

2	4	8	3	5	6	1	7	9
6	1	5	9	2	7	4	3	8
7	9	3	4	8	1	5	6	2
4	7	9	1	6	3	2	8	5
3	6	2	8	9	5	7	4	1
1	8	6	2	7	4	9	5	3
8	5	1	7	4	2	3	9	6
5	2	7	6	3	9	8	1	4
9	3	4	5	1	8	6	2	7

Sudoku 1

8	7	6	5	4	3	1	9	2
5	4	3	2	1	9	7	6	8
2	1	9	8	7	6	4	3	5
1	9	8	7	6	5	3	2	4
4	3	2	1	9	8	6	5	7
3	2	1	9	8	7	5	4	6
7	6	5	4	3	2	9	8	1
6	5	4	3	2	1	8	7	9
9	8	7	6	5	4	2	1	3

Sudoku 2

7	6	1	3	4	9	8	2	5
3	8	2	7	5	1	6	9	4
5	9	4	2	8	6	7	3	1
6	2	5	9	7	3	4	1	8
8	3	7	6	1	4	9	5	2
9	4	3	1	6	5	2	8	7
4	1	9	5	2	8	3	7	6
2	5	8	4	9	7	1	6	3
1	7	6	8	3	2	5	4	9

Sudoku 3

5	3	4	2	7	6	9	1	8
6	2	8	1	9	5	3	4	7
1	9	8	3	4	8	5	6	2
8	5	2	7	6	1	4	9	3
4	9	6	8	5	3	7	2	1
9	6	1	5	3	7	2	8	4
7	1	3	9	2	4	8	5	6
2	8	7	4	1	9	6	3	5
3	4	5	6	8	2	1	7	9

Sudoku 4

MENSCHEN DOMIZIL GmbH

www.menschen-domizil.de

Unsere Geschäftsstellen

Büro Meppen
Deichstraße 42 • 49716 Meppen
Telefon: 05931/8811873

Öffnungszeiten:
montags bis freitags von 8 bis 12 Uhr
und nach Vereinbarung.

Büro Lingen
Sturmstraße 1 • 49808 Lingen
Telefon: 0591/13381392

Öffnungszeiten:
montags bis freitags von 8 bis 12 Uhr
und nach Vereinbarung.

Büro Papenburg
Deverhafen 2a • 26871 Papenburg
Telefon: 04961/9138240

Öffnungszeiten:
montags bis freitags von 8 bis 12 Uhr
und nach Vereinbarung.

Büro Nordhorn
Nelkenstraße 1 • 48527 Nordhorn
Telefon: 05921/7059740

Öffnungszeiten:
nach Vereinbarung

Erledigen Sie Ihre Bankgeschäfte, wann es Ihnen passt. Mit der Ems*line* geht das ganz bequem telefonisch.

05931 / 151-1

Wir haben Zeit für Sie.

Sparkasse
Emsland