

## Veranstaltungen Januar 2026

### Vorsorgesprechstunde

dienstags

08:00 - 10:15 Uhr



Kostenlose qualifizierte Beratung rund um Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung.

**Anmeldung** und Terminabsprache erforderlich unter 0157/37275431.

Keine Sprechstunde in den Weihnachtsferien!

### Atementspannung - Atemtraining



Ruhiges und entspanntes Atmen als Weg zu Wohlbefinden, innerem Gleichgewicht und mehr Lebensenergie.

**Beginn:** Donnerstag, **08.01.2026** bis Donnerstag, **26.02.2026**, 18:00 - 19:00 Uhr  
8 Übungsabende - Der Unkostenbeitrag beträgt 80,00 €

**Informationen und Anmeldung:**

Frau Wilken-Bogumil - Tel.: 02501-9729742

### Schulung von Fördiko zur App

münster:mobil

30.01. von 10 - 11:30 Uhr



Themen der Schulung:

**Fahrplanauskunft:** Verbindungen suchen und die besten Verbindungen in Echtzeit finden. **Digitale ÖPNV-Tickets:** Tickets direkt in der App kaufen und jederzeit griffbereit haben. **Benutzerkonto:** Das gemeinsame Anlegen eines Benutzerbereichs für die regelmäßige Nutzung der Anwendung.

Kostenlose **Anmeldung bei Fördiko unter der Tel.: 0251/93 26 - 37 44 o. per Mail an [kontakt@foerdiko.de](mailto:kontakt@foerdiko.de)** notwendig.

### Hinweis Vorlesecafé

Der Januar-Termin für das Vorlesecafé wurde auf den **11.02.26** verschoben.

## Begegnungsstätte Emmerbach-Treff Am Roggenkamp 188

in












## Veranstaltungen Januar 2026



Begegnung, Beratung,  
digitale Weiterbildung, soziales  
Engagement, Freizeit,  
Gemeinschaft & vieles mehr...





...im Quartier

MONTAG	DIENSTAG	MITTWOCH	DONNERSTAG	FREITAG
<b>Reha-Sport</b> 09:30 - 10:15 Uhr 10:20 - 11:05 Uhr 11:10 - 11:55 Uhr 	<b>Vorsorgesprechstunde</b> 08-10:15 Uhr Anmeldung unter: 0157/37275431 	<b>Gemeinsames Frühstück</b>  07.01. 09:30 - 11:00 Uhr	<b>Reha-Sport</b> 10:30 Uhr 	<b>Kinderwagen Spaziertreff</b> 10:00 Uhr
	<b>Spaziertreff</b> 10:30 - 11:30 Uhr		<b>Reha-Sport</b> 11:20 Uhr 	<b>Schulung zur App münster:mobil</b>  30.01. 10:00 - 11:30 Uhr
	<b>Offene Sprechstunde</b> 12:00 - 14:00 Uhr			
<b>Sitzmeditation in Stille</b> 17:15 - 17:45 Uhr Infos bei B. Wengler unter: 0162-9606445	<b>Gesprächskreis: Hilstrup Ost früher und heute</b>  27.01. 14:30 - 16:00 Uhr		<b>Doppelkopf</b> 08. & 22.01. 14:30 - 17:00 Uhr	<b>Digitale Sprechstunde</b> 14:00 - 15:30 Uhr
<b>Autogenes Training</b> 18:00 - 18:45 Uhr	<b>Repair-Café</b> 06.01. 15:00 - 18:00 Uhr	<b>Spielerunde</b> 07. & 21.01. 15:00 - 18:00 Uhr	<b>Aquarell-Treff</b> 15.01. 15:00 - 17:30 Uhr	<b>Tabletop-Maltreff</b> 09.01. 18:00 - 21:00 Uhr
<b>Aquarell-Treff</b> 12.01. & 26.01. 19:00 - 21:00 Uhr	 <b>Fit durch's Jahr</b> 18:30 - 19:30 Uhr	<b>Chor Vierteltakt</b> 19:30 - 21:00 Uhr	<b>Atemtraining</b> ab 08.01. 18:00 - 19:00 Uhr 	<b>Offener Spieletreff</b> 02. & 16.01. 19:00 - 21:00 Uhr

Weitere  
Informationen auf  
der Rückseite



**Wichtiger Hinweis:**  
**An den**  
**Weihnachtsfeiertagen**  
**finden die**  
**wöchentlichen**  
**Angebote nicht statt!**

-  **Anmeldung erforderlich**
-  **wöchentlich**
-  **regelmäßig im Monat**
-  **einmalig**



das Angebot auch zu  
finden auf der Caritas  
Homepage



Für Menschen.  
Für Münster.

Im Auftrag der  
STADT MÜNSTER