

Angebote und Aktivitäten 2026

Der Fahrdienst MmH e.V. übernimmt den Fahrdienst für körperlich beeinträchtigte Mitglieder!

Die Sozialberatungen finden nach Terminabsprache unter 0179-4155614 statt!

Februar

<u>Themenabend</u> Sucht im Alter <u>Durchführung:</u> Frau Pia Jansen, Diakonie <u>Teilnehmer:</u> Jeder Interessierte <u>Leitung:</u> Sonja Göcken	20.01.2026 18 Uhr Ort: Raum Prisma, Klösterchen Nach Schätzungen der Deutschen Hauptstelle für Suchtfragen sind rund 400.000 Menschen über 60 Jahren alkoholsüchtig. Wieso ist Sucht gerade im Alter ein Problem? Welche Risiken haben ältere Menschen, süchtig zu werden? Diese und weitere Fragen, sollen an diesem Abend durch die Referentin Frau Pia Jansen (Diakonie) erläutert werden.
---	---

April

<u>Jahreshauptversammlung</u> <u>Leitung:</u> Heike Zirkenbach	25.04.2026 11 Uhr Jahreshauptversammlung mit Frühlingsbrunch Ort: Kapelle, Klösterchen
--	---

Mai

<u>Themenabend</u> Schlafapnoe <u>Durchführung:</u> Rene Fuchs <u>Teilnehmer:</u> Jeder Interessierte <u>Leitung:</u> Heike Zirkenbach	06.05.2026 18 Uhr Ort: Raum Prisma, Klösterchen Schlafapnoe ist eine Erkrankung, bei der die Atmung während des Schlafs wiederholt kurzzeitig aussetzt . Dies raubt den Betroffenen den erholsamen Schlaf, den sie brauchen, um morgens erfrischt und voller Energie aufzuwachen. Darüber hinaus kann Schlafapnoe eine Reihe weiterer Gesundheitsprobleme nach sich ziehen. Rene Fuchs berichtet über seine Krankheitsgeschichte und es werden viele Informationen zu der Volkskrankheit Schlafapnoe gegeben.
---	--

Juni

<u>Tagesausflug</u> Spargelfahrt <u>Durchführung:</u> OV-Merkstein <u>Teilnehmer:</u> Mitglieder <u>Leitung:</u> Stephan Beckers	13.06.2026 Ort: Auf zu Juppis in den Selfkant Ausflug zum Spargelhof Juppis mit leckerem Spargelbuffet Eine Rundtour mit dem Bus und vielen Informationen zum Thema Spargel Zum Abschluss noch lecker Kaffee und Kuchen
---	---

August

<u>Vortragsabend</u> Die Wurm <u>Durchführung:</u> Dieter Dinninghoff <u>Teilnehmer:</u> Jeder Interessierte <u>Leitung:</u> Heike Zirkenbach	19.08.2026 18 Uhr Ort: Raum Prisma, Klösterchen Dieter Dinninghoff führt uns an diesem Abend mit Bildern und Geschichten entlang der Wurm. Von der Quelle bis zur Mündung mit fantastischen Geschichten an beiden Ufern.
--	---

September

<u>Markt der Möglichkeiten</u>	19.09.2026
---------------------------------------	-------------------

Oktober

<u>Stiftungsfest</u> 80 Jahre VdK Merkstein <u>Teilnehmer:</u> Mitglieder <u>Leitung:</u> Markus Stein	10.10.2026 15 Uhr Ort: Dietrich Bonhöffer Schule 80 Jahre VdK-OV Merkstein, das möchten wir mit Ihnen gemeinsam feiern. Es wird ein Rahmenprogramm geboten. Für das leibliche Wohl wird bestens gesorgt!
--	--

November

<u>Themenabend</u> Rund um das Thema Pflegeversicherung <u>Durchführung:</u> Ute Wentz <u>Teilnehmer:</u> Jeder Interessierte <u>Leitung:</u> Heike Zirkenbach	11.11.2026 18 Uhr Ort: Raum Prisma, Klösterchen Vortrag zu den Themen: - Information über die Leistungen der Pflegeversicherung - Information zur Begutachtung - Hilfe bei der Suche nach passenden Hilfsangeboten - Beratung zu Entlastungsmöglichkeiten für pflegende Angehörige - Umgang mit psychischen Belastungs- und Überforderungssituationen, beispielsweise Demenz
<u>Weihnachtsfeier</u> <u>Durchführung:</u> OV-Merkstein <u>Teilnehmer</u> Mitglieder und Gäste <u>Leitung:</u> Ingo Henz	28.11.2026 15 Uhr Ort: Walter-Heckmann AWO Senioren- und Sozialzentrum Herzogenrath Marie-Juchacz-Straße 4, 52134 Herzogenrath, Festsaal

Anmeldungen zu den Veranstaltungen sind aufgrund der Raumkapazitäten unbedingt notwendig!

Anmeldung über: ov-merkstein@vdk.de oder 02401-3968534