

CaTz*

bonn



Programmheft 2025/12

DAS SPZ TEAM WÜNSCHT ALLEN

ein frohes Fest und einen
guten Rutsch ins
neue Jahr

Liebe Leserinnen und Leser



Wir laden Sie herzlich ein, eine gute Zeit im CaTz zu verbringen: egal ob jung oder alt, ob mit oder ohne Psychiatrieerfahrung – Sie sind bei uns willkommen! Unsere Angebote finden Sie in diesem Heft.

Neben unseren allgemeinen Öffnungszeiten bieten Ihnen an drei Wochentagen außerdem ein günstiges Mittagessen und viele interessante Gruppenaktivitäten.

Bei Ihrem Besuch bitten Sie weiterhin, die bekannten Hygieneregelungen einzuhalten und bei Krankheitssymptomen zu Hause zu bleiben.

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr SPZ-Team

A festive flyer for Caritas Karneval. The background is light green with colorful confetti. At the top right, there's a small photo of people in costumes. The text is in the center: "Caritas Karneval" in large red letters, "28.01.2026 & 29.01.2026" in large black letters, "Im Pfarrheim Sankt Adelheidisplatz 13, Pützchen" in smaller black letters, and "Tickets können Sie ab der 1. Januar-woche in der Verwaltung bestellen!" in large black letters. A small "Karneval" logo is at the bottom right.

Das CaTZ - Komitee ist aktiv!

Machen Sie mit beim CaTz Komitee und engagieren Sie sich mit uns für unser Tageszentrum! Gemeinsam führen wir mit Ihnen tolle Angebote durch.

Dafür sind wir sehr dankbar – damit wird das CaTz lebendig. Sprechen Sie uns an. Nächster Termin des CaTz Komitees: 26.02., 15:00 Uhr im CaTz



Gruppenangebote

Gedächtnistraining

Montags 10:30-11:30 Uhr

In einer netten Runde und unter Anleitung macht es sicherlich auch sehr viel Freude.

Strickgruppe

Montags von 13:00 bis 14:00 Uhr

Alleine stricken macht keinen Spaß?
Kommen Sie doch ins CaTz zu unserer Strickrunde!

Bewegungsgruppe

Mittwochs 11:00-12:00 Uhr

(bis max. 6 Personen)

Die Bewegungsgruppe trifft sich einmal in der Woche, mittwochs im CaTz. Es gibt verschiedenste Gymnastik- und Entspannungsübungen. Anmeldung erforderlich.

Karaoke

Jeden 1. Donnerstag 16:00 Uhr

Spaß beim Singen! - **PAUSIERT**

CaTz-Disko

Jeden letzten. Donnerstag

PAUSIERT

Sprachentreff Englisch

Donnerstags 15:00 Uhr

Mit Voranmeldung (fällt an den Donnerstagen aus, an denen das CaTz-Komitee stattfindet)

Spiele-Nachmittag

Donnerstags 16:00-19:00 Uhr

Es können Spiele mitgebracht werden oder Spiele aus unserem Fundus gespielt werden.

Kreativ-Gruppe

Freitags 10:00-12:00 Uhr

Immer freitags trifft sich unsere Kreativ-Gruppe. Die Teilnehmer*innen malen, basteln, zeichnen verschiedene Motive. Eigene Ideen werden eingebracht. Es ist aber auch ein entspanntes Gestalten von Mandalas und Motivbildern möglich.

Sing-Gruppe

Freitags 11:00-12:00 Uhr

Bei gutem Wetter singen wir draußen im Hof des SPZ.

Frauengruppe

Jeden ersten Montag im Monat

Ort: CaTz, Uhrzeit: 13:00 Uhr

Im SPZ treffen sich

Selbsthilfegruppen

außerhalb unserer Öffnungszeiten.
Für Infos sprechen Sie uns bitte an.

Unsere Gruppenangebote laufen auch weiterhin mit Voranmeldung. Wenn Sie Interesse haben teilzunehmen, melden Sie sich bitte unter der Nummer 0228 688 26-0. Es sind immer wieder Plätze frei.

Beratungsangebote im CaTz

Offene Beratung

Termine werden bis auf weiteres telefonisch vergeben. Melden Sie sich für einen Beratungstermin unter 0228 688 260. Die zuständige Beraterin wird Ihnen genannt und wird mit Ihnen Kontakt aufnehmen

Beratung zu den Themen Beschäftigung & berufliche Rehabilitation:

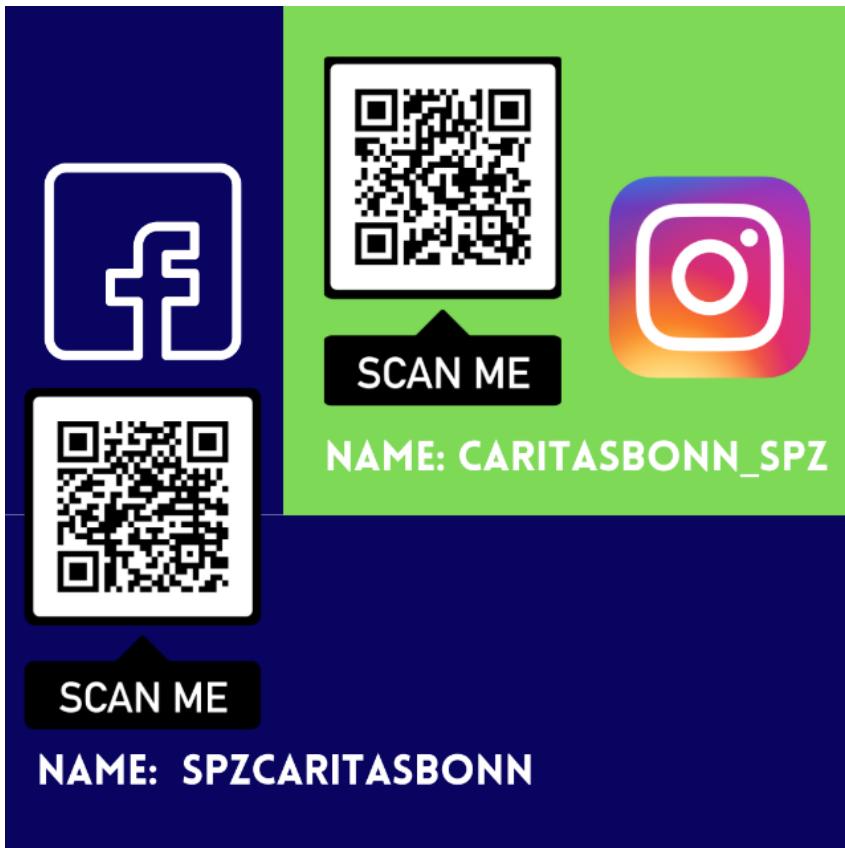
Frau E. Gonnermann, Koordination Fachberatung Arbeit & Beschäftigung

Peerberatung im Tandem:

Sprechstunde donnerstags um 17:00 Uhr im CaTz bei Frau Grübler oder 0228 68826-0 zur Terminvereinbarung

Wir unterliegen der Schweigepflicht.

Das CaTz in den Social Media



Website: www.caritas-bonn.de/hilfen-angebote/sozialpsychiatrie

FROHE WEIHNACHTEN & EIN GUTES NEUES JAHR!

Ich nehme
mir
regelmäßig
Zeit für mich.



Ich bin
stolz
auf mich



Ich habe
Vertrauen
in mich



Ich höre
auf meinen
Körper



Ich achte
auf meine
Bedürfnisse



Ich lasse es
langsam
angehen



Ich gönne
mir Ruhe
und
Entspannung



Ich verdiene
Liebe und
Freude



Mit diesem Bild möchten wir euch eine kleine Erinnerung mitgeben:
Weihnachten und der Jahreswechsel sind eine wunderbare Gelegenheit,
einmal innezuhalten und euch selbst mehr Wertschätzung, Achtsamkeit
und Zeit zu schenken.

Die kleinen Kärtchen sollen euch inspirieren, im neuen Jahr
bewusster auf euer Wohlbefinden zu achten – euch Ruhe zu gönnen,
stolz auf euch zu sein und eure eigenen Bedürfnisse ernst zu nehmen.

Nehmt euch gerne das mit, was euch gerade am meisten guttut.

Angebote und Aktivitäten im Dezember 2025

Bitte anmelden unter: 0228 – 68826-13



bonn

Montags	Dienstags	Mittwochs	Donnerstags	Freitags
Allgemeine Öffnungszeiten				
10:00-14:00 Uhr		10:00-14:00 Uhr	15:00-19:00 Uhr	10:00-14:00 Uhr
Mittagessen				
12:30 Uhr Mittagessen Anmeldung bis 10.30 Uhr		12:30 Uhr Mittagessen Anmeldung bis 10.30 Uhr	Snacks, Kuchen Kaffee , für den kleinen Hunger....	12:30 Uhr Mittagessen Anmeldung bis 10.30 Uhr
Weitere Angebote- für die Gruppenangebote freie Plätze jeweils anfragen, mit Voranmeldung				
10:30 Uhr – 11:30 Uhr Gedächtnistraining		11:00 Uhr bis 12:00 Uhr Bewegungsgruppe	Donnerstags 15:00 Uhr Mit Voranmeldung	10:00 Uhr bis 12:00 Uhr Kreativ-Gruppe 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr Sing-Gruppe
13:00 Uhr bis 14:00 Uhr Strickrunde Jeden 1. Montag im Monat, 13:00 Uhr Frauengruppe		15:00 Uhr bis 17:00 Uhr U40-Gruppe pausiert	16:00-19:00 Uhr Spiele-Nachmittag Jeden 1. Donnerstag, 16:00 Uhr Karaoke - pausiert Jeden letzten Donnerstag CaTz-Disco – pausiert	Jeden 1. Sonntag im Monat ist das CaTz geöffnet von 11:00 bis 14:00 Uhr mit Mittagessen nach Voranmeldung um 12:30 Uhr. Nächster Sonntag: 07.12.

Ein Dezembergruß an unsere lieben Besucher*innen

Der Dezember bringt oft eine besondere Ruhe mit sich. Er lädt dazu ein, auf das Jahr zurückzuschauen und die Momente zu würdigen, die uns begleitet haben.

Für uns im CaTz seid ihr die warmen Punkte, die das Jahr heller gemacht haben.

Ihr habt das CaTz auch in diesem Jahr lebendig gemacht. Durch eure freundliche Offenheit und die vielen fröhlichen und entspannten Feste, die wir miteinander gefeiert haben.



Dazu kamen interessante Gespräche, lustige Augenblicke, in denen gemeinsam gelacht wurde und dieses schöne Gefühl von Gemeinschaft und Zusammenhalt, das man nicht planen kann - das einfach entsteht. Ohne euch wäre das CaTz nur ein Raum. Mit euch wurde es ein Ort, an dem echte Gemeinschaft spürbar wird.

Ein großer Dank geht auch an unsere Gruppenleiter*innen, die mit ihrem Engagement Woche für Woche Begegnungen möglich machen und Menschen zusammenbringen. Und an die AT-Kräfte an der Theke und in der Küche, die mit Freundlichkeit, Geduld und offenen Ohren dafür sorgen, dass man sich von Anfang an willkommen fühlt.

All das hat dieses Jahr für uns besonders gemacht. Jetzt blicken wir auf 2026 und freuen uns darauf, wieder mit euch zusammenzusitzen, Neues auszuprobieren und viele weitere schöne Momente zu erleben, die lange im Herzen bleiben. Wir wünschen euch einen Dezember voller heller Momente, die euch gut tun. Seid achtsam, passt gut auf euch auf und startet sanft in das neue Jahr. Schön, dass ihr Teil des CaTz seid.

Impressionen vom 13.11.2025 Backen im CaTz



PLAETZCHEN
backen



CaTz Nikolausfeier IM CaTz am 04.12.2025



NIKOLAUSFEIER IM CATZ

Am 04.12.2025, um 15:00-18:00 Uhr laden wir Sie wieder zu unserer Nikolausfeier im CaTz ein!



Oper fuer alle

Ab 2026 wieder

Im Dezember können wir Ihnen leider keine Oper anbieten. Aber im Januar geht es weiter! Wir starten am 23. Januar mit dem „Barbier von Sevilla“. Aushänge wird es dann wie immer im Januar in Ihren Einrichtungen geben.

Vernissage in der LVR Klinik

Sturm und Stille

Am 05.12.2025 lädt die LVR Klinik ab 16:00 Uhr zur Vernissage der Ausstellung „Zwischen Sturm und Stille“ ein, bei der auch eine Besucherin des CaTz ausstellt. Diese Ausstellung gehört zu einem Kunstprojekt der LVR mit Werken Psychiatrie-erfahrener Menschen. Ort der Vernissage ist die Graurheindorfer Straße 151, 53111 Bonn.

Weihnachten zum Mitsingen

das Mitsingkonzert mit Herz und Valentine!

18. Dezember 2025, 18:00–20:00 Uhr im Haus Mondial

Die Kampagne vielfalt. viel wert. und Bonner Musiker*innen rund um „Sing mit Valentine“ singen gemeinsam mit euch alte Klassiker von "Leise rieselt der Schnee" bis „Rocking around the Christmastree“. Dabei geht es um den Spaß an der Freude und nicht ums Singen können! Kommt mit Familie, Freund*innen, den Arbeitskolleg*innen oder lernt vor Ort neue Leute kennen, denn Singen verbindet Herzen.

Tag der offenen Tuer in der Beethovenhalle

Sa 20.12.2025, 14:00 Uhr, Eintritt frei!

Die Beethovenhalle erstrahlt in neuem Glanz – ein neues Zuhause für die Musik in Bonn. Das Beethovenfest möchte diesen Ort der Musik offen und zugänglich für alle Menschen machen und gestaltet gemeinsam mit der Betreibergesellschaft BonnCC und dem Beethoven Orchester Bonn am 20. Dezember einen Tag der offenen Tür bei freiem Eintritt. **Highlights sind:**

- 14:15 Uhr: Orgel improvisation im großen Saal
 - 15:00 Uhr: Mitsingkonzert im Großen Saal mit Beethovenfest Community Musician Juri de Marco und dem Beethoven Orchester Bonn unter der Leitung von Dirk Kaftan
 - 19:00 Uhr: Eröffnung des neuen Studios mit dem Beethoven Orchester Bonn und Beethovens fünfter Sinfonie.
- Komplettes Programm siehe QR Code





Rezept des Monats

Einfache Haselnussplätzchen

Bon Appétit!

Zutaten

210 g Butter weiche
70 g Zucker
250 g Mehl
100 g Haselnüsse gemahlen
200 g Haselnüsse, ganze oder halbe Walnüsse
200 g Zucker zum Wälzen
2 Pck. Vanillezucker zum Wälzen
evtl. Mehl für das Blech



- 1 Die weiche Butter, Zucker, Mehl und gemahlene Haselnüsse zu einem Knetteig verarbeiten. 10 Min. kühl stellen. Sodann aus dem Teig kleine Kugeln formen (gehen noch auseinander beim Backen, daher die Kugeln nicht zu groß formen!).
- 2 Auf ein mit Mehl bestreutes oder mit Backpapier ausgelegtes Backblech setzen. Zuletzt eine halbe Walnuss oder eine ganze Haselnuss auf die Kugel drücken. Bei 175 Grad ca. 20 - 30 Min. backen.

- 3 In der Zwischenzeit 200 g Zucker und 2 Päckchen Vanillezucker in einer Schüssel mischen, die heißen Kugeln darin wenden und zum abkühlen auf ein Gitter legen!

CaTz* Kontakt- und Beratungsstelle

Bonn Beuel – Neustraße 16, 53225 Bonn

Telefon im CaTz: 0228 – 68826 – 13

Büro: 0228 – 68826 – 0

Fax: 0228 – 68826 – 29

E-Mail: spz@caritas-bonn.de

Website: www.caritas-bonn.de

Mo. 10:00 – 14:00 Uhr

Di. 15:00 – 17:00 Uhr

Mi. 10:00 – 14:00 Uhr

Do. 15:00 – 19:00 Uhr

Fr. 10:00 – 14:00 Uhr

Und jeden 1. Sonntag im Monat von 11:00 bis 14:00 Uhr

Wegbeschreibung ins CaTz:

- vom Hauptbahnhof Bonn mit den Buslinien 603, 607, 608, 609 bis Haltestelle „Dr.-Weiß-Platz“ oder Straßenbahn Linie 62 bis Haltestelle „Obere Wilhelmstraße“
- von den Rheinischen Kliniken Straßenbahn Linie 61 bis Haltestelle „Stadthaus“ dann auf der gegenüberliegenden Haltestelle in die Straßenbahn Linie 62 Richtung Beuel bis Haltestelle „Obere Wilhelmstraße“,
- von der Haltestelle „Obere Wilhelmstraße“ zurückgehen, die nächste Straße links ist die Neustraße.

