

CaTz*



caritas
bonn

WAS BRAUCHEN WIR IN UNSEREM WÄSCHEKORB?

FÄHIGKEITEN FÜR KLIMA UND KOPF

Jeder: hat etwas, das die Gruppe braucht –
trag deine Fähigkeit bei!



IN UNSEREM WÄSCHEKORB SAMMELN WIR:

- ✓ Fähigkeiten für Klima und Kopf
- ✓ Ideen, die uns weiterbringen
- ✓ Mut und Gemeinschaft

Komm vorbei und wirf deine
Fähigkeit in den Korb –
welche Lösung passt zu Dir?



WANN?

Freitag 26. Juni 2026
15:30 bis 18:30 Uhr



15:30 Uhr

Begrüßung mit der
Wäscherprinzessin 2025/26,
Grüßwort von Lea Dohm



WO?

Möhneplatz, Bonn-Beuel,
vor dem Rathaus



WAS?

Mitmachangebote zu Klimakrise/-anpassung
und psychischer Gesundheit mit Abenteuer Lernen,
WiLa Bonn, Austausch & gemeinsames Gestalten
an der Wäscheleine der Fähigkeiten
+ „River of Life“ mit Petra Borgmann Durrie, key designs



Sozialpsychiatrie



WILA
Wissenschaftsladen Bonn



abenteuer lernen eV

key Petra Borgmann Durrie
designs

KLIMAVIERTEL BEUEL

FREUDE.
JOY.
JOIE.
BONN.

Programmheft 2026/06



Liebe Leserinnen
und Leser

WELCOME

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

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

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

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Ihr SPZ-Team

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:

11. Juni // 15:00 Uhr im CaTz

Veranstaltungen im Juni 2026

Museumsmeilenfest (6.–7. Juni): Die Museen der Museumsmeile Bonn bieten ein buntes Programm bei freiem Eintritt.

Bonn Triathlon (7. Juni): Sportevent in der Rheinaue.

17. Ballonfestival Bonn (12.–14. Juni): Großes Ballontreffen in der Rheinaue mit Starts.

Vortrag und Diskussion „Klimakrise und Umweltfaktoren – Auswirkungen auf unsere Gesundheit“

Die Klimakrise wirkt sich zunehmend auf unsere Gesundheit aus – etwa durch Hitze, Feinstaub, Lärm und weitere Umweltbelastungen. Besonders betroffen sind Herz, Lunge und die psychische Gesundheit. Zudem werden therapeutische Ansätze und Vermeidungsstrategien zum Schutz unserer Mitwelt und unserer eigenen Gesundheit immer notwendiger.

Wann? 16. Juni 2026, 17:30–19:30 Uhr

- Wo? Caritas Teilhabezentrum, Noeggerathstr.5, 53113 Bonn (Nähe Thomas-Mann-Str)



SOMMERFEST RUND UM DAS PRÄLAT-SCHLEICH-HAUS

13. August 2026 11–15:30 Uhr auf
der Wiese vor der City Station
Thomastr. 36 in Bonn

Grillteller, Kuchenbuffet, Kaffee,
kalte Getränke, ...

Musik, gemütliches Beisammensein, Spiel
und Spaß, ...





Gruppenangebote im CaTz

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

21. Mai und 18. Juni, 16:00 Uhr

Spaß beim Singen!

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

Wir unterliegen der Schweigepflicht.

Das SPZ in den Sozialen Medien

Immer auf dem Laufenden:
Besuchen Sie uns in den Social Media!

Haben Sie eine Geschichte, ein Erlebnis oder schöne Fotos, die Sie in Facebook oder Instagram teilen möchten?
Schreiben Sie uns:
socialmedia.spz@caritas-bonn.de

So finden Sie uns:
Facebook: **spzcaritasbonn**
Insta: **caritasbonn_spz**

Oder die QR-Codes scannen

CaTz*

Pride Month

Sichtbarkeit, Vielfalt und psychische Gesundheit

Der Juni steht weltweit im Zeichen des Pride Month – einer Zeit, in der queere Menschen sichtbar werden und Vielfalt gefeiert wird. Auch in Bonn setzen Veranstaltungen und Aktionen ein Zeichen für Offenheit, Respekt und Akzeptanz.

Dabei geht es nicht nur um gesellschaftliche Sichtbarkeit, sondern auch um psychische Gesundheit. Viele queere Menschen erleben noch immer Ausgrenzung oder Vorurteile, was psychisch belastend sein kann. Umso wichtiger sind unterstützende Beziehungen, sichere Räume und gesellschaftliche Akzeptanz. Der Pride Month erinnert deshalb nicht nur an die Geschichte der LGBTQIA+ Bewegung, sondern auch daran, wie wichtig Gemeinschaft, Unterstützung und Sichtbarkeit sind. Orte der Begegnung können helfen, dass Menschen sich sicher, akzeptiert und verstanden fühlen.

Auch das CaTz möchte ein solcher Schutzraum sein – ein Ort für Begegnung, Austausch und respektvolles Miteinander, unabhängig von Identität oder sexueller Orientierung. Denn psychische Gesundheit bedeutet auch, authentisch leben zu dürfen und Unterstützung zu erfahren.

Der Pride Month lädt dazu ein, Vielfalt sichtbar zu machen, zuzuhören und gemeinsam ein Zeichen für Respekt, Toleranz und Menschlichkeit zu setzen.



HAPPY PRIDE MONTH


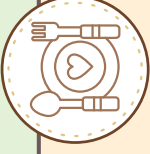
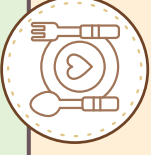


Angebote und Aktivitäten im Juni 2026

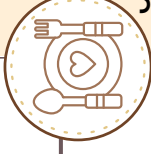


Bitte anmelden unter: 0228 – 68826-13

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Allgemeine Öffnungszeiten				
10:00-14:00 Uhr		10:00-14:00 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

6/7

Weitere Angebote- für die Gruppenangebote - freie Plätze jeweils anfragen, mit Voranmeldung				
10:30 Uhr – 11:30 Uhr Gedächtnstraining		11:00 Uhr bis 12:00 Uhr Bewegungsgruppe	Donnerstags 15:00 Uhr Mit Voranmeldung Sprachentreff Englisch	10:00 Uhr bis 12:00 Uhr Kreativ-Gruppe 11:00 Uhr bis 12:00 Uhr Kreativ-Gruppe
13:00 Uhr bis 14:00 Uhr Strickrunde Jeden 1. Montag im Monat 13:00 Uhr Frauengruppe		11:00 Uhr bis 12:00 Uhr Bewegungsgruppe	16:00–19:00 Uhr Spiele-Nachmittag	 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: 07.06.



Allein war gestern heute feiern wir! :
Grosses Fest fuer alle am 21. Juni auf dem
Xtra-Platz im Bonner Zentrum

„Allein war gestern – heute feiern wir!“ ist das Motto und Einladung zu einem großen Fest für alle Menschen unserer Stadtgesellschaft am Sonntag, 21. Juni 2026, auf dem Xtra-Platz vor der Kreuzkirche im Bonner Zentrum. Eintritt und Mitfeiern natürlich frei.

Die Veranstaltung ist zugleich Auftakt in Bonn der bundesweiten Aktionswoche „Gemeinsam aus der Einsamkeit“ vom 22.–29. Juni 2026 und Teil der ökumenischen Reihe Einsamkeit, die seit Frühjahr von der katholischen und evangelischen Kirche initiiert an vielen Orten in Bonn läuft.

„Xtra fröhlich, Xtra menschlich,
Xtra – für Dich!“

Am Sonntagnachmittag, 21. Juni, auf dem Xtra-Platz heißt es: „Wir machen den Xtra-Platz zur größten Anti-Einsamkeits-Zone der Stadt – laut, fröhlich, offen für alle. Zieh deine Schuhe an, schnapp dir deinen Mut und komm vorbei. Heute ist Zeit für Musik und Tanz, für Essen und Trinken, für ein Gespräch und Gottes Segen. Egal, wie du kommst – Hauptsache, du kommst.“

21. Juni 2026, 15:00-18:00 Uhr
Ort: Xtra-Platz (vor der evangelischen Kreuzkirche und Kirchenpavillon, Kaiserplatz 1a, 53113 Bonn)



Mehr Infos

CaTZ*

Gemeinsam fuer Klima und Kopf: Kreativer Aktionsnachmittag mit der Waescherprinzessin



Am 26. Juni 2026 lädt die Wäscherprinzessin 2025/26 von Bonn-Beuel zu einem besonderen Nachmittag ein – für alle, die sich mit Klimakrise und psychischer Gesundheit auseinandersetzen möchten.

Ein kreativer Aktionsnachmittag rund um die Themen Klimakrise und psychische Gesundheit – mit der Wäscherprinzessin als Symbolfigur für Gemeinschaft. Der Nachmittag verbindet Kunst, Austausch und Handlungsimpulse und zeigt, wie wir Kopf und Klima gemeinsam stärken können.

Wann? Freitag 26. Juni 2026 15:30–17:00 Uhr

Wo? Möhneplatz, Bonn-Beuel, vor dem Rathaus

15:30 Uhr: Begrüßung mit der Wäscherprinzessin 2025/26,
Grüßwort von Lea Dohm

15:30 bis 18:30 Uhr:

Mitmachangebote zu Klimakrise/-anpassung und psychischer Gesundheit mit
Abenteuer Lernen, Alanus Hochschule, WiLa Bonn

Austausch & gemeinsames Gestalten an der Wäscheleine der Fähigkeiten

Warum dieser Aktionstag?

Die Klimakrise belastet nicht nur die Umwelt, sondern auch unsere psychische Gesundheit: Viele Menschen fühlen sich ohnmächtig, ängstlich oder überfordert. Gleichzeitig wissen wir, dass Gemeinschaft, Kreativität und kleine Schritte helfen können, handlungsfähig zu bleiben.

Termine im LebensRAUM Noeggerathstrasse 5

Gemeinsam kochen

Ein neues Projekt, um Menschen zusammenzubringen sind unsere Tellergespräche. Bei Interesse melden Sie sich gerne im LebensRAUM!

Unterwegs in Bonn

Spaziergang am Rhein
Samstag, 20.06.2026
11:00 bis etwa 12:30 Uhr
Treffpunkt: Rheinufer Beuel
am China-Schiff

Spaziergang im Ennert

Samstag, 11.07.2026
11:00 Uhr bis etwa 12:30 Uhr
Treffpunkt: Bushaltestelle
Ennertbad

Spaziergang in der Rheinaue

Samstag, 01.08.2026
11:00 Uhr bis etwa 12:30 Uhr
Treffpunkt: Rheinaue, Haupteingang
(Herbert-Wehner-Platz)

Kontakt

☎ 0228 7481152

✉ ts-zentrum@caritas-bonn.de


📍 LebensRAUM, Teilhabezentrum
Noeggerathstraße 5, 53111 Bonn.



Projektidee
"TopfGespräch - Teller & Talk"


Wir starten ein neues Projekt: **regelmäßige Kochabende**, bei denen **ökologisches und soziales Engagement** zusammenkommen. Menschen mit und ohne Deutsch als Erstsprache kochen gemeinsam, essen zusammen, tauschen sich aus und erweitern ganz nebenbei ihre Sprachkenntnisse. Gekocht wird mit geretteten Lebensmitteln – nachhaltig, kreativ und gemeinschaftlich.

Kontakt Fragen!?

 **Marie Wurscher (sie/ihr)**
marie.wurscher@caritas-bonn.de
(Signal): +49 1523 76 94 817

Warum Du dabei sein solltest:

- Du willst ein Projekt von Anfang an mitgestalten (Ideen für Organisation, Ablauf und Aktivitäten)
- Du magst Teamarbeit, gemeinsames Kochen & Begegnungen
- Du hast Interesse an Nachhaltigkeit
- Du bist offen für Menschen mit unterschiedlichen Sprachen



Kreativ und spielen

Kreativtreff – Malen am Mittwoch
17.06.26, 16:00 Uhr bis 18:00 Uhr
LebensRAUM – Noeggerathstraße 5

Café und Gespräch

Senior*innencafé
jeden 3. Mittwoch (Juni, Juli, August)
15:00 Uhr bis 17:00 Uhr
LebensRAUM – Noeggerathstraße 5

Dienstags-Café und Spieletreff

Offenes Kontaktangebot im
LebensRAUM
Jeden ersten Dienstag
im Juni, Juli, August
14:00 Uhr bis 16:00 Uhr
LebensRAUM – Noeggerathstraße 5

Selbstsicherheit

Kurs Selbstbehauptung
Interessierte können sich im
LebensRAUM melden. Kommt eine
Gruppe zustande, wird es drei
Termine geben.

CaTZ*

Rezept des Monats

Bandnudeln mit Hähnchen



250 g Bandnudeln
Salzwasser 200 g
Hühnerbrust 200 g
Gemüse nach Wahl
(z. B. Brokoli, Möhren, Erbsen)
1 Becher Schmelzkäse oder Schmand
mit Kräutern
0.5 Becher Sahne
Salz und Pfeffer



1 Die Bandnudeln im Salzwasser bissfest kochen. In der Zwischenzeit das Fleisch anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Gemüse dazugeben und ganz kurz mitbraten. Alles mit der Sahne ablöschen, kurz aufkochen und dann den Schmelzkäse/Schmand dazugeben und schmelzen lassen.

2 Nach Belieben abschmecken und die Bandnudeln dazugeben und in der Soße je nach gewünschter Bissfestigkeit fertigkochen lassen.



Kontakt- und Beratungsstelle CaTz:

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

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.

