

WAS WIR SIND:

Wir sind ein **Treffpunkt für alle Menschen ab 55 Jahren** im Ortsteil Grünhöfe.

Im neuen Glanz nach dem Umbau im November 2023 können Sie in den neu gestalteten Räumlichkeiten:

- **Gleichgesinnte treffen**
- **Klönen/Schnacken/sich austauschen**
- **einen Kaffee, einen Tee oder ein Kaltgetränk genießen**
- **an einer unseren diversen und kostenlosen Veranstaltungen oder Gruppenaktivitäten teilnehmen**

Darüber hinaus bieten wir die Möglichkeit einer ehrenamtlichen Beschäftigung an, bei der Sie sich aktiv einbringen und das Geschehen im Treffpunkt mitgestalten können.

Kommen Sie doch einfach mal vorbei!



WIR HABEN MONTAG - FREITAG
VON 9:00 – 17:30 UHR GEÖFFNET!

Impressum:

Sozialamt Bremerhaven (50/32)
vertreten durch den
Stadtrat Herrn Martin Günthner
Postfach 21 03 60
27524 Bremerhaven

Verantwortliche Dienststelle:

Seniorentreffpunkt Grünhöfe
Leitung: Michelle von Münster
Auf der Bult 10b
27574 Bremerhaven
Telefon: 0471 34060



Lizenz:

Die Texte dieser Publikation stehen grundsätzlich unter der Lizenz „Creative Commons Namensnennung – Nicht kommerziell – Keine Bearbeitung 3.0 (CC BY-NC-ND 3.0)“.

Bildrechte:

Titelbild: Pixabay

Innenseite: Magistrat Bremerhaven, Pixabay,
Media Lab Nord



BREMERHAVEN
MEER ERLEBEN!

PROGRAMMHEFT MAI - JUNI 2024
SENIORENTREFFPUNKT GRÜNHÖFE



SEESTADT
BREMERHAVEN

Sozialamt

Mai 2024

Freitag, den 03.05.2024

Kostenloses Frühstück der Hanel-Seniorenstiftung

09:00 – 10:30 Uhr

(Anmeldung ab sofort)

Freitag, den 10.05.2024 & 24.05.2024

„Mein Lieblingsrezept“ – Sammeln, Klönen und Nachkochen von Lieblingsrezepten

14:00 – 15:30 Uhr

(Anmeldung ab sofort)

Montag, den 13.05.2024

„Hanel's Mittagstisch“ – kostenloses Mittagessen der Hanel-Seniorenstiftung

Ab 12:30 Uhr

(Anmeldung ab sofort)

Dienstag, den 14.05.2024 & 28.05.2024

Bingo

14:00 – 16:00 Uhr

Kaffee + Kuchen: 2,50 €

(Anmeldung ab sofort)

Mittwoch, den 15.05.2024 & 29.05.2024

Skat

14:00 – 17:00 Uhr

Donnerstag, den 16.05.2024

Schlager-Wunsch-Party

17:00 – 19:00 Uhr

Spargelcremesuppe: 4,00€

(Anmeldung ab sofort)

Juni 2024

In Kooperation:

Mittwoch, den 05.06.2024

Müllsammel-Aktion in Grünhöfe

(Informationen folgen)

Donnerstag, den 06.06.2024

Tipps und Tricks gegen Sommerhitze von den Gesundheitsfachkräften im Quartier

15:00 – 16:30 Uhr

Dienstag, den 11.06.2024 & 25.06.2024

Bingo

14:00 – 16:00 Uhr

Kaffee + Kuchen: 2,50€

(Anmeldung ab dem 13.05.2024)

Mittwoch, den 12.06.2024 & 26.06.2024

Skat

14:00 – 17:00 Uhr

Donnerstag, den 20.06.2024

Sommerfest mit Musik

15:00 – 18:00 Uhr

Grill-Auswahl + Kaltgetränk: 5,50€

(Anmeldung vom 13.05.2024 – 14.06.2024)

Freitag, den 28.06.2024

„Mein Lieblingsrezept“ – Nachkochen der Rezepte im Süder Treff (Isländer Platz 3)

10:00 – 14:00 Uhr

(Anmeldung ab d. 13.05.2024)

Wöchentliche Angebote (kostenlos)

Montags 14:00-15:00 Uhr

(13.05.2024 & 27.05.2024)

„Tercüme bürosu“/Übersetzungs-Büro

Ehrenamtliche Übersetzungshilfe deutsch-türkisch

Montags 14:00 – 16:00 Uhr

Spielenachmittag

In Kooperation mit dem Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen

Dienstags 11:00 – 12:00 Uhr

Yoga und Entspannung mit Almut

Mittwochs 12:00 – 13:00 Uhr

Sitzgymnastik mit Mercedes Rubel

Mittwochs 13:00 – 15:00 Uhr

Kognitives Training mit Mercedes Rubel

Donnerstags 10:00 – 11:00 Uhr

(16.05.2024 – 13.06.2024)

Smartphone-Kurs für Einsteiger mit dem Media Lab Nord

NEU! Ab Juli 2024

Ab dem 05.07.2024

Freitags 15:00 – 16:00 Uhr

Heiterkeit zum Wochenende (Lachyoga) (Anmeldung ab sofort)

Dienstag, den 02.07.2024

Linedance-Workshop

(Anmeldung ab 12.06.2024)