

## 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**
- **Gesellschaftsspiele spielen**
- **einen Kaffee, einen Tee oder ein Kaltgetränk genießen**
- **an einer unserer 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: Michelle von Münster



**BREMERHAVEN**  
**MEER ERLEBEN!**

**PROGRAMMHEFT JULI - AUGUST 24**  
**SENIORENTREFFPUNKT GRÜNHÖFE**



SEESTADT  
BREMERHAVEN  
Sozialamt

## JULI 2024

*Dienstag, den 02.07.2024*

### **Linedance-Workshop**

10:00 – 12:00 Uhr

(Anmeldung ab sofort)

*Freitag, den 05.07.2024*

### **80er-Jahre Party mit Chrizzy Dee**

16:30 – 19:30 Uhr

Kartoffelsalat + Würstchen: 4,00€

(Anmeldung ab sofort)

*Dienstag, den 09.07.2024 & 23.07.2024*

### **Bingo (mit Anmeldung)**

14:00 – 16:00 Uhr

Kaffee + Kuchen: 2,50€

*Mittwoch, den 10.07.2024 & 24.07.2024*

### **Skat (mit Anmeldung)**

14:00 – 17:00 Uhr

*Freitag, den 12.07.2024*

### **Kostenloses Frühstück der Hanel-Seniorenstiftung**

09:00 – 10:30 Uhr

(Anmeldung ab sofort)

*Mittwoch, den 17.07.2024*

### **„Hanel Mittagstisch“ – kostenloses Mittagessen der Hanel-Seniorenstiftung**

Ab 12:30 Uhr

(Anmeldung ab sofort)

*Donnerstag, den 25.07.2024*

### **Sommerparty mit Dardo Balke**

16:30 – 19:30 Uhr

Bratwurst im Brötchen: 2,00€

(Anmeldung ab dem 01.07.2024)

## AUGUST 2024

*Freitag, den 26.07.2024 & 02.08.2024*

### **„Mein Lieblingsrezept“ – Nachkochen der Rezeptesammlung im Süder Treff (Isländer Platz 3)**

10:00 – 14:00 Uhr

(Anmeldung nicht mehr möglich)

*Dienstag, den 06.08.2024 & 20.08.2024*

### **Bingo**

14:00 – 16:00 Uhr

Kaffee + Kuchen: 2,50€

(Anmeldung ab dem 15.07.2024)

*Mittwoch, den 07.08.2024 & 21.08.2024*

### **Skat**

14:00 – 17:00 Uhr

(Anmeldung ab dem 15.07.2024)

*Donnerstag, den 15.08.2024*

### **Karaoke-Party mit Vivian Glade**

17:00 – 19:00 Uhr

Kartoffelsalat + Frikadelle: 4,00€

(Anmeldung ab dem 15.07.2024)

*Freitag, den 16.08.2024*

### **Lesung: „Klaus Rabe und seine Schoner“ Geschichten über das Leben auf einem Segelschiff**

15:00 – 17:00 Uhr

Kaffee + Kuchen: 2,50€

(Anmeldung ab dem 15.07.2024)

*Freitag, den 30.08.2024*

### **„Frühstücks Schnack Grünhöfe“**

9:00 – 10:30 Uhr

2 halbe belegte Brötchen + Obst + Kaffee satt:

5,00€

(Anmeldung ab dem 29.07.2024)

## WÖCHENTLICHE ANGEBOTE (KOSTENLOS)

*Montags 10:00 – 13:00 Uhr*

### **Probe des Salon Orchesters**

*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*

### **Gedächtnistraining mit Mercedes Rubel**

## NEU! AB SEPTEMBER/OKTOBER 2024

*Ab Mittwoch, den 18.09.2024:*

*Jeden 3. Und 4. Mittwoch im Monat*

### **Kennenlern-Café zum Kontakteknüpfen**

15:00 – 16:00 Uhr

Kaffee beim Angebot gratis

Max. 10 Personen

(Anmeldung ab dem 19.08.2024)

*Freitag, den 11.10.2024*

### **Herbstball mit musikalischer Begleitung des Salon Orchesters**

15:00 – 17:00 Uhr

(Anmeldung ab September)