

BoddenhusJournal

Hauszeitung für Jung und Alt mit Tipps und Informationen für mehr Lebensfreude

Oktober | 10 / 2014 Ehemalige Tanzgaststätte in Greifswald wieder für alle geöffnet!

Numero 1

Zentrum für Aktive:

Feierliche Eröffnung des
»**Boddenhus**«
mit Angela Merkel
& Kerstin Winter

Fit für Alle:

Physiotherapie,
Sport, Friseur
& Kosmetik

Einzigartiges für Jeden:

Besondere
Veranstaltungen

Frisches gegen Falten:

Angebote
des »Frische-Bistros«

NEUERSCHEINUNG



Cover Harald Larisch | Foto Felix Winter

Ein Ort für Alle!

Die in der Mitte des Bildes ist Paula, vier Jahre.

»Paula, weißt Du, wer uns heute besuchen kommt?«

»Ja, weiß ich!«

»Das ist die wichtigste Frau der Welt.«

»Ja, das weiß ich! Und sie singt »Atemlos«!«

Das »Boddenhus« wurde vor wenigen Tagen von der Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel eröffnet und es war mir persönlich eine große Ehre und Freude, diesen besonderen Gast in unserem Haus begrüßen zu können. Frau Dr. Merkel betonte in ihrer Eröffnungsrede das einzigartige Konzept unseres Hauses, das Jung und Alt anspricht, gesundes Altern ermöglicht und die ländliche Region stärkt.

ge 2030 – eine Antwort auf den demografischen Wandel« ausgezeichnet. Mit dabei – unser Aktivzentrum. Heute, fast auf den Tag genau drei Jahre später, haben sich die Türen unseres Hauses für alle Gäste aus Greifswald und Umgebung geöffnet.

Im Frische-Bistro warten täglich gesunde Gerichte auf Sie. Ganz besonders beliebt sind unsere selbstgebackenen Kuchen und Torten. Für Jung und Alt finden Sie in unserem Haus jeden Tag ein abwechslungsreiches Veranstaltungsprogramm. Welche das sind, das erfahren Sie auf den kommenden Seiten und ab sofort regelmäßig in unserem neuen Boddenhus-Journal. Unsere Hauszeitung informiert Sie auch über unsere Speiseangebote und aktuelle Ereignisse in unserem Haus und in unserem Verein. Folgende Ausgaben erhalten Sie über unsere Internetseite oder zum Mitnehmen im »Boddenhus«.

Ich freue mich, Sie im »Boddenhus« begrüßen zu können. Erleben Sie mit uns täglich Genuss und Lebensfreude für Jung und Alt.

Herzlichst Ihre

Kerstin Winter

Liebe Leserin,
lieber Leser,
herzlich Willkommen
im »**Boddenhus**«!

Mich persönlich bewegten die Worte unserer Kanzlerin sehr. In meinen zehn Jahren als Geschäftsführerin war dieser Tag ein ganz besonderer Höhepunkt. Die Entwicklung und Umsetzung des »Boddenhus« war nicht nur für mich, sondern auch für unsere Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern eine besondere Herausforderung. Bundesweit wurden 2011 lediglich 6 Projekte als Preisträger des Wettbewerbs »Daseinsvorsor-



Die Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel nahm sich am 2. Oktober Zeit, um das Aktivzentrum »Boddenhus« der Volkssolidarität Greifswald-Ostvorpommern in Greifswald feierlich zu eröffnen. Sie lobte in ihrer Eröffnungsrede nicht nur das einzigartige Haus, das gesundes Altern ermöglicht, sondern auch die Geschäftsführerin Kerstin Winter, die die Umsetzung des Projektes mit ihrem engagierten



Einsatz erst möglich machte. Zusammen mit Kerstin Winter, der kleinen Paula und Oberbürgermeister Dr. Arthur König durchschnitt die Bundeskanzlerin anschließend symbolisch das Rote Band. Nach einer Hausführung ging es weiter im Frische-Bistro. Dort eröffnete die Bundeskanzlerin den Showcooking-Bereich durch Abschmecken einer frisch zubereiteten Linsensuppe, die sie als lecker befand. Zum Abschluss des Besuchs pflanzte sie mit Matthias Lietz, Mitglied des Bundestags und Kerstin Winter den Apfelbaum »Pommerscher Krummstiel«.

Aber auch nach dem Abschied der Bundeskanzlerin standen noch viele Aktivitäten für Jung und Alt auf dem Programm. Eine Hüpfburg, Kinderschminken, ein Mal- und Bastelstand und auch Torwandschießen luden zum Aktiv sein ein. Für die musikalische Begleitung sorgten die Chöre der Volkssolidarität, ein Blasorchester und Thomas Putensen mit seinem Klavier. Die Tanzgruppe der Volkssolidarität aus Hohen-

dorf mischte im Trubel schwungvoll mit und die Steppkes der VS-Kita aus Bandelin erheiterten mit ihren Liedern die Gäste auf dem großen Familienfest.

»Gesundes Essen, Bewegung und eine Riesenportion Lebensfreude für Jung und Alt ist das Wohlfühlrezept des »Boddenhus«, erklärt Kerstin Winter.



Auch zur feierlichen Eröffnung war das zu spüren. Und wer bis jetzt noch nicht hereingeschaut hat, ist herzlich eingeladen. Vielleicht sogar als glücklicher Finder eines Kaffee-Gutscheins?

»Das Haus ist eine einzige Liebeserklärung an Senioren.«
Kerstin Winter



»Alt wie ein Baum, möchte ich werden ...«



Diese waren nämlich an die einhundertfünfzig Luftballons gebunden, die Bundeskanzlerin Dr. Angela Merkel zusammen mit den circa 1.000 Gästen in die Lüfte steigen ließ.



»Seltsam: Auch die größten Vegetarier beissen nicht gern ins Gras.«

Joachim Ringelatz

Geburtstag, Hochzeit, Jubiläum?

Feiern Sie mit Ihren Gästen dort, wo es am Schönsten war und ist – im Greifswalder »Boddenhus«!
Wir sind für Sie da: **03834/8532210**



Das Team um Küchenmeister Silvio Zühlsdorf zaubert täglich die verschiedensten Gerichte und Desserts für seine Gäste. Dabei findet sich für jeden Gaumen eine kleine oder große Leckerei. Zum Mittagstisch besticht ein breites Angebot und erschwert so manches Mal die Auswahl. Hat man sich dann entschieden, fällt der Blick bereits auf die leckeren Torten und den Kuchen, der frisch nach Omas Rezepten gebacken ist. Und auch Allergiker müssen sich im Frische-Bistro nicht einschränken. Lactose – oder glutenfreier Kuchen wird hier ab sofort genauso angeboten, wie schon jetzt unsere koffeinfreien Kaffeespezialitäten. Damit auch die Kleinsten Platz am Tisch finden, stehen mit Liebe zum Detail geschaffene Kinderstühle zur Verfügung. Auch an Spielzeug mangelt es nicht, so dass einem gelungenen Familientag im »Boddenhus« nichts entgegensteht.



Verantwortlich für die leckere und frische Zusammenstellung im Frische-Bistro ist unser Küchenmeister **Silvio Zühlsdorf**. Seine langjährige gastronomische Erfahrung in renommierten



Häusern im europäischen Ausland, auch im Bereich Gala-Dinner und Silvester, sind der Garant für das Frischeangebot im Restaurant des »Boddenhus«.

Hausgemachtes Tortensortiment im »Boddenhus«-Café:

Ob Buttercremetorte mit Schokolade oder Zitrone, Frankfurter Kranz, Kekstorte, frischer Obstblechkuchen oder Boddenwind-Beutel – wählen Sie! Genießen Sie dazu eine unserer vielfältigen Kaffeespezialitäten.

Kleine Kunstwerke

Aus den Händen unserer Handarbeitsgruppe erhielt Geschäftsführerin Kerstin Winter neue Tischdecken für unser Café im Aktivzentrum.



Viele Lesungen, Vorträge, plattdeutsche Nachmittage, Tanzkaffee, Kaffeehausmusik sowie Schach, Skat oder Tablet-Kurse laden gantztägig zum genussvollen Verweilen ein.

Acht Hochbeete und einhundert Kräuterstauden – zwanzig Studenten und fünfzehn Senioren pflanzten gemeinschaftlich.

Mitte Oktober trafen sich Studenten der Landschaftsökologie und Bewohner der Seniorenresidenz »Am Boddenhus« im Nutzgarten am Karl-Liebnecht-Ring 1. Gemeinsam wollten sie Kräuterstauden aus kontrolliert biologischem Anbau in die Hochbeete pflanzen und nebenbei auch ganz viel klönen. Dabei wurden nicht nur wertvolle Pflanztipps ausgetauscht, sondern auch die ein oder andere Lebensweisheit weitergegeben. Die Pflanzaktion war erst der Anfang. Zukünftig werden am Aktivzentrum »Boddenhus« noch Gartenbeete angelegt und Fruchtsträucher gepflanzt. »Es soll ein Generationengarten entstehen, in dem sich Jung und Alt treffen, gemeinschaftlich gärtnern und Erfahrungen austauschen. Einfach einen schönen Tag erleben.« so Kerstin Winter, Chefin des Vereins. Die Ernte wird gleich im Haus verarbeitet. Frische Kräuter verwertet Küchenmeister Silvio Zühlsdorf im Frische-Bistro des »Boddenhus«, wo täglich eine gesunde Mahlzeit auf seine Gäste wartet. Auch Kochkurse und Workshops zu gesunder Ernährung stehen auf dem Veranstaltungsplan.

Anmeldung & Information:

Volkssolidarität

Greifswald-Ostvorpommern e.V.
Simone Kagemann
03834/8532281 oder
simone.kagemann@
volkssolidaritaet.de
AstA Greifswald: Maike Stumpf
03834/86175

Man nehme Steckrüben, Kartoffeln, Möhren, eine Handvoll Kochbegeisterte, gemischt mit guter Laune und schon ist man mittendrin im Kochkurs im »Boddenhus«. Freuen Sie sich auch auf die nächsten Kochkurse im »Boddenhus« der Volkssolidarität am Karl-Liebnecht-Ring 1 in Greifswald.

Unsere Termine:

Samstag | 25. Oktober 2014
9 bis 12 Uhr
Frische Nudeln selbstgemacht

Freitag | 31. Oktober 2014
9 bis 11 Uhr
Wir backen schaurig schöne Halloween-Kekse

Rezept für Omas Wrukeneintopf (Zutaten für 6 Personen)

- 1 kg Wrucke
- 750 g Kartoffeln
- 500 g Schweinefleisch
- 125 g Schinkenspeck
- 2 Zwiebeln
- Salz, Pfeffer & Thymian
- 125 ml Weißwein
- Gemüsebrühe,
- Fett zum Anbraten

Das Fleisch abspülen, trockentupfen und in kleine Würfel schneiden. Fett in einem Topf erhitzen und die Fleischwürfel anbraten. Zwiebeln schälen, fein würfeln und kurz mit erhitzen. Wruke und Kartoffeln schälen, in Würfel schneiden und in den Topf geben. Weißwein zugießen und das Ganze mit so viel Gemüsebrühe aufgießen, dass alles gut mit Flüssigkeit bedeckt ist. Dann alles zusammen aufkochen lassen, einmal durchrühren und dann bei kleiner Hitze etwa eine Stunde vor sich hin köcheln lassen.

Den Wrukeneintopf mit Salz, Pfeffer und ganz viel Thymian abschmecken und in vorgewärmten Suppentellern servieren. Gutes Gelingen und lassen Sie es sich schmecken.

Gemeinsam sähen, gemeinsam ernten und dann ...



... gemeinsam kochen!

In »Omas Kochkurs«!

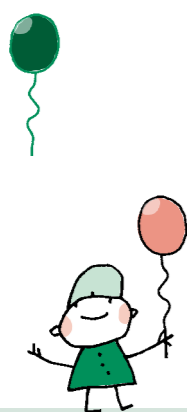
Wollknäuel! Oder wie sonst?

Wichtiger Hinweis in eigener Sache:

Sie können unsere Schafe gern streicheln.
Bitte aber füttern Sie die Tiere nicht,
denn dies kann zu schweren Krankheiten führen.
Unsere Mitarbeiter kümmern sich um
das Wohl der Schafe.



**Kinder,
wie die Zeit
vergeht –
die Uni-Kita
erwartet im Mai
2015 ihre kleinsten
Studenten!**



Vor wenigen Tagen haben ein männliches und ein weibliches Quessantschaf hier bei uns im Boddenhus ihr neues Quartier bezogen. Quessantschafe – auch Bretonisches Zwergschaf genannt – ist die kleinste Schafrasse Europas. Noch hat unser Tiernachwuchs keinen Namen. Aber das soll sich ändern und Sie können uns dabei helfen. Unsere Mitarbeiter in der Geschäftsstelle im »Boddenhus« nehmen Ihre Vorschläge gern bis zum 15. November entgegen.

Simone Kagemann | **03834/8532281**
simone.kagemann@volkssolidaritaet.de



Besuchen Sie unsere Physiotherapie im »Boddenhus«. Die Praxis ist für alle Kassen zugelassen. Wir bieten vielseitige Therapie- und Massageprogramme. Außerdem geht es in unserem Bewegungsraum sportlich zu – von Wirbelsäulengymnastik, Fit im Alter, Fahrrad-Ergometertraining, Nordic-Walking, Zumba bis Salsa ist das Programm abwechslungsreich. Rufen Sie uns an (Telefon 03834 8532 270) oder kommen Sie vorbei.

Außerdem öffnet ab 1. November in unserem Haus das Friseurteam Bartels seine Türen und bietet Ihnen täglich ein vielseitiges Schönheitsprogramm.

Auf dem Campus der Universitätsmedizin in Greifswald feierte unser Verein mit weit über 100 Gästen das Richtfest der Uni-Kita. Die entstehende Einrichtung orientiert sich an den pädagogischen Grundsätzen von Sebastian Kneipp und wird 100 Plätze vorhalten, vorrangig für Kinder der Mitarbeiter der Uni-Medizin. Strahlender Sonnenschein begleitete die Grußworte von unserer Geschäftsführerin Kerstin Winter, die sich ab Mai 2015 ein volles Haus mit zufriedenen Kindern wünscht. Es strahlten aber auch die Kinderaugen der VS-Knirpse aus Dersekow, die zu musikalischer Höchstform aufliefen und die zahlreich erschienene Gäste zum Mitsingen animierten. Fehlen durften natürlich auch nicht die obligatorische Richtfestkrone und der Richtfestspruch. Anschließend schlug Bauherrin Kerstin Winter souverän den Nagel in den Dachstuhl und vollendete so die Traditionen des Richtfestes.

Unsere VS-Chefin betonte die Besonderheit der Uni-Kita: »Durch eine mögliche Randzeitenbetreuung, bis hin zu 24 Stunden, werden wir den Ansprüchen der Arbeitszeiten der Universitätsmedizin gerecht.«



Kaffee

Kaffee Haus Musik
Musik

mit Professor

Gregor Putensen

im »Boddenhus«
Karl-Liebknecht-Ring 1

Musik mit Sahne? Das geht!

Gönnen Sie sich eine Pause mit doppeltem Genuss und lauschen Sie den Klavierklängen von Professor Gregor Putensen. Schlemmern Sie dazu eine Kaffeevariation (gerne auch entkoffeiniert) und wählen Sie aus unseren hausgemachten Tortenspezialitäten.

S O N N T A G

26.
Oktober

ab **14.30** Uhr

Familien Brunch



Schlemmen & Genießen

im »Boddenhus«
am Karl-Liebknecht-Ring 1

SONNTAG

26. Oktober

10 bis 14 Uhr

Sie können sich nicht nur am leckeren und reichhaltigen Buffet bedienen. Auch unsere Bibliothek und die Spielecke stehen für die kleinen Gäste bereit und unsere Quessantschafe im Außenbereich können gern gestreichelt werden.

Wir freuen uns auf Sie!

Bitte melden Sie sich unter **03834/8532210** an oder per Mail mit Namen und Personenzahl an boddenhus@volkssolidaritaet.de.

Preis pro Person **17,50** Euro
Kinder (3 bis 12 Jahren) **7,50** Euro
Kinder bis 3 Jahre kostenfrei
(gefilterter Kaffee, Wasser,
Saft und Milch in Karaffen sowie Buffet
inklusive)

Montag / 20. Oktober

Erbseneintopf mit Gemüse, Kartoffeln & Wiener Würstchen 4,90 €
 Kartoffel-Gemüse-Strudel 4,90 €
 Fitness-Salat 4,70 €

Dienstag / 21. Oktober

Putengeschnetzeltes in Sahnesauce mit Gemüseris 4,90 €
 Kartoffel-Broccoli-Gratin 4,90 €
 Kartoffel-Sellerie-Suppe 3,90 €

Mittwoch / 22. Oktober

Jägerschnitzel mit Kohlrabigemüse und Kartoffeln 4,90 €
 Karotten-Ingwer-Ragout auf Kräuterkartoffeln 4,90 €
 Mediterraner Salat 4,70 €

Donnerstag / 23. Oktober

Gebatene Hähnchenbrust mit Erbsen & Petersilienkartoffeln 4,90 €
 Vegetarische Gemüse-Reis-Pfanne 4,90 €
 Geflügelsuppe mit Eierstich, Gemüsestreifen 3,90 €

Freitag / 24. Oktober

Boulette mit Karottengemüse und Salzkartoffeln 4,90 €
 Junge Kartoffeln vom Bio-Bauernhof mit Kräuterquark 4,90 €
 Champignoncremesuppe mit Knoblauch-Croutons 3,90 €

Samstag / 25. Oktober

Schweineschnitzel mit Mischgemüse & Salzkartoffeln 4,90 €
 Champignons a la Creme mit Serviettenknödeln 4,90 €
 Honigmelonen-Strauchtomaten-Salat 4,70 €

Sonntag / 26. Oktober

Gefüllter Scheinebraten mit Apfelrotkohl & Petersilienkartoffeln 4,90 €
 Farfalle mit Tomaten-Basilikum-Sauce 4,90 €
 Eisbergsalat mit Cherry-Tomaten,
 Paprika an Senf-Honig-Dressing 4,70 €

Änderungen und zusätzliche Angebote vorbehalten.



Montag / 27. Oktober

Gebackene Hähnchenkeule mit Blumenkohlgemüse 4,90 €
 Kartoffel-Gemüse-Ragout mit Sahnesauce 4,90 €
 Vital-Salat mit Honig-Senf-Dressing & gebratener Hähnchenbrust 4,70 €

Dienstag / 28. Oktober

Linseneintopf mit Gemüse, Kartoffeln & Knacker 4,90 €
 Penne mit Cherry-Tomaten und Pesto 4,90 €
 Kürbiscremesuppe mit gerösteten Kernen 3,90 €

Mittwoch / 29. Oktober

Schweinegulasch mit Apfelrotkohl & Kartoffelklößen 4,90 €
 Gemüse-Risotto 4,90 €
 Salatvariation mit Balsamico-Dressing 4,70 €

Donnerstag / 30. Oktober

Hühnerfrikassee mit Gemüseris 4,90 €
 Pfannengemüse mit Rosmarinkartoffeln 4,90 €
 Broccolicremesuppe 3,90 €

Freitag / 31. Oktober

Zwei Matjesfilet mit Hausfrauensauce & Salzkartoffeln 4,90 €
 Gnocchi mit Tomaten-Basilikum-Sauce 4,90 €
 Salatherzen mit Cherry-Tomaten, Paprika, Gurken & Croutons 4,70 €

Samstag / 1. November

Gefüllte Rote Paprikaschote mit Petersilienkartoffeln 4,90 €
 Gemüse-Lasagne mit Schnittlauchsauce 4,90 €
 Mecklenburger Kartoffelsuppe mit Speck & Majoran 4,70 €

Sonntag / 2. November

Kasselerkotelett mit grünen Bohnen & Kartoffeln 4,90 €
 Kürbis-Karotten-Ragout mit Ingwer, Kräutern & Sahnesauce 4,90 €
 Herbstliche Blattsalate an Himbeer-Dressing & Mandelsplittern 4,70 €

Das Speiseangebot ist nur ein Auszug aus unserer Speisekarte.
 Im Frische-Bistro erwarten Sie weitere leckere und frisch zubereitete Wochenangebote unseres Küchenmeisters Silvio Zühlsdorf.

STELLENAUSSCHREIBUNG

**AktivZentrum
 »Boddenhus«**

Mein Traum:

Ein einzigartiges Arbeitsumfeld mit herausfordernden Aufgaben

Koordinierungsstelle (w/m)

Sie besitzen ein hohes Organisationstalent, gastronomische oder kaufmännische Vorkenntnisse bzw. eine Ausbildung in diesem Bereich und sind gut vernetzt? Sie sind Schnittstelle zwischen Service, Küche und Geschäftsstelle und koordinieren die Abwicklung sämtlicher Veranstaltungen im Haus. Damit verbunden ist eine aktive Ansprache aller beteiligten Partner nach außen sowie innen.

Leiter Physiotherapie (w/m)

Entwickeln Sie gemeinsam mit uns ein bundesweit einzigartiges Sport-, Reha- und Therapieangebot! Neben Ihrer abgeschlossenen physiotherapeutischen Ausbildung bringen Sie nicht nur Berufserfahrung mit. Sie besitzen außerdem umfangreiche Fachkenntnisse und können eigenständig arbeiten.

Ihre aussagekräftige Bewerbung richten Sie bitte ab sofort per E-Mail oder schriftlich an:

Volkssolidarität
 Greifswald-Ostvorpommern e.V.
 Geschäftsstelle »Boddenhus«
 Kerstin Winter
 Karl-Liebke-Ring 1
 17491 Greifswald
 Boddenhus@Volkssolidaritaet.de
 www.vs-hgw-ovp.de

Bewerbungs-, Vorstellungs- und Übernachtungskosten werden nicht übernommen.

**Musikantenscheune
 DER VOLKSSOLIDARITÄT**

**am 25. Oktober 2014
 in der Torgelower Stadthalle
 von 14 bis 19.30 Uhr**



Kerstin Winter präsentiert Ihnen:

- ♦ »Die Zillertaler«
- ♦ Die »Tanzsportgemeinschaft Lilienthalstadt Anklam e.V.«
- ♦ Böhmisches Blasmusik

Freuen Sie sich außerdem auf:

- ♦ Thomas Putensen
- ♦ Tanz mit DJ Richie
- ♦ Hausgemachten Kuchen
- ♦ Die große Saalwette
- ♦ Einen zünftigen Abendimbiss

... und weitere Überraschungen.

Preis 28 Euro pro Person
 (inkl. Kaffee, Kuchen, Abendimbiss, Programm und Bustransfer)

Wir möchten Sie bitten, traditionsgemäß Ihr Kaffeegeschirr mitzubringen. Ihre Anmeldung nehmen wir gern in der Geschäftsstelle der Volkssolidarität Greifswald-Ostvorpommern e.V., Heilige-Geist-Straße 2 / 17389 Anklam (Telefon **03971/2905460**) entgegen.



Montag	20. Oktober	8.30 Uhr 9 Uhr 14 bis 16 Uhr 14 Uhr	Mach mit, mach's nach: Früh-Sport im Freien Fahrradergometer / Crosstraining Kreistänze für Jung und Alt Vortrag: Gripeschutz - Für den Herbst gewappnet sein!
Dienstag	21. Oktober	9 Uhr 9 bis 10 Uhr 10 bis 11 Uhr 10 bis 15 Uhr 13 Uhr 14 bis 16 Uhr 15 bis 16 Uhr	Fahrradergometer / Crosstraining ZUMBA Nordic-Walking Reisesprechstunde – Beratung zu aktuellen Reiseangeboten! Fahrradtour in den Elisenhain (Fahrräderausrüstung möglich) Die digitale Welt mit den Senioren-Botschaftern »SilverSurfer« Wirbelsäulengymnastik
Mittwoch	22. Oktober	8.30 Uhr 9 Uhr 10 bis 11 Uhr 10.30 bis 11 Uhr 12 bis 17 Uhr 14 bis 15.30 Uhr ab 14.30 Uhr 18.30 bis 19.30 Uhr 19.30 bis 20.30 Uhr	Mach mit, mach's nach: Früh-Sport im Freien Fahrradergometer / Crosstraining Sport & Gymnastik für Senioren Ohren gespitzt – Vorlesezeit für kleine Entdecker Skat-Club Tanzen für Menschen mit eingeschränktem Sehvermögen »Stehrum«-Party Tausch alter Kostbarkeiten – bitte eingepackt mitbringen. SALSA / Fortgeschrittene SALSA / Anfänger
Donnerstag	23. Oktober	9 Uhr 10 bis 11 Uhr ab 14 Uhr 14 Uhr 18 bis 19 Uhr	Fahrradergometer / Crosstraining Wirbelsäulengymnastik Schach-Club Operettennachmittag mit Peter Schmidt »Ich spiel mit dir – Hochzeitsnacht im Paradies« ZUMBA
Freitag	24. Oktober	8.30 Uhr 9 Uhr 10 bis 11 Uhr 10 Uhr 14 bis 15 Uhr	Mach mit, mach's nach: Früh-Sport im Freien Fahrradergometer / Crosstraining Schulter – Fit – Kurs Hausführung mit Vorstellung aktueller Veranstaltungen Bastelstrecke: Rund um die Kastanie
Samstag	25. Oktober	9 bis 12 Uhr	Special zum Welt-Nudeltag: Kochkurs / Frische Nudeln selbst gemacht
Sonntag	26. Oktober	10 bis 14 Uhr ab 14.30 Uhr	Familienbrunch mit Spielecke und Vorlesezeit Kaffeehaus-Musik mit Prof. Gregor Putensen



Montag	27. Oktober	8.30 Uhr 9 Uhr 14 bis 16 Uhr 14 Uhr	Mach mit, mach's nach: Früh-Sport im Freien Fahrradergometer / Crosstraining Kreistänze für Jung und Alt Vortrag: Ernährung und Diabetes – Wie wirkt sich eine gesunde Ernährung aus?
Dienstag	28. Oktober	9 Uhr 9 Uhr 9 bis 10 Uhr 10 bis 11 Uhr 10 bis 15 Uhr 14 Uhr 15 bis 16 Uhr	Fahrradergometer / Crosstraining »Tortenkurs« ZUMBA Nordic-Walking Reisesprechstunde / Beratung zu aktuellen Reiseangeboten! Wir suchen den Kegelmeister! Wirbelsäulengymnastik
Mittwoch	29. Oktober	8.30 Uhr 9 Uhr 10 bis 11 Uhr 10.30 bis 11 Uhr 12 bis 17 Uhr 14 bis 15.30 Uhr ab 15 Uhr 18.30 bis 19.30 Uhr 19.30 bis 20.30 Uhr	Mach mit, mach's nach: Früh-Sport im Freien Fahrradergometer / Crosstraining Sport & Gymnastik für Senioren Ohren gespitzt – Vorlesezeit für kleine Entdecker Skat-Club Tanzen für Menschen mit eingeschränktem Sehvermögen Soziale Beratung – anonym, für Menschen mit sozialen, familiären und finanziellen Problemen SALSA / Anfänger SALSA / Fortgeschrittene
Donnerstag	30. Oktober	9 Uhr 10 bis 11 Uhr ab 14 Uhr 14 Uhr 18 bis 19 Uhr	Fahrradergometer / Crosstraining Wirbelsäulengymnastik Schach-Club Bingo-Nachmittag ZUMBA
Freitag	31. Oktober	9 bis 11 Uhr 12 bis 15 Uhr 15 Uhr	Backkurs / Wir backen schaurig schöne Halloween-Kekse Bastelstrecke: Halloween-Dekoration für das Grusel-Kabinett Kaffee und Kuchen im Gruselkabinett
Samstag	1. November	ab 14 Uhr	Herzblatt-Single-Tanz-Party Ü 50
Sonntag	2. November	ab 14.30 Uhr	Klassik zum Träumen – bei Kaffee und Kuchen

Wo verbringen Sie Ihre **Weihnachtszeit**? Feiern Sie Weihnachten und **Silvester** mit uns im »Boddenhus«. Es erwarten Sie köstliche Weihnachts- und Silvester-Gerichte mit Tanzmusik im Wohlfühlambiente. Unser Shuttle bringt Sie sicher heim!



»Mama« schmeckts!



»Boddenhus«



Physiotherapie



Frische-Bistro



Sportgarten



Eröffnung



FamilienBrunch



Seit Angelika Merkel an der Seite von Bauherrin Kerstin Winter am 2. Oktober 2014 genußvoll das »**Boddenhus**« eröffnet hat, stehen die Angebote der ehemaligen Tanzgaststätte wieder **allen** Greifswaldern und ihren Gästen täglich von 10 bis 17 Uhr offen:

/ I M P R E S S U M /

Volkssolidarität

Greifswald-Ostvorpommern e.V.

Geschäftsstelle »**Boddenhus**«

Karl-Liebknecht-Ring 1

17491 Greifswald

03834 / 8532210

boddenhus@volkssolidaritaet.de

www.vs-hgw-ovp.de

Auflage: 40.000 Stück

Redaktion / Text

Stefanie Niemeyer, Simone Kagemann

Text / Layout / Satz / Grafik

Harald Larisch

www.toepferei-grapenstieten.de

- **Mittagstisch im Frische-Bistro**
vollwertig & frisch zum kleinen Preis
- **Tortenspezialitäten im Café**
alle Kaffeevariationen auch entkoffeiniert
- **Physiotherapie & Sportkurse**
- **Bunte Veranstaltungen**
für den Körper & den Geist
- **News, Tipps & Speisepläne**
www.volkssolidaritaet-hgw-ovp.de/aktivzentrum-boddenhus/
- **Veranstaltungsräume buchen**
von Geburtstagsfeier bis Goldene Hochzeit
Wir begleiten Sie gerne!

