

# BoddenhusJournal

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

Februar | 2/2015

Ehemalige Tanzgaststätte in Greifswald wieder für alle geöffnet!

Nummero 4

## **A**lles unter einem Dach:

### **Beschwingt:**

**K**urse für Tanzfreudige

### **Duftend:**

**S**trudelzeit  
am Freitag

### **Köstlich:**

**F**rühstück  
am Wochenende

### **Kreativ:**

**N**ähkurse für  
Jung &  
Alt

### **Verliebt:**

**C**andle-Light-Dinner

### **Verspielt:**

**S**chachschule

### **Fetzig:**

**K**inderdisco mit Pasta satt

WINTERAUSGABE

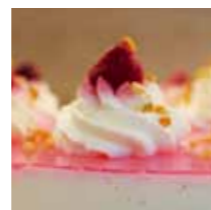




# Torten & Kuchen Boddenhus



**Ofenwarme  
Strudel**  
immer  
freitags ab 14 Uhr



**Pure Verführung**  
von unserer Hauskonditorei:

- Eisbecher Boddenhus-Spezial
- Frankfurter Kranz
- Schwarzwälder Kirschtorte
- Kalter Hund
- Amaretto-Torte
- Schoko-Butter-Torte
- Haustorte

und weitere hausgemachte Spezialitäten



Welche Torte nimmst Du? Die Größte!

In das Jahr sind Sie sicherlich mit guten Vorsätzen gestartet. Unser Veranstaltungsprogramm hilft Ihnen dabei Kreativität, Bewegung, gesunde Ernährung und Erholung zu finden – alles unter einem Dach. Den Februar können Sie mit uns beschwingt durchtanzen mit Zumba, Salsa oder Disco-Mix. Oder üben Sie gerade für Ihren Hochzeitstanz? Dann finden Sie in unserem Sportbereich professionelle Tanzlehrer. Sie wollten schon immer selbst schneiden, können aber nicht mit einer Nähmaschine umgehen, dann besuchen Sie den Nähkurs im »Boddenhus«. Auch im Frische-Bistro haben wir unser Angebot für Sie erweitert. An jedem Freitag ab 14

Uhr duftet unser ganzes Haus nach frischem ofenwarmen Strudel. Genießen Sie die verschiedenen handgemachten Variationen. Schlafen Sie am Wochenende auch mal wieder aus und kommen Sie dann zu uns. Denn an jedem Wochenende von 9 bis 11.30 Uhr erwartet Sie ein reichhaltiges Frühstücksbuffet. Verpassen Sie dennoch nicht den Valentinstag am 14. Februar! Verliebte, Verlobte, Verheiratete und Glückliche können bei uns ein romantisches Candle-Light-Dinner mit 3-Gang-Menü und Klaviermusik erleben. Aber das ist noch nicht alles. Das komplette Veranstaltungsprogramm sehen Sie auf den folgenden Seiten. Ich wünsche Ihnen eine kurzweilige Zeit, nicht nur mit diesem Heft, sondern auch anschließend in unserem »Boddenhus«. Wir haben uns wieder viel Neues für Jung und Alt einfallen lassen. Genießen Sie uns mit allen Sinnen!

Herzlichst Ihre

Liebe Leserin, lieber Leser!



»**Frohsinn  
und Freude  
sind etwas  
Köstliches.**«

Albert Schweitzer

Sie wollten immer schon individuelle Accessoires schneiden, können aber noch nicht mit einer Nähmaschine umgehen? Dann kommen Sie zum Nähkurs ins »Boddenhus«. Hier lernen Sie das Nähen von der Pike auf in kleiner Runde und finden fachmännische Betreuung von der Kursleiterin Hannelore Michaelis. Zum Probieren und Erlernen stehen Stoffreste bereit. Für das Nähen der eigenen Werke, sollten Sie ihre eigenen Stoffe mitbringen. Ob Senior, Schüler oder Student – jeder ist bei uns herzlich willkommen.

## Verflixt und zugenäht

**Grundlagen-Nähmaschinenkurs:**  
jeden Dienstag  
von **15.30 bis 16.30 Uhr**

### IMPRESSUM

**Volkssolidarität**  
Greifswald-Ostvorpommern e.V.  
Geschäftsstelle »Boddenhus«  
Karl-Liebkecht-Ring 1 / 17491 Greifswald  
03834 / 85320  
boddenhus@volkssolidaritaet.de  
www.vs-hgw-ovp.de  
Auflage: 3.000 Stück  
Redaktion / Text  
Stefanie Niemeyer, Simone Kagemann  
Fotos Volkssolidarität  
Layout / Satz / Grafik  
Harald Larisch

<b>Montag</b>	<b>2. Februar</b>	<b>13 bis 14.30 Uhr</b>	Der Chor der Volkssolidarität probt*
<b>Dienstag</b>	<b>3. Februar</b>	<b>9 bis 12 Uhr</b> <b>10 bis 15 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Reisesprechstunde für Senioren* Handarbeitszirkel der Volkssolidarität – Stricken, Sticken, Häkeln und vieles mehr*
		<b>15.30 bis 16.30 Uhr</b> <b>16.30 bis 17.30 Uhr</b>	<b>Grundlagen-Nähmaschinenkurs</b> <b>»Boddenhus« Schachschule</b> – Schach für Kinder und Jugendliche*
<b>Mittwoch</b>	<b>4. Februar</b>	<b>12 bis 17 Uhr</b>	Skat-Club*
<b>Donnerstag</b>	<b>5. Februar</b>	<b>9 bis 12 Uhr</b> ab <b>14.30 Uhr</b> <b>16 bis 17 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Schach-Club für Jung & Alt* Videoclip-Dance: Kindertanz ab 8 Jahren*
<b>Freitag</b>	<b>6. Februar</b>	<b>10 bis 11 Uhr</b> <b>11 bis 12 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b> ab <b>14.30 Uhr</b>	Vitalcheck für Senioren* Soziale Beratung – anonym   für Menschen mit sozialen, familiären und finanziellen Problemen* <b>Strudelzeit</b> Im Frische-Bistro duftet es nach frischgebackenem Strudel Rommé-Club*
<b>Samstag</b>	<b>7. Februar</b>	ab <b>19 Uhr</b>	<b>Boddenhus Tanzparty</b> – Tanzen & Essen
<b>Sonntag</b>	<b>8. Februar</b>	ab <b>15 Uhr</b>	<b>Klavierimprovisationen</b> mit Pianistin <b>Barbara Ullrich</b>

### Frühstücksbuffet:

Jedes Wochenende von **9 bis 11.30 Uhr**

\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei.



<b>Montag</b>	<b>9. Februar</b>	<b>13 bis 14.30 Uhr</b> <b>15.30 bis 17 Uhr</b>	Chor der Volkssolidarität probt* Pflegerberatung Informationsveranstaltung und Fragerunde mit Christian Osyguß (Pflegedienstleiter Tagespflege)*
<b>Dienstag</b>	<b>10. Februar</b>	<b>9 bis 12 Uhr</b> <b>10 bis 15 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b> ab <b>14.30 Uhr</b> <b>15.30 bis 16.30 Uhr</b> <b>16.30 bis 17.30 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Reisesprechstunde für Senioren* Handarbeitszirkel der Volkssolidarität – Stricken, Sticken, Häkeln und vieles mehr* Modenschau mit Herrn Franke aus Kühlungsborn <b>Grundlagen-Nähmaschinenkurs</b> <b>»Boddenhus« Schachschule</b> – Schach für Kinder und Jugendliche*
<b>Mittwoch</b>	<b>11. Februar</b>	<b>10 bis 12 Uhr</b> <b>12 bis 17 Uhr</b>	<b>Kinderkochkurs – Pizza, Pizza!</b> Skat-Club*
<b>Donnerstag</b>	<b>12. Februar</b>	<b>9 bis 12 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b> <b>16 bis 17 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Schach-Club für Jung & Alt* Vortrag: »Herz-Kreislauf-erkrankungen« mit Christine Woy (staatl. anerkannte Physiotherapeutin)*
<b>Freitag</b>	<b>13. Februar</b>	<b>10 bis 11 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b> ab <b>14.30 Uhr</b> ab <b>18 Uhr</b>	Vitalcheck für Senioren* <b>Strudelzeit</b> Im Frische-Bistro duftet es nach frischgebackenem Strudel Rommé-Club* <b>Eisbein-Essen</b>
<b>Samstag</b>	<b>14. Februar</b>	ab <b>15.30 Uhr</b> ab <b>18.30 Uhr</b>	<b>»Peter und der Wolf«</b> mit dem Schnuppe Figurentheater <b>Valentinstag-Candle-Light-Dinner</b> mit 3-Gang-Menü und romantischer Klaviermusik
<b>Sonntag</b>	<b>15. Februar</b>	ab <b>15 Uhr</b>	<b>Kaffeehausmusik</b> mit Prof. <b>Gregor Putensen</b> *

### Frühstücksbuffet:

Jedes Wochenende von **9 bis 11.30 Uhr**

\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei.



<b>Montag</b>	<b>16.</b> Februar	<b>13 bis 14.30 Uhr</b> <b>14.30 bis 19.30 Uhr</b>	Der Chor der Volkssolidarität probt* <b>Rosenmontag</b> im » <b>Boddenhus</b> « » <b>Humor ist, wenn man trotzdem lacht</b> « Lachen, Essen und Tanzen
<b>Dienstag</b>	<b>17.</b> Februar	<b>9 bis 12 Uhr</b> <b>10 bis 15 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b>  <b>14 bis 16 Uhr</b> <b>15.30 bis 16.30 Uhr</b> <b>15 bis 17 Uhr</b> <b>16.30 bis 17.30 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Reisesprechstunde für Senioren* Handarbeitszirkel der Volkssolidarität – Stricken, Sticken, Häkeln und vieles mehr* Tablet-Kurs mit Senioren für Senioren* <b>Grundlagen-Nähmaschinenkurs</b> Offene Diskussionsrunde für Politikinteressierte* » <b>Boddenhus</b> « <b>Schachschule</b> – Schach für Kinder und Jugendliche*
<b>Mittwoch</b>	<b>18.</b> Februar	<b>10 bis 13 Uhr</b> <b>12 bis 17 Uhr</b>	Gesünder leben – Ayurvedisch Kochen & Essen* Skat-Club*
<b>Donnerstag</b>	<b>19.</b> Februar	<b>9 bis 12 Uhr</b> ab <b>14.30 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Schach-Club für Jung & Alt*
<b>Freitag</b>	<b>20.</b> Februar	<b>10 bis 11 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b>  ab <b>14.30 Uhr</b> ab <b>18 Uhr</b>	Vitalcheck für Senioren* <b>Strudelzeit</b> Im Frische-Bistro duftet es nach frischgebackenem Strudel Rommé-Club* <b>Vegetarischer Abend</b>
<b>Samstag</b>	<b>21.</b> Februar	ab <b>16 Uhr</b>	<b>Café-Tanz</b>
<b>Sonntag</b>	<b>22.</b> Februar	<b>10 bis 14 Uhr</b>  ab <b>15 Uhr</b>	<b>Familienbrunch**</b> mit Spielecke und Lesezeit <b>Klavierimprovisationen</b> mit Pianistin <b>Barbara Ullrich</b>

\*\*Frühstücksbuffet entfällt?

Familienbrunch!



\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei.

<b>Montag</b>	<b>23.</b> Februar	<b>13 bis 14.30 Uhr</b>	Der Chor der Volkssolidarität probt*
<b>Dienstag</b>	<b>24.</b> Februar	<b>9 bis 12 Uhr</b> <b>15 bis 15 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b>  ab <b>14.30 Uhr</b>  <b>15.30 bis 16.30 Uhr</b> <b>16.30 bis 17.30 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Reisesprechstunde für Senioren* Handarbeitszirkel der Volkssolidarität – Stricken, Sticken, Häkeln und vieles mehr* <b>Operettennachmittag</b> mit <b>Peter Schmidt</b> »Ich spiel mit dir und du mit mir – Hochzeitsnacht im Paradies« <b>Grundlagen-Nähmaschinenkurs</b> » <b>Boddenhus</b> « <b>Schachschule</b> – Schach für Kinder und Jugendliche*
<b>Mittwoch</b>	<b>25.</b> Februar	<b>12 bis 17 Uhr</b> ab <b>15 Uhr</b>	Skat-Club* Vortrag: »Gut und gesund schlafen« mit Apothekerin Sabine Pilz – Stadtapotheke Greifswald*
<b>Donnerstag</b>	<b>26.</b> Februar	<b>9 bis 12 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b> ab <b>14.30 Uhr</b>	Kochkurs: Das Beste aus Omas Töpfen* Schach-Club für Jung & Alt* Bingo-Nachmittag*
<b>Freitag</b>	<b>27.</b> Februar	<b>10 bis 11 Uhr</b> ab <b>14 Uhr</b>  ab <b>14.30 Uhr</b> ab <b>16.30 Uhr</b>	Vitalcheck für Senioren* <b>Strudelzeit</b> Im Frische-Bistro duftet es nach frischgebackenem Strudel Rommé-Club* <b>Kinderdisco</b> mit <b>Dance</b> und <b>Pasta satt</b>
<b>Samstag</b>	<b>28.</b> Februar	<b>16 bis 17 Uhr</b>	<b>Konzert-Café</b> mit dem <b>Shanty-Chor</b> Karlshagen
<b>Sonntag</b>	<b>1.</b> März	ab <b>15 Uhr</b>	<b>Klavierimprovisationen</b> mit Pianistin <b>Barbara Ullrich</b>

## Frühstücksbuffet:

Jedes Wochenende von **9 bis 11.30 Uhr**

DAS PROJEKT WIRD GEFÖRDERT DURCH:



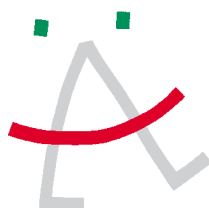
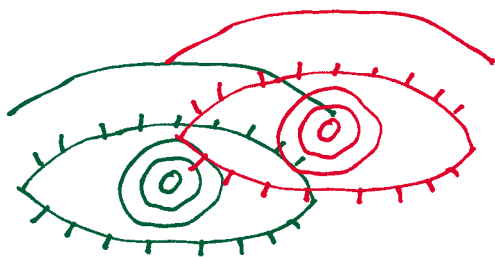
\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei.



# KURSPLAN AktivZentrum »Boddenhus«

Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag
Gymnastik am Seniorensportparcours <b>9 bis 9.30 Uhr</b>	Zumba <b>10 bis 11 Uhr</b>	Sport & Gymnastik für Senioren <b>9.30 bis 10.30 Uhr</b>	Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule <b>10.30 bis 11.30 Uhr</b>	Pilates <b>9 bis 10 Uhr</b>
Pilates <b>10 bis 11 Uhr</b>	Beckenbodengymnastik / Rückenschule <b>11 bis 12 Uhr</b>	Mutter-Kind-Fitness <b>10.30 bis 11.30 Uhr</b>	Video-Clip-Dance für Kinder* <b>16 bis 17 Uhr</b>	Osteoporosegymnastik / Rückenschule <b>10 bis 11 Uhr</b>
Kreistänze für Senioren <b>14.30 bis 16 Uhr</b>	Sportgruppe »Uns Hüsing« <b>14 bis 15 Uhr</b>	Tanz dich fit für Senioren <b>14.30 bis 15.30 Uhr</b>	Zumba für Fortgeschrittene <b>18 bis 19 Uhr</b>	
Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule <b>16 bis 17 Uhr</b>	Wirbelsäulengymnastik / Rückenschule <b>15 bis 16 Uhr</b>	Salsa für Anfänger <b>18.30 bis 19.30 Uhr</b>	Zumba für Anfänger <b>19 bis 20 Uhr</b>	
Bauch-Beine-Po <b>18.30 bis 19.30 Uhr</b>	Yoga <b>18.30 bis 20 Uhr</b>	Salsa für Fortgeschrittene <b>19.30 bis 20.30 Uhr</b>	Tanzkurs Hochzeitstanz Disco Mix ab <b>20 Uhr</b>	* Jeden 1. Donnerstag im Monat
Step-Aerobic <b>19.30 bis 20.30 Uhr</b>		Rueda de Casino für Fortgeschrittene <b>20.30 bis 22 Uhr</b>	Selbständiges Ergometer- und Crosstraining für alle täglich kostenfrei von <b>9 bis 16 Uhr</b>	
			Pilates <b>ab März</b> <b>17 bis 18 Uhr</b>	

## Ausblicke:



### Boddenhus-Tanzparty

**7.** Februar ab 19 Uhr

### Candle-Light-Dinner zum Valentinstag

**14.** Februar ab 18.30 Uhr

### Rosenmontag im Boddenhus

**16.** Februar ab 14.30 Uhr

### Café-Tanz im Boddenhus

**21.** Februar ab 16 Uhr

### Konzert-Café mit dem

### Shantychor Karlshagen

**28.** Februar ab 16 Uhr

### Frauentag im Boddenhus

**7.** März ab 15 Uhr

### Tanzparty im Boddenhus

**14.** März ab 19 Uhr