

# BoddenhusJournal

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

April | 4/2015

Ehemalige Tanzgaststätte in Greifswald wieder für alle geöffnet!

Numero 6

## Wir machen die besten...

Gurke

Apfel

Himbeere

Karotte

Petersilie

Staudensellerie

Ingwer

Kokos

Mandeln

Nüsse

Chilli

und mehr ...

**W**ir stecken für Sie nicht nur Himbeeren in den Mixer, sondern auch Mango, Gurke, Apfel, Karotte, Staudensellerie und vieles mehr. Das Ergebnis ist ein grüner Smoothie aus Früchten, Grünpflanzen und Wasser, der dem Körper Nähr- und Vitalstoffe liefert und entgiftend wirkt.

Täglich im  
**FrischeBistro**

# SMOOTHIES

Neu: MAMACINO

**Mittwoch 1. April 12 bis 17 Uhr**



Skat-Club\*

**Donnerstag 2. April 9 bis 12 Uhr**



Kochkurs: **Das Beste aus Omas Töpfen\***

**14 bis 17 Uhr**  
ab **14.30 Uhr**

Schach-Club für Jung & Alt\*

»**Stehrum**«**sel-Party\*** Tausch alter Kostbarkeiten  
(bitte eingepackt mitbringen)

**16 bis 17 Uhr**

**Videoclip-Dance** mit Tine: Kindertanz ab 8 Jahren\*

**Freitag 3. April ab 14 Uhr**



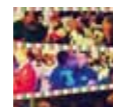
**Strudelzeit** Im Frische-Bistro duftet es nach  
frischgebackenem Strudel

ab **14.30 Uhr**  
ab **18 Uhr**

Rommé-Club\*

**Heringessen Satt**

**Samstag 4. April ab 19 Uhr**



**Boddenhus Tanzparty – Tanzen und Essen**

Ab 19 Uhr Einlass

**Sonntag 5. April 10 bis 14 Uhr**



**Osterbrunch**

**Familien-Osterhasenfest**

**Klavierimprovisationen** mit Pianistin

**Barbara Ullrich\***

ab **10 Uhr**  
ab **15 Uhr**

GENIESSERFRÜSTÜCK

**MONTAG BIS FREITAG VON 9 BIS 11 UHR**

**m a m a c i n o**

Mütter plappern Kinder klappern

Der größte Cappuchino und das kleinste Sofa der Welt erwarten ihre Genießer.

**Montag bis Freitag von 9 bis 11 Uhr**

**Montag 6. April 10 bis 14 Uhr**

**Osterbrunch**

**Dienstag 7. April 9 bis 12 Uhr**



Kochkurs: **Das Beste aus Omas Töpfen\***

**10 bis 15 Uhr**  
ab **14 Uhr**

Reisesprechstunde für Senioren\*

Handarbeitszirkel der Volkssolidarität\*

**16.30 bis 17.30 Uhr**

»**Boddenhus**« **Schachschule** –  
Schach für Kinder und Jugendliche\*

**Mittwoch 8. April 12 bis 17 Uhr**



Skat-Club\*

**10 bis 12 Uhr**

**Kinderkochkurs – Pizza, Pizza!**

**Donnerstag 9. April 9 bis 12 Uhr**



Kochkurs: **Das Beste aus Omas Töpfen\***

**10 bis 17 Uhr**

Schach-Club für Jung & Alt\*

**Freitag 10. April 10 bis 11 Uhr**

Vitalcheck für Senioren\*

**11 bis 12 Uhr**

**Soziale Beratung** – anonym | für Menschen  
mit sozialen, familiären und finanziellen Problemen\*

ab **14 Uhr**



**Strudelzeit** Im Frische-Bistro duftet es nach  
frischgebackenem Strudel

ab **14.30 Uhr**  
ab **18 Uhr**

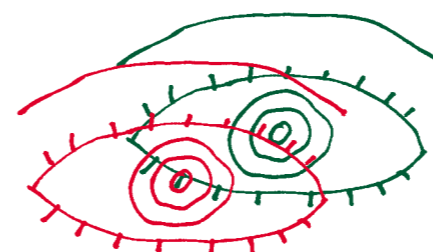
Rommé-Club\*

**Vegetarisches Essen**

**Sonntag 12. April ab 15.30 Uhr**

»**Die Schildkröte hat Geburtstag**«  
mit dem Schnuppe Figurentheater

**Ausblicke:**



**Boddenhus-Tanzparty** / **4. April** & **9. Mai** ab 19 Uhr

**Familien-Osterhasenfest** / **5. April** ab 10 Uhr

»**Die Schildkröte hat Geburtstag**« Schnuppe Figurentheater / **12. April** ab 15 Uhr

**Operetten-Nachmittag** mit **Peter Schmidt** / **20. April** ab 14.30 Uhr










**Konzert-Café** mit dem **Shanty-Chor Karlhagen** / **26. April** ab 16 Uhr

**Brunch zum Muttertag** / **10. Mai** 10 bis 14 Uhr

**Frühstück im »Boddenhus« Frühstücksbuffet** Wochenende von 9 bis 11 Uhr









\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei. Weitere Informationen, Preise und Anmeldungen unter: **0 3 8 3 4 / 8 5 3 2 0**

\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei. Weitere Informationen, Preise und Anmeldungen unter: **0 3 8 3 4 / 8 5 3 2 0**

<b>Montag</b>	<b>13.</b> April	<b>13 bis 14.30</b> Uhr ab <b>15</b> Uhr	 Der Chor der Volkssolidarität probt* Dr. <b>Stefan Fassbinder</b> , Historiker und Oberbürgermeisterkandidat lädt zum Kaffee ein Vortrag: Ein Rundgang durch 14.000 Jahre Geschichte Pommerns – mit einem Ausblick zu aktuellen Fragen*
		<b>15.30 bis 16.30</b> Uhr	<b>Pflegeberatung</b> – Informationsveranstaltung und Fragerunde mit Christian Osyguß (Pflegedienstleiter Tagespflege)*
<b>Dienstag</b>	<b>14.</b> April	<b>9 bis 12</b> Uhr <b>10 bis 15</b> Uhr ab <b>14</b> Uhr <b>15.30 bis 17</b> Uhr <b>16.30 bis 17.30</b> Uhr	 Kochkurs: <b>Das Beste aus Omas Töpfen</b> * Reisesprechstunde für Senioren*  Handarbeitszirkel der Volkssolidarität*  <b>Grundlagen-Nähmaschinenkurs</b> » <b>Boddenhus</b> « <b>Schachschule</b> – Schach für Kinder und Jugendliche*
<b>Mittwoch</b>	<b>15.</b> April	<b>12 bis 17</b> Uhr	 Skat-Club*
<b>Donnerstag</b>	<b>16.</b> April	<b>9 bis 12</b> Uhr <b>14 bis 17</b> Uhr	 Kochkurs: <b>Das Beste aus Omas Töpfen</b> *  Schach-Club für Jung & Alt*
<b>Freitag</b>	<b>17.</b> April	<b>10 bis 11</b> Uhr ab <b>14</b> Uhr  ab <b>14.30</b> Uhr ab <b>18</b> Uhr	Vitalcheck für Senioren*  <b>Strudelzeit</b> Im Frische-Bistro duftet es nach frischgebackenem Strudel Rommé-Club* <b>Eisbein-Essen</b>
<b>Sonntag</b>	<b>19.</b> April	ab <b>15</b> Uhr	 <b>Romantisches Klassik-Café</b> mit <b>Marta</b> am Flügel*

**Feiern & Tagen im »Boddenhus«?**  
Wir sind für Sie da: **03834/8532210**

/ I M P R E S S U M /  
**Volkssolidarität** Greifswald-Ostvorpommern e.V.  
Geschäftsstelle »**Boddenhus**«  
Karl-Liebknecht-Ring 1 / 17491 Greifswald  
Telefon 03834 / 85320  
boddenhus@volkssolidaritaet.de / www.vs-hgw-ovp.de  
Auflage: 4.000 Stück  
Redaktion / Text **Simone Kagemann, Ramona Gahlbeck**  
Fotos **Volkssolidarität**  
Layout / Satz / Grafik **Harald Larisch**

<b>Montag</b>	<b>20.</b> April	<b>13 bis 14.30</b> Uhr <b>15 bis 17</b> Uhr ab <b>14.30</b> Uhr	 Chor der Volkssolidarität probt* Offene Diskussionsrunde für politisch Interessierte* <b>Operetten-Nachmittag</b> mit <b>Peter Schmidt</b> »Bei Wein, Weib und Gesang – Melodien über Frauen und Gesang«
<b>Dienstag</b>	<b>21.</b> April	<b>9 bis 12</b> Uhr <b>10 bis 15</b> Uhr ab <b>14</b> Uhr <b>14 bis 16</b> Uhr ab <b>15</b> Uhr <b>15.30 bis 17</b> Uhr <b>16.30 bis 17.30</b> Uhr	 Kochkurs: <b>Das Beste aus Omas Töpfen</b> * Reisesprechstunde für Senioren* Handarbeitszirkel der Volkssolidarität* <b>Tablet-Kurs</b> mit Senioren für Senioren*  <b>Akkordeon-Musik</b> mit <b>Günter</b> * <b>Grundlagen-Nähmaschinenkurs</b> » <b>Boddenhus</b> « <b>Schachschule</b> – Schach für Kinder und Jugendliche*
<b>Mittwoch</b>	<b>22.</b> April	<b>12 bis 17</b> Uhr	 Skat-Club*
<b>Donnerstag</b>	<b>23.</b> April	<b>9 bis 12</b> Uhr <b>14 bis 17</b> Uhr <b>15.30 bis 17</b> Uhr	 Kochkurs: <b>Das Beste aus Omas Töpfen</b> *  Schach-Club für Jung & Alt* » <b>Zum eigenen Körper finden</b> « – Workshop Theorie & Praxis mit Heilpraktikerin Christiane Winckler*
<b>Freitag</b>	<b>24.</b> April	<b>10 bis 11</b> Uhr ab <b>14</b> Uhr  ab <b>14.30</b> Uhr ab <b>17</b> Uhr	Vitalcheck für Senioren*  <b>Strudelzeit:</b> Im Frische-Bistro duftet es nach frischgebackenem Strudel Rommé-Club* <b>Kinderdisco mit Tanz und Pasta satt</b>
<b>Samstag</b>	<b>25.</b> April	<b>15 bis 18</b> Uhr	<b>Café-Tanz</b> mit Zillies Oldies & Jörg Hochheim
<b>Sonntag</b>	<b>26.</b> April	<b>9 bis 11.30</b> Uhr <b>16 bis 17.30</b> Uhr	 <b>Familienbrunch</b> <b>Konzert-Café</b> mit dem <b>Shanty-Chor Karlshagen</b>

\* Diese Veranstaltungen sind kostenfrei. Weitere Informationen, Preise und Anmeldungen unter: **0 3 8 3 4 / 8 5 3 2 0**

**Montag** 27. April  
13 bis 14.30 Uhr  
ab 14 Uhr



Der Chor der Volkssolidarität probt\*

**Plattdeutscher Kaffeemittag:**

Betten höch – up hoch und platt

**Dienstag** 28. April  
9 bis 12 Uhr  
10 bis 15 Uhr  
ab 14 Uhr



Kochkurs: **Das Beste aus Omas Töpfen\***

Reisesprechstunde für Senioren\*

Handarbeitszirkel der Volkssolidarität – Stricken, Häkeln und vieles mehr\*

15.30 bis 17 Uhr  
16.30 bis 17.30 Uhr



**Grundlagen-Nähmaschinenkurs**

»**Boddenhus**« **Schachschule** – Schach für Kinder und Jugendliche\*

**Mittwoch** 29. April  
12 bis 17 Uhr  
ab 15.30 Uhr



Skat-Club\*

Vortrag »**Heuschnupfen im Frühling** –

Verstehen & Behandeln« mit Apothekerin **Sabine Pilz** aus der Stadtapotheke Greifswald\*

**Donnerstag** 30. April  
9 bis 12 Uhr  
14 bis 17 Uhr



Kochkurs: **Das Beste aus Omas Töpfen\***

Schach-Club für Jung & Alt\*

**KURSPLAN AktivZentrum »Boddenhus«**

Mo	Di	Mi	Do	Fr
	Zumba 10 bis 11 Uhr	Sport & Gymnastik für Senioren 9.30 bis 10.30 Uhr	Wirbelsäulengymnastik 10.30 bis 11.30 Uhr	Pilates 9 bis 10 Uhr
Pilates 10 bis 11 Uhr	Beckenbodengymnastik 11 bis 12 Uhr	Mutter-Kind-Fitness 10.30 bis 11.30 Uhr	Video-Clip-Dance für Kinder* 16 bis 17 Uhr	Osteoporosegymnastik 10 bis 11 Uhr
Kreistänze für Senioren 14.30 bis 16 Uhr	Sportgruppe »Uns Hüsing« 14 bis 15 Uhr	Pilates 17 bis 18 Uhr	Zumba für Fortgeschrittene 18 bis 19 Uhr	
Wirbelsäulengymnastik 16 bis 17 Uhr	Wirbelsäulengymnastik 15 bis 16 Uhr	Salsa für Anfänger 18.30 bis 19.30 Uhr	Zumba für Anfänger 19 bis 20 Uhr	
Bauch-Beine-Po 18.30 bis 19.30 Uhr	Yoga 18.30 bis 20 Uhr	Salsa für Fortgeschrittene 19 bis 20.30 Uhr	Tanzkurs Disco Mix ab 20 Uhr	* Jeden 1. Donnerstag im Monat
Step-Aerobic 19.30 bis 20.30 Uhr		Rueda de Casino für Fortgeschrittene 20.30 bis 21.30 Uhr	Selbständiges Ergometer- und Crosstraining für alle täglich kostenfrei von 9 bis 16 Uhr	