

## Offene Angebote

- **Frühstückstreff für Jung und Alt**

Ein leckeres Frühstück in Gemeinschaft genießen.  
Anmeldung bis zum Vortag im MGH.  
Immer am 2. Mittwoch und 3. bzw. 4. Dienstag im Monat  
(immer in der Woche vor dem Pizaabend).

**Mi., 12.03., 9:30 Uhr**

**Di., 25.03., 9:30 Uhr**

- **Spiele-Nachmittag für Jung und Alt**

Gemeinsam spielen und einen schönen Nachmittag bei Kaffee, Tee und Gebäck verbringen.  
Findet zurzeit leider mangels Teilnahme nicht statt!  
*Wer hat Lust den Spielenachmittag wieder mit Leben zu füllen? Meldet euch gerne bei uns!*

- **Offener Handarbeitstreff**

Nähen, Stricken, Häkeln, Sticken usw. Wir wollen uns treffen um Ideen auszutauschen, uns gegenseitig zu helfen uvm., Nähmaschinen, Häkel- und Stricknadeln, Material sind z.T. vorhanden oder man bringt sich eigenes Material mit. Immer am letzten Di. im Monat!

**Di., 25.03., 19:00 Uhr**

- **Mittagstisch für Jung und Alt**

Mit netten Menschen gemeinsam zu Mittag essen, ob jung oder alt macht Spaß. Alle sind herzlich eingeladen. Anmeldung bis Donnerstag im MGH. Immer am 3. Freitag im Monat

**Fr., 21.03., 12:30 Uhr**

- **Offener Suppen- und Eintopftag**

„Fünf sind geladen, zehn sind gekommen, gieß Wasser zur Suppe, heiß' alle willkommen.“ Alle die Lust und Hunger haben können in der Zeit zwischen 12 und 14 Uhr vorbeikommen. Weiterhin auch zum Mitnehmen möglich! Gerne mit Anmeldung, spontane Gäste sind aber auch willkommen!

**Mi., 26.03., 12:00 – 14:00 Uhr**

- **Bilderbuchkino**

Die Gruppe der Bücherfreunde wirft für Kinder im KiTa- und frühen Grundschulalter per Beamer ein tolles Bilderbuch an unsere große Leinwand und liest vor. KiTa, Eltern, Großeltern usw. mit Kindern sind herzlich willkommen! Immer am 1. Di. im Monat!

**Di., 04.03., 10:00 Uhr**

## Offene Angebote

- **Offener Baby- und Krabbeltreff in Kooperation mit dem Familienzentrum PaNaMa e.V.**

Ein lockerer Treffpunkt für alle Eltern oder auch Großeltern mit Kleinkindern im Alter von 0 bis ca. 3 Jahren zum gemeinsamen Beisammensein, Spielen, Kontakte knüpfen und sich austauschen. Kostenfrei und unverbindlich!

**Do., 9:30 – 11:00 Uhr**

- **Café „Klatsch“**

Wie wäre es mit leckeren selbstgebackenen Kuchen? Wir sitzen gemütlich beisammen und tauschen den neuesten Klatsch und Tratsch aus oder unterhalten uns über tolle Themen... Anmeldung wäre schön, eine spontane Teilnahme ist aber auch möglich. Kuchen solange der Vorrat reicht... Immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat

**Do., 06.03., 14:30 – 16:30 Uhr**

**Do., 20.03., 14:30 – 16:30 Uhr**

- **Smartphone Sprechstunde**

In der Sprechstunde können sämtliche Fragen und Anliegen rund ums Smartphone, Digitalkamera, Tablet, etc. behandelt werden. Immer am 1. Mittwoch im Monat

**Mi., 05.03., 16:00 – 17:00**

- **Kinderkino**

In Zusammenarbeit mit der Schülerfirma „TEAM-Schule Oerel, Abteilung KinoWerkstatt“ wird im MGH ein Film für Kinder gezeigt.

**Fr., 14.03., 16:00**

- **Pizzaabend für Jung und Alt**

Gemeinsam Pizza backen und verzehren, einen netten Abend verbringen. Anmeldung bis mittags 12 Uhr im MGH. Immer am letzten Montag im Monat

**Mo., 31.03., 19:00 Uhr**

- **Bürgermeistersprechstunde**

Unser Bürgermeister bietet eine offene Sprechstunde für unsere Bürger und Bürgerinnen an. Sollte es einmal zu Wartezeiten kommen stehen Getränke, Zeitschriften und Sitzgelegenheiten bereit.

**Mi., 26.03., 16:00 - 18:00 Uhr**

- **Frühstück für unsere Ehrenamtlichen**

Immer am Tag nach unserem 1. Frühstückstreff sind alle ehrenamtlichen HelferInnen des MGH's zum gemeinsamen Frühstück eingeladen.

**Do., 13.03., 9:30 Uhr**

## Kurse

- **Hatha-Yoga**

mit dem Kneipp-Verein Bremervörde e.V.  
Das körperorientierte Hatha-Yoga fördert durch einfache Körperhaltungen die Beweglichkeit aller Gelenke, insbesondere der Wirbelsäule. Yoga bewirkt eine Stärkung des gesamten Nervensystems und fördert die innere Harmonie – mehr Energie und Schaffensfreude für den Alltag!

**Mo., 9:30 – 11:00 Uhr**

Kontakt: Heidi Sorge 04766/1484

- **Tanzen Generation 50+/ Erlebnistanz**

Tanzen mit dem DRK Bremervörde:  
Im Vordergrund dieses Kursangebots steht die Freude an der rhythmischen Bewegung, verbunden mit körperlicher und geistiger Fitness. Das Tanzen ist ein spezielles Angebot des Deutschen Roten Kreuzes für Menschen, die im besten Alter (50+) sind und ein Fitnessprogramm brauchen, das Spaß macht und dabei nicht überfordert. Immer am 2. und 4. Do. im Monat. Leitung: Reinhild Wieters-Hilck

**Do., 13.03., 14:00 – 16:00 Uhr**

**Do., 27.03., 14:00 – 16:00 Uhr**

**KURSE DER LEB GEESTEQUELLE:**

- **Yoga**

Yoga ist ein sehr altes Übungssystem aus Indien, das hilft Körper, Geist und Seele ins Gleichgewicht zu bringen.  
Leitung: Sigrid Grotheer **Mo., 17:00 – 18:30 Uhr**

- **Gymnastik im Sitzen**

Das perfekte Bewegungsangebot / Workout für Menschen, die auch im Alter sportlich aktiv und fit bleiben möchten. Durch vielfältige Bewegungsabläufe wird die eigene Ausdauer, Koordination und Muskelkraft trainiert. Ein Fitnessprogramm, das Spaß macht und dabei nicht überfordert! Leitung: Monika Konwiarz, Quereinsteigen nach Absprache möglich!

**Di., 14:00 – 15:00 Uhr**

**und 15:00 – 16:00 Uhr**

**Weitere Informationen zu den Kursen und Anmeldung im MGH!**

## Weiteres

- **How to Deutsch**

... ist ein niedrigschwelliges Angebot für Geflüchtete und vermittelt die ersten Schritte der deutschen Sprache und den Umgang mit den Tücken und Gewohnheiten in Deutschland **jeden Di., 16:00 – 17:00 Uhr**

- **Reparaturcafé Bremervörde-Oerel**

Ein Treffen, bei denen die Besucher die Möglichkeit haben in gemütlicher Atmosphäre **gemeinsam** mit den Initiatoren ihre kaputten Gegenstände wieder zu reparieren. Wartezeiten kann man bei einem Stück Kuchen und einer Tasse Kaffee überbrücken. Jeden 3. Samstag im Monat

**Samstag, 15.03., 9:30 – 12:30 Uhr**

**Annahmeschluss 12:00 Uhr**

- **Huntington Selbsthilfegruppe**

**Sa., 01.03.2025, 14:30 Uhr**

- **Vorankündigung: Nacht der Bibliotheken**

**Safe the date: Fr. 04.04., 18:30 Uhr, weitere Infos folgen!**



Du möchtest deine guterhaltenen Kleidungsstücke und Accessoires weitergeben und freust dich über neue Auswahl im Kleiderschrank? Auf Tischen kannst du deine aussortierte Kleidung auslegen. Jede Person darf bis zu 15 gewaschene und gut erhaltene Kleidungsstücke mitbringen. Dann stöberst du ganz entspannt durch und nimmst das mit, was dir gefällt. Jeder Mensch und jede Kleidungsgröße sind willkommen.

- Bitte vorher anmelden!
- Mit Kinderspielecke, Getränken und Musik.
- Wir freuen uns über eine kleine Spende, damit wir weiterhin für euch solche Veranstaltungen planen und durchführen können!

**Sa., 22.03., 15:00 – 16:30 Uhr**

### Offene Mitgliederversammlung des Vereins

„Gesund vor Ort!“

dem Verein zur Förderung der Gesundheitsversorgung in Bremervörde und Umgebung, Vortrag und Diskussionsrunde um die Situation der Apotheken vor Ort. Interessierte sind herzlich willkommen. **Do., 27.03.2025**



## Beratung

- **Niedrigschwellige Lebens- und Erziehungsberatung, Hilfe bei Behördenangelegenheiten**

Sie haben ein Problem? Bei uns finden Sie Hilfe und Unterstützung in verschiedenen Lebensfragen, sei es z.B. in Erziehungsfragen, beim Ausfüllen von Anträgen und Formularen, allgemeine Lebensberatung, Weitervermittlung an zuständige Institutionen etc.

**Immer zu Bürozeiten oder nach Terminabsprache**

### Bücherei der Samtgemeinde Geestequelle

Dienstag: 12:30 – 14:00 Uhr

Mittwoch: 16:00 – 17:30 Uhr

Donnerstag: 16:00 – 17:30 Uhr

Samstag: 10:30 – 12:00 Uhr

Telefon: 04765/ 205 49 54 (innerhalb der Öffnungszeiten)



### DRK Mehrgenerationenhaus (MGH) und Familienzentrum im Koopmannhof

Bohlenstraße 16, 27432 Oerel

Ihre Ansprechpartnerin: Ramona Riggers

In Vertretung: Annika Becker

Tel.: 04765 – 205 49 60 Fax: 04765 – 205 49 61

E-Mail: [mgh-oerel@drk-bremervoerde.de](mailto:mgh-oerel@drk-bremervoerde.de)

[www.drk-bremervoerde.de](http://www.drk-bremervoerde.de)

Bürozeiten: Mo. – Do., 9:30 – 12:00 Uhr

Gefördert vom:



Bundesministerium  
für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend



**Mehr Generationen Haus**

*Wir leben Zukunft vor*

Oerel

**DRK-Mehrgenerationenhaus und Familienzentrum im Koopmannhof Oerel**



**März 2025**