

Seniorenhaus HORNEBURG

Tagespflege im Seniorenhaus

- Mo - Fr 8.00 - 17.00 Uhr
- an frei wählbaren Tagen
- eine Entlastung für pflegende Angehörige
- hohe Zuschüsse der Pflegekassen

Martin Wölfe ☎ 04163-8289-133

Gästezimmer Ferienwohnungen



Isern-Hinnerk-Weg 1a
21640 Horneburg

Pension Janina
pension-janina@t-online.de
Telefon: 04163-812440
Telefax: 04163-812450

Förderverein Lühe-Aue e.V.

Mitglied werden.
Fördern Sie durch Ihre Mitgliedschaft das maritime Erbe unserer Region!

Kontakt: verein@luhe-aue.de



Die »Ellie« auf der Elbe vor Wedel. Foto W.K.Reich

Lesen in der Samtgemeinde Bücherei

Internet: <http://buecherei.horneburg.de>
☎ 04163/82016 E-Mail: buecherei.horneburg@t-online.de

Öffnungszeiten im Burgmannshof

Dienstag:	14.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag:	15.00 - 19.00 Uhr
Freitag:	14.00 - 17.00 Uhr
Samstag:	09.30 - 12.30 Uhr

Öffnungszeiten in Dollern

Montag:	9.30 - 12 / 15 - 17 Uhr
---------	-------------------------

Altenpflegeheim Nottensdorf "Haus am Wald"

Tel.: 0 41 63 / 24 43
www.haus-am-wald.de

Unsere stationäre Begleitung & Pflege demenzkranker Menschen ist zertifiziert von der



Qualitäts-Siegel Pflege mit Herz und Kompetenz

Gleichstellung Beratung, Hilfe und Initiierung von Projekten für Frauen. Daniela Subei Gleichstellungsbeauftragte Samtgemeinde Horneburg
Tel. 04163/868492
E-Mail: subei@horneburg.de

Änderungsschneiderei
Lange Str. 29 · Horneburg

Öffnungszeiten:
Mo-Fr: 08.30 - 12.30 Uhr
14.00 - 18.30 Uhr
Sa: 08.30 - 13.00 Uhr



Ahmed Sögüt ☎ 04163-812255

Kulturkoffer geht auf Reisen

Der Kinderkulturkoffer der Bücherei Horneburg geht auf die Reise durch die Kindergärten der Samtgemeinde. Erste Station ist die AWO-Kindertagesstätte HOKI. Nach dem Bilderbuchkino in der Bücherei gab Leiterin Annette Kokott den Erzieherinnen Marina Koch und Finja Dier und den Kindern den Koffer mit auf den Weg. Die Samtgemeindebücherei hat – wie acht weitere Büchereien im Landkreis – in Zusammenarbeit mit dem Bildungsbüro Landkreis Stade einen Kinderkulturkoffer angeschafft, finanziert von der Stiftung Bildungsregion. Der Koffer enthält 30 Medien für deutsche Kinder im Alter von zwei bis sechs Jahren. Die Bilder- und Liederbücher und Spiele sollen ihnen helfen, fremde Kinder, Länder und Kulturen zu verstehen. Darunter ist auch ein Ordner mit Materialien, die Themen wie Flucht und Fremdsein aufgreifen und in den Kindergärten genutzt werden können.



Ein bezaubernder Abend

Unter dem Titel "Lesung und Musik mit Katrin Bischof" besuchte die Autorin Katrin Bischof das MGH im Juni diesen Jahres. Bisher sind drei Bücher aus Ihrer Feder erschienen: „Der Enklavenmann“, ein Roman, der Erzählungsband „Wendepunkte“ und ein weiterer Roman: „Nicht genug“. Da ich alle ihre Bücher mit großem Vergnügen gelesen habe, freute ich mich sehr auf den Abend. — Katrin Bischof las zuerst eine Erzählung aus „Wendepunkte“, die sehr fein beobachtet und voller leiser Ironie ist. Besonders gut gefallen hat mir die unkomplizierte und natürliche Art der Autorin, auf ihr Publikum einzugehen. Nach der Pause spielte sie als Überleitung zu ihrem Roman „Nicht genug“, der eine tragische Dreiecks Geschichte erzählt, „My Heart Will Go On“, das sie für ihre Harfe bearbeitet hatte. Ein fast magisches Instrument, das man viel zu selten hört. Katrin Bischof spielte es ganz bezaubernd: Einfühlsam, natürlich und herzberührend. Mit einem weiteren zauberhaften Harfenstück klang ein sehr vergnüglicher Abend dann aus. Ich hoffe sehr, daß Katrin Bischof noch einmal nach Horneburg kommt – mit ihren neuen Geschichten und natürlich ihrer Harfe. Für das leibliche Wohl wurde übrigens auch wundervoll gesorgt. **Constanze Steinfeldt**



Selbsthypnose, Weg zu Gesundheit und Glück, ein Vortrag

Mit Hilfe von Hypnose und Selbsthypnose ist es möglich, schneller Schmerzlinderung, Schlaf, Ruhe, Angstfreiheit zu erzielen als mit Hilfe von Medikamenten (Dr. Preetz - Anwendungsgebiete der Selbsthypnose-Preetz Hypnose). Sie ist eine hervorragende Methode zur Selbsthilfe und eine Möglichkeit, die Wirksamkeit der Hypnotherapie zu erhöhen. **Dana Niemann** Heilpraktikerin für Psychotherapie und Hypnotherapeutin.

seit 1882

WEDEL

Carsten Wedel
Uhrmachermeister & Juwelier

Lange Straße 26
21640 Horneburg
04163 / 2352

● Schmuck ● Uhren ● Bestecke ● **Wir kaufen Gold!**

Schauspielkurs für Kinder und Erwachsene

Ich heiße Julia Dorothee Schmelzle und mein Beruf ist Schauspielerin. Ich wohne mit meiner Familie im wunderschönen Horneburg. Ursprünglich komme ich aus dem Schwabenlände. Seit meinem 8. Lebensjahr stehe ich auf der Bühne. Von 2006 bis 2010 besuchte ich die renommierte Otto Falckenberg Schule in München. Während meiner Ausbildung wirkte ich in mehreren Produktionen der Münchner Kammertheater, u.a. in „Der Sturm“, Shakespeare, Regie Stefan Pucher, mit. 2009/2010 spielte ich u.a. in „Der zerbrochene Krug“, Heinrich von Kleist, Regie Tina Lanik, im Residenztheater München... Direkt nach meiner Ausbildung, 2010, drehte sich mein Leben nach Innen, denn ich war schwanger. Mittlerweile haben wir 3 Kinder. Ich habe während meiner Familiengründung, nicht aufgehört zu spielen, so am Theater Lübeck in „The Fairy Queen“, und am Theater Kontraste (Winterhuder Fährhaus Hamburg) als „Mayumi“ in „Die Firma dankt“, und in der letzten Spielzeit in „Stück Plastik“ ... Als Schauspielerin stellt man sich dauernd die Frage „Warum?“. Warum verhält sich die Figur so? Was ist ihre Haltung? Warum spricht sie diese Worte? Es ist wichtig, „Warum?“ zu fragen. Erwachsene vergessen gern, die Dinge zu hinterfragen. Aber oft handeln wir immer noch wie ein Kind, auf der Suche nach der Antwort, die bis dato nicht gefunden wurde. Denn erst, wenn wir unsere Beweggründe kennen, können wir auch mitspielen. Sich dessen, was den Menschen antreibt, bewusst zu werden, ist die Arbeit des Schauspielers, der Schauspielerin. Und wir sind ja alle die Schauspieler auf der großen Bühnen des Lebens. — Ich wünsche mir, einen Raum zu schaffen, wo Kinder (5-9) lernen, sich und ihrer Imagination zu vertrauen und ihr freien Lauf zu lassen. Bei den Erwachsenen (18 - 99) erhoffe ich mir eine altersgemischte Gruppe, die miteinander Spaß daran hat, sich zu öffnen, den Figuren, die sie spielen möchten, auf den Grund zu gehen und nebenbei, beim Erforschen ihrer Figur, viele Erkenntnisse für sich Selbst zu ziehen. Ich bin gespannt und freue mich auf euch.



Wen-Do-2-Tages-Seminar noch Plätze frei !!

Dieses tolle Selbstbehauptungs-Seminar für Frauen unter dem Thema »Innere Haltungen und Überzeugungen in unangenehmen Situationen« wird von Juliane Kiss mit Neugier erfrischend und alltagstauglich vermittelt.

Pilates Schnupperkurs mit Mandy Graveland

Mit diesem Körpertraining kräftigen Sie effektiv Ihre Bauch- und Rückenmuskeln und aktivieren dabei die wichtige Tiefenmuskulatur. Durch ein einzigartiges System aus Dehn- und Kräftigungsübungen bekommen Sie eine aufrechte Haltung und beugen Rückenschmerzen und Verspannungen vor. Dieser Kurs ist für jedes Fitness-Level geeignet.



Rats Apotheke & Reformhaus

Rats A+ APOTHEKE

... als Apotheker für Sie da!

Dr. Mathias Grau
Im Großen Sande 3
21640 Horneburg
Tel.: 04163-2242
www.rats-apotheke.info
hallo@rats-apotheke.info

Tarot für Durchstarter Constanze Steinfeldt

An einem Tag die Grundlagen für das Kartenlegen erlernen! Nach einem kleinen Streifzug durch Herkunft und Geschichte der Karten geht es gleich in die Vollen. Den Aufbau, die Symbole und Nutzung des Tarot erarbeiten wir uns anhand von Theorie und praktischen Übungen. Das neu erworbene Wissen kann gleich angewendet werden, denn einfache Legesysteme werden miteinander unter Anleitung erprobt. Schreibzeug und Tarotkarten bitte mitbringen. Script des Tages im Preis inbegriffen.

Fitness- und Entspannungstag für Frauen

Auszeit vom Alltag für eine Bewegungszeit. Der spezielle Mix aus fein aufeinander abgestimmten Workshops bringt Körper und Geist in Fluss und macht richtig gute Laune. Wir beginnen mit einer Outdoor-Fitness-Einheit. Nach einer stärkenden und gesunden Mahlzeit aktivieren Sie Ihre Kraft und Gelassenheit beim Hatha Yoga mit Übungen aus dem Sonnengruß für neue Kraft, Vitalität und Lebensenergie und Fasziyoga, Atemübung, Körperwahrnehmung, Entspannung. Mitzubringen sind: Sportschuhe für draußen und drinnen, Matte, Handtuch, Wechselbekleidung, dicke Socken, Wolldecke. **Mandy Graveland**

Kursus, Systemische Familienberatung

Eine liebevolle Atmosphäre zu Hause ist das Fundament für das Leben... sagt der Dalai Lama. Wenn das nur immer so einfach wäre! Mein Name ist Susanne Maaß, ich bin 54 Jahre alt und lebe mit meinem Mann und zwei Söhnen in Dollern. Auch mir hat sich irgendwann die Frage gestellt, wie ich meinen Wunsch nach einem liebevollen/harmonischen Miteinander und die Realität zusammenbringen könnte. Es schienen zu viele Hindernisse im Weg zu stehen, Dinge liefen anders als geplant oder gewollt. So habe ich mich auf den Weg gemacht und gelernt, die Erlebnisse in meinem Leben in die richtige Reihenfolge zu bringen, Kränkungen und Verletzungen einzusortieren, anders mit ihnen umzugehen und den Fokus auf das zu legen, was mir wichtig ist. Inzwischen habe ich eine mehrjährige Ausbildung zur systemischen Familienberaterin gemacht und bin Heilpraktikerin für den Bereich Psychotherapie. Vor einigen Jahren habe ich mir eine kleine Praxis eingerichtet. Ich arbeite nach dem Prinzip der systemischen Beratung, die davon ausgeht, dass wir alle in verschiedene stärkere oder schwächere Abhängigkeiten eingebettet sind, die Familie, Arbeitskollegen, Nachbarn, Freunde ... Wie in einem Mobile beeinflussen wir mit unserem Handeln und unseren Gefühlen sein Gleichgewicht. Das kann ein ganz schön anstrengender Eiertanz sein! Wie sieht Ihr persönliches Mobile aus? Was bewegt sich, wo hakt es, wo behindern sich verschiedene Anordnungen gegenseitig? Aus welchem Erfahrungsschatz können Sie schöpfen, welche Erfolge haben Sie bereits erkämpft? Was möchten Sie ändern, was läuft schon gut? Oft reichen schon einige kleine Änderungen, um die Bewegungen in Ihrem Mobile zu beeinflussen! — Wenn Sie neugierig geworden sind, lade ich Sie zu meinen Samstagsangeboten "Kursus" im MGH ein! **Kursus 1: Ich kann mich nicht entscheiden.** **Kursus 2: Weihnachten, das schönste Fest im ganzen Jahr?!** **Susanne Maaß**

Systemische Familienberatung

Welche Ziele habe ich? Wie kann ich sie erreichen?
Womit beginnen? Finden Sie in unserer Zusammenarbeit Antworten auf diese Fragen.

Susanne Maaß - Heilpraktikerin für Psychotherapie

Praxis: Auf dem Brink 1 · 21739 Dollern · T 04163/808181
www.bunte-beratung.de · buntes.leben@hof-maass.de

terre des hommes

An jedem letzten Donnerstag im Monat trifft sich die AG Horneburg von terre des hommes um 19.30 Uhr im gelben Raum im Mehrgenerationenhaus zum Gedankenaustausch und zur Planung von Aktivitäten. Interessierte Horneburg*innen sind herzlich willkommen!!!! **Reinhild Marzahn**



Neu im MGH!!!! Elektroladestation

Ab sofort haben Sie die Möglichkeit nicht nur Ihren Fahrrad Akku bei uns im MGH aufzuladen. Auch Sie können sich in der Zeit entspannen, sowie bei Interesse mit uns ins Gespräch kommen oder einfach auf unserer schönen Terrasse Ihren Akku wieder „füllen“. Wir freuen uns auf Sie!!!!



MGH Aktivisten bei der Langen-Straße-Eröffnung am 27.05.2017, hier im Bild: Methusalem, Liedertafel, Friedensinitiative, Freiwilligen-Zentrum



Mehrgenerationenhaus Lange Straße 38 & 21640 Horneburg **Bücherei**

Tel. 04163 - 868492
E-Mail: mgh@horneburg.de
Leitung u. Gleichstellungsbeauftragte: Daniela Subei
E-Mail: subei@horneburg.de
Büroorganisation u. Verwaltung: Dorle Buck
Organisation des Offenen Bereichs: Louisa Hielscher
Internet: www.mgh-horneburg.de

Leitung SG-Bücherei: Annette Kokott
Mitarbeiterin: Silke Joneleit
Tel. Bücherei 04163 - 82016
Bestandskatalog im Internet: www.buecherei.horneburg.de

Öffnungszeiten

Dienstag	14.00 - 18.00 Uhr
Donnerstag	15.00 - 19.00 Uhr
Freitag	14.00 - 17.00 Uhr
Samstag	09.30 - 12.30 Uhr

Und in Dollern
Montag: 9.30 - 12 / 15 - 17 Uhr

Geschlossen haben wir am Montag, d. 02. Okt. 2017 und am Montag, d. 30. Okt. 2017
Weihnachtsferien machen wir vom 21. Dezember 2017 bis zum 05. Januar 2018
Am Montag, d. 08. Januar 2018 sind wir wieder für Sie da!

Jückmann BESTATTUNGEN

Altiänder Straße 14 · 21739 Dollern

Inh. H. Stelzer
Telefon 04163 / 2478

Feuer-Erd-See-Anonym-Bestattungen

Unverbindliche Beratung zur Bestattungssorgorge

Mehr Generationen Haus
Wir leben Zukunft vor

MEHR GENERATIONEN HAUS

Samtgemeinde Horneburg Burgmannshof

Sept. bis Dez. 2017

Begegnung als Programm

LESUNGEN VORTRÄGE
AUSSTELLUNGEN KURSE

OFFENER RAUM
TREFFPUNKT CAFÉ

Eröffnungsfest Lange Straße ... Lebendiges Horneburg!



Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend

