

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

Schwester Magdalena ☎ 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



alsheimergesellschaft stadte QUALITÄTS-SEGEN 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



Kultur traf Bücherei und MGH - Catharine Buck mit „Lyrik, Lieder, Liebe“
Ein schöner unterhaltsamer Abend mit Tiefgang. *Gerhard Froelich*

45 interessierte Zuhörerinnen und Zuhörer kamen am ersten Freitagabend im Oktober in das MGH zu der Veranstaltung von Catharine Buck mit dem Thema „Lyrik, Lieder, Liebe“. Es war der erste öffentliche Auftritt der jungen gelernten Buchhändlerin und Psychologin, die sich zurzeit noch in der Weiterqualifizierung zur Psychotherapeutin befindet. Wer an diesem Abend seichte Kost zum Einstieg in das anstehende Wochenende erwartete, hatte sich arg verschätzt. Catharine Buck präsentierte anspruchsvolle und zum Nachdenken und Philosophieren animierende Texte und Lieder, die zwischen ihrem 14. Und 30. Lebensjahr entstanden sind. Lyrik, die von ihr, ihrer Liebe zu Katzen, ihrem Beruf und vom Tod handelten.

Was wollte uns die junge Künstlerin diesen Abend vermitteln? Bei mir assoziierten ihre lyrischen Werke das Bild eines Eisberges in der glitzernden Sonne, den man in der Dunkelheit des Meeres vom Grund aus erforscht. Eine Art geistiges, intellektuelles Abenteuer unter Wasser! Die Botschaft, die ich aus dieser Veranstaltung mitgenommen habe: Der Wert des Menschen liegt nicht in seinen Äußerlichkeiten und seiner gesellschaftlichen Stellung sondern vielmehr in seinem Wesen, seinem aufrichtigen Charakter und seiner Menschlichkeit. Eben nicht in den nach Außen wirkenden Merkmalen!

Rapunzel mit ihrem abgeschnittenen goldigen Haar (ohne Wert) ließ grüßen. - Das Gedicht, bei dem ich kniend mitwirken durfte.



„Wo denn hin mit mi“
Ein Abend zu Johann D. Bellmann

Wer vorbereitet war auf einen „Bellmann - Abend“ müßte mehr als zufrieden sein. Wir waren angetan von dem Lebenslauf des Dichters Bellmann, denn wir haben Werke von ihm wenig gekannt. Jan Graf hat uns wunderbare Geschichten und auch Lieder aus dem Leben des Herrn Bellmann berichtet. Dieser war sehr sinnig und auch lustig. Jan Graf hat im 2. Teil des Abends ein paar mehr Lieder vorgetragen, dafür weniger vorgelesen. Dieser Teil hat uns auch sehr gefallen. Es war wieder ein gelungener Abend.

Annemarie und Hans-Hermann

Horneburger Tafel - Jeder gibt, was er kann



In Deutschland fallen jeden Tag große Mengen an Lebensmitteln an, die im Wirtschaftskreislauf so nicht mehr verwendet werden, obwohl ihr Zustand noch einwandfrei ist. Gleichzeitig leben rund 12 Millionen Menschen in Einkommensarmut wie z.B. Arbeitslose, Alleinerziehende oder auch Senioren mit geringer Rente, die trotz eines bewußten Umgangs mit den Mitteln, die ihnen zur Verfügung stehen und Sparsamkeit einen Mangel an Lebensmitteln haben. Durch die Flüchtlingskrise 2015 ist der Bedarf noch größer geworden.

Die **Tafeln** schaffen einen Ausgleich, da sie überschüssige, aber qualitativ einwandfreie Lebensmittel einsammeln und sie zu einem symbolischen Preis an Bedürftige weitergeben. So wird Verschwendung vermieden, denn wertvolle Lebensmittel werden nicht einfach vernichtet. Kinder erhalten eine bessere, gesündere Ernährung, wenn ab Mitte des Monats das Geld knapp wird und die Familien kein Geld mehr für Gemüse o.Ä. haben. Und auch all denen, die soziale Verantwortung übernehmen wollen, wird die Möglichkeit gegeben, die Lebensumstände von bedürftigen Personen zu verbessern.

Nach dem Motto: „Jeder gibt, was er kann“ engagieren sich schon jetzt rund 50.000 Menschen in ganz Deutschland ehrenamtlich für die **Tafeln**. Ob es nur ein paar Stunden am Tag sind, ein Tag in der Woche oder einmal im Monat - mitmachen kann jeder! — Wenn auch Sie Lust haben, sich zu engagieren, dann melden Sie sich im Freiwilligenzentrum der Samtgemeinde Horneburg entweder telefonisch oder per E-Mail oder Sie schauen einfach persönlich vorbei, ich bin vormittags immer im Hause.

Louisa Hielscher · Freiwilligenzentrum SG Horneburg · Lange Straße 38 Tel.: 04163-8288920 · Mail: freiwilligenzentrum@horneburg.de

„mobil & mittendrin“ Kennenlernstunde

Zu einer Kennenlernstunde lädt Martina Sellmer ein vom Begleitservice für Senioren und Frauen, die gern mehr unternehmen möchten, Senioren, Angehörige aber auch alleinstehende oder neu zugezogene Frauen, sie persönlich kennenzulernen und alle interessierenden Fragen zum Service von „mobil & mittendrin“ und zu möglichen Unternehmungen zu stellen. Donnerstag 02.02.2017 ab 13.00 Uhr
Martina Sellmer · Tel. 04163-8391284 · www.mobil-mittendrin.de




Begleitservice für SENIOREN und FRAUEN
Martina Sellmer mobil & mittendrin
T 04163-8391284 · info@mobil-mittendrin.de · www.mobil-mittendrin.de

Neuer DELFI®-Kurs für Eltern und Babys
ab der 8. Lebenswoche Leitung: Stefanie Steyrer



Spiel-Spaß-Entwicklung — Das erste Lebensjahr ist für die Entwicklung eines Menschen von besonderer Bedeutung, denn in diesem Alter werden Grundlagen für alle späteren Fähigkeiten gelegt. Als Eltern können Sie die altersgemäße Bewegungs- und Sinnesentwicklung und die wachsenden Fähigkeiten Ihrer Babys auf spielerische Art und Weise begleiten und unterstützen.

Der einmal wöchentlich stattfindende Kurs vermittelt Sicherheit und Orientierung für eine umfassende und optimale Entwicklung des Kindes und bietet Spiel, Spaß und Entwicklungsanregungen für Eltern und ihre Babys ab der 8. Lebenswoche. Sie finden in einem wohligen warmen Raum statt, so dass die nackten Babys Spaß daran finden, mit allen Sinnen ihre Umgebung zu erkunden. Die Eltern lernen, die Signale ihres Babys zu verstehen, so dass sie deren Bedürfnisse nach Zuwendung und liebevoller Begleitung optimal erfüllen können. — Die Beschäftigung mit ihrem Kind, Gespräche über Entwicklung, Ernährung, Pflege und die eigenen Erfahrungen stehen im Mittelpunkt. DELFI®-Kurse sind eine konstante Begleitung für das gesamte erste Lebensjahr. **info@stade-fabi.de**

Ein DELFI®-Kursabschnitt umfasst 10 Treffen und ein Elterntreffen und kostet 68,20 Euro. Daran anschließend gibt es jeweils Folgekurse gleichen Umfangs. Weitere Information sowie Anmeldung bei der: Ev. Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e. V. **Tel. 0 41 41-79 75 70**

Fitness- und Entspannungstag 05.03.2017
für Frauen Auszeit vom Alltag für eine Bewegungszeit.

Der spezielle Mix aus fein aufeinander abgestimmten Workshops ist für Körper und Seele eine wahre Wohltat.
10:00 Uhr Beginn
Walking: mit einem „flotten Spaziergang“ an der frischen Luft kräftigen wir unser Herz und Kreislauf und die Fettverbrennung wird angekurbelt.
Workout: dieses gezielte Muskeltraining stylt Arme, Brust, Bauch, Beine, Po und Rücken.
Ca. 12:30 gemeinsames Mittagessen (vegetarischer Gemüseeintopf)
Hatha Yoga: Übungen aus dem Sonnengruß für neue Kraft, Vitalität und mehr Lebensenergie, Fasziyoga (plus Theorie), Atemübung, Körperwahrnehmung, Entspannung
16:00 Ende
Mitzubringen sind: Sportschuhe für draußen und drinnen, Matte, Handtuch, Wechselbekleidung, dicke Socken, Wolldecke, Kosten: 27,- Euro (inkl. Mittagessen, Wasser, Tee und Kaffee)
Anmeldung bei Mandy Graveland Tel. 04163-824999 oder per e-mail graveland@ewe.net

Rats Apotheke & Reformhaus **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

Medizinische Hypnose und ihre Wirkung
Vortrag am 20.01.2017 um 19.00 Uhr von Dana Niemann

Die Hypnose ist ein uraltes Verfahren und wurde bereits in Keilschriften von Kulturen am Euphrat und Tigris beschrieben. Seit Jahren arbeite ich erfolgreich als Heilpraktikerin für Psychotherapie mit Hypnose in meiner Praxis in Hechthausen und in Hamburg. Die Vielfalt der Hypnose hat mich schon immer sehr fasziniert. Hypnose ist ein Zustand zwischen Wachbewusstsein und Schlaf, entsprechend sendet das Gehirn sog. Alphawellen aus, Wellen mit einer Frequenz zwischen 8 und 14 Herz. (Quelle: Naturheilpraxis Heute von Elvira Bierbach). Das ist der Zustand, in dem die linke Gehirnhälfte, (der Sitz des Verstandes) ein „wenig nach hinten“, und das Unterbewusstsein, die rechte Gehirnhälfte (der Sitz der Emotionen, der Erinnerungen, der alten Muster) „nach vorne“ tritt. Nun arbeitet man im Unterbewusstsein in diesem Trancezustand, je nach Problematik mit verschiedenen Techniken, die alle zum Ziel haben, den Jetztzustand so zu verändern, dass Sie zufrieden oder gesund sind. Und genau da muss man hin, um dann Veränderungen bewirken zu können. Denn alles, was Sie über den Verstand machen können, könnten sie selbst verändern — Was kann man alles mit Hypnose bewirken, was passiert mit mir in der Hypnose, wie lange gibt es schon Hypnose? Diese und viele andere Fragen die Sie vielleicht haben, kann ich ihnen am 20.01.2017 beantworten. Ich bitte um eine Anmeldung unter: Tel. 04774 36 19 092 oder www.energetische-heilerin.de — Eintritt frei.

„Hornbörger Pannkoken“ zum Apfel des Jahres 2016 gekürt! Aus diesem Anlass wurde am 8.12.2016 im Burgmannshof ein Apfelaktionstag veranstaltet. Höhepunkt war die Pflanzung eines Hornbörger Pannkoken Apfelbaumes im Garten des Burgmannshofs durch den SG Bürgermeister Matthias Herwede und einen unserer Paten Richard Wilke mit Unterstützung von Peter Schleißelmann und Claas Duwald. Für die Kleinen ein toller Sonnenschutz in der Sandkiste, für die Großen eine willkommene Frucht für leckere Speisen!

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

Montag: 9.30 - 12 / 15 - 17 Uhr

Öffnungszeiten:
Montag - Freitag von 9 - 12 Uhr / Nachmittags ab 15 Uhr
Donnerstag ist über Mittag geöffnet (Mittagessen!)
Wir schließen zwischen 17 und 18 Uhr, je nach Bedarf
Mittwoch Nachmittag ist im Cafébereich DRK-Treff

Osterferien machen wir vom 10. April 2017 – 18. April 2017
Am Mittwoch, d. 19. April 2017 sind wir wieder für Sie da!

Jückmann BESTATTUNGEN
Altänder Straße 14 · 21739 Dollern

Inh. H. Stelzer
Telefon 04163 / 2478

Feuer- Erd- Anonym- Bestattungen

Unverbindliche Beratung zur Bestattungsvorsorge

MEHR GENERATIONEN HAUS

Samtgemeinde Horneburg Burgmannshof

Begegnung als Programm

LESUNGEN VORTRÄGE
AUSSTELLUNGEN KURSE
OFFENER RAUM
TREFFPUNKT CAFÉ

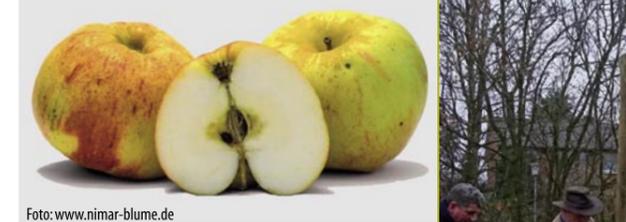


Foto: www.nimar-blume.de

„Horneburger Pfannkuchen“
Apfel des Jahres 2016!
Im Garten des Burgmannshofs wächst seit November 2016 ein robustes Bäumchen dieses traditionsreichen Apfels.



Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend