

## Nachbarn treffen Nachbarn

SeniorPartner Jahresprogramm 2026

Wir bedanken uns bei unseren  
Kooperationspartnern:

**STÄWOG**  
UNTERNEHMENSGRUPPE

 **WOHNUNGS - und  
IMMOBILIEN GmbH**

**WoGe**



## Liebe Nachbarinnen und Nachbarn,

wir freuen uns darauf, Sie auch 2026 mit einem neuen bunten Programm in den Treffpunkten unserer Kooperationspartner begrüßen zu dürfen. Jede und jeder ist bei allen Veranstaltungen herzlich willkommen. In diesem Jahr warten 610 abwechslungsreiche Angebote auf Sie. Wir freuen uns auf Sie und bedanken uns bei unseren Wohnungsgesellschaften für die Kooperation. Zudem bedanken wir uns herzlich für das besondere Engagement unserer ehrenamtlichen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter.

Alle Mieterinnen und Mieter der STÄWOG, der WoGe und der GWF, die in den Bereichen um unsere Treffpunkte (Myslowitzer Straße 1, Am Twischkamp - Am Blink, in der Mushard-, Berg- und Talstraße - Marienkirche, Bürgermeister-Smidt-Straße 175 - Haus im Hof, und um den Isländer Platz - Südertreff) wohnen, sind herzlich eingeladen und willkommen, an den geplanten Zusammenkünften und Ausflügen (nach vorheriger Anmeldung) teilzunehmen.

## Wann und wo finden die Treffen statt?

Diese Informationen finden Sie in diesem Programmheft, online oder Sie rufen uns bei Frage an. Bitte hinterlassen Sie uns eine Nachricht auf dem Anrufbeantworter. Wir rufen Sie zurück.

## Informationen und Bilder von unseren Aktivitäten finden Sie hier:

[www.diakonie-bhv.de](http://www.diakonie-bhv.de)

[www.facebook.com/diakoniebhv](https://www.facebook.com/diakoniebhv)



## Ihre Ansprechpartnerinnen zu allen Fragen sind:

**Ingrid Dammeyer, Leitung aller Nachbarschaftstreffpunkte**

Telefon 0471 9 55 52 12 oder 0152 21 72 41 99

**Am Twischkamp - Am Blink / Mushard-, Berg- und Talstraße / Süder Treff - Isländer Platz**

Telefon 0471 9 55 52 12 oder 0152 21 72 41 99

**Brigitte Kirsch, Myslowitzer Straße**

Telefon 0471 98 21 14 33

**Regina Fischer**

**Haus im Hof - Bürger 175**

Telefon 0471 41 73 45

## Veranstaltungen für alle Treffpunkte

### Fitness-Angebote mit Hanna Kriegler

Telefon: 0176 31 59 03 89

|                                                                                                                              |                                                                                   |                                                                           |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------|
| <b>Jeden Montag</b><br>11.00 - 12.00 Uhr Süder Treff (Beginn: 05.01.)                                                        |  | <b>Fit in die Woche</b><br>...das ist der Rhythmus, bei dem ich mit muss. |
| <b>Jeden Dienstag</b><br>09.30 - 10.30 Uhr Gemeindesaal Lange Straße (Beginn: 06.01.)                                        |  | <b>Fit in die Woche</b><br>...von Nord to Süd mit all de Lüd.             |
| <b>Jeden Mittwoch</b><br>09.00 - 10.00 Uhr Haus im Hof (Beginn: 07.01.)<br>10.30 - 11.30 Uhr Marienkirche (Beginn: 07.01.)   | Eigenleistung                                                                     | <b>Sitzyoga</b><br>...hier lösen sich die Verspannungen.                  |
| <b>Jeden Donnerstag</b><br>09.00 - 10.00 Uhr Marienkirche (Beginn: 08.01.)<br>10.30 - 11.30 Uhr Haus im Hof (Beginn: 08.01.) |  | <b>Fit in die Woche</b><br>...auch wir bleiben am Ball.                   |

### Neue Angebote

|                                                                                                |                                                                                     |                                                                            |
|------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------|
| <b>Jeden 2. Montag</b><br>15.00 - 16.00 Uhr Haus im Hof (Beginn: 23.02.)                       |    | <b>Rückenfit 50+</b><br>...Erhaltung von Fitness im Beruf und Freizeit.    |
| <b>Jeden 2. Montag</b><br>15.00 - 16.00 Uhr Haus im Hof (Beginn: 09.02.)                       |  | <b>Tanz mit Rollator</b><br>...von der Gehhilfe zum Sportgerät.            |
| <b>Jeden 2. und 4. Freitag im Monat</b><br>15.00 - 17.00 Uhr Standortmanagement<br>Geestemünde |  | <b>Handy - Sprechstunde mit Media Lab</b>                                  |
| <b>14-tägig freitags</b><br>10.00 - 11.30 Uhr Süder Treff (Beginn: 13.02.)                     |  | <b>Sprachcafé</b><br>Es ist nie zu spät, eine neue Sprache kennenzulernen. |

### Angebot: kochen.klönen.kennenzulernen.

Anmeldung erbeten: 0471 9 55 52 12

|                                                                                             |     |                                              |
|---------------------------------------------------------------------------------------------|-----|----------------------------------------------|
| <b>Jeden vorletzten Dienstag im Monat</b><br>10.00 - 13.00 Uhr Haus im Hof (Beginn: 22.01.) | 6 € | <b>Bettina Stock</b> Tel.: 0471 3 91 14 85   |
| <b>14-tägig donnerstags</b><br>10.00 - 13.00 Uhr Süder Treff (Beginn: 15.01.)               | 6 € | <b>Ingrid Dammeyer</b> Tel.: 0471 9 55 52 12 |



## Informationen zu unseren neuen Angeboten



### Tanz mit Rollator und Rückenfit 50+

Unsere neuen Fitnessangebote „Tanz mit Rollator“ und „Rückenfit 50+“ finden ab Februar 2026 im wöchentlich wechselnden Rhythmus im Treffpunkt Haus im Hof statt. Unser **Landes-sieger-Projekt** „Tanz mit Rollator“ fördert die Gesundheit, Mobilität und Gemeinschaft älterer Menschen. Der Rollator wird während des Trainings nicht nur als Gehhilfe, sondern auch als Sport- und Tanzgerät genutzt. In Gruppen üben die Teilnehmenden kleine Choreografien ein. Gemeinsam wird nach vertrauten Melodien getanzt. Perfektion ist nebensächlich – entscheidend sind Freude, Bewegung und das Miteinander.

Unser neues Angebot Rückenfit 50+ ist ein Trainingskonzept, das sich an Menschen ab 50 Jahren richtet und darauf abzielt, die Rückengesundheit gezielt zu stärken und zu erhalten. Es kombiniert sanfte, aber effektive Übungen zur Kräftigung, Mobilisation, Koordination und Entspannung, um altersbedingten Beschwerden vorzubeugen oder diese zu lindern.

### Sprachcafé

Es ist nie zu spät, etwas Neues zu lernen. In unserem Sprachcafé wollen wir uns in entspannter Atmosphäre bei einer Tasse Kaffee oder Tee einer neuen Sprache nähern und uns mit der Kultur des jeweiligen Landes befassen. Neue soziale Kontakte und Spaß am Erlernen einer neuen Sprache stehen im Vordergrund, nebenbei trainieren wir unser Gedächtnis. Es geht mit der englischen Sprache weiter: Welche Gepflogenheiten gibt es in Großbritannien und was hat es mit dem „Fünf-Uhr-Tee“ auf sich? Selbstverständlich veranstalten wir auch eine „Teatime“ mit Sandwiches, Scones und Feingebäck. Wir werden versuchen zu klären, warum „Fish&Chips“ ein englisches Nationalgericht ist und welcher Wortschatz für uns im Urlaub wichtig sein kann.



### **Tage im Grünen für Menschen im besten Alter (15.09. - 17.09.2026)**

Einmal im Jahr im September bieten wir gemeinsam mit dem evangelischen Kirchenkreis über einen Zeitraum von drei Tagen Ausflüge nach Drangstedt in die evangelisch-lutherische Freizeit- und Bildungsstätte an. Die teilnehmenden Senioren werden morgens mit einem Bus an verschiedenen Haltestellen in der gesamten Stadt abgeholt und am späten Nachmittag wieder zurückgefahren. In Drangstedt erwartet die Teilnehmenden ein buntes Programm. Hierzu gehören gemeinsame Fitnessübungen, Andachten, Singen, Spaziergänge über das großzügige Gelände und auch in den angrenzenden Wald. Bei schlechtem Wetter finden alternative Angebote wie Bingo, Gesellschaftsspiele und Klönschnack im Haus statt. Jedes Jahr gibt es ein anderes Motto. Die Vorbereitung hierfür übernimmt unsere Pastorin Lilo Eurich. Selbstverständlich ist ausreichend für das leibliche Wohl gesorgt.

### **Ausflüge mit Ingrid, Jörg oder Georg**

Mit unseren ehrenamtlichen Busfahrern Jörg und Georg haben wir weiterhin die Möglichkeit, Ausflüge in die Umgebung von Bremerhaven zu unternehmen. Mögliche Ausflugsziele dürft ihr gerne Ingrid Dammeyer mitteilen. Die Termine für die Fahrten werden euch persönlich in den Treffpunkten mitgeteilt. Bitte verabredet euch für diese Termine eigenständig in einer Gruppe mit bis zu sieben Teilnehmenden.

### **Die Formularlotsen**

Die Formularlotsen sind speziell geschulte Ehrenamtliche, die Bürgern aus Bremerhaven beim Ausfüllen von Anträgen (Bürgergeld, Grundsicherung, Wohn- und Kindergeld sowie Kinderzuschlag) unterstützen und helfen, die benötigten Unterlagen zusammenzustellen. Die Unterstützung ist kostenfrei und vertraulich. Weitere Informationen gibt Djawar Mohamad, Telefon 0157 526 834 74.

## Regelmäßige Veranstaltungen für alle Treffpunkte

|                                                                                                                  |                                                                                    |                                                                                                              |
|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Jeden letzten Montag im Monat</b><br>16.00 - 17.30 Uhr Süder Treff (Beginn: 26.01.)<br>Fahrten nach Absprache |   | <b>E-Bike Gruppe</b><br>Wir planen gemeinsam die nächste E-Bike-Tour.                                        |
| <b>Jeden Dienstag</b><br>15.00 - 17.00 Uhr Süder Treff (Beginn: 06.01.)                                          |   | <b>„Spiel-Café“</b><br>spielend bei der Sache bei Kaffee und Kuchen.                                         |
| <b>Jeden Donnerstag</b><br>15.00 - 17.00 Uhr Zentrum Alte Kirche<br>(Beginn: 08.01.)                             |   | <b>Seniorencafé</b><br>mit Kaffee und Kuchen.                                                                |
| <b>Jeden 2. und 4. Dienstag</b><br>14.30 - 16.30 Uhr Reformierte Kirche Langestr.<br>(Beginn: 13.01.)            |   | <b>Bingo</b>                                                                                                 |
| <b>Jeden 2. und 4. Mittwoch</b><br>15.00 - 17.00 Uhr Haus im Hof (Beginn: 14.01.)                                |   | <b>Spiele-Nachmittag</b><br>mit Kaffee und Kuchen.                                                           |
| <b>Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat</b><br>15.00 - 17.00 Uhr Süder Treff (Beginn: 07.01.)                       |   | <b>Handarbeits- und Klöntreff</b><br>neue Ideen und Techniken aus Stoff und Wolle,<br>bei Kaffee und Kuchen. |
| <b>Jeden ersten Donnerstag im Monat</b><br>15.00 - 17.00 Uhr Süder Treff (Beginn: 08.02.)                        |   | <b>Süder Kaffee-Stuv</b><br>mit Kaffee und Kuchen.                                                           |
| <b>Ausflüge in Kleingruppen</b><br>Wunschziele werden gerne aufgenommen.                                         |  | <b>Termine nach Absprache</b>                                                                                |

## Veranstaltungen für alle Treffpunkte

|                                                                                |                                                                                     |                                                                                                                                |
|--------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Donnerstag, 08. Januar</b><br>14.00 - 16.00 Uhr Süder Treff                 |  | <b>Geschenketauschbörse</b><br>bei Kaffee, Tee und Gebäck.                                                                     |
| <b>Montag, 19. Januar</b><br>12.00 - 13.30 Uhr Süder Treff                     | 2,50 €                                                                              | <b>Suppen-Stammtisch „Herzenswärme“</b><br>Wir wärmen uns bei heißer Suppe auf und halten Klönschnack.                         |
| <b>Donnerstag, 22. Januar</b><br>12.00 - 13.30 Uhr Haus im Hof                 | 2,50 €                                                                              | <b>Suppen-Stammtisch „Herzenswärme“</b><br>Wir wärmen uns bei heißer Suppe auf und halten Klönschnack.                         |
| <b>Montag, 26. Januar</b><br>15.00 - 16.00 Uhr Süder Treff                     |  | <b>Projekt „BerTA“</b><br>Martina Schneider stellt sich und ihre Arbeit vor (Hausbesuche mit Beratung zu „Teilhabe im Alter“). |
| <b>Mittwoch, 28. Januar</b><br>15:30 - 17:00 Uhr Haus im Hof                   |  | <b>Vorsorgevollmachten</b><br>Zu Gast ist die Betreuungsbehörde vom Magistrat.                                                 |
| <b>Donnerstag, 05. Februar</b><br>12.00 - 14.00 Uhr Restaurant<br>An der Mühle | 24 Euro                                                                             | <b>Gemeinsames Grünkohllessen</b><br>An der Mühle, Schillerstr. 68, Geestemünde<br>Anmeldung und Vorkasse erforderlich.        |
| <b>Montag, 16. Februar</b><br>12.00 - 13.30 Uhr Süder Treff                    | 2,50 €                                                                              | <b>Suppen-Stammtisch „Herzenswärme“</b><br>Wir wärmen uns bei heißer Suppe auf und halten Klönschnack.                         |
| <b>Donnerstag, 19. Februar</b><br>12.00 - 13.30 Uhr Haus im Haus               | 2,50 €                                                                              | <b>Suppen-Stammtisch „Herzenswärme“</b><br>Wir wärmen uns bei heißer Suppe auf und halten Klönschnack.                         |
| <b>Mittwoch, 11. März</b><br>15:00 - 17:00 Uhr Haus im Hof                     |  | <b>Workshop „Fit und mobil in den Frühling“</b><br>Die Gesundheitsfachkräfte im Quartier besuchen uns.                         |

## Veranstaltungen für alle Treffpunkte

|                                                                        |                                                                                     |                                                                                                                                                         |
|------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>Sonntag, 29. März</b><br>14.00 - 16.00 Uhr<br>Süder Treff           |    | <b>Sonntags Kaffeestube mit selbstgebackenen Kuchen von Ingrid</b><br>mit Shuttle Angebot für Haus im Hof & Myslowitzer Straße. Anmeldung erforderlich. |
| <b>Dienstag, 31. März</b><br>14.00 - 16.00 Uhr<br>Süder Treff          |    | <b>Spaß beim Rätsel knacken</b><br>bei Kaffee, Tee und Gebäck.<br>Anmeldung erforderlich.                                                               |
| <b>Freitag, 10. April</b><br>09.30 - 11.30 Uhr<br>Marienkirche         |    | <b>Osterandacht mit Pastorin Lilo Eurich</b><br>mit anschl. Frühstück. Anmeldung erforderlich.                                                          |
| <b>Mittwoch, 29. April</b><br>14.00 - 16.00 Uhr<br>Haus im Hof         |    | <b>Bingo</b>                                                                                                                                            |
| <b>Donnerstag, 11. Juni</b><br>Abfahrtszeiten folgen                   | 45 €                                                                                | <b>Wir besuchen das Gut Hörne in Balje</b><br>- Jahresausflug -                                                                                         |
| <b>Mittwoch, 15. Juli</b><br>15.00 - 17.00 Uhr<br>Süder Treff          |    | <b>Hitzeknigge - Verhalten älterer Menschen bei hohen Temperaturen im Sommer.</b><br>Die Gesundheitsfachkräfte im Quartier besuchen uns.                |
| <b>Dienstag, 21. Juli</b><br>12.00 - 14.00 Uhr<br>Haus im Hof          | 6 €                                                                                 | <b>Matjesessen</b><br>Anmeldung und Vorkasse erforderlich.                                                                                              |
| <b>Mittwoch, 29. Juli</b><br>14.00 - 16.00 Uhr<br>Süder Treff          |  | <b>Bingo</b>                                                                                                                                            |
| <b>Donnerstag, 30. Juli</b><br>12.00 - 14.00 Uhr<br>Süder Treff        | 6 €                                                                                 | <b>Matjesessen</b><br>Anmeldung und Vorkasse erforderlich.                                                                                              |
| <b>Sonntag, 23. August</b><br>10.00 - 15.00 Uhr<br>Süder Treff         |                                                                                     | <b>Flohmarkt</b><br>mit der WoGe und SeniorPartner-Café am Isländer Platz. Anmeldung erforderlich.                                                      |
| <b>Ab Oktober</b><br>Zeiten und Ort werden noch bekannt gegeben.       |                                                                                     | <b>Kochbuch Projekt:</b><br>Gesund essen kann so lecker sein.                                                                                           |
| <b>15. - 17. September</b><br>ganztägig<br>Drangstedt                  | 30 Euro<br>pro Tag                                                                  | <b>Tage im Grünen für Menschen im besten Alter</b><br>Bitte beachten Sie die Plakate.<br>Anmeldung erforderlich.                                        |
| <b>Montag, 05. Oktober</b><br>09.30 - 11.00 Uhr<br>Haus im Hof         |  | <b>Erntedankfrühstück</b><br>Anmeldung erforderlich.                                                                                                    |
| <b>Freitag, 09. Oktober</b><br>09.30 - 11.00 Uhr<br>Süder Treff        |  | <b>Erntedankfrühstück</b><br>Anmeldung erforderlich.                                                                                                    |
| <b>Novemberwochenenden</b><br>Uhrzeit und Datum werden bekannt gegeben |  | <b>Ausflug zum Adventskreativmarkt</b><br>Anmeldung erforderlich.                                                                                       |
| <b>Mittwoch, 25. November</b><br>15.00 - 17.00 Uhr<br>Haus im Hof      |  | <b>Rätsel-Nachmittag zu Halloween</b>                                                                                                                   |
| <b>Freitag, 04. Dezember</b><br>15.00 - 17.00 Uhr<br>Marienkirche      |  | <b>Adventsandacht mit Pastorin Lilo Eurich</b><br>mit anschl. Kaffeetafel im Gemeindehaus.<br>Eigene Anreise / Anmeldung erforderlich.                  |
| <b>Mittwoch, 09. Dezember</b><br>15.00 - 17.00 Uhr<br>Haus im Hof      |  | <b>Weihnachtsfeier</b><br>der Spielegruppe Haus im Hof.                                                                                                 |
| <b>Dienstag, 15. Dezember</b><br>15.00 - 17.00 Uhr<br>Süder Treff      |  | <b>Weihnachtsfeier</b><br>der Spielegruppe Süder Treff.                                                                                                 |
| <b>Mittwoch, 16. Dezember</b><br>15.00 - 17.00 Uhr<br>Süder Treff      |  | <b>Weihnachtsfeier</b><br>der Handarbeitsgruppe Süder Treff.                                                                                            |

## Im Alter für Sie da - Ihre Diakonie Bremerhaven

„Wir helfen!“ – das ist die Grundlage unserer täglichen Arbeit.

Wenn Sie nach einem Krankenhausaufenthalt Kurzzeitpflege benötigen, finden Sie bei uns zwei vollstationäre Pflegeeinrichtungen: das Jacobi-Haus in Lehe und das Elisabeth-Haus in Geestemünde. Ein freundliches Wort, eine Umarmung, ein herzlicher Händedruck, das ist bei uns keine Seltenheit, denn gute Pflege heißt bei uns nicht nur professionelle Versorgung, sondern auch liebevolle Betreuung. Tag für Tag schaffen wir einen Ort, an dem sich unsere Bewohnenden zu Hause fühlen.



Ev.-luth. Pflegeheim  
"Elisabeth-Haus"  
Schillerstraße 113  
27570 Bremerhaven  
Tel.: 0471 96 91 90  
[www.diakonie-bhv.de](http://www.diakonie-bhv.de)



Alten- und Pflegeheim  
"Jacobi-Haus"  
Jacobistraße 1  
27576 Bremerhaven  
Tel.: 0471 80 07 00  
[www.diakonie-bhv.de](http://www.diakonie-bhv.de)

### SeniorPartner Diakonie und Kirche

Jacobistraße 44  
27576 Bremerhaven  
Telefon 0471 9 55 52 12  
E-Mail [seniorpartner@diakonie-bhv.de](mailto:seniorpartner@diakonie-bhv.de)  
Internet [diakonie-bhv.de](http://diakonie-bhv.de)  
Facebook [facebook.com/diakoniebhv](https://facebook.com/diakoniebhv)

### Spendenkonto:

SeniorPartner Diakonie und Kirche  
Weser-Elbe Sparkasse  
Stichwort: SeniorPartner  
IBAN: DE60 2925 0000 0002 0167 61  
BIC: BRLADE21BRS

## Albert Schweitzer inklusive Pflegedienst



sehen. helfen. achten.

### WIR PFLEGEN INDIVIDUALITÄT

Albert-Schweitzer-Inklusiver Pflegedienste gGmbH in Bremerhaven – wir verstehen uns als ein Dienstleister für alle Menschen – unsere Angebote richten sich an **hilfsbedürftige Menschen** jeden Alters **mit oder ohne Behinderung**. Es ist uns ein Anliegen, das gleichberechtigte Miteinander von Menschen mit und ohne Behinderung, von Pflegebedürftigen und gesunden Menschen, von Jung und Alt zu unterstützen und zu fördern in ihrem eigenen zuhause. Wir schließen mit unserem Angebot eine Versorgungslücke und kombinieren

aufgrund unserer Arbeitsweise und dem zur Verfügung stehenden ausgebildetem Personal die **pflegerischen und pädagogischen Leistungen**.

Gern beraten wir Sie in unserem Büro oder beim Kunden vor Ort ausführlicher zum Thema „ambulante Pflege“, erklären Ihnen die Vorteile und beantworten alle Fragen. Nehmen Sie hierfür einfach Kontakt auf und vereinbaren Sie einen Termin in unserer Einrichtung.



0471 – 52 00 7 · [info@asw-bhv.de](mailto:info@asw-bhv.de) · [asw-bhv.de](http://asw-bhv.de)