

# Monatsprogramm

## Juni 2011

Das Monatsprogramm des Quartierstreffs 46 ist da. Wir wollen Sie regelmäßig über die Aktivitäten in unseren Räumen informieren.

### Was ist bisher geschehen?

Im Mai letzten Jahres lud der Bauverein seine Mitglieder zur Quartiersversammlung in Zähringen ein. Viele Interessierte kamen. Daraus entstand in Zusammenarbeit mit der Katholischen Fachhochschule das Projekt "Mehrgenerationenquartier am Turmcafe".

Wir laden Sie ein, ob Sie Bauvereinsmitglied sind oder nicht, Bewohner des Quartiers oder Interessierter aus einem andern Stadtteil, die Idee des nachbarschaftlichen Miteinanders konkret umzusetzen und weiter voranzutreiben:

Sie können mitarbeiten in den Bereichen:

Verwaltung/Organisation/Technik

Nachbarschaftshilfe wie Einkaufen, Behördengänge, Pflegebegleitung, Hausaufgabenhilfe, Spiele-, Bastel-Nachmittage, Babysitting, in Kooperation mit den Krabbelgruppen Junikäfer

Vorträge, Vorlesungen, gemeinsame Feste Nachbarschaftscafe, Freizeit-, Kultur- und Gesundheitsaktivitäten: Sport und Bewegung, Theater, Tanz, Musik, Ernährung, Kochgruppe, Frühstücksgruppe, Chor, Computerkurse, Vorträge

Veranstaltungen: Tausch- und Flohmarkt, Kulturcafe, Treffpunkt 50plus, Quartiersfeste

Natürlich sind darüber hinaus weitere Vorstellungen, Wünsche, Ideen, Anregungen möglich und erwünscht. Reden Sie mit uns, fragen Sie nach.

Unser Quartierskoordinator, Herr Wörnhör nimmt Ihre Anregungen auf, berät und informiert Sie über alles, was nachbarschaftliches Wohnen betrifft.

Wollen Sie bei uns mitmachen?

Wollen Sie über Termine informiert werden?

Wollen Sie bei Sitzungen dabei sein?

Sie können anrufen.

Geschäftszeiten:

täglich 9 bis 12 Uhr, nachmittags nach Vereinbarung

Direkter Ansprechpartner



**Volker Wörnhör**, Quartierskoordinator  
Tel.: 0761 / 5 10 44 - 88  
Fax: 0761 / 5 10 44 - 9988  
[woernhoer@bauverein-breisgau.de](mailto:woernhoer@bauverein-breisgau.de)

### Programm im Monat Juni 2011

**Mittwoch, 01.06.**  
16.30 -18.00 Uhr

**Die Theatergruppe**  
trifft sich wieder zur Probe  
Leitung: Volker Wörnhör, Theaterpädagoge.

**Freitag, 03.06. Entspannungsgymnastik**  
10.30 -11.30 Uhr mit Frau März-Brendel

Ob Elemente aus Pilates, Yoga, Tai Chi, Feldenkrais oder der Gymnastik, ob im Stehen, Gehen, oder im Sitzen, mit oder ohne Musik - immer stehen der Humor und die Freude an Bewegung in der Gruppe im Vordergrund.

Dieser Kurs ist bereits belegt. Bei Interesse wenden Sie sich an Herrn Wörnhör. Bei genügend Teilnehmern ist ein zweiter Kurs möglich.

12.45 Uhr-14.00Uhr **Wassergymnastik**  
im Haslacher Bad

Jeden Montag und Freitag, jeweils von 12.45 Uhr bis 14.00 Uhr können Sie unter fachlicher Anleitung im Wasser trainieren und Spaß haben. Der Unkostenbeitrag beträgt incl Eintritt 3,50 Euro

**Sonntag, 05.06.**

### Vegan Brunchen



11.00 – 14.00 Uhr

Ein etwas anderer Brunch und für  
bewusste Ansprüche:

Das liebevoll zubereitete Speiseangebot aus rein pflanzlichen Zutaten spricht für sich. Mit überwiegend saisonalen und regionalen Produkten aus biologischem Anbau. Bitte melden Sie sich an bei Frau Rosmarie Zähringer, Tel. 0761-29882(abends und Wochenende) oder 0761-3867316 (tagsüber).

**Montag, 06.06.**  
12.45 -14.00Uhr

**Wassergymnastik**  
im Haslacher Bad (siehe 03.06.)

14.00 – 17.00 Uhr

**Tages-Betreuung von**  
Demenz-Erkrankten durch  
Senovum ambulant

18.00 – 19.30 Uhr

**Maltreff für Erwachsene**  
Ausnahmsweise mal am 1. Montag im Monat

20.00 Uhr

**Musikprobe der Qu46 Band**  
Mit Herrn Schreieder

**Dienstag, 07.06.**

10.00 -11.30 Uhr

**Trainiere dein Gehirn**  
mit Frau Kreckel

Bewegen und Denken ist ein individuelles Training, das sich an den Mitwirkenden orientiert. Es hilft bei der Alltagsbewältigung und lässt unseren Geist in Bewegung schnelle Problemlösungen finden.

16.30-17.30 Uhr

Der **Singkreis** trifft sich immer am 1. und 3. Dienstag im Monat. Mit Edda Hippe, Georg Schreieder, und Ivo Schäfer. Alt und Jung singen gemeinsam bekannte Melodien und Lieder.



18.30 Uhr

**Lichtbildvortrag mit Musik.**  
**Fahrradtour durch die USA.**

Vorgestellt durch Herrn Walter Schmidt, der ab Juli auch kleine Fahrradtouren für den Quartierstreff 46 durchführt. (siehe letzte Seite) Lassen Sie sich animieren.

16.30 -18.00 Uhr

**Mittwoch, 08.06.** Die **Theatergruppe**  
trifft sich wieder zur Probe  
Leitung: Volker Wörnhör, Theaterpädagoge.

**Donnerstag, 09.06.**

10.00 -10.50 Uhr

**Gymnastik für Ältere**  
mit Anne Wunderlich. Leichte Gymnastik mit Gehen auf Musik, Lockerung der Muskulatur, Sitzgymnastik, kleine Spiele.  
Unkostenbeitrag 1,50  
für Hausbewohner frei

17.30 Uhr



**Filmnachmittag.**

Wir zeigen die italienisch-schweizerische  
**Komödie** mit Bruno Ganz

**Brot und Tulpen.**

**Freitag, 10.06.**

10.30 -11.30 Uhr

**Entspannungsgymnastik**  
mit Frau März-Brendel (siehe 3.6.)

12.45 -14.00Uhr

**Wassergymnastik** im  
Haslacher Bad (siehe 03.06.)

## Wir wünschen schöne Pfingsten

Volker Wörnhör ist vom 14. Juni bis 1. Juli nicht im Haus.

**Der Quartierstreff 46 ist geöffnet.**

Alle im Programm angekündigten Veranstaltungen finden statt.

**Dienstag, 14.06.**

10.00 - 11.30 Uhr

**Trainiere dein Gehirn**

mit Frau Kreckel (siehe 7.6.)

14.30 Uhr

**Das offene Pfingst-Cafe**

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat

**reinschauen - umschauen – genießen.**



Ob Sie eine Tasse Kaffee trinken möchten oder nur mal unter Menschen sein wollen - bei uns sind Sie richtig! Hier können Sie sich unterhalten, nette Leute kennenlernen, schmökern, spielen oder einfach nur da sein. Sie können bei uns jetzt auch Schach spielen.

Beim offenen können aus



Cafe ist immer auch unsere **BIBLIOTHEK** geöffnet. Sie unserem reichhaltigen Angebot ausleihen.

In den Schulferien findet keine Entspannungs- und keine Wassergymnastik statt. Die Schulferien dauern bis zum 24.06.

**Montag, 20.06.**

14.00 – 17.00 Uhr

18.00 - 19.30 Uhr

20.00 Uhr

**Tages-Betreuung** von

Demenz-Erkrankten durch

Senovum ambulanz

**Kreatives Gestalten** für Kinder und Erwachsene mit der

Malgruppe des Quartierstreff 46. Raum A

**Musikprobe der Qu46 Band**

Mit Herrn Schreieder

**Dienstag, 21.06.**

10.00 - 11.30 Uhr

16.30 - 17.30 Uhr

**Trainiere dein Gehirn**

mit Frau Kreckel (siehe 07.06.)

Der **Singkreis** trifft sich.

**Montag, 27.06.**

12.45 - 14.00 Uhr

14.00 – 17.00 Uhr

**Wassergymnastik**

im Haslacher Bad (siehe 03.06.)

**Tages-Betreuung von**

Demenz-Erkrankten durch

Senovum ambulanz

**Dienstag, 28.06.**

10.00 - 11.30 Uhr

**Trainiere dein Gehirn**

mit Frau Kreckel (siehe 03.05.)

14.30 Uhr

**Das offene Cafe**

jeden 2. und 4. Dienstag im Monat

**reinschauen - umschau**



**ießen.**

Ob Sie eine Tasse Kaffee trinken möchten oder nur mal unter Menschen sein wollen - bei uns sind Sie richtig! Hier können Sie sich unterhalten, nette Leute kennenlernen, schmökern, spielen oder einfach nur da sein. Heute wieder mit unseren Akkordeonspielern.



Beim offenen Cafe ist immer auch unsere **BIBLIOTHEK** geöffnet. Sie können aus unserem reichhaltigen Angebot ausleihen.

**Mittwoch, 29.06.**  
15.00 – 15.45 Uhr

### **Progressive Muskelentspannung**

**Neuer Entspannungskurs** als Schnupperkurs 4 Einheiten..  
Weitere Termine: 6./13. und 20. Juli. Anfragen bei der Leiterin  
Anne Wunderlich, Tel. 0160-4498871 (Kosten für 4mal 12,-€)  
Krankenkassenzuschuss möglich

**Donnerstag, 30.06.**  
10.00 - 10.50 Uhr

### **Gymnastik für Ältere**

mit Anne Wunderlich. (siehe 9.6.)

### **Vorankündigungen für den Juli.**

Am **Freitag, 1. Juli** von 16-20 Uhr findet ein **Filzkurs** für Anfänger statt. (Kosten 24,-  
€ zzgl. 6,- € Materialkosten) Am **Samstag, 2. Juli** kann das erlernte in einem ganztägigen  
Kurs in einem Fortgeschrittenkurs gefestigt werden, alle schon Geübte sind willkommen  
(48,-€ plus Material)

Durchgeführt werden beide Kurse von Brigitte Hagen.  
Demnächst gibt es einen Extraflyer.



Herr Walter Schmidt, erfahrener Radfahrer und Tourenfahrer begleitet Sie  
bei gemütlichen **Fahrradtouren** in unserer näheren Umgebung. Es geht

los am **Mittwoch, den 6. Juli um 9.30 Uhr**

Treffpunkt hier am Quartierstreff 46.

Siehe auch den Diavortrag über seine Fahrradtour in den USA, den wir  
am Dienstag, den 7. Juni um 18.30 Uhr zeigen.

### **Vorankündigung für den August**



**FLOHMARKT** beim Sommerhock des Quartierstreff 46  
am **Samstag, 6. August 2011**

Sie können jetzt schon Stände mieten.

1 Tisch (Biertischgröße) kostet 15,- € Standmiete.  
Melden Sie sich an!!!!