



Verein  
**Altenhilfe**  
in Buchholz e.V.

01 | **2019**

*Für  
aktive Senioren*

*Wohin man schaut, nur Schnee und Eis,  
der Himmel grau, die Erde weiß;  
Hei, wie der Wind so lustig pfeift,  
Hei, wie er in die Backen kneift!*

- Robert Reinick



**VERANSTALTUNGEN**  
Januar · Februar · März

**2019**

# TAXI RUF



**Kay-Uwe Kickbusch**

**(04181)  
88 77 • 43 21**

Telefax: (0 41 81) 9 85 52

E-Mail: [info@taxi-kickbusch.de](mailto:info@taxi-kickbusch.de)

Bahnhofstraße 7 • 21244 Buchholz

## **TAG und NACHT**

Taxi bis 8 Personen • Flughafentransfer  
Kranken- und Kurierfahrten • EC-Cash

## Café PARADIES



Torten, Kuchen und Feingebäck aus eigener Herstellung

Tel. 04181 / 350 452

Breite Straße 8

21244 Buchholz i.d.N.

### **Öffnungszeiten:**

Mo geschlossen

Di, Do, Fr 8:30-18:00 Uhr

Mi 8:00-18:00 Uhr

Sa 8:00-17:00

So 13:30-17:00

[www.cafe-paradies-buchholz.de](http://www.cafe-paradies-buchholz.de)

HOTEL & LANDGASTHOF  
**HOHELUF**  
GASTFREUNDSCHAFT MIT GESCHICHTE

*...fröhlicher & festlicher!*

Hoheluft 1 | 21244 Buchholz-Meilsen | Tel.: 04181/9211-0 | [www.landgasthof-hoheluft.de](http://www.landgasthof-hoheluft.de)

# VORWORT

## Liebe Mitglieder und Freunde unseres Vereins,

Ihnen allen wünsche ich **ein gutes neues Jahr 2019**, beste Gesundheit, Zufriedenheit und schöne Stunden in und mit Ihrem Verein Altenhilfe in Buchholz – für aktive Senioren.

In der Seniorenbegegnungsstätte im Zentrum von Buchholz (siehe letzte Seite) ist auch **2019** wieder eine Menge los. **Montags, Mittwochs und Sonnabends** öffnen wir wieder unser Haus für Sie, immer um 14.00 Uhr. Genießen Sie dann die leckeren Angebote der **Cafeteria** und machen dann ab 15:30 oder 14:15 Uhr mit, wenn die verschiedenen Veranstaltungen beginnen.

Bei uns wird auch in kleineren Gruppen **Rummikub, Canasta** und **Skat** gespielt. Neue Mitspielerinnen und Mitspieler sind immer gern willkommen. Sprechen Sie uns an, wir stellen einen Kontakt zu den Spielgruppen her.

Ein besonderes Highlight wird sicherlich der **Vortrag am 16. März 2019 von Dr. Ernst Sauer** sein: **Auf Trekkingpfaden durch die Sahara in Südalgerien** (andere tolle Vorträge immer sonnabends).

Am **27. Februar 2019** findet unsere **Jahreshauptversammlung** mit Vorstandswahlen statt. Einladungen dazu werden direkt an Sie verschickt.

Am **9. März 2019** findet wieder einmal die **Ehrenamtsmesse in der Empore** statt. Der Verein Altenhilfe Buchholz ist dort vertreten. Besuchen Sie uns in der Empore, die Seniorenbegegnungsstätte bleibt an diesem Tag geschlossen.

Das **Ausflugsprogramm 2019** ist fertiggestellt, ebenso das Angebot für die **Ferienfahrt in den Thüringer Wald**. Fast alle Informationen dazu finden Sie im Veranstaltungskalender. Ausführliche Programmübersichten und Angebote liegen vor und können beim Vorstand abgefordert werden.

Herzliche Grüße,  
**Ihr Jürgen Köster**



# JANUAR

<b>2.1.</b> Mittwoch	<b>14:15 Uhr</b> <i>Anke Hinsch</i> <b>Fitness für die grauen Zellen</b> <b>Rätsel, Spaß &amp; Knobeleyen</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Annemarie Unkrig</i> <b>B I N G O!</b> <i>(mit kleinen Preisen)</i>
<b>5.1.</b> Sonnabend	<i>Hermann Tödter</i> <b>Die Oste - Faszination einer Landschaft</b>
<b>7.1.</b> Montag	<i>Manuela Freuer</i> <b>9:15 Uhr</b> <b>Yoga "Stuhl"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Schultz</i> <b>Gymnastik</b>
<b>9.1.</b> Mittwoch	<i>Sigrid Herres &amp; Hildegard Hoffmann</i> <b>Basteln</b>
<b>12.1.</b> Sonnabend	<i>"Filmclub"</i> <b>Wilde Karibik -</b> <b>Trauminseln und Korallengärten</b>
<b>14.1.</b> Montag	<i>Ariane Klöck</i> <b>9:15 Uhr</b> <b>Yoga "Matte"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Ingrid Schmidt</i> <b>Niederdeutscher Nachmittag</b>
<b>16.1.</b> Mittwoch	<i>Anke Hinsch</i> <b>Fitness für die grauen Zellen</b> <b>Rätsel, Spaß &amp; Knobeleyen</b>
<b>19.1.</b> Sonnabend	<i>Jörg Trobitzsch</i> <b>Eisberge vor Grönland</b>

Die Tagesstätte ist jeweils von **14-18 Uhr** geöffnet.  
Die **Veranstaltungen** beginnen jeweils um **15:30 Uhr**,  
sofern keine andere Zeit angegeben ist.

<b>21.1.</b> Montag	<i>Manuela Freuer</i> <b>9:15 Uhr Yoga "Stuhl"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Schultz</i> <b>Gymnastik</b>
<b>23.1.</b> Mittwoch	<i>Sigrid Herres &amp; Hildegard Hoffmann</i> <b>Basteln</b>
<b>26.1.</b> Sonnabend	<i>Manfred Anders</i> <b>Lapplands Natur im Herbst und Winter</b>
<b>28.1.</b> Montag	<i>Ariane Klöck</i> <b>9:15 Uhr Yoga "Matte"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Bünning</i> <b>Wir singen miteinander</b>
<b>30.1.</b> Mittwoch	<i>Anke Hinsch</i> <b>Fitness für die grauen Zellen Rätsel, Spaß &amp; Knocheleien</b>



**UNSERE BASTELGRUPPE FREUT SICH  
AUF IHRE TEILNAHME**



# FEBRUAR

<b>2.2.</b> Sonnabend	<i>Michael Wabbel</i> <b>Stationen an der Seidenstraße - Bilder aus Usbekistan</b>
<b>4.2.</b> Montag	<i>Manuela Freuer</i> <b>9:15 Uhr Yoga "Stuhl"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Schultz</i> <b>Gymnastik</b>
<b>6.2.</b> Mittwoch	<i>Annemarie Unkrig</i> <b>BINGO! (mit kleinen Preisen)</b>
<b>9.2.</b> Sonnabend	<i>Wolfram Seyfarth</i> <b>Die 60iger: Jugendwanderungen durch Franken und Edelstein- waschen in den Alpen</b>
<b>11.2.</b> Montag	<b>9:15 Uhr</b> <i>Ariane Klöck</i> <b>Yoga "Matte"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Ingrid Schmidt</i> <b>Niederdeutscher Nachmittag</b>
<b>13.2.</b> Mittwoch	<b>14:15 Uhr</b> <i>Anke Hinsch</i> <b>Fitness für die grauen Zellen Rätsel, Spaß &amp; Knocheleien</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Sigrid Herres &amp; Hildegard Hoffmann</i> <b>Basteln</b>
<b>16.2.</b> Sonnabend	<i>Sabine Wolansky</i> <b>Die Honigbienen und ihre wilden Verwandten</b>

Die Tagesstätte ist jeweils von **14-18 Uhr** geöffnet.  
Die **Veranstaltungen** beginnen jeweils um **15:30 Uhr**,  
sofern keine andere Zeit angegeben ist.

<b>18.2.</b> Montag	<i>Manuela Freuer</i> <b>9:15 Uhr</b> Yoga "Stuhl"
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Schultz</i> Gymnastik
<b>20.2.</b> Mittwoch	<b>15 Uhr</b> <i>Anja Neuhaus-Langhorst, Margrit Ueckermann, Werner Helms &amp; Peter Wieckhorst</i> Geburtstagsfeier für unsere Mitglieder / November, Dezember & Januar
<b>23.2.</b> Sonnabend	<i>Prof. Dr. Götz von Rohr</i> <b>Kolumbus war nicht der Erste</b>
<b>25.2.</b> Montag	<b>9:15 Uhr</b> <i>Manuela Freuer</i> Yoga "Matte"
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Bünning</i> Wir singen miteinander
<b>27.2.</b> Mittwoch	<b>14:30 Uhr</b> Jahreshauptversammlung



**KARTENSPIELEN**

**KÖNNEN SIE BEI UNS MONTAGS UND MITTWOCHS**

# MÄRZ

<b>2.3.</b> Sonnabend	<i>Uwe Michelau</i> <b>Burgen und Schlösser rund um Hamburg</b>
<b>4.3.</b> Montag	<b>9:15 Uhr</b> <i>Manuela Freuer</i> <b>YOGA "Stuhl"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Schultz</i> <b>Gymnastik</b>
<b>6.3.</b> Mittwoch	<b>14:15 Uhr</b> <i>Anke Hinsch</i> <b>Fitness für die grauen Zellen Rätsel, Spaß &amp; Knobeleyen</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Annemarie Unkrig</i> <b>BINGO! (mit kleinen Preisen)</b>
<b>9.3.</b> Sonnabend	<i>Ehrenamtsmesse in der Empore</i> <b>Die Seniorenbegegnungsstätte bleibt geschlossen!</b>
<b>11.3.</b> Montag	<b>9:15 Uhr</b> <i>Ariane Klöck</i> <b>Yoga "Matte"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Ingrid Schmidt</i> <b>Niederdeutscher Nachmittag</b>
<b>13.3.</b> Mittwoch	<b>14 Uhr</b> <i>Hans-Werner Jürgens &amp; Peter Wieckhorst</i> <b>Spielenachmittag Skat</b> <i>(mit kleinen Preisen)</i>
	<b>Ab 15:00 Uhr</b> <b>Rummikub, Canasta u.a.</b> <i>(mit kleinen Preisen)</i>
<b>16.3.</b> Sonnabend	<i>Dr. Ernst Sauer</i> <b>Auf Trekkingpfaden durch die Sahara in Südalgerien</b>



Die Tagesstätte ist jeweils von **14-18 Uhr** geöffnet.  
Die **Veranstaltungen** beginnen jeweils um **15:30 Uhr**,  
sofern keine andere Zeit angegeben ist.

<b>18.3.</b> Montag	<b>9:15 Uhr</b> <i>Manuela Freuer</i> <b>YOGA "Stuhl"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Schultz</i> <b>Gymnastik</b>
<b>20.3.</b> Mittwoch	<i>Anke Hinsch</i> <b>Fitness für die grauen Zellen</b> <b>Rätsel, Spaß &amp; Knocheleien</b>
<b>23.3.</b> Sonnabend	<i>Peter Aldag</i> <b>Spitzbergen - Das Tor zur Arktis</b>
<b>25.3.</b> Montag	<b>9:15 Uhr</b> <i>Ariane Klöck</i> <b>Yoga "Matte"</b>
	<b>15:30 Uhr</b> <i>Anke Bünning</i> <b>Wir singen miteinander</b>
<b>27.3.</b> Mittwoch	<i>Sigrid Herres &amp; Hildegard Hoffmann</i> <b>Basteln</b>
<b>30.3.</b> Sonnabend	<i>Margarethe Fethke</i> <b>Abstieg in die Bergwerke Helene und Hermine</b>



**DIE GRUPPE**  
**GEDÄCHTNISTRAINING/  
FITNESS FÜR DIE GRAUEN ZELLEN**  
**FREUT SICH AUF IHRE TEILNAHME**



WICHTIGE INFORMATION  
ZUM THEMA  
**DATENSCHUTZ**  
FÜR UNSERE MITGLIEDER



Der Verein Altenhilfe erhebt, verarbeitet und nutzt personenbezogene Daten seiner Mitglieder ausschließlich für Vereinszwecke auf der Grundlage der Datenschutz-Grundverordnung (DS-GVO). Wenn zur Erledigung der Vereinsaufgaben personenbezogene Daten an Dritte gegeben werden, werden diese ausdrücklich darauf verpflichtet, die datenschutzrechtlichen Bestimmungen einzuhalten (DS-GVO).  
Alle Vereinsmitglieder haben das Recht auf Auskunft über die zu ihrer Person gespeicherten Daten.

# AUSFLUGSPROGRAMM | 2019

für unsere Mitglieder •••••

**25.  
April**

*Donnerstag*

## **AIRBUS-FLUGZEUGBAU IN HAMBURG-FINKENWERDER**

Werksbesichtigung – Einblick in die Flugzeugproduktion. Abendessen Gasthof Böttcher, Nenndorf.

**Preis pro Person € 46,-**

**21.  
Mai**

*Dienstag*

## **AMMERLÄNDER RHODODENDRONBLÜTE – BAD ZWISCHENAHN**

Besuch des „Park der Gärten“ in Bad Zwischenahn. Schifffahrt auf dem Zwischenahner Meer.

**Preis pro Person € 42,-**

**27.  
Juni**

*Donnerstag*

## **NORD-OSTSEE-KANALFAHRT VON KIEL NACH RENDSBURG (ZUR KIELER WOCHE)**

Schifffahrt von Kiel nach Rendsburg, Brunchbuffet an Bord.

**Preis pro Person € 65,-**

**2.-7.  
Juli**

*Dienstag -  
Sonnabend*

## **FERIENFAHRT IN DEN THÜRINGER WALD EISENACH/WARTBURG, OBERHOF, RENNSTEIG, ERFURT, ARNSTADT, WEIMAR, SAALFELD, SCHMALKALDEN, BAD SALZUNGEN, GOTHA**

Jeden Tag organisierte Ausflüge und Besichtigungen mit Reiseleitung. Folkloreabend. Unterbringung in einem sehr guten Hotel in Luisental. Halbpension/Menüwahl. Einzelzimmer und Doppelzimmer. Eine detaillierte Reisebeschreibung ist in der Seniorenbegegnungsstätte erhältlich oder telefonisch bei Herrn Köster unter 04181/39587 abzufordern.

**Preis pro Person im Einzelzimmer € 660,-  
im Doppelzimmer € 570,-**

23.  
Juli

Dienstag

### FAHRT ZUM VOGELPARK WALSRODE

Entdecken Sie ein Paradies für Vögel!  
Abendessen in einem Gasthof in der  
Buchholzer Region.

**Preis pro Person € 49,-**

22.  
August

Donnerstag

### AUSFLUG AUF DIE OSTSEEINSEL FEHMARN

Über die Fehmarnsundbrück geht es nach  
Fehmarn. Besuch des Meereszentrum  
Fehmarn u.a. mit tropischer Meerwasseran-  
lage und Haibecken. Strandzentrum Burg.

**Preis pro Person € 35,-**

17.  
Sep-  
tember

Dienstag

### HANSESTADT LÜNEBURG

Stadtführung inkl. Drehorte „Rote Rosen“.  
Abendessen im Gasthof Kruse in  
Scharmbeck.

**Preis pro Person € 35,-**



Melden Sie sich bitte **rechtzeitig** zu den Tagesausflügen  
in der Seniorenbegegnungsstätte, telefonisch bei Herrn  
Köster unter Tel.: 04181 - 395 87 oder bei Frau Neuhaus-  
Langhorst unter 04181 - 290 946 an.

**Anmeldungsbeginn zu den jeweiligen Tagesausflügen  
immer ca. 5 Wochen vor dem jeweiligen Termin.**

# EP: Bellmann

ElectronicPartner

## Wir reparieren & installieren alles! \*

... egal wo gekauft.

\* TV, Video, HiFi, Telekommunikation, Multimedia, Heimvernetzung, Netzwerk- & PC-Technik, Antennenbau, Reparatur- & Installations-Service

Hamburger Straße 14 a · 21244 Buchholz · www.ep-bellmann.de · 04181 - 346 83

Ihr  
persönlicher  
Optiker

WIR sind Ihr TOP Optiker im  
Landkreis Harburg

Sie haben keine  
Zeit zu uns  
zukommen,  
dann kommen  
wir zu Ihnen  
nach Hause



Uwe Meins; Karen Meins; Sky du Mont; Dennis Meins

Ausgezeichnet wurde unser Geschäft in Buchholz. Die Auszeichnung wurde uns  
in Berlin von Sky du Mont überreicht.

→ [www.optiker-meins.de](http://www.optiker-meins.de) ←

oder

→ [www.mobile-brille.de](http://www.mobile-brille.de) ←

# OPTIKER meins

BRILLEN & CONTACTLINSENSTUDIO

21244 Buchholz  
Breite Straße 19a  
Tel.: 04181-5202

21255 Tostedt  
Schützenstraße 2  
Tel.: 04182-1326

21266 Jesteburg  
Hauptstraße 10  
Tel.: 04183-5717

...da geh' ich hin.  
Wohin denn sonst!

©m

# aktiv markt Subey

3 x in Buchholz

EDEKA

Besuchen Sie uns  
auch im Internet!  
[www.edeka-subey.de](http://www.edeka-subey.de)

Dibberser  
Mühlenweg 1



Tel.: 0 41 81 / 52 75

66 kostenlose  
Parkplätze für Sie!

Hamburger Straße 83



Tel.: 0 41 81 / 87 93

100 kostenlose  
Parkplätze für Sie!

Soltauer Straße 85



Tel.: 0 41 81 / 99 76 14

100 kostenlose  
Parkplätze für Sie!



**Europa's Traumziele erleben**



**Profitieren Sie von unseren Stärken:**

- ✓ langjährige Erfahrung
- ✓ viele erprobte Reisepakete
- ✓ gute Ideen
- ✓ gute Hotels in jeder Preislage
- ✓ professionelle Ausarbeitung
- ✓ komfortable Fernreisebusse

**Wir bringen Ihre Gruppe „auf Tour“. Rufen Sie uns an!**

**Reese Reisen**



Am Wieh 4 · 21698 Harsefeld · Tel.: 04164/8980-0  
Internet: [www.reese-reisen.de](http://www.reese-reisen.de) · [info@reese-reisen.de](mailto:info@reese-reisen.de)

**REPARATUR & SERVICE  
RUND UM'S HAUS**

Uwe Volkmer

Lüneburger Straße 29  
21244 Buchholz

Tel. 04181 97393  
Fax 04181 998690

[volkmer-bau@t-online.de](mailto:volkmer-bau@t-online.de)



**Wir schreiben  
Service groß.**

Kommen Sie einfach bei uns vorbei.

fair versichert  
**VGH**

**VGH Vertretung  
Jens Thiemann e. K.**

Am Radeland 41  
21244 Buchholz  
Tel. 04181 4280  
Fax 04181 37806  
[www.vgh.de/jens.thiemann](http://www.vgh.de/jens.thiemann)  
[jens.thiemann@vgh.de](mailto:jens.thiemann@vgh.de)



Finanzgruppe  
Sparkasse  
VGH  
LBS  
DekaBank

# Löns Apotheke

Inh. Dr. Alexander Schmitz e.K. • Neue Straße 9 • 21244 Buchholz  
Tel.: 04181 - 64 00 • Fax: 04181 - 39 636 • info@loens.de  
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 08:00 - 19:30 Uhr • Sa. 08:00-16:00 Uhr

**FÜR IHRE GESUNDHEIT SIND WIR DA!**

## Stadt-Apotheke *Buchholz i. d. Nordheide*

Inh. Dr. Sabine Schmitz e.K. • Kirchenstraße 7 • 21244 Buchholz  
Tel.: 04181 - 3 13 13 • Fax: 04181 - 28 19 09  
Öffnungszeiten: Mo.-Fr. 08.00 - 18.30 Uhr • Sa. 09.00-13.00 Uhr

 buchholz  
STADTWERKE



Wer sorgt für  
Lebensqualität?

Die Stadtwerke Buchholz i. d. N.  
sichern durch moderne Infrastruktur und neue  
Produkte die Weiterentwicklung unserer Stadt.  
Mit persönlichem Service sind wir immer  
für Sie vor Ort.

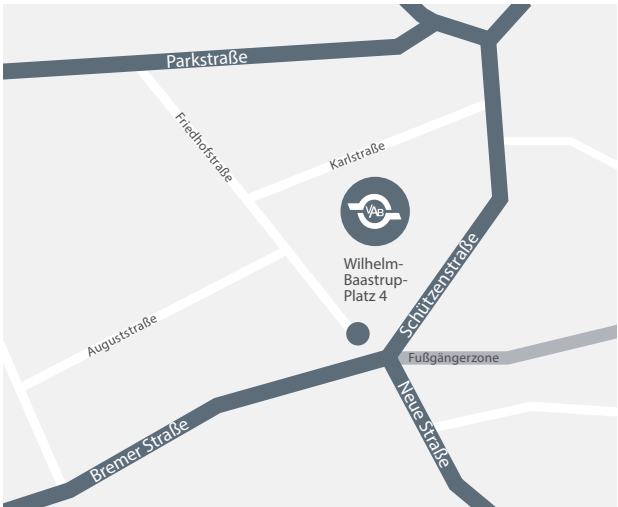
 Wir sind's!





Verein  
**Altenhilfe**  
in Buchholz e.V.

*Für  
aktive Senioren*



## **VEREIN ALTENHILFE IN BUCHHOLZ e.V.**

Wilhelm-Baastrup-Platz 4  
21244 Buchholz i.d.N.

Telefon (*Jürgen Köster*): 04181 - 395 87

Telefon (*Anja Neuhaus-Langhorst*): 04181 - 290 946

Telefon (*Seniorenbegegnungsstätte*): 04181 - 37 477

E-Mail: [info@vab-aktive-senioren.de](mailto:info@vab-aktive-senioren.de)

Internet: [www.vab-aktive-senioren.de](http://www.vab-aktive-senioren.de)

### **BANKVERBINDUNG:**

HypoVereinsbank

BLZ: 200 300 00

Konto: 670 38 88

IBAN: DE27 2003 0000 0006 7038 88

### **KONZEPT & GESTALTUNG:**

mediahouse Buchholz ([www.mediahouse.pro](http://www.mediahouse.pro))

### **FOTOS:**

Thomas Müller ([www.mueller-foto.com](http://www.mueller-foto.com))