

Seniorenclub Glienicke/Nordbahn

FREIZEITSTÄTTE FÜR DIE GENERATION AB 60 JAHREN

Märkische Allee 72, Tel. 033056/77018, seniorenclub@glienicke.eu
Zusammenkünfte in der Freizeitstätte – Wir bitten um Ihre Anmeldung!



SENIORENCLUB IM JUNI

Wochenprogramm

Montags:

- ab 10 Uhr IT-Stammtisch (<http://senioren-it.info/>) für Senioren (jeden 2. und 4. Montag im Monat)
- von 11 bis 13 Uhr Treff der Schreibgruppe „Papier & Stift“ (jeden 1. und 3. Montag) (*Sind Sie interessiert, Ihre Geschichten und Anekdoten mit uns zu teilen? Kommen Sie vorbei!*)
- ab 14 Uhr Sitzgymnastik in der Alten Sporthalle mit Gabriele Floericke
- ab 15 Uhr Seniorengymnastik in der Alten Sporthalle mit Gabriele Floericke
- ab 17 Uhr Treff der „Ukulelers“ mit Lutz Schumacher

Dienstags:

- ab 11 Uhr Unser Chor „LiChörchen“ trifft sich zum gemeinsamen Singen mit Lutz Schumacher
- von 14 bis 16 Uhr Seniorensprechstunde mit Ina Heymann
- von 16 bis 18 Uhr Treff der Kegelgruppe auf der Kegelbahn in Sylvi's Treffpunkt, Ansprechpartner ist Peter Nehls (alle zwei Wochen)

Mittwochs:

- von 10 bis 13 Uhr Treff der Schachgruppe, Ansprechpartner ist Michael Matz

Donnerstags:

- von 13 bis 16 Uhr Treff der Handarbeitsgruppe bei gemütlicher Kaffeerunde
Ansprechpartnerinnen sind Angelika Kreißig und Iris Krusche
- von 13 bis 16 Uhr Treff der Skatfreunde, Ansprechpartner ist Peter Abels
- von 15 bis 16 Uhr Boulespielen im Sonnengarten, Ansprechpartnerin ist Helga Bierwirth
Interessierte sind bei uns herzlich willkommen. Ob Anfänger oder Profi – bei gutem Wetter spielen wir gemeinsam in geselliger Runde Boule. Schauen Sie gerne vorbei, wir freuen uns auf Sie!

Freitags:

- von 14 bis 17 Uhr sind alle Rommé-Spieler und Canasta-Freunde herzlich eingeladen zum Kaffeepausch mit anschließendem Kartenspiel, Ansprechpartner ist Martina van Buer

Seniorenwoche Anfang Juni

In ganz Brandenburg findet die 32. Seniorenwoche statt. Auch bei uns im Club werden in dieser Woche informative und interessante Veranstaltungen stattfinden, zu denen wir Sie alle herzlich einladen.

In der Zeit vom Montag, 1. Juni bis Freitag, 5. Juni finden ausschließlich diese Veranstaltungen statt. Die Schach-, Skat- und Kartenspieler, die Handarbeitsfrauen sind ausdrücklich willkommen.

Termine im Juni und Juli

- Mo, 8. Juni ab 16 Uhr tagt der Seniorenbeirat
- Di, 9. + 23. Juni ab 15 Uhr trifft sich die Englischgruppe zum Plaudern beim Tee
- Mi, 24. Juni ab 10 Uhr Treff zur Kräuterwanderung in den Eichwerder Moorwiesen mit anschließendem Picknick im Garten bei Petra Wolf – gerne kann auch etwas Köstliches mitgebracht werden. Um Anmeldung wird gebeten.
- Mi, 1. Juli ab 14 Uhr findet die monatliche Geburtstagsrunde statt. Anmeldungen erwünscht wegen der Planung. Danke
- Mi, 8. Juli Das Büro des Seniorenclubs bleibt geschlossen.
- Mo, 13. Juli ab 16 Uhr tagt der Seniorenbeirat
- Di, 21. Juli Tagesausflug nach Rerik mit der Reisegruppe und Gabriele Floericke.
- Mi, 22. Juli ab 14 Uhr Sommerlesung mit Frank
- Mi, 29. Juli ab 14 Uhr findet die monatliche Geburtstagsrunde statt. Anmeldungen erwünscht wegen der Planung. Danke

Wir wünschen allen Senioren und Seniorinnen eine spannende Seniorenwoche und einen schönen Sommeranfang. Hoffen wir auf einen wunderbaren Sommer voller Licht, Freude und Zuvorsicht. Bleiben Sie gesund und achtsam.

Ihr Clubrat & Marlen Scherge



Mit dem QR-Code gelangen Sie direkt zur Seite des Seniorenclubs



Reisen für Senioren

Info

Gabriele Floericke

Reisegruppe des Seniorenclubs

Angebot:
Tages- und Mehrtagesfahrten

0174 – 650 37 29

(Anruf, WhatsApp, SMS)

E-Mail: gfloericke@gmail.com



Gabriele Floericke



Hier finden Sie den WhatsApp-Kanal von Gabriele Floericke.

Eingeschränktes Programm im Seniorenclub

32. Brandenburger Seniorenwoche

Von Ina Heymann, Seniorenkoordination

Die Brandenburger Seniorenwoche ist ein landesweites Format, das die aktive Rolle der älteren Generation in der Gesellschaft hervorhebt und das vielfältige Engagement älterer Menschen in den Mittelpunkt hebt. Unter dem Motto „Gesellschaft braucht Erfahrung – Senioren brauchen Teilhabe“ wird die aktive Einbindung von Seniorinnen und Senioren in gesellschaftliche Prozesse gefördert. Ziel ist es, das Miteinander der Generationen zu stärken und altersfreundliche Kommunen zu fördern. Es werden Wünsche und Anregungen aufgenommen, um die spezifischen Interessen älterer Menschen zu vertreten.



Im Rahmen der Seniorenwoche lädt der Seniorenclub unseres Ortes herzlich zu einem abwechslungsreichen und geselligen Programm ein. Aus personellen Gründen können leider nicht alle Veranstaltungen durchgeführt werden. Sowohl der für den 3. Juni angedachte Kino-

32. BRANDENBURGER SENIORENWOCHE
1.-5. Juni 2026 im SENIORENCLUB

Informationen und Anmeldungen:
Mail: seniorenclub@glienicke.eu
Tel.: 033056 / 77018

Märkische Allee 72
16548 Glienicke/Nb.

Brandenburger Seniorenwoche 2026 im Seniorenclub

nachmittag als auch die Sprechstunde mit dem Bürgermeister in gemütlicher Atmosphäre am Grill im Garten am 4. Juni müssen leider ausfallen.

Den Auftakt bildet ein Schnupperangebot im Bereich Seniorensport in der Alten Halle. Von sanfter Sitzgymnastik ab 14 Uhr bis hin zu etwas anspruchsvolleren Übungen ab 15 Uhr ist für jedes Fitnessniveau etwas dabei. Alle Interessierten sind eingeladen, verschiedene Bewegungsangebote kennenzulernen und gemeinsam aktiv zu werden.

Am Dienstag begrüßen wir die Gäste der Tagespflegestelle im Seniorenclub. Gemeinsam mit dem Chor wird gesungen, gelacht und im Garten gegrillt. Dieser Tag steht ganz im Zeichen der Begegnung und des gemeinsamen Erlebens.

Den Abschluss der Woche bildet am Freitag ein Vortrag von Frau Dr. Erika Go-

Programm

Montag, 1. Juni

14.00 Uhr: Seniorensport in der Alten Halle – Schnuppertag zum Kennenlernen

Dienstag, 2. Juni

11:30 Uhr: Grillbrunch mit der Tagespflege „Elisabethstift Bergfelde“

Freitag, 5. Juni

15.00 Uhr: Ausstellung und Vortrag zum Thema „Altern als Prozess“ mit Dr. Erika Goletz

Bitte melden Sie sich im Seniorenclub an, da die Plätze begrenzt sind:
(Telefon: 033056/77081 oder E-Mail: seniorenclub@glienicke.eu).

Wir freuen uns auf zahlreiche Besucherinnen und Besucher und auf eine lebendige, inspirierende Seniorenwoche!

letz im Rahmen einer Ausstellung ihrer eindrucksvollen Werke, die in Aquarell-, Öl- und Acryltechnik entstanden sind. Sie

spricht zum Thema „Altern als Prozess“ und orientiert sich dabei an den Gedanken des römischen Philosophen Cicero.

Keine Angst vor dem Älterwerden

Ausstellung und Vortrag von Dr. Erika Goletz im Seniorenclub

Von Ina Heymann,
Seniorenkoordination

Älter werden wir alle – entscheidend ist, wie wir diesen Weg gestalten. Wer auf seinen Körper achtet, sich ausgewogen ernährt, das Gedächtnis trainiert und Freundschaften sowie Hobbys pflegt, kann der Zukunft gelassen entgegensehen. Geistig fit, gesund und voller Lebensfreude zu bleiben, hängt von vielen Faktoren ab. Dazu gehört auch, neugierig zu bleiben, offen für Neues zu sein und das lebenslange Lernen als Bereicherung zu sehen.

Schon der römische Philosoph Cicero widmete sich diesem Thema in seiner Schrift über das Alter – und das aus eigener Erfahrung, denn er war bereits über 60 Jahre alt. Die Fachärztin für Psychiatrie und Psychotherapie, Dr. Erika Goletz, wird uns seine Schrift näher bringen, in der er zeigt, warum es sich lohnt, die späteren Lebensjahre nicht als Belastung, sondern als wertvolle Lebensphase zu betrachten. In ihrem Vortrag wird sie eindrucksvoll darstellen, wie es gelingen kann, körperlich und geistig aktiv zu bleiben und das Alter als erfüllende Lebensphase zu begreifen.

Wenn Sie sich für dieses spannende Thema interessieren, laden wir Sie herzlich ein zu einem Vortrag am Freitag, den 5. Juni 2026. Die Veranstaltung findet im Rahmen der 32. Seniorenwoche statt. Be-

ginn ist um 15 Uhr im Seniorenclub, Märkische Allee 72 in Glienicke/Nordbahn.

Im Anschluss an den Vortrag besteht die Möglichkeit zum gemeinsamen Gedankenaustausch. Dr. Goletz wird interessante Bücher und Anregungen mitbringen, die neue Perspektiven auf das Älterwerden eröffnen. Titel wie „Die neue Psychologie des Alterns“ und „Keine Angst vorm Älterwerden“ laden dazu ein, ins Gespräch zu kommen und sich inspirieren zu lassen.

Wir freuen uns auf Ihr Kommen!



FREIZEITREFF im Seniorenclub
Märkische Allee 72 • 16548 Glienicke/Nordbahn
Anmeldungen per Mail: seniorenclub@glienicke.eu oder Tel.: 033056/77018

Vortrag „Altern – ein Prozess der uns alle betrifft“ im Seniorenclub Glienicke/Nordbahn

Vortrag

Altern – ein Prozess, der uns alle betrifft – Vortrag von Dr. Erika Goletz

Wann: Freitag, 5. Juni 2026 um 15 Uhr

Wo: Seniorenclub,
Märkische Allee 72,
16548 Glienicke/Nordbahn

Anmeldung im Seniorenclub unter seniorenclub@glienicke.eu oder telefonisch 033056 – 77018
Der Eintritt ist frei.



Wildkräuterwanderung

Mit der Pflanzenexpertin Petra Wolf
und anschließendem Picknick



Mi, 24. Juni 2026

Treffpunkt 10 Uhr in Schildow
Akazienstr. 10



FREIZEITTREFF im Seniorenclub

Märkische Allee 72 • Glienicke/Nordbahn

Anmeldung erbeten (033056) 77018