

Kommunale Volkshochschule DAMP

Foto: Rüdiger Reimers

Entstanden im Fotokurs der VHS Damp



**Senioren-
akademie**

vhs
Die Volkshochschulen

- Gesellschaft
- Beruf
- Sprachen
- Gesundheit
- Kultur
- Spezial



Wissen und mehr

**VHS Herbstprogramm
Juli - Dezember 2026**

Das Programm unserer Volkshochschule Damp finden Sie in Vogelsang-Grünholz in der Außenstelle des Amtes Schlei-Ostsee und in den ansässigen Geschäften der Umgebung

Unser Programm im Internet:
www.amt-schlei-ostsee.de

- **Gemeinden**
- **Damp**
- **Volkshochschule**
- **Programm**

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger!

Es liegt Ihnen jetzt das neue Programm für den Herbst vor.

Die vhs der Gemeinde Damp ist ein fester Bestandteil unserer Gemeinde. Sie ist ein Forum für Bildung, Kultur und Gesundheit.

Natürlich ist die vhs auch ein Ort der Begegnung mit netten Menschen aus der Gemeinde Damp und aus unserer näheren Umgebung.

Die Gemeinde stellt Ihnen gerne diese Bildungsmöglichkeit zur Verfügung. Durch dieses meist abendliche Bildungsangebot bleiben Sie mit der vhs „Fit mit Körper und Geist“.

Machen Sie bitte regen Gebrauch davon.

Das neue Kursprogramm der vhs Damp ist wieder speziell für die Bürgerinnen und Bürger der Gemeinde und das nahe Umland zugeschnitten.

Bei dem Studieren des Programms werden Sie bestimmt Lust auf die angebotenen Kurse bekommen.

Ihre

Barbara Feyock

Bürgermeisterin

Liebe Freunde der vhs-Damp!

Im Juli startet die Volkshochschule Damp mit ihrem Herbstprogramm.

Von Juli bis Dezember werden zahlreiche Kurse und Veranstaltungen aus den Bereichen Gesellschaft, Kultur und Gestalten, Gesundheit und Sprachen angeboten.

Wir hoffen, dass auch diesmal etwas Interessantes für Sie dabei ist und freuen uns auf Ihren Besuch und aktive Teilnahme.

Neuer Schwerpunkt: Seniorenakademie

Bezahlung per Lastschriftverfahren:

Vorlagen liegen bei den Kursleitern bereit!!

Bitte füllen Sie diese vor Beginn des Kurses unter Angabe Ihrer Bankverbindung und mit Unterschrift aus.

Wir danken für Ihr Interesse und würden uns freuen, Sie demnächst in dem einen oder anderen Kurs der vhs- Damp begrüßen zu können.

Adelheid Meierkord & Sonja Keil Bessey

Anmeldungen und Fragen:

Telefonisch: 04352-911581 o. 0175-7187104

Fax: 04351-7379169

e-mail: vhs-damp@amt-schlei-ostsee.de

oder schriftlich an:
Volkshochschule Damp
Auf der Höhe 16,
24351 Damp

Unser Programm im Internet:
www.amt-schlei-ostsee.de

- **Gemeinden**
- **Damp**
- **Volkshochschule**
- **Programm**

Das Programmheft finden Sie in der Außenstelle des Amtes Schlei-Ostsee und in den ansässigen Geschäften der Umgebung.



Inhaltsverzeichnis

Seite

Vorwort der Bürgermeisterin	2
Vorwort der Geschäftsführung	3
Inhaltsverzeichnis	4
Allgemeine Hinweise/AGB	5
Allgemeine Hinweise	6

1. Gesellschaft

Vortrag AWO	8
-------------------	---

2. Kultur

Spontantheater	9
Aquarellmalen	9
Töpfern	10
Nähclub	10
Fotokurs	11
Fotografieren mit dem Handy	11

3. Gesundheit

Volleyball	12
Hatha Yoga I, II, III	13
Yoga Präventionskurs	14
Yoga für Senioren auf dem Stuhl	15
Qigong	15
Wohlfühlgymnastik	16
Einfach Tanzen	16

4. Sprachen

Englisch	17
----------------	----

5. Info

Kirchen	18
Familienzentrum,	19
Ehrenamtsbüro,	19
StadtLandFunk	19

Allgemeine Hinweise/AGB

Anmeldung:

Grundsätzlich soll die Anmeldung mit Lastschriftmandat vor Beginn einer Veranstaltung erfolgen. Anmeldung mit Einzugsermächtigung, (erhalten Sie bei Ihrer Kursleitung)

per Post, per Telefon: **04352-911581**,

per Fax: **04351/737 9169**, oder

E-mail: vhs-damp@amt-schlei-ostsee.de

Sofern keine Absage bis Kursbeginn erfolgt, gilt die Anmeldung grundsätzlich als angenommen. Sollte der von Ihnen gewählte Kurs bereits belegt sein, werden Sie benachrichtigt und können auf die Warteliste gesetzt werden.

Eine Anmeldebestätigung erfolgt nicht!

Abmeldungen müssen schriftlich - spätestens eine Woche vor Kursbeginn - erfolgen. Geschieht dieses nicht, wird die Teilnehmergebühr in voller Höhe fällig. Kurzfristige krankheitsbedingte Abmeldungen sind durch ein ärztliches Attest zu belegen.

Teilnehmergebühr:

Die Gebühr wird nach Beginn des Kurses per Lastschrift eingezogen.

Die **Zahlungspflicht** besteht auch dann, wenn der Unterricht trotz verbindlicher Anmeldung nicht (oder nur teilweise) besucht wird.

Unterrichtsmaterial und Lehrmittel sind nicht in der Kursgebühr enthalten.

Eine Erstattung der Teilnehmergebühr erfolgt nur, wenn ein Kurs innerhalb der Laufzeit aus irgendwelchen Gründen abgesetzt werden muss. Die Erstattung erfolgt anteilmäßig. Kommt ein Kurs nicht zustande, werden die eingezahlten Gebühren in voller Höhe zurückerstattet.

Mindestteilnehmerzahl:

Die Mindestteilnehmerzahl beträgt acht Personen, in Ausnahmefällen sechs Personen.

!!!

Achtung:
Teilnehmergebühren
werden per Lastschrift
eingezogen!

!!!

Achtung:
Teilnehmergebühren
werden ab sofort nur noch
per Lastschrift
eingezogen!

Allgemeine Hinweise/AGB

Haftung:

Die Volkshochschule haftet nicht für irgendwelche Schäden (z.B. Unfall- und Sachschäden, Eigentumsverluste etc.), die bei Veranstaltungen entstehen. Programmänderungen inhaltlicher oder terminlicher Art behalten wir uns vor.

Mit der verbindlichen Anmeldung erkennen die Teilnehmer/innen diese allgemeinen Hinweise /AGB an.

Geschäftsführung:

Adelheid Meierkord
Krusenteich 1, 24351 Damp
Telefon: 04352-911581
Mobil: 0175-7187104

Stellvertretung:

Sonja Keil Bessey
Florianweg
24351 Damp

An dieser Stelle bedanken wir uns ganz herzlich für die Bereitstellung der Räumlichkeiten und die nette Zusammenarbeit mit den Mitarbeitern in den folgenden Einrichtungen:

- der Kirche im Ostseebad Damp
- der Helen-Keller-Schule im Ostseebad Damp
 - dem SV Schwansen
- und der Gemeinde Damp

Und natürlich auch ein herzliches Dankeschön an Sie, liebe Dozentinnen und Dozenten, für Ihre Bereitschaft auch in diesem Semester wieder mit uns zusammenzuarbeiten.

Ihre VHS Damp

Unsere Hände helfen **FrISCHE**
Ihnen im Alltag **BRISE**



Ambulante
Altenpflege und
-betreuung

Häusliche
Krankenpflege

Urlaubspflege

und mehr...

PflegeCrew FrISCHE Brise
Am Hafen 1, 24376 Kappeln
Tel. 0 46 42 - 9 250 650



www.pflege-sh.de
 Angeln | Kappeln | Schwansen



Seniorenakademie
Betreuungsverein des AWO
Landesverbandes Schles-
wig-Holstein e.V.
Die/ der Referierende
ist Mitarbeiter des Betreu-
ungsvereins.
Vortrag: Fr. 09.10.2026
14.00 – 15.30 h
Gebühr: frei
Haus des Gastes,
Vogelsang 22,
24351 Vogelsang-Grünholz



1. GESELLSCHAFT

1.00.3 Impulsvortrag zum Thema **Vorsorgevollmachten, Patientenverfügung, Betreuungsverfügung**

Warum sind Vorsorgevollmachten, Patienten- und
Betreuungsverfügung so wichtig? Sie geben Ihnen
die Möglichkeit, rechtliche und medizinische Ent-
scheidungen selbst zu treffen, bevor Sie im Ernstfall
selbst nicht mehr in der Lage dazu sind. Das gibt
Ihnen Sicherheit und Klarheit und entlastet auch die
von Ihnen bevollmächtigten Personen.
Diese Veranstaltung der VHS Damp findet in Ko-
operation dem Betreuungsverein des AWO Landes-
verbandes Schleswig-Holstein e.V. statt. Er
informiert, was bei der Erstellung der Vorsorgevoll-
machten zu beachten ist und gibt Tipps wie Sie diese
möglichst gezielt und stressfrei ausfüllen.

2. KULTUR

2.03 Spontantheater zum Kennenlernen

Wir werden in die zauberhafte Welt des Spontanthea-
ters eintauchen und gemeinsam assoziieren, Impulse
geben und nehmen, kleine Szenen aus dem Moment
heraus entwickeln...mal das Planen sein lassen.
Mit Übungen, Spielen und kleinen Formaten erleben
wir, wie es sich anfühlt, heiter zu scheitern.
Vorkenntnisse in Sachen Theater nicht erforderlich,
gerne Lust auf etwas Neues mitbringen.

2.07 Aquarellmalen für Anfänger und Fortgeschrittene

Die Leichtigkeit Farben mit Wasser auf Papier auf-
zutragen und mutig mit Wasser laufen zu lassen, dies
macht die Aquarelltechnik aus. Vermittelt werden die
Grundtechniken des Aquarells. Themen werden sein:
Landschaften, Stillleben, Naturstudien und Abstra-
hiertes.
Auf Bildaufbau und räumliches Sehen wird ebenso
eingegangen wie auf die Bedeutung und Wirkung von
Farbe. Material bitte mitbringen.

Sie können das Team der Schwansen-Apotheke direkt
telefonisch unter 04352/28 90 erreichen.

ADLER-APOTHEKE
SCHWANSSEN-APOTHEKE
Ihre Apotheken in Angeln und Schwansen

Vogelsang 10, 24351 Damp
Telefon: 04352/2890 · Telefax: 04352/31 29
E-Mail: schwansen-apotheke@t-online.de



Julia Hupfeld
Sa. 12.09./So. 13.09.26
Sa. 19.09./So. 20.09.26
(eventuell noch
Sa. 03.10./So. 04.10.26)
Jeweils 14.00-17.00 h,
Gebühr: € 80,-
Haus des Gastes,
Vogelsang 22,
24351 Vogelsang-Grün-
holz

Marianne Harms- Metzger
Start: Mi. 21.10.26
9.30 – 11.30 h
10 Termine
Gebühr: € 80,00
Haus des Gastes,
Vogelsang-Grünholz



Beatrix Scharping
Start: Sa. 31.10.2026
10.00-13.00 h
5 Termine
Gebühr: € 80,-
Helen Keller Schule,
Werkraum,
Ostseebad Damp

Ingrid Butz
Start: Di. 28.07.26
16.00 – 18.00 h
Fortlaufend - Anmeldung
jederzeit möglich!
Haus des Gastes
Vogelsang- Grünholz

2. KULTUR

2.08 Töpfern

Töpfern ist eines der ältesten Handwerke der Menschheit. Erste Funde reichen ca. 30000 Jahre zurück.

Ob Teller, Tasse, Schüssel oder Skulptur, lass deiner Kreativität freien Lauf und stelle etwas mit deinen Händen her. Von der Herstellung über Glasur und Brand werde ich dich begleiten. Material und Glasur wird gestellt und auf die Teilnehmer umgelegt.

Info und Anmeldung:

01637-603308 oder 04352-2416

2.09 Nähen mit Spaß,

Diese Nähkurse sind für absolute Einsteiger und Fortgeschrittene jeden Alters geeignet.

Wir gehen auf Ihren Stand ein.

Begrenzte Teilnehmerzahl!

Einstieg jederzeit möglich!

Bitte bringen Sie eine Nähmaschine, Stoffe, Schnittmuster, Nähutensilien mit.

2. KULTUR

2.11.1 Fotospaziergänge Fortsetzung

29.08.2026 10.00 h

St. Peter Ording

26.09.2026 08.00 h

Vollmond

24.10.2026 10.00 h

Herbstwald und Pilze

14.11.2026 14.00 h

Jahresabschluss mit Kaffee und Kuchen

Anschl. Bearbeitung im Haus des Gastes.

Bitte mitbringen: Kamera mit aufgeladenem Akku, Speicherkarte, Stativ, Laptop sowie Getränke und Essen nach eigenem Bedarf!

2.11.2 Fotografieren mit dem Handy

Heutzutage besitzt fast jeder ein Smartphone und benutzt dieses auch zum Fotografieren.

In diesem Kurs gebe ich ein Grundwissen, wie mit dem Smartphone Bilder aufgenommen werden, die sich von der normalen Knipserei unterscheiden. Außer der Einführung in die Grundlagen, gibt es eine Einweisung in die Funktionalität der Fotoapp, sowie eine kurze Einführung in die Bearbeitung der Aufnahmen mittels der Fotoapp.

Das erlernte wird anschließend in die Praxis umgesetzt, so dass jeder in der Lage sein wird, „bessere“ Aufnahmen zu machen.

Schwerpunkt wird die Benutzung mit einem iPhone sein.

Bitte das eigene Smartphone mit einer vollen Batterie mitbringen.



Rüdiger Reimers
Start:

Sa. 29.08.2025, 10.00 h

Sa. 26.09.2026, 08.00 h

Sa. 24.10.2026, 10.00 h

Sa. 14.11.2026, 14.00 h

Adventsnachmittag

Gebühr: € 180,00

Haus des Gastes,

Vogelsang 22,

24351 Vogelsang- Grünholz

Rüdiger Reimers

Sa. 10.10.26

14.00-17.00 h

Gebühr: € 20,00

Haus des Gastes,

Vogelsang 22,

24351 Vogelsang- Grünholz



Rene Kinza
Start: Mo. 03.08.26
2. Halbjahr 2025
jeweils montags
20 – 22.00 h
Gebühr: € 80,00
Sporthalle Seeholz

3. GESUNDHEIT

3.00.1 Spaß und Fitness mit Volleyball

Hier können Sie mit Volleyball gesund und fit bleiben sowie Kraft und Ausdauer trainieren. Schwerpunkt ist die Stärkung von Herz und Kreislauf sowie die Kräftigung der Muskulatur. Schnelligkeit, Koordination und Wurftechnik werden intensiviert.

E aktiv markt

Hartmann GmbH
Vogelsang-Grünholz · Gartenstr. 6
Telefon 04352/1510

Frische ist Trumpf

- ab 7.00 Uhr frische Brötchen
- Obst, Gemüse und Salate
- Frischfleisch und Käse
- Niedrigpreise im ganzen Sortiment
- mit Post-Point im Hause

LOTTO- und TOTO-Annahme
Gute Parkmöglichkeiten am Hause

3. GESUNDHEIT

3.01.1 Hatha Yoga Kurs I, II, III

Hatha Yoga ist eine sanfte Yogaform, die den Körper, Sehnen und Muskeln stärkt und dehnt. So können verspannte oder blockierte Bereiche gelockert und gelöst werden und die Energie kann wieder frei fließen. Ein besonderer Schwerpunkt ist die Stärkung des Rückens. Durch Anfangs- und Endentspannung, als auch Atemtechniken lernt man, seine Gedanken und seinen Geist zu entspannen.
Bitte mitbringen: bequeme Kleidung, warme Socken, Decke und Matte



Tine Gabriel
Start: Mi. 12.08.26
Kurs I: 17.15 – 18.45 h
Kurs II: 19.00 – 20.30 h
Start: Do. 13.08.26
Kurs III: 09.00 – 10.30 h
Jeweils 10 Termine
Gebühr pro Kurs: € 90,00
Haus des Gastes
Vogelsang-Grünholz
Weitere Termine im Anschluss.

Hans Richter GbR
VOGELSANG-GRÜNHOLZ

Inhaber: André und Ben Richter

Gartenartikel

Tier- &

Winterstreufutter

Heizöl

Düngemittel

... einfach vieles
für Haus-, Kleingarten- und Tierbesitzer

Am Sportplatz 2 - Tel. 0 43 52 / 23 12



3. GESUNDHEIT

3.01.4 Hatha Yoga Präventionskurs

In diesem Präventionskurs lernst du alle wesentlichen Bestandteile des Hatha Yoga Schritt für Schritt kennen.

- Den dynamischen Sonnengruß zum Aufwärmen
- Kräftigende und dehnende Körperstellungen
- Aktivierende und harmonisierende Atemübungen
- Entspannungsverfahren und Meditationstechniken

Erfahre tiefe Entspannung, tanke neue Kraft und Positivität. Lerne, wie du Stress vermeiden und so deinen Alltag besser bewältigen kannst.

Im Wechsel zwischen An- und Entspannung lernst du die Bedürfnisse deines Körpers zu erspüren und gleichzeitig gelöst und konzentriert zu sein.

Dieser Yoga Präventionskurs oder auch sog. Gesundheitskurs ist von der zentralen Prüfstelle geprüft, zertifiziert und anerkannt.

Franziska Hanert
Start: Mo. 07.09.26
19.15 – 20.45 h
12 Termine
Gebühr: € 130,00
Haus des Gastes,
Vogelsang 22,
Vogelsang-Grünholz
Dieser Kurs ist von den
Krankenkassen zertifiziert
und kann erstattet werden.

3. GESUNDHEIT

3.01.5 Yoga auf dem Stuhl für Seniorinnen und Senioren

Yoga kann auch im Alter und bei eingeschränkter Beweglichkeit Spaß machen. Auf schonende Weise können mit einfachen Übungen sowohl Beweglichkeit und Koordination verbessert als auch Kraft und Ausdauer gesteigert werden. Yoga bedeutet auch geistig flexibel zu bleiben und die eigenen Bedürfnisse wahrzunehmen. In diesem Kurs üben wir den "Sonnengruß", stärkende und dehnende Übungen sowie Atem- und Entspannungstechniken auf und mit dem Stuhl als Hilfsmittel - für ein neues Körpergefühl und mehr Lebensqualität.

3.01.6 QIGONG

Einführung in das Shaolin-Qigong für Personen mit oder ohne Vorkenntnisse

Shaolin-Qigong ist etwas intensiver als andere, ruhigere Formen des Qigong; der Effekt aber ist – neben einer Stärkung der Muskeln, Sehnen und Gelenke – zudem einerseits mentaler Art, steigert es doch aufgrund der Nähe zur Kampfkunst die Selbstsicherheit des Praktizierenden, andererseits führt es in eine meditative Ruhe und stärkt die Konzentrationsfähigkeit. Die übrigen gesundheitlichen Aspekte wie die Stärkung des Immunsystems und der Organtätigkeit und vieles mehr gelten hier natürlich ebenfalls. Gelehrt werden in insgesamt 18 Sitzungen neben der Öffnung der Energiekanäle in der Hauptsache die Bewegungen der „18 Taichi-Hände“ (Shi-Ba Shi). Alle Übungen stehen auch auf YouTube zum Privatstudium zur Verfügung!



Franziska Hanert
Fortsetzung laufender
Kurs:
Mi. 05.08.26
Folgekurs, Start: Mi.
09.09.26
10.00 – 11.00 h
10 Termine/ fortlaufend
Gebühr: € 80,00
Haus des Gastes,
Vogelsang-Grünholz
Diese Kurse sind von den
Krankenkassen als Präventionskurse anerkannt.
(Teilweise Erstattung bei
regelmäßiger Teilnahme)

Michael Rafalski- Shi
Miao Dao
Start: Sa. 01.08.26
Folgekurs: Sa. 07.11.26
9.45 – 11.15 h
9 Termine
Gebühr: € 70,-
Haus des Gastes,
24351 Vogelsang-Grünholz

Shi Miao Dao ist Heilpraktiker für Psychotherapie und Mönch des Ordens der Shaolin; Er ist als buddhistischer Lehrer (Laoshi) anerkannt und lehrt neben Qigong auch Meditation und „Grundlagen und Psychologie des Buddhismus“



Ina Reinke
Start: Mo. 19.10.2026
10.00 - 11.00 h
10 Termine
Gebühr: € 70,00
Treffpunkt Damp,
Am Sportplatz 8,
24351 Vogelsang-Grünholz

Beatrix Scharping
Start: Mi. 17.08.2026
18.00 - 19.00 h
10 Termine
Gebühr: € 80,-
Sporthalle Seeholz

3. GESUNDHEIT

3.02.1 Wohlfühlgymnastik für Frauen

Diese Kurse beinhalten Gymnastik mit und ohne Kleingeräte; Übungen auf der Matte oder im Sitzen. Mühelos bewegen und dabei Spaß haben.

Bitte beachten Sie die begrenzte Teilnehmerzahl!

3.02.2 Einfach Tanzen

Wir wollen uns nach toller Musik, teils frei, teils mit kleinen Schrittkombinationen und Ausdrucksübungen, bewegen und unserem "Tanz Gen" freien Lauf lassen. Tanz ist seit jeher in jeder Kultur eine universelle Ausdrucksform des Menschen. Die vielen positiven Effekte, Reduktion von Stress, Hebung der Stimmung sowie Kopffreiheit, nehmen wir dabei gleich mit. Wir fördern unsere Körperwahrnehmung, unser Selbsterleben und die Kreativität.

In einer netten Gruppe soll dies ein schöner Ausgleich zum Alltag werden.

Fühlst du Dich angesprochen?

Dann komm dazu, melde dich an und lass uns

"Einfach Tanzen"

Info: Tel.: 04352 2416 oder 01637603308

4. SPRACHEN

4.06 Englisch Mittelstufe

Dieser Kurs richtet sich an fortgeschrittene Anfänger, die ihre Grundkenntnisse erweitern möchten. Wir hören, lesen und schreiben einfache Texte, erarbeiten Popsongs, spielen Spiele und versuchen uns an einfachen Gesprächen. Neue Teilnehmer sind herzlich willkommen. Voraussetzung sind ca. drei Jahre Schulenglisch.

Lehrbuch: „Looking at English“

(Beaver Books, ISBN 978-3-926686-47-3)



Annelene Pinn
Start: Mo. 21.09.26
17.30 – 18.45 h
10 Abende
Gebühr: € 44,00
Haus des Gastes
Vogelsang-Grünholz

**to Hus
is to Hus**

Ambulanter Pflegedienst

Matthias Schröder

Telefon: 04352-9549148

Auf der Höhe 12c
24351 Damp / Vogelsang
www.pflegedienst-fahrdorf.de

INFO:

Claudia Nickel
Kurseelsorge für die
VAMED Ostseeklinik
und Rehaklinik
Info-Telefon:
0175-1441467 oder
04352-806134



Angebote der ev. Klinikseelsorge in Damp

Kath. Kirche St. Elisabeth
Seeuferweg 6, 24351 Damp
Gottesdienste:
Jeden Samstag 18.30 h
www.pfarrei-stella-maris.de

VHS Damp Vorankündigung:
Anfang 2027 bieten wir einen Kurs zum Erwerb des
Motorbootführerscheines.
Bei Interesse freuen wir uns jetzt schon über Ihre An-
meldung.

Das **Ehrenamtsbüro Damp&rundum** möchte ehrenamtliches Engagement in Damp und umliegenden Gemeinde fördern.

Wir haben ein offenes Ohr für alle

- die sich kurzfristig, langfristig oder ganz flexibel freiwillig engagieren möchten
- die Unterstützung im Alltag suchen
- Vereine und Verbände, die Bedarf haben sich auszutauschen

Ruft gerne an oder schreibt eine Mail. Wir freuen uns!
Ehrenamtsbüro Damp&rundum, 0152 - 034 88 797
info@ehrenamt-damp.de, www.ehrenamt-damp.de

Das Familienzentrum Damp&rundum

möchte Familien in Damp und umliegenden Gemeinden unterstützen, ihren Alltag zu bewältigen. Familie sind wir alle.
Deshalb sind alle willkommen! Wir bieten zum Beispiel:

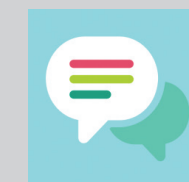
- Ein offenes Ohr für Familienfragen
- Elterncoaching und Familienberatung
- Möglichkeiten sich für Familien zu engagieren
- Hausaufgaben- und Lernbegleitung
- Infos und Projekte in Sachen Betreuung, Bildung und Begegnung
- Veranstaltung mit und für Familien

Meldet euch gern. Weitere Infos unter
Familienzentrum Damp&rundum
0174 – 244 50 04, info@familienzentrum-damp.de,
www.familienzentrum-damp.de

StadtLand.Funk: Das digitale Dorfblatt!

Was in Nachbarschaft und Gemeinde passiert, können alle über den DorfFunk erfahren. Zugleich kann jede und jeder mit-kommunizieren und informieren - klar begrenzt im eigenen Radius. Berichtet aus eurem Vereinsleben, von eurer Gemeindevertretersitzung, informiert über Hobbys, Vorträge, Veranstaltungen und Angebote. Und erzählt Freunden und Nachbarn von der App, denn: Wenn viele mitmachen, wird es für viele interessant! Nutzt ggf. auch die Möglichkeit, einen Reporterzugang zu erhalten und umfänglicher zu berichten.

Bei Fragen wendet euch gern an das Familienzentrum oder Ehrenamtsbüro Damp & rundum
0174-244 50 04 oder 0152 - 034 88 797



Im Herzen
von
Schwansen



Im Leben der
für Gesundheit und Erholung
bekannten **Gemeinde Damp**



„Haus am Söhr“

- Langzeitpflege
- Dauerwohnen
- Kurzzeitpflege
- Urlaubspflege
- Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson

Umfangreiches Betreuungsangebot

- Bewegungsgymnastik
- Gedächtnistraining
- Einkaufs- und Ausflugsfahrten
- Spaziergänge
- Koch- und Backvorbereitungen
- Gartenarbeiten
- Vorlesen
- Jahreszeitliche Feste
- und Vieles mehr ...

„Haus Florian“

- Seniorengerechte Wohnungen
- Besucher-/Gästewohnung

2-Zimmer-Wohnungen mit Duschbad, Pantryküche, Terrasse oder Balkon. Ein Fahrstuhl ist vorhanden.



Das reichhaltige Speisenangebot wird über unsere haus eigene Küche zubereitet.

Seniorenzentrum 3 Wellen

**Florianweg 12
24351 Damp**

Tel. 0 43 52 / 30 80

www.seniorenzentrum-damp.de



Persönlichkeit pflegen ...