



**AKTIVITÄTEN,  
KURSE UND REISEN**

**2024**





- wir sind auf Immobilienhandel und Familienrecht spezialisiert

- Haus
- Pachtvertrag
- Freizeithaus
- Mietvertrag - Privat/Gewerbe
- Landwirtschaft / Land
- Nachlassverfahren
- Mietshaus
- Testament
- Eigentumswohnung
- Vorsorgevollmacht

Unseren Prospekt „Immobilienkaufberatung für Privatkunden“ können Sie hier herunterladen: <https://de.lhn.dk/beratung/immobilien-jura/>



*Immobilienberaterin*  
**Inger Aagaard**  
Tel.: 7364 2926  
E-Mail: [ik@lhn.dk](mailto:ik@lhn.dk)



*Juristische Sekretärin*  
**Kirsten Lorenz**  
Tel.: 7364 2934  
E-Mail: [klo@lhn.dk](mailto:klo@lhn.dk)

**Rufen Sie uns einfach an.**

Wir stehen jederzeit zur Verfügung für eine unverbindliche Besprechung.

---

LHN Immobilien & Jura • Industriparken 1 • 6360 Tinglev • Tel. +45 7364 3000 •

*LHN Immobilien & Jura ist Teil eines Beratungshauses mit u.a. Steuerberatern,  
Wirtschaftsprüfern, Umweltberatern und Zuschussberatern.*

# Liebe Freunde des Sozialdienstes und des Hauses Quickborn!

75 Jahre Sozialdienst Nordschleswig. 75 Jahre mit viel gegenseitiger Unterstützung. Und es gibt auch 2024 viel zu erleben: Reisen, Seminare, Tagesveranstaltungen und Freizeiten für alle Altersgruppen. Kommt und seid dabei!

Dieses Jahr bietet der Familien- und Jugendausschuss unter dem Vorsitz von Anke Christensen zusätzlich zu den beliebten Yogakursen auch Familienfreizeiten und Entspannungskurse an.

Es gibt Aktivitätstage ohne Übernachtung mit Kindern im Haus Quickborn, wo in und um das Haus herum Engagement und Kreativität gefragt sind.

Der Ausschuss für Senioren mit Willi Schidlowski als Vorsitzenden hat in gewohnt professioneller Weise zwei Reisen in sehr unterschiedliche Landschaften vorbereitet. Im Frühjahr geht's in den Spreewald und im Herbst in die Eifel.

## **Gemeinsam statt einsam!**

Viel Freude, Spaß und nettes Miteinander wünscht euch  
Gertraud Jepsen  
Vorsitzende des Sozialdienst Nordschleswig



# Angebote für Jung und Alt

## Vom Sozialdienst Nordschleswig

### **Aktivitäten, Kurse und Reisen 2024**

Kein Kind ohne Ferien – das Reiseschwein.....	6
Zeit für mich .....	7
Frauenfrühstück.....	9
Generalversammlung des Sozialdienst Nordschleswig.....	10
Der Käse – Igel rockt wieder .....	11
Winteryoga.....	13
Überregionales Treffen.....	15
Panoramatour .....	17
Frühjahrsfahrt in den Spreewald .....	18
Sankt Hans.....	21
Kinderfreizeit.....	23
Familienwochenende .....	25
Sommerferien für die ganze Familie.....	27
Aktivitäten für Senioren.....	29
Terrassenkonzert .....	31
Großeltern- und Enkelwochenende .....	33
Grillabend für Jung und Alt .....	35
Seniorenachmittag.....	37

Urlaub mit Hilfe .....	39
Herbstreise in die Eifel .....	40
Erlebe 3 märchenhafte, handwerkliche, spannende Tage im Haus Quickborn.....	43
Oktoberfest .....	45
Handarbeitswochenende .....	47
Yoga für alle.....	49
Adventsbrunch.....	51
Besuchsfreunde Nordschleswig .....	52
Männerwochenende .....	53
Silvesterfreizeit.....	54

## **Weitere Informationen**

Vorstand, Geschäftsausschuss.....	55
Über den Sozialdienst Nordschleswig.....	56
Das Leitbild Sozialdienst Nordschleswig.....	57
Orts- und angeschlossene Vereine.....	58
Familienberatung.....	60
Wichtige Hinweise – Haus Quickborn.....	62
Mitgliedsantrag Sozialdienst Nordschleswig .....	63

# KEIN KIND OHNE FERIEN

**Für Familien, deren Kinder dringend Ferien  
gebrauchen könnten, es aber an Geld fehlt.**

Aus Spendenmitteln werden u.a. Ferienplätze für das Haus Quickborn, den Knivsberg und das Römlager bezahlt. Bitte wendet euch bei Bedarf an eure Familienberaterin. Das Reiseschwein ermöglicht einen Zuschuss von 80% der Kosten!

Die Kriterien für die bezuschussten Freizeiten sind:

- Das Kind muss in einem Kindergarten/einer Schule der deutschen Minderheit angemeldet sein.
- Der Zuschuss kann nur für Kinder/Jugendliche bis einschließlich 17 Jahre gewährt werden
- Die Freizeiten müssen von einem Verband der Minderheit angeboten werden.
- Die Freizeiten müssen zeitbefristete, außerschulische und überregionale Ferien- und Freizeitveranstaltungen der Minderheit sein, die nicht durch Kontingente gedeckt werden.
- Der Antrag muss vor der Anmeldung des Kindes bestätigt sein.



Spenden unter: Danske Andelskassers Bank A/S  
Reg.Nr. 5995, Kontonr. 0004000531  
Stichwort: Kein Kind ohne Ferien

# Zeit für mich

Entspannung pur  
Ein Wochenende, um sich selber  
durch Entspannung wahrzunehmen

vom 9. bis zum 11. Februar 2024  
im Haus Quickborn

**Referentin: Gabriele Bongardt, Entspannungspädagogin**  
**Leitung: Christa Brandt und Ingrid Carstensen**

Im entspannten Zustand fließt mehr Energie, wir spüren uns wieder besser und können neue Kraft tanken. So gestärkt, steigern wir Zufriedenheit und Lebensfreude, es entsteht Achtsamkeit sich selbst und anderen gegenüber.

Gemeinsam wollen wir uns an diesem Wochenende Zeit nehmen und mit Hilfe von unterschiedlichen Entspannungsübungen, Meditation im Tanz, Phantasiereisen, Spaß, Freude und Leichtigkeit unseren eigenen Ort der Ruhe und Kraft finden.

## **Bitte mitbringen:**

eine Matte, eine Decke, evtl. ein kleines Kissen, warme Socken.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 9. Januar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1090,00	Kr. 1635,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00



# Gemeinsam statt einsam - Die SP unterstützt die soziale Arbeit!



**Schleswigsche Partei**  
*Gemeinsam für Nordschleswig*

[schleswigsche-partei.dk](http://schleswigsche-partei.dk)



# Frauenfrühstück

am 17. Februar 2024 um 09. Uhr bis 12.00 Uhr  
im Haus Quickborn

„Bin ich schön? Über Frisuren, Diäten  
und die Claudia - Schiffer - Frage“

Referentinnen: Pastorin Anke Krauskopf, Apenrade und  
Pastorin Dorothea Lindow, Tondern

Wir beginnen den Samstag mit einem ausführlichen, gemütlichen Frühstück. Danach steht ein Thema im Mittelpunkt: Bin ich schön? Über Frisuren, Diäten und die Claudia – Schiffer – Frage.

Was ist eigentlich Schönheit? Liegt Schönheit im Auge der Betrachterin? Was sagt die Bibel dazu? Diesen und anderen Fragen wollen wir nachspüren und darüber wollen wir miteinander ins Gespräch kommen.

Teilnehmergebühr vor Ort per MobilePay zu zahlen.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. Februar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 175,00	Kr. 200,00





# Generalversammlung des Sozialdienst Nordschleswig

am Dienstag, den 14. Mai 2024  
in der Deutschen Schule Tingleff

## Nordschleswigsche Gemeinde

Ist 1923 gegründet und wendet sich an die Menschen im Landesteil Nordschleswig mit der Muttersprache Deutsch; vor allem an die, deren Wohnsitz auf dem Lande ist. In den Städten Tondern, Sonderburg, Apenrade und Hadersleben gibt es jeweils einen deutschen Teil der Folkekirke.

## Süderwilstруп Pastor

Jonathan von der Hardt  
Tel. 74 68 23 13  
wilstrup@kirche.dk

## Tingleff

Pastoren  
Astrid Cramer Kausch  
und Ole Cramer  
Tel. 74 64 40 04  
tingleff@kirche.dk

## Buhrkall

Pastor  
Carsten Pfeiffer  
Tel. 74 76 22 17  
buhrkall@kirche.dk

## Gravenstein

Pastorin  
Cornelia Simon  
Tel. 74 66 18 34  
gravenstein@kirche.dk

## Hoyer-Lügumkloster

Pastor  
Matthias Alpen  
Tel. 74 74 33 33  
luegumkloster@kirche.dk



[www.kirche.dk](http://www.kirche.dk)

Nordschleswigsche  
Gemeinde  
Kirchenkontor  
Hovedgaden 46  
6360 Tingleff

Tel. 74 64 40 34  
mail@kirche.dk

# Der Käse – Igel rockt wieder

Mit Musik der 60'er und 70'er Jahre  
24.02-25.02.2024 im Haus Quickborn

Leitung: Willi Schidlowski

Nach dem großen Erfolg im Jahr 2023 heißt es auch dieses Jahr:  
Wir lassen es rocken im Haus Quickborn.

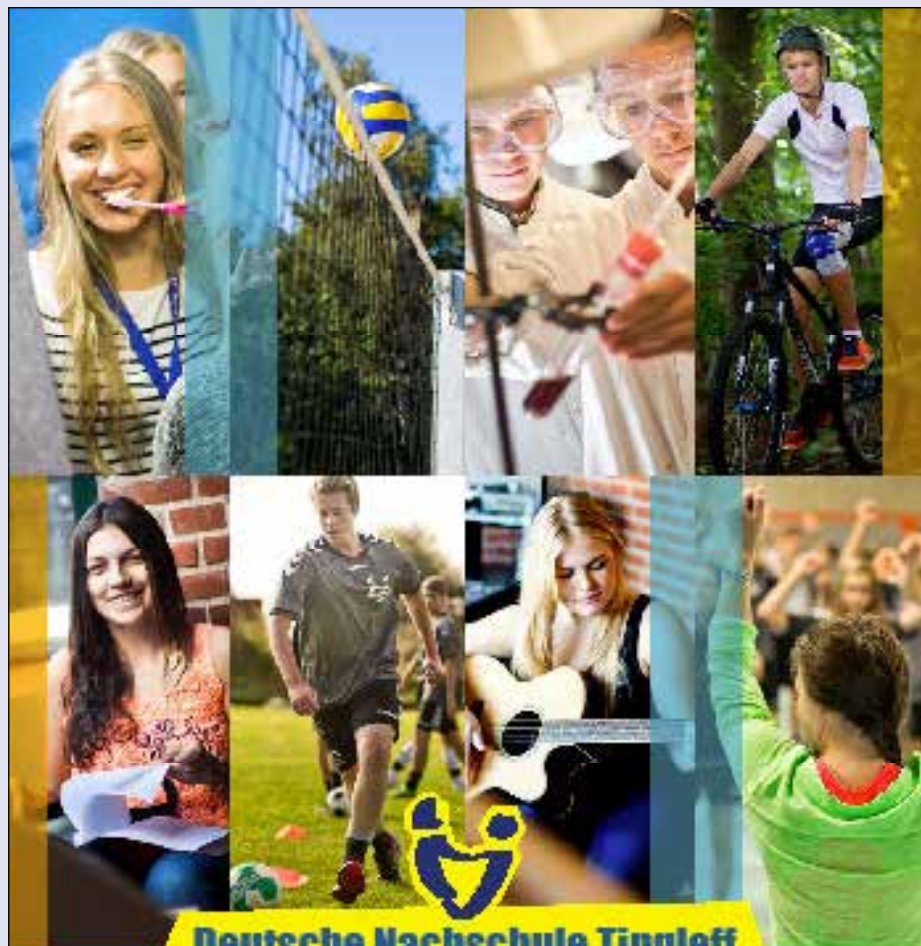
Am Sonnabend geht es los mit einem Brunch. Der Nachmittag steht zur freien Verfügung. Dann gibt's ein Buffet. Und anschließend? Musik, Musik, Musik! Rolf Pfeifer ist unser DJ und er hat alles: Neue Deutsche Welle, Soft und Hard Rock und, und, und. Es wird getanzt, geschnackt oder einfach nur in Erinnerungen geschwelgt.

Am Sonntag nach dem Frühstück ist dann alles vorbei. Oder nicht? Es gibt ja ein Jahr 2025!

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. Februar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 750,00	Kr. 850,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 65,00	Kr. 65,00





## Deutsche Nachschule Tingleff

**Die Deutsche Nachschule Tingleff ist eine Schule, wo wir zusammen leben und lernen – wir geben Dir das Beste von der deutschen und dänischen Kultur.**

Wir bereiten fachlich und persönlich auf das Gymnasium vor und erteilen die deutschen bzw. dänischen Abschlüsse: Erster allgemeinbildender Schulabschluss (ESA) / Folkeskolens Prove 9 und den mittleren Schulabschluss (MSA) / Folkeskolens Prove 10

Gronnevej 51 • DK-8380 Tinglev • Tel. +45 74 64 48 20  
[nachschule@tinglev.dk](mailto:nachschule@tinglev.dk) • [www.nachschule.dk](http://www.nachschule.dk)

# Winteryoga

vom 15.3. – 17.3.2024  
im Haus Quickborn

**Referenten: Susanne Horn – Annegret Schmidt**

**Leitung: Simone Fork**

**Kinderbetreuer: Marie Clemmesen und Pia Hoeck**

Yoga im Fluss der Jahreszeiten. Der Winter bedeutet einen Rückzug ins Innere. Wenn es draußen kalt und ungemütlich wird, genießen wir drinnen die Wärme und Harmonie. Auch der Weg des Yoga führt uns im Winter vom Außen ins Innen. Es ist die Zeit der Regeneration, der Entspannung und Meditation, durch die wir einen Zugang zu uns selbst finden. Während unseres Yogawochenendes erfährst du, wie du diese Zeit der Einkehr für dich nutzen kannst. Wir arbeiten mit fließenden Yoga-sequenzen (Flow), stärken unsere Balance und verbinden uns mit unserem Atem. Kurze Meditationsübungen schaffen Ruhe und Gelassenheit. Sie helfen dir, neue Kraft zu schöpfen.



Bei Fragen zur finanziellen Unterstützung wendet euch bitte an eure Familienberatung oder die Geschäftsstelle.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 9. Februar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1090,00	Kr. 1635,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00

Teilnehmergebühr Kinder bis einschließlich 12 Jahre	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 495,00	Kr. 860,00

GRÅSTEN  
YOGA  
CENTER



SUSANNE  
HORN

## GRÅSTEN YOGACENTER

Nederhyvej 34  
4160 Klenzø  
6300 Gråsten

Tlf.: 1 45 20 99 94 78  
Mail: susannehorn@sol.dk

[www.yogacenter.dk](http://www.yogacenter.dk)



## Deutscher Schul- und Sprachverein für Nordschleswig

Vestergade 30 · 6200 Aabenraa  
Telefon +45 74 62 41 03  
[www.dssv.dk](http://www.dssv.dk)

## K.E. Rengøringsmidler

Reng.art - Papirvarer - Borster - Sengelinned - Håndklæder - Kaffe

**Kaj Enemark**

Stenløkke 10 - Kliplev · 6200 Aabenraa

Tlf. 74 68 71 81 · Biltlf. 21 42 23 81

[www.kerengoeringsmidler.dk](http://www.kerengoeringsmidler.dk)

[k.e.rengoeringsmidler@mail.dk](mailto:k.e.rengoeringsmidler@mail.dk)

# Überregionales Treffen

Mittwoch d. 20. März 2024 von 17:00 bis 21:30 Uhr  
Aula der Deutschen Nachschule Tingleff

Leitung: Jutta Bargum Stein und Karin Hansen Osmanoglu

Diesen unterhaltsamen Abend möchten wir gerne mit euch zusammen verbringen. Es gibt ein leckeres Essen mit Nachtschiff und Kaffee, und Zeit für einen Klönschnack. Für Unterhaltung sorgen die „Jünderwatter Laienspieler“ mit ihrem neuesten Theaterstück  
Wir freuen uns auf euch!

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. März 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person (Menü, Theater und Kaffee)	Kr. 300,00	Kr. 375,00
Preis pro Person (Theater und Kaffee)	Kr. 85,00	Kr. 85,00







**Deutscher Ruderverein Hadersleben**

**[www.drh.nrv.dk](http://www.drh.nrv.dk)**

**Damstien 18**

**6100 Haderslev**

**Vorsitzende: Angelika Feigel**

**29 45 66 06 · feigelangelika@gmail.com**



**Rudern im Verein:**

**Fitness**

**Spaß**

**Gemeinschaft**

**Erlebnisse**

**Gesundheit**

**Gutschein  
für eine gratis Trainingsstunde.  
Dienstags von 14 – 17 Uhr oder nach  
Absprache.**



# Panoramatour

Am 15. Mai 2024  
Schackenberg Schlossgarten

Mit dem Bus geht es dieses Jahr nach Mögeltondern in den Schackenberg Schlossgarten, wo wir den schönen Garten gemeinsam genießen können. Im Schackenberg Slotskro werden wir eine schöne Frokostplatte bekommen. Danach gibt es die Möglichkeit sich den Schlossgarten anzusehen. Außerdem besteht die Möglichkeit gegen Bezahlung eine Führung durch das Schloss zu bekommen. Bitte bei der Anmeldung Bescheid geben, ob Ihr eine Führung möchtet. Zum Schluss gibt es Kaffee und Kuchen.

Alle sind herzlich willkommen. Unser Bus ist behindertengerecht, so dass Rollstühle und Rollatoren mitgenommen werden können. Die Familienberatung freut sich auf einen schönen Tag mit euch.

Bitte bei Anmeldung den Betrag auf folgendes Konto überweisen: Kreditbanken 7930 1452623 mit Angabe von Namen.

Ihr könnt auch mit MobilePay bezahlen, im Text bitte „Panoramatour“ schreiben. MobilePay Nr. 7 23 24.

Anmeldungen	Mail	Telefon
(Bindend) Bis zum 1. Mai 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 450,00	Kr. 650,00
Extra für die Schlossführung	Kr. 100,00	Kr. 100,00



# Frühjahrsfahrt in den Spreewald

vom 27. Mai bis zum 31. Mai 2024

Reiseleitung: Christa Schröder und Jutta Bargum Stein

Uns erwartet eine einzigartige Naturlandschaft: das UNESCO-Biosphärenreservat Spreewald. Typische Spreewalddörfer mit Schilf gedeckten Häusern, hölzerne Brücken und halbrunde Heuschober vermitteln noch heute die Vorstellung vom einstigen Leben der Spreewaldbauer.

## **1. Tag: Anreise – Potsdam**

In Potsdam könnt ihr nach eigenen Wünschen die Stadt erkunden. Danach Weiterfahrt zum Hotel. Check-In, Zimmerbezug, gemeinsames Abendessen.

## **2. Tag: Cottbus – Spreewaldbahnhof**

Cottbus: deutsch und sorbisch wird in dieser Stadt ganz im Osten Deutschlands gesprochen. Nach dem geführten Stadtrundgang gibt es Zeit für eigene Aktivitäten. Am Nachmittag Fahrt zum Spreewaldbahnhof Burg mit einem gemeinsamen Kaffeetrinken der ganz besonderen Art.

## **3. Tag: Spreewald – Gurkenmeile – Kahnfahrt**

Am Morgen geht es nach Lübbenau. Von dort starten wir zu einer Kahnfahrt durch den Spreewald nach Lehde. Dort wartet ein zünftiges Spreewälder Mittagessen auf uns. Mit dem Zug „Spreewälder Molly“ geht es zurück nach Lübbenau und dann ins Hotel.

## **4. Tag: Görlitz – Bad Muskau**

Stadtrundfahrt durch Görlitz mit den meisten Denkmälern Deutschlands. Mittags besteht die Möglichkeit die größte Hallenkirche Sachsens mit der Sonnenorgel zu besuchen. Nachmittags geht es nach Bad Muskau mit den großartigen Parkanlagen.

## **5. Tag**

Nach dem Frühstück Rückfahrt. Zwischenstopp bei der Schokoladen-Confiserie Felicitas.

### Unser Hotel:

- 3-Sterne Ferien Hotel Spree-Neiße
  - mit Wellnessbereich und Bio-Sauna
  - Roggoser Hauptstraße 1, 03058 Neuhausen/Spree
- <https://travdo-hotels.de/hotels/ferien-hotel-spree-neisse/>

### Im Reisepreis enthalten:

- Fahrt im erstklassigen Fernreisebus
- 4 x Übernachtung
- 4 x Frühstücksbüffett
- 4 x Abendessen inkl. offener Getränke (Bier, Wein, Saft)
- Ausflug Spreewald inkl. Kahnfahrt und Mittagessen
- Stadtführungen Cottbus und Görlitz mit örtlicher Vagabund Reiseleitung

### Abfahrt: Tingleff

Denkt bitte an eine Reiserücktrittsversicherung.  
Programmänderungen vorbehalten.

Anmeldungen	Mail	Telefon
(Bindend) Bis zum 1. März 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 4300,00	Kr. 5300,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 650,00	Kr. 650,00



## Bilder von Sankt Hans 2023



# Sankt Hans

Sonnenwende  
am 23. Juni 2024  
um 17.00 Uhr im Haus Quickborn

Mittsommer – ein Fest der Freude und ein Höhepunkt im Jahr! Wir heißen den Sommer herzlich willkommen und feiern ihn gemeinsam mit Freunden auf der Terrasse.

- Ab 17 Uhr Freunde und Bekannte treffen zum gemütlichen Schnack
- Um 18 Uhr gemeinsames Essen - es gibt Gegrilltes mit Beilagen (Getränke können gekauft werden)
- Strandfeuer und Gesang
- Kaffee

Anschließend kann man den Abend im und am Haus Quickborn gemütlich ausklingen lassen.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 14. Juni 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Erwachsene	Kinder
Preis für Essen	Kr. 175,00	Kr. 80,00





**FRAG DEIN  
REISEBÜRO**

**Til din næste ferietur**

**Online  
Reisebüro**

mit persönlicher  
Beratung

- Billetter / Billets mit dem eigenen Auto
- Camping / Camping
- Ferienhäuser / -Wohnungen
- Hotel
- Kreuzfahrten
- Flugtickets
- Mietwagen
- und vieles mehr

**Carmen Röhmann Gass**  
Dain Reiseexperte!



**Min Rejsebutik**  
Mobil +45 - 2424 7107  
Mail: [or@minrejsa.com](mailto:or@minrejsa.com)  
[www.minrejsa.com](http://www.minrejsa.com)



**minrejsa**butik.  
*rådgivning ...vi rejser rundt*



# Kinderfreizeit

30. Juni 2024 - 03. Juli 2024  
im Haus Quickborn  
Alter: 6 - 12 Jahre

**Leitung: Simone Fork und  
Kinderbetreuer: Ida Poetzsch, Lucia Bogovic und Mikkel Lehmann**

Auch in diesem Jahr findet wieder unsere Kinderfreizeit statt und du kannst mit dabei sein! Wir werden gemeinsam Spiele spielen, basteln, singen und viel Spaß haben.

Wenn die Sonne lacht, dann können wir vielleicht sogar in der Förde baden, deshalb Badezeug mitbringen! Deine Freunde sind auch herzlich eingeladen.

Freue dich auf schöne Sommertage!

Bei Fragen zur finanziellen Unterstützung wendet euch bitte an eure Familienberatung oder die Geschäftsstelle.

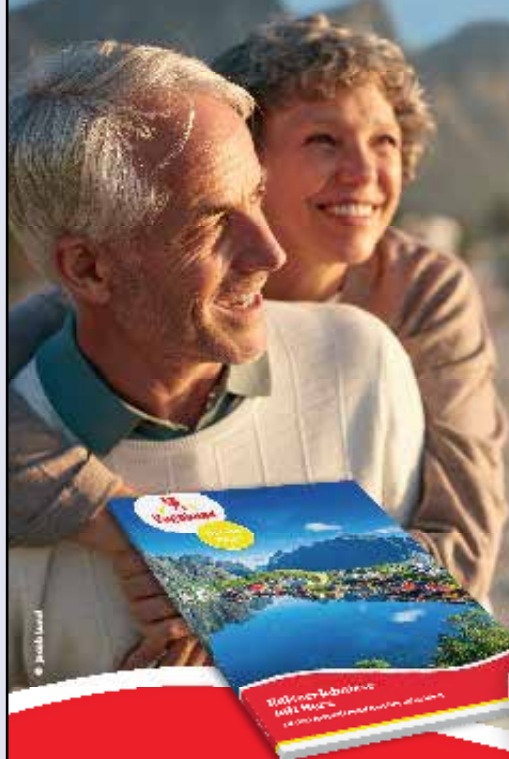
Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. Juni 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Kinder bis einschließlich 12 Jahre	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 495,00	Kr. 660,00





Mit Vagabund lernen Sie  
Land und Leute kennen!



**Jetzt  
Katalog  
anfordern!**

Neubauer Touristik GmbH  
- Vagabund -  
Marie-Curie-Ring 39  
24941 Flensburg

Tel. 0461 16 09 84 07  
info@vagabund-reisen.de  
www.vagabund-reisen.de





# Familienwochenende

05.07. – 07.07.2024  
im Haus Quickborn

## EIN WOCHENENDE VOLLER ACTION mit Leif Thomsen u. Karin Tygsen

- Für Sportfans: Fußball, Aktivmobil usw.
- Für Spaß pur: Olympische Spiele in und am Wasser.

Hast du / Habt ihr große Lust auf Action? Dann kommt vorbei und macht mit, denn hier geht es richtig rund! Für Kinder, Eltern und Großeltern, die viel Spaß miteinander haben möchten.

Bei Fragen zur finanziellen Unterstützung wendet euch bitte an eure Familienberatung oder die Geschäftsstelle.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Ab 3. Januar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1090,00	Kr. 1635,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00

Teilnehmergebühr Kinder bis einschließlich 12 Jahre	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 495,00	Kr. 860,00



## Leben und arbeiten in Deutschland oder Dänemark?

Grenzpendler – Übersiedler? *Wir helfen – kostenlos!*

## Bo og arbejde i Danmark eller Tyskland?

Grænsependler – tilflytter? *Vi hjælper gerne – gratis!*

Region Sønderjylland-Schleswig  
Regionskontor & Infocenter  
Lyren 1 • DK-6330 Padborg  
Tel.: +45 74 67 05 01 • Fax: +45 74 67 05 21  
[www.region.dk](http://www.region.dk) • [www.region.de](http://www.region.de) • [www.pendlerinfo.org](http://www.pendlerinfo.org)  
[www.kulturfokus.dk](http://www.kulturfokus.dk) • [www.kulturfokus.de](http://www.kulturfokus.de)



## Herstellung von Mode Accessoires Damen- & Herrengürtel, alle Modelle Herren-Hosenträger, jede Art Leder Möbelteile - Alle Typen von Leder Reklame Artikel



Fabrik



Taschen



Gürtel

## SCANBELT A/S

Hedevej 12-14 - DK-6240 Lügumkloster  
Tlf. 7474 3400 - Mail: [scanbelt.nu@scanbelt.dk](mailto:scanbelt.nu@scanbelt.dk)

# Sommerferien

für die ganze Familie im Haus Quickborn

vom 20. – 26. Juli 2024

Leitung: Lena Schmidt u. Stefan Winter

vom 27. Juli – 02. August 2024

Leitung: Karin Tygsen u. Leif Thomsen

Hallo Sommer! Endlich Ferien und Zeit für eine erholsame Woche mit der ganzen Familie. Wollt ihr aktiv sein oder mal so richtig entspannen? Hier habt ihr die Möglichkeit alles zu tun, was euch Spaß macht. Spielen, Basteln, Baden, Grillen, Spaziergänge am Strand und im Wald oder Fitness-training am AktivSpot – dies sind nur einige der vielen Freizeitmöglichkeiten, die ihr unternehmen könnt. Genießt die vielen schönen Ausflugsziele entlang der Flensburger Förde. Auch für das leibliche Wohl ist gesorgt. Unsere Crew des Hauses verwöhnt euch mit leckeren Spezialitäten.

Das Angebot gilt für Familien (d.h. mindestens 1 Erw. + 1 Kind)

Nur eine Familie pro Anmeldung.

Bei Fragen zur finanziellen Unterstützung wendet euch bitte an eure Familienberatung oder die Geschäftsstelle.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Ab den 3. Januar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 2370,00	Kr. 3080,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00

Teilnehmergebühr Kinder bis einschließlich 12 Jahre	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 960,00	Kr. 1300,00



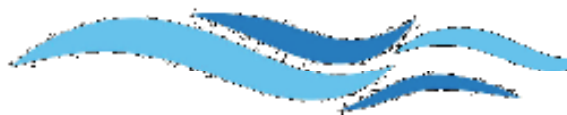
Unser Körper ist ein ausgeklüfftes System in dem viele kleine, feine Mechanismen ineinander greifen.

Sobald ein Mechanismus gestört oder aus dem Takt geraten ist, hat dies Einfluss auf den ganzen Körper: er ist nicht mehr in Balance.

Mit naturheilkundlichen Mitteln kann es uns auf sanfte Art und Weise gelingen Körper und Seele wieder in Balance zu bringen.

**Meine Schwerpunkte:**

- Frauenheilkunde
- Kinderheilkunde
- Darmgesundheit



Sabine Harren  
HEILPRAKTIKERIN IN

Dänemark  
Bredevadvej 38,  
6372 Bylderup-Bov  
+45 93 60 46 64

Naturheilpraxis  
Harren

sabine@naturheilpraxis-harren.de · www.naturheilpraxis-harren.de

# Aktivitäten für Senioren

vom 18. – 23. August 2024  
im Haus Quickborn

**Leitung: Christa Schröder und Ulla Birkmose**

Entspannung pur an der Flensburger Förde. Wer hat Zeit und Lust an unserem diesjährigen Sommerurlaub im Haus Quickborn teilzunehmen? Spaziergänge am Strand und im Wald stehen auf unserem Programm. Ebenso nette Gespräche auf der Terrasse oder abends beim Kartenspielen. In netter Runde stricken oder die Sommerstimmung im Garten genießen.

Hier könnt ihr die Seele einfach mal baumeln lassen!

## **Die Tage bieten viele Möglichkeiten:**

- Sing- und Erzählabend
- Bewegung
- Karten spielen
- Gemeinsames Grillen

Wir freuen uns auf euch.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 19. Juli 2024 (Bindend)	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 2370,00	Kr. 3080,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 260,00	Kr. 260,00



# Der findes en løsning!

Revision, regnskab og  
økonomisk rådgivning.

Grænseoverskridende hjælp og sparring,  
hvor vi finder den rigtige løsning - hver gang.

**BDO | Hedenlev. Tlf. 74 82 41 41, [hedenlev@bdo.dk](mailto:hedenlev@bdo.dk)**

BDO Skandinavien består af medlemsselskaber, der lever op til  
normerne og reguleres af de lokale myndigheder i BDO  
International NetFirm - a UK - limited liability company  
Incorporated in England and Wales. BDO er et  
medlemskab af medlemsselskaber.

**[WWW.BDO.DK](http://WWW.BDO.DK)**

**BDO**



**Kreditbanken**  
- Sønderjyllands lokale bank



**Karl-Helms Gebrüder & Søn A/S**  
**Aj-Ka Høge & Pors A/S**



Garverland 6 · 6372 Bylderup Bov · Tlf. 74 76 26 24 · Fax 74 76 26 06  
E-mail: [alan@gebrt.com](mailto:alan@gebrt.com) · Internet: [www.gebrt.com](http://www.gebrt.com)

# Terrassenkonzert

am 28. August 2024 im Haus Quickborn

Auch 2024 werden wir den Spätsommer mit einem Terrassenkonzert im Haus Quickborn einläuten. Wir laden ein zu leckerem Essen, hoffentlich schönem Spätsommerwetter und begeisternder Musik mit Blick auf die Flensburger Förde.

Die Band für das Konzert wird spätestens im Frühling bekanntgegeben. Das Terrassenkonzert wird veranstaltet vom Bund Deutscher Nordschleswiger und dem Sozialdienst Nordschleswig.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. August 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis für Essen und Konzert	200,00 Kr./27 €	-





## **Verband Deutscher Buchereien Nordschleswig**

**Deutsche Zentralbücherei Apenrade:  
Vestergade 30 - DK 6200 Aabenraa  
Tel.: (0045) 74821158  
Email: [zentral@buecherei.dk](mailto:zentral@buecherei.dk)  
Web: [www.buecherei.dk](http://www.buecherei.dk)**



**Wir sind der Verband  
Deutscher Buchereien  
Nordschleswig.**

**Wir würden uns freuen,  
auch in einer unserer  
Büchereien begrüßen  
zu dürfen, ob in der**

**Zentralbücherei Apenrade, den Filialen in Hadersleben, Sonderburg, Ting-  
koff und Tøndern oder in einem unserer beiden Bücherbusse.**

**Alle Büchereien können von unseren registrierten Lesern von morgens  
um 7.30 (Apenrade: 7) Uhr bis abends um 21 Uhr als „offene Bücherei“  
benutzt werden. Wenn ihr noch nicht angemeldet seid, könnt ihr euch –  
gratis – einmalig beim Personal oder online registrieren.**

**Die genauen Öffnungszeiten der einzelnen Büchereien und wann Perso-  
nal anwesend ist, findet ihr unter [www.buecherei.dk](http://www.buecherei.dk).**

**Sollten unsere Büchereien für euch schwer zu erreichen sein, kommt ger-  
ne einer unserer beiden Bücherbusse direkt zu euch nach Hause. Auch  
dazu mehr auf unserer Website.**

**Unser gesamter Büchereiservice ist gratis, aber wir freuen uns immer  
über neue Mitglieder unseres Büchereiverbands – und damit spart ihr  
übrigens auch Geld beim Eintritt zu unseren Veranstaltungen.**

**Wir freuen uns auf euch!**



# Großeltern- und Enkelkinderwochenende

Thema : Verschiedene Aktivitäten  
vom 6. – 8.09.2024  
im Haus Quickborn

Leitung: Hella Hartung  
Kinderbetreuung: NN

Ihr seid die besten Großeltern der Welt und wollt eine schöne Zeit mit euren Enkeln verbringen? Dann ist das Wochenende im Haus Quickborn eine wunderbare Gelegenheit, um gemeinsam zu spielen, spazieren zu gehen und viel Spaß miteinander zu haben.

Die schönste Freude ist doch die, die man mit lieben Menschen teilen kann.

Wir freuen uns auf euch!

Nur eine Familie pro Anmeldung.

Bei Fragen zur finanziellen Unterstützung wendet euch bitte an eure Familienberatung oder die Geschäftsstelle.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Ab den 3. Januar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1090,00	Kr. 1640,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00

Teilnehmergebühr Kinder bis einschließlich 12 Jahre	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 495,00	Kr. 860,00

- Entreprenør
- Anlæg
- Vognmand

Ring 74734040

Så tagervl en snak.  
Vi løser opgaver i  
høje Sønderjylland.

# KJELKVIST

skjult under entreprenør

Ndr Landevej 28  
DK-6270 Tjander  
+45 7473 4840  
[www.kjelkvist.com](http://www.kjelkvist.com)  
[mail@kjelkvist.com](mailto:mail@kjelkvist.com)



## Uwe's Haveservice Anlægsgartner

### Alt indenfor havearbejde

- Privat • Virksomheder • Landbrug
- Indenfor beskæring, fældning af træer, bålsted  
anlægsarbejde, fliser, belægning og græsklipning

RING OG FÅ EN UFORPLIGTENDE SNAK MED

**Anlægsgartner Uwe Asmussen**

Vandværksvej 6, Holbøl, 6340 Kruså

**Tlf. 74 60 81 86/24 29 06 31**

[uwe@uwes-have.dk](mailto:uwe@uwes-have.dk) • [www.uwes-have.dk](http://www.uwes-have.dk)

**NYHED · NYHED · NYHED · NYHED**

Week med møv i haven - Plantedag i ring  
med vertikalbeskæring



**Kreditbanken**  
- Sønderjyllands lokale bank

# Grillabend für Jung und Alt

am 11.09.2024 ab 17 Uhr  
im Haus Quickborn

Zusammen wird gegrillt. Bei gutem Wetter können wir den Tag draußen auf der Terrasse genießen. Das weiträumige Gelände und der Strand mit der Badebrücke bieten sich an, für Aktivitäten je nach Lust und Laune. Bis dann, wir freuen uns auf euch.

Anmeldung und Bezahlung bis zum 20. August 2024 an eure Familienberatung mit Angabe von Namen. MobilePay: 7 23 24  
Getränke können gekauft werden.

Anmeldungen und Bezahlung	Mail	Telefon
Bis zum 20. August 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 80,00	Kr. 130,00

Teilnehmergebühr Kinder unter 13 Jahren	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 35,00	Kr. 55,00



Vi udfører alt indenfor:

- **SMEDE-**
- **BLIK- og**
- **VVS-ARBEJDE**

**Johann Andresen** ApS

AUT. GAS- OG VANDMESTER

Uge Kådnervej 2 Bygaden 6E, Stubbæk  
6360 Tinglev 6200 Aabenraa

**74 64 48 16 74 61 33 16**

● **VAND** ● **VARME** ● **SANITET**

## Dit lokale AutoMester E+ værksted

- Service og reparation af alle biler inkl. el- og hybrid
- Et års vejhjælp medfølger ved service
- Du optjener 5% bonus på din regning
- Book online allerede i dag på [automester-tinglev.dk](http://automester-tinglev.dk)



### ■ **AutoMester E+ Tinglev**

Hovedgade 91 / 6360 Tinglev  
Tlf. 74644401

[automester-tinglev.dk](http://automester-tinglev.dk)

**AutoMester E+**

Elbil og hybrid

# Seniorenachmittag

12. September 2024 um 14:30 Uhr  
im Haus Quickborn

**Leitung: Anke Christensen**

Wir freuen uns, zusammen mit euch einen gemütlichen Nachmittag zu verbringen. Zeit zum Klönschnack mit alten und neuen Bekannten und Freunden. Für leckeren Kuchen zum Kaffee ist durch das tolle Küchenteam vom Haus Quickborn gesorgt. Anke wird uns auf ihrem Jagdhorn etwas vortragen und wir werden gemeinsam Lieder singen.

Den Spätsommertag ganz entspannt in einem unserer Strandkörbe oder auf der Terrasse mit Blick auf die schöne Förde genießen.

Teilnehmergebühr wird vor Ort mit MobilePay oder bar bezahlt.

Fahrgeld (in bar) für den Fahrer bei Fahrgemeinschaften - dafür sorgt bitte jeder selber.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. September 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 120,00	Kr. 175,00



**DROHSE**  
TIMMER TSNEDKER

Telefon: 7474 3818

lovely  
production

NYHED  
**PH 5 MINI**

I flere farver  
Design: Poul Henningsen

Aut. el-installatør · Peter Bindzus A/S  
Fjordvejen 12, Kollund, 6340 Kruså  
Telefon 74878067  
Info@bindzus-el.dk · www.bindzus-el.dk

**Jejsing Træksthandel & Bygningsnedkeri**

Hodstrupvej 4 · Jejsing · 6270 Tjander, TE, 7473 4229 · Mobil 4036 1024  
info@jejsingbyg.dk · www.jejsingbyg.dk

CVR 20981937

**Elektrisk Service & El-installation**

7464 6440

**KUBILER**  
BÆD

KØB · SALG · BYTTE  
74 72 52 12

**JORDT'S**  
DATA SERVICE

Oldemor  
Rt. Skovvej 47  
4230 Rønde  
T.L. +45 27 44 24 25  
MAIL: info@jordts.com  
CVR. nr. 21 29 27 79

**Kreditanalen**  
Sønderydlands lokale bank

# Urlaub mit Hilfe

vom 16.09 - 20.09.2024 im Haus Quickborn

**Leitung: Margrethe Terp und Jutta Bargum Stein**

Wir möchten Menschen, die im Alltag auf Unterstützung angewiesen sind, herzlich zu einem Urlaub einladen.

Im Haus Quickborn hast du die Möglichkeit für Begegnungen mit alten und neuen Bekannten und Freunden. Und, ganz wichtig, du hast Urlaub von den eigenen vier Wänden.

Die spätsommerlichen Tage im September bieten Erholung und Abwechslung.

Im Haus gibt es barrierefreie Zimmer, Aufenthaltsräume und Zugänge.

Kläre bitte im Vorwege mit deiner Hjemmepleje, dass sie die tägliche Hilfe ins Haus Quickborn für diese Zeit verlegt.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. September 2024 (Bindend)	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1695,00	Kr. 2055,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 230,00	Kr. 230,00



# Herbstreise in die Eifel

vom 30. September bis 4. Oktober 2024

Reiseleitung: Christa Schrøder und Willi Schidlowski

In diesem Herbst fahren wir in die Eifel. Hier gibt es vieles zu entdecken: Städte mit ihren historischen Ortskernen wie die alte Kaiserstadt Aachen oder das beschauliche Monschau, Klöster, den Rurstausee. Außerdem besuchen wir auch die Eifel auf belgischer Seite.

## 1. Tag: Anreise

### 2. Tag: Aachen und Monschau

Am Vormittag: Stadtführung in Aachen inkl. Dombesuch (vorbehaltlich Veranstaltungen im Dom) und inkl. Kostprobe von Aachener Printen, anschließend Freizeit

Am Nachmittag: Monschau inkl. Stadtführung

### 3. Tag: Rundfahrt Eifel mit örtlicher Reiseleitung

Seeneifel, Kirche St. Mokka

Rurseeschiffahrt (von Rurberg nach Schwammenauel)

Kloster Mariawald inkl. Pilgeressen: Erbsensuppe mit Brühwurst

Hocheifel: das Heckendorf Höfen

### 4. Tag: Fahrt durch die belgische Eifel

Besuch des Klosters Val Dieu mit Führung durch die Abtei und die Brauerei inkl. Verkostung (2 Biersorten/Käse)

Rückfahrt über Eupen mit Aufenthalt

## 5. Tag: Rückreise

### Abfahrt: Tingleff

Denkt bitte an eine Reiserücktrittsversicherung.

Programmänderungen vorbehalten.

### Unser Hotel:

Hotel Seemöwe, Am Obersee 10, 52152 Simmerath

[www.hotel-seemoewe.de](http://www.hotel-seemoewe.de)



## Im Reisepreis enthaltene Leistungen:

- Reise im modernen Reisebus
- kleine Frühstückseinkehr bei der Anreise
- 4 x Übernachtung
- 4 x Frühstück
- 4 x Abendessen
- Audio Ohrhörersystem je Person
- ALLE Programmangebote

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 29. Mai 2024 (Bindend)	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 4600,00	Kr. 5600,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 400,00	Kr. 400,00



logodesign / illustrationer /  
annoncer / facebook / Instagram

# DESIGN TRYK & SKILTE

visitkort / brevpapir /  
brochurer / kataloger /  
flyers / plakater

flag / roll-ups /  
bannere / folie /  
messesystemer

**HOT**  
**TRYK**  
▼ skilte & print

Brunde Vest 14A / 6230 Rødovre / t. 74 66 64 31 / hottryk.dk

# „Erlebe 3 märchenhafte, handwerkliche, spannende Tage im Haus Quickborn“

am 14. Oktober – 15. Oktober  
und am 16. Oktober  
von 9.00 Uhr bis 16 Uhr

Leitung: Familie und Jugendausschuss

## Eine Märchenerzählerin – kommt vorbei

- Lustige/spannende Sachen mit Holz machen ( Vogelhäuser, Tipi)
- Pfannkuchen am Lagerfeuer
- Schnitzeljagd / Schatzsuche usw.

Nur die Fantasie setzt die Grenzen – wenn es Grenzen gibt...  
Habt ihr Lust dazu, dann kommt und nehmt eure Freunde mit.

Es ist mit Verpflegung, ab 8.30 Uhr gibt's ein kleines Frühstück um sich  
kennen zu lernen, Mittagessen und Kaffee.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. September 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Kinder
Preis pro Person	Kr. 100,00	Kr. 75,00

# VELKOMMEN TIL GARANT BREDEBRO



**Garantner:**  
Få inspirations til budskabet eller ring efter  
garant-konkurrencer. Lær Christensen kommer i dit  
hjem og viser det, du bør gøre.

**Budvæ:**  
Har du tænkt på garanti-konkurrencer i hjemmet  
i vinter? Bliv væk i vinter, vi har dig. Vi  
kender garanterne i dit hjem, midt op og  
giver en fast pris.

**0,-**  
Indbetaling  
renter og  
gebyrer

**BEHOLD DINE PENGE  
I BANKEN!**

Lad os finansiere dit nye trægel  
Elsker det? 28 pr. sekondær  
Til et udsat skat, montage.  
Kont. ant. 28.242,- = 6.972,-  
Finansieret over 24 måneder.

**291,-**  
pr. mdr.

\*Garant er en af de største og mest populære i Danmark, og har været i Danmark i over 100 år. Garant er en af de største og mest populære i Danmark, og har været i Danmark i over 100 år. Garant er en af de største og mest populære i Danmark, og har været i Danmark i over 100 år.

**GARANT BREDEBRO/TØNDER**  
Garantvej 34  
Søndergade 34  
6201 Bredebro - 74 71 11 28  
www.garant.nu

**Garant**  
HELT PERSONLIGT

Garant er en af de største og mest populære i Danmark, og har været i Danmark i over 100 år. Garant er en af de største og mest populære i Danmark, og har været i Danmark i over 100 år. Garant er en af de største og mest populære i Danmark, og har været i Danmark i over 100 år.

# Oktoberfest

am 24. Oktober 2024 um 18.00 Uhr  
im Haus Quickborn

Jede Mahlzeit ist ein gemeinsames Fest!

Über alle Kulturen und Zeiten hinweg kommen Menschen zusammen, um gemeinsam zu essen, zu feiern, sich dabei auszutauschen und eine schöne Zeit miteinander zu verbringen.

Wir laden euch herzlich ein zu einem gemütlichen Beisammensein mit Freunden und Bekannten bei einem guten Essen und einem netten Gespräch.

Unsere Küche wird wieder etwas Tolles zaubern. Das Menü besteht aus einer Vorspeise, einem Hauptgericht mit leckeren Beilagen und einem Dessert.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. Oktober 2024 (Bindend)	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person (inkl. 1 Getränk)	Kr. 275,00	-





# „Auch nicht schwerer als Stricken“

Webseite, App, Newsletter –

Mit unseren digitalen Angeboten bist du einfach gut informiert.



*Der Nordschleswiger*

nordschleswiger.dk



# Handarbeitswochenende

08. bis 10. November 2024  
im Haus Quickborn

Leitung: Anke Christensen  
Referentin: Ilse Christensen

## Stricken macht Spaß und gute Laune!

Im Haus Quickborn heißt es wieder „Stricken mit Ilse“. Alle - Anfänger und Fortgeschrittene - sind herzlich eingeladen zu einem entspannenden Wochenende mit Wolle und Stricknadeln. In gemütlicher Runde gibt es Tipps und man lernt Tricks rund um die Masche.

## Nähen und Häkeln

Alt, jung, neu, gebraucht... wir nähen und häkeln.

Gib deinen alten Sachen neues Leben oder häkele deine umweltfreundlichen Waschlappen selber.

Kannst du es noch nicht? Dann lernst du es bestimmt bei uns. Nimm deine/n Freundin/Freund unter den Arm und verbringe ein wunderschönes Wochenende im Haus Quickborn.

Bei Fragen zur finanziellen Unterstützung wendet euch bitte an eure Familienberatung oder die Geschäftsstelle.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. Oktober 2024 (Bindend)	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1090,00	Kr. 1635,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00

Teilnehmergebühr Kinder unter 12 Jahren	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 495,00	Kr. 860,00

**Ob Raucherhusten,  
Halsschmerzen,  
Verdauungsprobleme  
oder Hautpflege  
wir stehen in allen  
Gesundheitsfragen  
für SIE auf dem Kopf!**



Storegade 28, 6430 Nordborg, Tlf. 74 45 14 05, Fax 73 45 15 15

Sønderborg



**ptek**

**Sønd**

Grundl - borg

Perlegade 28 • 6400 Sønderborg



# Yoga für Alle

vom 22.11 - 24.11.2024 im Haus Quickborn  
Kinder ab 7. Klasse

**Referent: Susanne Horn und Annegret Schmidt**  
**Leitung: Simone Fork**

Yoga belebt den Geist, reinigt den Körper und trägt wie keine andere Bewegungsform zu einem gesunden Lebenswandel bei. Und Yoga kennt kein Alter! Yoga- und Entspannungsübungen können in jedem Alter erlernt und praktiziert werden und sorgen für mehr Energie, Vitalität und Lebensfreude.

Darum starte den Tag aktiv in unserer Yoga-Morgenpraxis, während es am Nachmittag etwas ruhiger zugeht. Hier findest du einen Ruheort, endlich Zeit für dich und einen Weg zu dir selbst.

Bringe bitte mit:

- eine Yogamatte
- eine Decke
- ein kleines Kissen
- warme Socken

Bei Fragen zur finanziellen Unterstützung wendet euch bitte an eure Familienberatung oder die Geschäftsstelle.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. Oktober 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1090,00	Kr. 1635,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00

# Aktiv Spot

– für mehr Bewegung am Haus Quickborn  
und Umgebung

Der Trainingsplatz am Lillestrand in Kollund ist entstanden durch eine gute deutsch/dänische Zusammenarbeit.

Sponsoriert von BDN, Europæisk Landbrugsfond, Vækstpulje, Aabenraa Kommune, Sydbank, LAG (Lokale Aktions Grupper) und Sozialdienst Nordschleswig.



Es gibt sogar eine Facebook Gruppe. Diese heißt „AktivSpot“. Schaut dort rein und werdet aktiv.

# Adventsbrunch

am Samstag, 30. November 2024  
um 10.00 Uhr im Haus Quickborn

Leitung: Karin Hansen Osmanoglu

Weihnachten steht vor der Tür und morgen ist schon der 1. Advent. Das Haus Quickborn bietet ein reichhaltiges vorweihnachtliches Brunch-Büffet an. Alle dürfen schlemmen. Ob jung oder alt, da ist für jeden etwas dabei!

Wir stimmen uns gemeinsam auf das bevorstehende Weihnachtsfest ein, hören Geschichten und Gedichte und singen zusammen Weihnachtslieder.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. November 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 275,00	Kr. 345,00

Teilnehmergebühr Kinder unter 13 Jahren	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 120,00	Kr. 185,00





# HAST DU ZEIT ZU VERSCHENKEN?

## **Dann bist du vielleicht einer unserer neuen Besuchsfreunde.**

Besuchsfreunde Nordschleswig ist eine Zusammenarbeit des Sozialdienst Nordschleswig und der Nordschleswigschen Gemeinde, die das Ziel hat Leute zusammenzuführen, damit schöne Stunden entstehen und Einsamkeit abgebaut wird.

## **Wie wirst du Besuchsfreund?**

Es ist ganz einfach – fülle bitte den Anmeldebogen aus und gib ihn beim Sozialdienst oder der Kirche ab. Wenn sich ein geeigneter Besuchsfreund meldet, nimmt die Besuchsleitung zu dir Kontakt auf und arrangiert einen ersten Besuch mit Begleitung.

Wenn dann die Chemie stimmt, verabredet ihr euch selber ganz nach Zeit und Laune. Von unseren Besuchsfreunden wünschen wir uns:

- Freude am Umgang mit Menschen
- Einfühlungsvermögen und Geduld
- Verschwiegenheit
- Zeit für regelmäßige Besuche



Beim ersten Treffen ist gerne ein Familienberater dabei.

## **Kontakt**

### **Geschäftsstelle Sozialdienst Nordschleswig**

Vestergade 30, 6200 Aabenraa  
Telefon: 74 62 18 59 · Mail: [mail@sozialdienst.dk](mailto:mail@sozialdienst.dk)

### **Kirchenbüro der Nordschleswigschen Gemeinde**

Hovedgaden 46, 6360 Tinglev  
Telefon: 74 64 40 34 · Mail: [mail@kirche.dk](mailto:mail@kirche.dk)

### **Zentralbücherei Apenrade**

Vestergade 30, 6200 Aabenraa  
Telefon: 74 62 11 58 · Mail: [zentral@buecherei.dk](mailto:zentral@buecherei.dk)

# Männerwochenende

6.12.-8.12.2024 im Haus Quickborn

Leitung: Georg Thomsen

Raus aus den Fernsehsesseln! Rein ins Haus Quickborn!

Wir laden ein zum 2. Männerwochenende und bieten unter anderem:

- Spaß und Unterhaltung
- Outdoor – Grillen im winterlichen Kollund
- Diskussion zum Thema: „Jetzt bin ich in Rente. Was fange ich mit dem Tag an?“
- Zwischendurch und überhaupt: Schnacken, Karten spielen, Spaziergänge und, und, und...

Anmeldungen	Mail	Telefon
Bis zum 1. November 2024 (Bindend)	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1090,00	Kr. 1635,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 120,00	Kr. 120,00



# Silvesterfreizeit

vom 29. Dezember 2024 - 2. Januar 2025  
im Haus Quickborn

**Leitung: Christa Schröder und Helga Lorenzen**

Gemeinsam das alte Jahr ausklingen lassen und das neue begrüßen. Auf dieses Highlight freuen wir uns sehr. Wer einmal dabei war, kommt gerne immer wieder. Die Tage vergehen so schnell mit Kartenspiel, Klönschnack, beim Handarbeiten, der beliebten Esel-Runde oder Spaziergängen. Jeder kann seinen Aufenthalt nach Lust und Laune gestalten. Manchmal gibt es auch kleine Überraschungen.

## **Feste Programmpunkte sind jedoch am Silvestertag:**

- das kalte Buffet am Mittag
- ein gemeinsamer Gottesdienst
- Kaffee im Kaminzimmer
- Neujahrsansprache der Königin im Fernsehen
- Grünkohlessen mit allem, was nach nordschleswigscher Sitte dazu gehört

Dabei geht es immer lustig zu, mit witzigen Beiträgen und frohen Liedern. Spannend ist es immer beim Würfeln um die mitgebrachten, geheimnisvoll verpackten Päckchen, bis um Mitternacht die Rathausglocken aus Kopenhagen den Jahreswechsel verkünden. Wenn dann beim Frühstück am Neujahrmorgen die Sonne über der Förde aufgeht, kann das neue Jahr eigentlich nicht schöner beginnen.

Eigenanteil für die Fahrt zum Gottesdienst am 31.12.2024 beträgt 20,00 Kr. Dies ist vor Ort an die Leitung zu zahlen.

Anmeldungen	Mail	Telefon
Ab den 3. Januar 2024	mail@sozialdienst.dk	74 62 18 59

Teilnehmergebühr	Mitglieder	Nichtmitglieder
Preis pro Person	Kr. 1970,00	Kr. 2340,00
Einzelzimmerzuschlag	Kr. 230,00	Kr. 230,00

# Vorstand

Gertraudt Jepsen*	1. Vorsitzende
Claus Tästensen*	2. Vorsitzender
Anke Christensen	Ausschuss für Familie- und Jugend
Willi Schidlowski	Senioren Ausschuss
Christa Schrøder*	Bezirksvertreterin Apenrade
Heidi Ullrich	Bezirksvertreterin Apenrade
Irmgard Hänel	Bezirksvertreterin Apenrade
Susanne Jürgensen	Bezirksvertreterin Apenrade
Georg Thomsen*	Bezirksvertreter Bezirk Westküste
Birthe Oden	Bezirksvertreterin Bezirk Westküste
Ilse Christensen	Bezirksvertreterin Bezirk Westküste
Katharina Mensing	Bezirksvertreterin Sonderburg
Dorothee Knabe	Bezirksvertreterin Sonderburg
Claus Rohwedder*	Bezirksvertreter Hadersleben
Lena Meyhoff Hansen	Vertreterin der MitarbeiterInnen

\* Mitglied des Geschäftsausschusses (+Ursula Petersen, Abteilungsleiterin)

Um die Angebote im Heft zu Mitgliederpreisen nutzen zu können, ist es erforderlich, dass man Mitglied in einem der Ortsvereine oder dem Sozialdienst Nordschleswig ist.

# Über den Sozialdienst Nordschleswig

Der Dachverband Sozialdienst Nordschleswig wird von drei Säulen getragen:

- **den 12 Ortsvereinen mit über 4500 Mitgliedern**
- **der Familienberatung und der Geschäftsstelle**
- **dem Haus Quickborn**

Die Ortsvereine und ihre Mitglieder sorgen für die örtlichen Aktivitäten und unterstützen durch die Ausschussarbeit Kurse, Veranstaltungen und Reisen für Familie, Jugend und Senioren auf regionaler Ebene.

Die Familienberatung berät Mitglieder in allen Lebenslagen und gibt Hilfe zur Selbsthilfe. Dies geschieht in enger Zusammenarbeit mit Behörden, Gesundheitswesen, Selbsthilfegruppen und den Ortsvereinen.

Das Haus Quickborn ist eine Begegnungs- und Erholungsstätte an der Flensburger Förde, wo Kurse, Erholungsurlaube und Veranstaltungen verschiedenster Art durchgeführt werden.



**Weitere wichtige Informationen findet ihr unter  
[www.sozialdienst.dk](http://www.sozialdienst.dk) oder auf Facebook  
Sozialdienst Nordschleswig**



# Das Leitbild Sozialdienst Nordschleswig

## **Unsere Identität und unser Auftrag**

Der Sozialdienst Nordschleswig wurde am 13. Januar 1948 gegründet. Wir bewahren unsere Traditionen, sind aber auch offen für zeitgemäße Anpassungen.

## **Wir arbeiten für die Anliegen unserer Mitglieder:**

- Wir geben Hilfe zur Selbsthilfe
- Wir schaffen Netzwerke, stärken Freundschaften und beugen Einsamkeit vor.
- Wir bieten Hilfe bei Behörden-Angelegenheiten und verstehen uns auch als Vermittler zwischen unseren Mitgliedern und den Vereinen/ Verbänden der Minderheit.
- Wir haben eine Brückenfunktion im deutsch-dänischen Grenzland.
- Wir wollen als Organisation wertschätzend und tolerant sein.

## **Unsere Werte**

In unserer Gemeinschaft sind alle Mitglieder gleichberechtigt und wir gehen achtsam miteinander um.

Wir stehen für Toleranz, Loyalität und Vielfalt.

Wir sind offen für neue Ideen und entwickeln uns stetig weiter.

## **Unsere Zielgruppe**

Wir sind offen für alle, die an unserer Gemeinschaft teilnehmen wollen und unsere Satzung anerkennen.

Mitglied können Menschen aller Altersstufen sein – und wir freuen uns immer über neue Mitglieder.

Euer Vorstand.

# Ortsvereine

Schulverein für Sommerstedt, Vorsitzende Inge-Karin Hommelhoff
Donnerstagsclub Rothenkrug, Vorsitzende Irmgard Hänel
Mittwochstreff Apenrade, Vorsitzende Heidi Ullrich
Hadersleberner Frauenverein, Vorsitzende Monika Knutzen
Seniorenkreis Bau, Vorsitzende Christa Kath
Sozialdienst Buhrkall, Vorsitzender Dieter Johannsen
Sozialdienst Fördekreis, Vorsitzende Inken Knutzen
Sozialdienst Hoyer, Vorsitzende Marlis Zimmer
Sozialdienst Lügumkloster, Vorsitzende Christa Lorenzen
Sozialdienst Sonderburg, Vorsitzende Hannelore Holm
Sozialdienst Tingleff, Vorsitzende Dorte M. Schultz
Sozialdienst Tondern, Vorsitzende Irene Feddersen

## **Der Sozialdienst hat lt. Satzung folgende Ausschüsse:**

- Ausschuss für Familie- und Jugend
- Seniorenausschuss

## **Dazu gibt es noch folgende Arbeitsgruppen:**

- Kalender
- Besuchsfreunde Nordschleswig

Möchte man Kontakt aufnehmen, ist die Geschäftsstelle gerne behilflich.

# Angeschlossene Vereine

<b>Kindergarten</b>
Kindergarten Jürgensgaard
Kindergarten Margrethenweg
Lundtoft Waldkindergarten
Kindergarten Loit-Schauby
Kindergarten Rothenkrug
Kindergarten Pattburg
Kindergarten Wilsbek
Kindergarten Tingleff
Kindergarten Bülderup
Kindergarten Rapstedt
Kindergarten Ringreiterweg
Kindergarten Arnkielstrasse
Kindergarten Gravenstein
Kindergarten Broacker
Kindercampus Lunden
Kindergarten Jeising
Kindergarten Lügumkloster
Kindergarten Tondern
Kindergarten Hadersleben

<b>Ehrenmitglied</b>
Bund Deutscher Nordschleswiger (BDN)

<b>Schule</b>
Deutsche Schule Pattburg
Deutsches Gymnasium Nordschleswig
Deutsche Privatschule Apenrade
Deutsche Nachschule Tingleff
Deutsche Schule Buhrkall
Deutsche Schule Tingleff
Deutsche Schule Lügumkloster
Deutsche Schule Rapstedt
Deutsche Schule Hadersleben
Förde-Schule Gravenstein
Deutsche Privatschule Sonderburg
Deutsche Privatschule Feldstedt
Deutsche Schule Rothenkrug
Ludwig-Andresen-Schule Tondern
Max von der Grün Schule, Flensburg

<b>Sonstige</b>
Deutsche Schule Pattburg
LHN (Landwirtschaftlicher Hauptverein für Nordschleswig)
Dalsmark Plejehjem
Bofællesskab Fjordbo

# Familienberatung

## Hilfe zur Selbsthilfe Individuelle Beratung und Betreuung Für Familien, Jugendliche und Senioren

Die Familienberatung des Sozialdienstes Nordschleswig ist für Mitglieder der angeschlossenen Vereine und des Verbandes. Sie ist ein Angebot für Mitglieder des Sozialdienstes und Hilfe zur Selbsthilfe durch individuelle Beratung und Betreuung.

Sieben FamilienberaterInnen stehen Familien, Jugendlichen und Senioren in ganz Nordschleswig mit Rat und Tat zur Seite.

Mal sind sie Beisitzer im Jobcenter, Vermittler von Kontakt zu Fachleuten bei Behörden – wie Gesundheitswesen, Kommune, Familieretshuset etc.... und mal sind sie das offene Ohr, das jemand in einer schwierigen Lebenslage braucht.

Unsere Familienberaterinnen sind zweisprachig und kennen sich sowohl in der deutschen als auch in der dänischen Kultur aus. Schweigepflicht ist eine Selbstverständlichkeit.

Die Familienberatung ist telefonisch am besten zu erreichen von 8.00 Uhr bis 9.00 Uhr.

## Unsere FamilienberaterInnen

Tina Bruhn Hansen	Mobil: 22 24 88 01	tbh@sozialdienst.dk
Lundtoft, Bau, Feldstedt, Pattburg, Schulen und Institutionen in Apenrade, Schule und Institutionen in Gravenstein		

Regin Hansen	Mobil: 22 24 88 07	rh@sozialdienst.dk
Apenrade, Hadersleben, Christiansfeld, Woyens, Rödning/Gramm, Norderrangstrup, Sommerstedt, Süderwilstrup, Rothenkrug		

Sabine Dehn Frerichs	Mobil: 22 24 88 08	sdf@sozialdienst.dk
Kommune Sonderburg (ohne Schule und Institutionen in Gravenstein)		

Karin Hansen Osmanoglu	Mobil: 22 24 88 06	kho@sozialdienst.dk
Tingleff, Uk, Boldersleben, Bajstrup, Behrendorf, Terkelsbüll und Institutionen. Beratung beim LHN		

Lena Meyhoff Hansen	Mobil: 22 24 88 04	lmh@sozialdienst.dk
Buhrkall, Rapstedt und Institutionen.		

Ilka Jankiewicz	Mobil: 22 24 88 09	ij@sozialdienst.dk
Lügumkloster, Hoyer, Bredebro, Scherrebek und Umgebung und Institutionen.		

Linda Søndergaard Knudsen	Mobil: 22 24 88 03	lsk@sozialdienst.dk
Tondern und Umgebung und Institutionen.		

# Wichtige Hinweise Haus Quickborn

Bitte lest die Hausordnung und die Brandschutzhinweise die im Haus aushängen.

## **Bitte bringt mit:**

· Handtücher und Hausschuhe  
(Bettwäsche ist vorhanden)

## **Den Anweisungen des Personals im Hause ist Folge zu leisten.**

Informiert uns vor eurem Aufenthalt über besondere Ernährungsge-  
wohnheiten (z.B. bei Diabetes, Vegetarier, Gluten Unverträglichkeit, etc.).  
Alle Anmeldungen sind verbindlich! Wenn nichts anderes bei der Frei-  
zeit steht, erfolgen alle Anmeldungen über die: Geschäftsstelle des So-  
zialdienstes.

## **Abmeldung von Freizeiten und Seminare im Haus Quickborn:**

Absage bis zu einer Woche vor der Freizeit ist kostenlos, danach ist der volle Preis zu zahlen.

## **Einzelzimmer:**

Bei Anmeldung angeben und es kostet extra.

## **Änderungen vorbehalten.**

## **Adresse:**

Haus Quickborn  
Fjordvejen 40 · Kollund · 6340 Kruså  
Tlf. 0045 – 74 67 88 27 am besten 8.00 – 10.00 Uhr  
Mail [hq@sozialdienst.dk](mailto:hq@sozialdienst.dk)

Rasmus Thomsen Tlf. 0045 – 29 64 54 23

Weitere wichtige Informationen findet ihr unter [www.sozialdienst.dk](http://www.sozialdienst.dk)  
oder auf Facebook Sozialdienst Nordschleswig.

# Anmeldeformular

## Sozialdienst Nordschleswig

Hiermit möchte ich dem	
<input type="checkbox"/>	Ortsverein des Sozialdienst Nordschleswig (ggf. anderer Beitrag) oder
<input type="checkbox"/>	Sozialdienst Nordschleswig, Vestergade 30, 6200 Apenrade beitreten

Name:
Anschrift:
Telefon:
Mail:

Jahresbeitrag (Der Beitrag im Ortsverein kann abweichen!)		
Preis pro Erwachsener	75,00 DKK	10,00 €
Kinder unter 18 Jahre sind kostenlos		

Ich bin damit einverstanden, dass meine Daten (Name, Postanschrift, Telefon und Mail-Adresse), verwendet werden um Informationen zu versenden (z.B. Veranstaltungshinweise, Newsletter des Sozialdiensts oder auch Veranstaltungen anderer Organisationen). Sie haben die Möglichkeit, der Nutzung Ihrer Daten zu diesen Zwecken jederzeit zu widersprechen, indem Sie eine E-Mail mit Ihrem Widerspruch an mail@sozialdienst.dk senden. In diesem Fall werden wir die Zusendung weiterer Information unverzüglich beenden und Ihre Daten löschen.

Die oben genannten personenbezogenen Daten werden für die Dauer der Mitgliedschaft genutzt und gespeichert. Nach dem Ende der Mitgliedschaft werden Namen und Adresse weiter gespeichert, soweit es durch andere Rechtsvorschriften (z.B. Steuerrecht) gefordert wird. Eine endgültige Löschung erfolgt nach Ende der Aufbewahrungsfrist.

Sie haben das Recht auf Auskunft Ihrer Personenbezogenen Daten, sowie auf Berichtigung, Löschung oder Einschränkung der Verarbeitung.



Vestergade 30 · DK-6200 Aabenraa · Tlf. (0045) 74 62 18 59  
mail@sozialdienst.dk · www.sozialdienst.dk