

Frühjahrs-Programm 2026

www.bildungswerk-saterland.de



Leitung: Heidi Beckmann
Beginn: Mittwoch, 18.03.2026
Dauer: 1 x, 19:00-22:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Ort: Pfarrheim Strücklingen



S1623 Kochen mit Thermomix & Co - Fit und gesund leben, mit einfachen und schnellen Rezepten

Beginn: Donnerstag, 16.04.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr

S1618 Outdoortraining mit Schwunghanteln

Walking mit Schwunghanteln (auch Reaktoren oder reaktive Hanteln genannt) ist ein effektives Ganzkörpertraining, das die Ausdauer steigert, Muskeln stärkt und den Kalorienverbrauch erhöht. Zusätzlich ist man draußen und bewegt sich an der frischen Luft. Durch die innere Schwungmasse der Hanteln entsteht beim Gehen ein reaktiver Impuls, der tieferliegende Muskeln fordert und gleichzeitig die Gelenke schonst. Diese Sportart ist für alle Altersgruppen und jedes Trainingslevel geeignet, da man die Intensität der Übungen gut variieren kann und es leicht erlernen ist.

Zusätzlich entstehen Leihgebühren für die Reaktivhanteln (1,50€/ Std.), diese werden am 1. Kurstag direkt an die Dozentin bezahlt. Bitte bequeme Kleidung und Laufschuhe tragen.

Anmeldung: Birgit Walker, 0173 9734157

Leitung: Maria Jansen
Beginn: Mittwoch, 08.04.2026
Dauer: 4 x, 17:00-18:00 Uhr
Gebühr: 20,00 Euro
Ort: Parkplatz Hallenbad Ramsloh

Ernährungslehre und Kochen



S1614 Osterbrunch
Kalorienarme Gerichte werden mit Zutaten der Saison gemeinsam zubereitet.
Mitbringen: Behälter für Reste, Geschirrtücher, Bretchen, Messer

Anmeldung: Birgit Walker, 01739734157

S1615 Sommerküche

Kalorienarme Gerichte werden mit Zutaten der Saison gemeinsam zubereitet.
Mitbringen: Behälter für Reste, Geschirrtücher, Bretchen, Messer
Anmeldung: Birgit Walker, 01739734157

Leitung: Heidi Beckmann
Beginn: Mittwoch, 24.06.2026
Dauer: 1 x, 19:00-22:00 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Ort: Pfarrheim Strücklingen

Für alle Kochkurse „Kochen mit dem Thermomix & Co.“:

Anmeldung und Leitung:
Annelen Heyens, 0176 52561067

Ort:
ZauberKüche Strücklingen,
Bahnhofstraße 5

Kosten:
30,00 € inkl. Lebensmittel
Bitte Restbehälter mitbringen.

Jede und jeder kann teilnehmen, auch wer nicht im Besitz einer Küchenmaschine der neusten Generation ist.

S1619 Kochen mit Thermomix & Co - Einfache Rezepte erleben

Beginn: Donnerstag, 05.03.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr

S1621 Kochen mit Thermomix & Co - Neue Gerichte fürs Osterfest

Beginn: Donnerstag, 12.03.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr

S1622 Kochen mit Thermomix & Co - Neue Gerichte fürs Osterfest

Beginn: Dienstag, 17.03.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr



S1623 Kochen mit Thermomix & Co - Fit und gesund leben, mit einfachen und schnellen Rezepten

Beginn: Donnerstag, 16.04.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr

S1624 Kochen mit Thermomix & Co - Fit und gesund leben, mit einfachen und schnellen Rezepten

Beginn: Freitag, 17.04.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr

S1625 Kochen mit Thermomix & Co - Fit und gesund leben, mit einfachen und schnellen Rezepten

Beginn: Dienstag, 21.04.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr

S1626 Kochen mit Thermomix & Co - Fit und gesund leben, mit einfachen und schnellen Rezepten

Beginn: Mittwoch, 22.04.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr



S1627 Kochen mit Thermomix & Co - Mediterrane Gerichte - Neue Ideen für einen schönen Sommer

Beginn: Samstag, 16.05.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr

S1628 Kochen mit Thermomix & Co - Mediterrane Gerichte - Neue Ideen für einen schönen Sommer

Beginn: Dienstag, 19.05.2026
Dauer: 1 x, 18:00-21:00 Uhr



Kooperation mit dem Seeltersk-Kontoor.

Das Bildungswerk Saterland arbeitet mit dem Seeltersk-Kontoor als neuem Netzwerkpartner zusammen.

Das Bildungswerk wird sich vor allem mit der Werbung für die Saterfriesischkurse beschäftigen, während das Seeltersk-Kontoor sich um die Inhalte und die Anmeldung kümmert.

Nähere Informationen unter:
<https://www.seeltersk.de>

Saterfriesisch

S1700 Intensivwoche Saterfriesisch:

Sprache, Geschichte und Kultur erleben

Bildungsurlaubs-Veranstaltung, VA-Nr.: B26-136710-39

Tauchen Sie ein in die einzigartige Welt des Saterfriesischen, der kleinsten noch lebenden friesischen Sprache?

- Erlebnis vor Ort: Zwei geführte Ausflüge führen zu kulturell und sprachlich bedeutsamen Orten im Saterland.

In dieser Intensivwoche entdecken Sie nicht nur die Sprache, sondern auch die Geschichte, Kultur und Gegenwart der Saterfriesen. Der Kurs richtet sich an Interessierte mit ersten Vorkenntnissen, die ihre Sprachfähigkeiten vertiefen und zugleich die saterfriesische Lebenswelt unmittelbar erleben möchten.

Zielgruppe:
Erwachsene ohne und mit leichten Vorkenntnissen im Saterfriesischen, die Sprache und Kultur intensiv erleben und vertiefen möchten.

An fünf intensiven Tagen wird gesprochen, gehört, gelesen und erlebt:

- Sprache: Erweiterung des Wortschatzes und der Ausdrucksfähigkeit im Alltag.

Leitung: Veronika Pugge
Beginn: Montag, 02.02.2026
Dauer: 8 x, 19:30-21:00 Uhr
Gebühr: 45,00 Euro
Ort: Seelterfräiske Kulturhuus Scharrel

S1800 Kompaktkurs KI - Einstieg in die Welt der Künstlichen Intelligenz

Seit gut drei Jahren prägen ChatGPT und andere KI-Anwendungen die öffentliche Diskussion. Doch viele fragen sich: Was steckt wirklich dahinter, und wo beginnt der praktische Nutzen? Sollten Sie bewusst oder unbewusst bisher wenig oder gar keinen Kontakt zum Thema gehabt haben, ist dieser Vortrag genau das Richtige für Sie.

Er bietet einen kompakten Einstieg in die Welt der generativen Künstlichen Intelligenz: die wichtigsten Entwicklungen, die technischen Grundlagen und den aktuellen Stand der Anwendungen. Ziel ist es, ein realistisches Verständnis dafür zu vermitteln, wo KI heute tatsächlich unterstützen kann - im Berufsalltag, in Organisationen oder im persönlichen Umfeld.

Der Vortrag richtet sich an alle Interessierten, die sich einen fundierten Überblick verschaffen und den praktischen Nutzen von KI im Berufsalltag verstehen möchten. Anmeldung: Birgit Walker, 0173 9734157

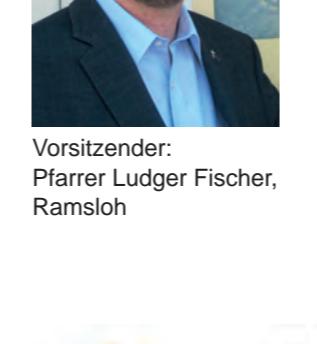
Leitung: Johannes Norrenbrock
Beginn: Dienstag, 19.05.2026
Dauer: 1 x, 18:30-20:45 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Ort: Pfarrheim Strücklingen

zu verständigen. Neben der Sprachpraxis erfahren Sie auch interessantes über die Kultur, Geschichte und heutige Bedeutung des Saterfriesischen. Zielgruppe: Der Kurs richtet sich an Erwachsene, die Freude an Sprachen haben und das Saterfriesische neu entdecken möchten. Vorkenntnisse sind nicht erforderlich.

Kursinhalte:
Einführung in Aussprache und Schrift
Grundlegende Grammatik
Alltäglicher Wortschatz (Begrüßung, Familie, Einkaufen, usw.)
Hör- und Sprechübungen für einfache Kommunikation
Ziel: Am Ende des Kurses können die Teilnehmenden einfache Gespräche führen und grundlegende Texte verstehen.
Anmeldung: pugge@saterland.de oder 04498 940 100

Leitung: Veronika Pugge
Beginn: Montag, 02.02.2026
Dauer: 8 x, 19:30-21:00 Uhr
Gebühr: 45,00 Euro
Ort: Seelterfräiske Kulturhuus Scharrel

EDV und Medien



S1701 Seeltersk bale!

Gesprächsrunde für Saterfriesen und Interessierte

Der Seniorenbereit Saterland in Kooperation mit dem Bürgerverein Strücklingen lädt erneut jeweils am letzten Dienstag jeden Monats ins Pfarrheim Strücklingen herzlich ein. In gemütlicher Runde steht die Saterfriesische Sprache im Vordergrund. Eine Unterhaltung in Saterfriesisch soll gefordert werden, damit sie nicht in Vergessenheit gerät. Viele Saterländer*innen können diese einmalige Sprache nur gelegentlich sprechen, weil der Gesprächspartner sie nicht spricht. Alle Bürger*innen, die Saterfriesisch sprechen und daran Interessierte sind zu dieser Runde herzlich eingeladen.

Anmeldung: Birgit Walker, 0173 9734157

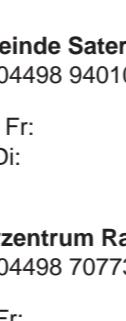
Leitung: Johanna Evers und Clemens Ahrens, Strücklingen

Beginn: Dienstag, 27.01.2026
Dauer: 6 x, 19:30-21:00 Uhr
Ort: Pfarrheim Strücklingen

S1702 Saterfriesischkurs für Anfänger*innen

Möchten Sie eine der kleinsten und ältesten Sprachen Europas kennenlernen? In diesem Beginnerkurs erhalten Sie einen lebendigen Einstieg in das Saterfriesische, die letzte noch gesprochene friesische Varietät in Niedersachsen. Der Kurs vermittelt Grundlagen der Sprache, wichtigen Wortschatz sowie einfache Redewendungen für Alltagssituationen. Durch abwechslungsreiche Übungen, kurze Dialoge und praxisnahe Sprachbeispiele lernen Sie, sich Schritt für Schritt auf Saterfriesisch

Ihre Ansprechpartnerinnen:



Gemeinde Saterland
Tel.: 04498 940102



Mo – Fr: 08:30 Uhr – 12:30 Uhr
Mo, Di: 14:00 Uhr – 15:30 Uhr
Do: 14:00 Uhr – 18:00 Uhr
Pfarreizentrum Ramsloh
Tel.: 04498 707730



Di – Fr: 09:00 Uhr – 12:30 Uhr
Do: 15:00 Uhr – 18:00 Uhr



Gemeinde Saterland
Tel.: 04498 940102



Mo – Fr: 08:30 Uhr – 12:30 Uhr
Mo, Di: 14:00 Uhr – 15:30 Uhr
Do: 14:00 Uhr – 18:00 Uhr
Pfarreizentrum Ramsloh
Tel.: 04498 707730



Di – Fr: 09:00 Uhr – 12:30 Uhr
Do: 15:00 Uhr – 18:00 Uhr



Gemeinde Saterland
Tel.: 04498 940102



Mo – Fr: 08:30 Uhr – 12:30 Uhr
Mo, Di: 14:00 Uhr – 15:30 Uhr
Do: 14:00 Uhr – 18:00 Uhr
Pfarreizentrum Ramsloh
Tel.: 04498 707730



Di – Fr: 09:00 Uhr – 12:30 Uhr
Do: 15:00 Uhr – 18:00 Uhr



Gemeinde Saterland
Tel.: 04498 940102



Mo – Fr: 08:30 Uhr – 12:30 Uhr
Mo, Di: 14:00 Uhr – 15:30 Uhr
Do: 14:00 Uhr – 18:00 Uhr
Pfarreizentrum Ramsloh
Tel.: 04498 707730



Di – Fr: 09:00 Uhr – 12:30 Uhr
Do: 15:00 Uhr – 18:00 Uhr

Alle Kurse können auch über das Internet gebucht werden:
[@BILDUNGSWERKSATERLAND](http://www.bildungswerk-saterland.de)

Besuchen und folgen Sie uns auf Instagram:
[@BILDUNGSWERKSATERLAND](http://www.bildungswerk-saterland.de)

Haben Sie Interesse an einer Mitarbeit?

Möchten Sie uns unterstützen und aktiv dazu beitragen, unsere Ziele zu erreichen? Dann sind Sie bei uns genau richtig! Wir würden uns freuen, Sie als neues Mitglied begrüßen zu dürfen und sagen „Herzlich willkommen!“

Das Bildungswerk Saterland ist stets auf der Suche nach engagierten Menschen, die sich für unsere Themen und Projekte interessieren. Werden Sie Mitglied und tragen Sie mit Ihrem Wissen, Ihrer Erfahrung und Ihrem Engagement dazu bei, unsere Arbeit voranzutreiben. Unterstützen Sie uns - gemeinsam können wir viel bewegen!

Haben wir Ihr Interesse geweckt? Dann melden Sie sich einfach unter:
kurse@bildungswerk-saterland.de oder Tel.: 0173 973 41 57, wir freuen uns auf Sie.

Gesellschaft



S1001 Welches Haustier passt zu mir?

Dieser rund dreistündige Abendkurs richtet sich an alle, die mit dem Gedanken spielen, ein Haustier in ihr Leben zu holen. Ganz gleich, ob ihr gerade in eure erste eigene Wohnung gezogen seid und euch einen tierischen Mitbewohner vorstellen könnt - oder ob eure Kinder so lange gefragt haben, dass ihr nun darüber nachdenkt, ihrem Wunsch nachzugeben. Erfahrt, welches Tier wirklich zu euch passt, wie ihr euch verantwortungsvoll um euren neuen Begleiter kümmert und welche "Starter-Sets" ihr getrost im Regal stehen lassen könnt. Wir zeigen euch, wie ihr das passende Familienmitglied findet, welche gesetzlichen Vorgaben zu beachten sind und woran ihr erkennt, ob ein Tier aus verantwortungsvoller Zucht stammt - damit ihr nicht an kranken Welben oder unseriöse Anbieter geratet.

Leitung: Sancia Frieditz
Beginn: Mittwoch, 18.03.2026
Dauer: 1 x, 17:30-19:45 Uhr
Gebühr: 10,00 Euro
Ort: Tierheim Sedelsberg, Friesoyther Str. 19, 26683 Sedelsberg



S1100 Handy-Sprechstunde

Der Seniorenbeirat Saterland lädt in Kooperation mit dem IT-Fachmann Edmund Wenz zu dieser Weiterbildung ein, damit die älteren Menschen im Saterland den digitalen Anschluss nicht verpassen. Die moderne Informations-Technik allein zu besitzen, reicht nämlich nicht aus. In lockerer Runde werden Fragen rund um die individuelle Smartphone-Nutzung beantwortet und den Anwesenden wertvolle Tipps zur Anwendung gegeben.

Alle Frauen und Männer sollten sich ansprochen fühlen, die mittels mobiler Geräte kommunizieren möchten, aber

sich nicht gut auskennen. Die Handy-Sprechstunden finden immer am 1. Montag im Monat statt, allerdings am 06. April nicht.

Die Sprechstunde ist kostenlos, jedoch würde sich der Seniorenbeirat über eine kleine Spende sehr freuen. Anmeldung nicht erforderlich. Die Veranstaltung ist kostenlos.

Leitung: Edmund Wenz
Beginn: Montag, 05.01.2026
Dauer: 6 x, 15:00-16:30 Uhr
Ort: Pfarrheim Strücklingen



S1101 Entdeckertour auf zwei Rädern - Natur, Geschichte und Gespräche im Saterland

Die Teilnehmenden erweitern ihr Wissen über regionale Besonderheiten, Geschichten und Natur der Umgebung, sie entdecken die heimatkundliche und wirtschaftliche Entwicklung im Saterland.

Der Seniorenbeirat bietet mit einem Team aus zehn erfahrenen Radfahrer*innen bis zum letzten Donnerstag am 30. Juli wöchentlich die geplanten Radtouren an, so weit das Wetter es möglich macht. Allerdings am 14. Mai nicht. Der Treffpunkt ist der Parkplatz am Freizeitzelt. Pünktlich um 14:30 Uhr wird vom Parkplatz am Freizeitzelt in Ramsloh gestartet.

Jeder kann mitfahren, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Wohnort und von der Fitness. Eine gewisse Fahrsicherheit sollte allerdings vorhanden sein, da in einer Kolonne gefahren wird. Unterwegs sind kleine Pausen vorgesehen. Dazu sollten Getränke oder auch andere Kleinigkeiten im Gepäck sein. Lokale werden nicht angefahren. Die Pausen bieten Gelegenheit zur Erholung



S1102 Spiele-Nachmittage für Senioren

Wer kann sich noch daran erinnern, in der Kindheit "Mensch ärgere dich nicht" oder später "Mühle und Dame" gespielt zu haben und wie uns das in den Bann gezogen hat? Darüber hinaus waren es auch Karten- oder Würfelspiele, die für Spannung und Unterhaltung gesorgt haben. Wäre es nicht schön, sich auch heute wieder zusammen zu setzen und die alten Spiele aufzuleben zu lassen, das Handy ganz einfach zur Seite zu legen und nicht die neusten Fotos oder Nachrichten auf WhatsApp zu checken?

Deshalb organisiert der Seniorenbeirat Saterland mit Unterstützung ehrenamtlicher Helfer in den Wintermonaten Januar, Februar und März Spiele-Nachmittage für Senioren. Sie finden 14-tägig statt, immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat im Pfarrheim St. Georg in Strücklingen, Kolpingstraße 2.

Alle, die Lust auf Unterhaltung und das Knüpfen neuer Freundschaften haben, sind herzlich zum Spielen bei Kaffee/Tee und Plätzchen eingeladen. Es sind genügend Brett- und Kartenspiele vorhanden wie: Mensch ärgere dich nicht - Mühle - Dame - Doppelkopf - Rommé - Skat - Skip-Bo - Rummikub - Level 8 - SKYJO - Wizard etc. Gerne können auch Spiele mitgebracht werden, die gespielt werden oder andere für sich entdecken wollen.

Der Seniorenbeirat Saterland freut sich auf die Spiele-Nachmittage, um aktive Stunden miteinander zu verbringen und den Alltag hinter sich zu lassen. Ziel ist, miteinander zu lachen, neue Erinnerungen zu schaffen und Freundschaften zu schließen. Anmeldung nicht erforderlich.

Leitung: Edmund Wenz
Beginn: Montag, 05.01.2026
Dauer: 6 x, 15:00-16:30 Uhr
Ort: Pfarrheim Strücklingen



S1101 Entdeckertour auf zwei Rädern - Natur, Geschichte und Gespräche im Saterland

Die Teilnehmenden erweitern ihr Wissen über regionale Besonderheiten, Geschichten und Natur der Umgebung, sie entdecken die heimatkundliche und wirtschaftliche Entwicklung im Saterland.

Der Seniorenbeirat bietet mit einem Team aus zehn erfahrenen Radfahrer*innen bis zum letzten Donnerstag am 30. Juli wöchentlich die geplanten Radtouren an, so weit das Wetter es möglich macht. Allerdings am 14. Mai nicht. Der Treffpunkt ist der Parkplatz am Freizeitzelt. Pünktlich um 14:30 Uhr wird vom Parkplatz am Freizeitzelt in Ramsloh gestartet.

Jeder kann mitfahren, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Wohnort und von der Fitness. Eine gewisse Fahrsicherheit sollte allerdings vorhanden sein, da in einer Kolonne gefahren wird. Unterwegs sind kleine Pausen vorgesehen. Dazu sollten Getränke oder auch andere Kleinigkeiten im Gepäck sein. Lokale werden nicht angefahren. Die Pausen bieten Gelegenheit zur Erholung



S1102 Spiele-Nachmittage für Senioren

Wer kann sich noch daran erinnern, in der Kindheit "Mensch ärgere dich nicht" oder später "Mühle und Dame" gespielt zu haben und wie uns das in den Bann gezogen hat? Darüber hinaus waren es auch Karten- oder Würfelspiele, die für Spannung und Unterhaltung gesorgt haben. Wäre es nicht schön, sich auch heute wieder zusammen zu setzen und die alten Spiele aufzuleben zu lassen, das Handy ganz einfach zur Seite zu legen und nicht die neusten Fotos oder Nachrichten auf WhatsApp zu checken?

Deshalb organisiert der Seniorenbeirat Saterland mit Unterstützung ehrenamtlicher Helfer in den Wintermonaten Januar, Februar und März Spiele-Nachmittage für Senioren. Sie finden 14-tägig statt, immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat im Pfarrheim St. Georg in Strücklingen, Kolpingstraße 2.

Alle, die Lust auf Unterhaltung und das Knüpfen neuer Freundschaften haben, sind herzlich zum Spielen bei Kaffee/Tee und Plätzchen eingeladen. Es sind genügend Brett- und Kartenspiele vorhanden wie: Mensch ärgere dich nicht - Mühle - Dame - Doppelkopf - Rommé - Skat - Skip-Bo - Rummikub - Level 8 - SKYJO - Wizard etc. Gerne können auch Spiele mitgebracht werden, die gespielt werden oder andere für sich entdecken wollen.

Der Seniorenbeirat Saterland freut sich auf die Spiele-Nachmittage, um aktive Stunden miteinander zu verbringen und den Alltag hinter sich zu lassen. Ziel ist, miteinander zu lachen, neue Erinnerungen zu schaffen und Freundschaften zu schließen. Anmeldung nicht erforderlich.

Leitung: Edmund Wenz
Beginn: Montag, 05.01.2026
Dauer: 6 x, 15:00-16:30 Uhr
Ort: Pfarrheim Strücklingen



S1101 Entdeckertour auf zwei Rädern - Natur, Geschichte und Gespräche im Saterland

Die Teilnehmenden erweitern ihr Wissen über regionale Besonderheiten, Geschichten und Natur der Umgebung, sie entdecken die heimatkundliche und wirtschaftliche Entwicklung im Saterland.

Der Seniorenbeirat bietet mit einem Team aus zehn erfahrenen Radfahrer*innen bis zum letzten Donnerstag am 30. Juli wöchentlich die geplanten Radtouren an, so weit das Wetter es möglich macht. Allerdings am 14. Mai nicht. Der Treffpunkt ist der Parkplatz am Freizeitzelt. Pünktlich um 14:30 Uhr wird vom Parkplatz am Freizeitzelt in Ramsloh gestartet.

Jeder kann mitfahren, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Wohnort und von der Fitness. Eine gewisse Fahrsicherheit sollte allerdings vorhanden sein, da in einer Kolonne gefahren wird. Unterwegs sind kleine Pausen vorgesehen. Dazu sollten Getränke oder auch andere Kleinigkeiten im Gepäck sein. Lokale werden nicht angefahren. Die Pausen bieten Gelegenheit zur Erholung



S1102 Spiele-Nachmittage für Senioren

Wer kann sich noch daran erinnern, in der Kindheit "Mensch ärgere dich nicht" oder später "Mühle und Dame" gespielt zu haben und wie uns das in den Bann gezogen hat? Darüber hinaus waren es auch Karten- oder Würfelspiele, die für Spannung und Unterhaltung gesorgt haben. Wäre es nicht schön, sich auch heute wieder zusammen zu setzen und die alten Spiele aufzuleben zu lassen, das Handy ganz einfach zur Seite zu legen und nicht die neusten Fotos oder Nachrichten auf WhatsApp zu checken?

Deshalb organisiert der Seniorenbeirat Saterland mit Unterstützung ehrenamtlicher Helfer in den Wintermonaten Januar, Februar und März Spiele-Nachmittage für Senioren. Sie finden 14-tägig statt, immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat im Pfarrheim St. Georg in Strücklingen, Kolpingstraße 2.

Alle, die Lust auf Unterhaltung und das Knüpfen neuer Freundschaften haben, sind herzlich zum Spielen bei Kaffee/Tee und Plätzchen eingeladen. Es sind genügend Brett- und Kartenspiele vorhanden wie: Mensch ärgere dich nicht - Mühle - Dame - Doppelkopf - Rommé - Skat - Skip-Bo - Rummikub - Level 8 - SKYJO - Wizard etc. Gerne können auch Spiele mitgebracht werden, die gespielt werden oder andere für sich entdecken wollen.

Der Seniorenbeirat Saterland freut sich auf die Spiele-Nachmittage, um aktive Stunden miteinander zu verbringen und den Alltag hinter sich zu lassen. Ziel ist, miteinander zu lachen, neue Erinnerungen zu schaffen und Freundschaften zu schließen. Anmeldung nicht erforderlich.

Leitung: Edmund Wenz
Beginn: Montag, 05.01.2026
Dauer: 6 x, 15:00-16:30 Uhr
Ort: Pfarrheim Strücklingen



S1101 Entdeckertour auf zwei Rädern - Natur, Geschichte und Gespräche im Saterland

Die Teilnehmenden erweitern ihr Wissen über regionale Besonderheiten, Geschichten und Natur der Umgebung, sie entdecken die heimatkundliche und wirtschaftliche Entwicklung im Saterland.

Der Seniorenbeirat bietet mit einem Team aus zehn erfahrenen Radfahrer*innen bis zum letzten Donnerstag am 30. Juli wöchentlich die geplanten Radtouren an, so weit das Wetter es möglich macht. Allerdings am 14. Mai nicht. Der Treffpunkt ist der Parkplatz am Freizeitzelt. Pünktlich um 14:30 Uhr wird vom Parkplatz am Freizeitzelt in Ramsloh gestartet.

Jeder kann mitfahren, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Wohnort und von der Fitness. Eine gewisse Fahrsicherheit sollte allerdings vorhanden sein, da in einer Kolonne gefahren wird. Unterwegs sind kleine Pausen vorgesehen. Dazu sollten Getränke oder auch andere Kleinigkeiten im Gepäck sein. Lokale werden nicht angefahren. Die Pausen bieten Gelegenheit zur Erholung



S1102 Spiele-Nachmittage für Senioren

Wer kann sich noch daran erinnern, in der Kindheit "Mensch ärgere dich nicht" oder später "Mühle und Dame" gespielt zu haben und wie uns das in den Bann gezogen hat? Darüber hinaus waren es auch Karten- oder Würfelspiele, die für Spannung und Unterhaltung gesorgt haben. Wäre es nicht schön, sich auch heute wieder zusammen zu setzen und die alten Spiele aufzuleben zu lassen, das Handy ganz einfach zur Seite zu legen und nicht die neusten Fotos oder Nachrichten auf WhatsApp zu checken?

Deshalb organisiert der Seniorenbeirat Saterland mit Unterstützung ehrenamtlicher Helfer in den Wintermonaten Januar, Februar und März Spiele-Nachmittage für Senioren. Sie finden 14-tägig statt, immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat im Pfarrheim St. Georg in Strücklingen, Kolpingstraße 2.

Alle, die Lust auf Unterhaltung und das Knüpfen neuer Freundschaften haben, sind herzlich zum Spielen bei Kaffee/Tee und Plätzchen eingeladen. Es sind genügend Brett- und Kartenspiele vorhanden wie: Mensch ärgere dich nicht - Mühle - Dame - Doppelkopf - Rommé - Skat - Skip-Bo - Rummikub - Level 8 - SKYJO - Wizard etc. Gerne können auch Spiele mitgebracht werden, die gespielt werden oder andere für sich entdecken wollen.

Der Seniorenbeirat Saterland freut sich auf die Spiele-Nachmittage, um aktive Stunden miteinander zu verbringen und den Alltag hinter sich zu lassen. Ziel ist, miteinander zu lachen, neue Erinnerungen zu schaffen und Freundschaften zu schließen. Anmeldung nicht erforderlich.

Leitung: Edmund Wenz
Beginn: Montag, 05.01.2026
Dauer: 6 x, 15:00-16:30 Uhr
Ort: Pfarrheim Strücklingen



S1101 Entdeckertour auf zwei Rädern - Natur, Geschichte und Gespräche im Saterland

Die Teilnehmenden erweitern ihr Wissen über regionale Besonderheiten, Geschichten und Natur der Umgebung, sie entdecken die heimatkundliche und wirtschaftliche Entwicklung im Saterland.

Der Seniorenbeirat bietet mit einem Team aus zehn erfahrenen Radfahrer*innen bis zum letzten Donnerstag am 30. Juli wöchentlich die geplanten Radtouren an, so weit das Wetter es möglich macht. Allerdings am 14. Mai nicht. Der Treffpunkt ist der Parkplatz am Freizeitzelt. Pünktlich um 14:30 Uhr wird vom Parkplatz am Freizeitzelt in Ramsloh gestartet.

Jeder kann mitfahren, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Wohnort und von der Fitness. Eine gewisse Fahrsicherheit sollte allerdings vorhanden sein, da in einer Kolonne gefahren wird. Unterwegs sind kleine Pausen vorgesehen. Dazu sollten Getränke oder auch andere Kleinigkeiten im Gepäck sein. Lokale werden nicht angefahren. Die Pausen bieten Gelegenheit zur Erholung



S1102 Spiele-Nachmittage für Senioren

Wer kann sich noch daran erinnern, in der Kindheit "Mensch ärgere dich nicht" oder später "Mühle und Dame" gespielt zu haben und wie uns das in den Bann gezogen hat? Darüber hinaus waren es auch Karten- oder Würfelspiele, die für Spannung und Unterhaltung gesorgt haben. Wäre es nicht schön, sich auch heute wieder zusammen zu setzen und die alten Spiele aufzuleben zu lassen, das Handy ganz einfach zur Seite zu legen und nicht die neusten Fotos oder Nachrichten auf WhatsApp zu checken?

Deshalb organisiert der Seniorenbeirat Saterland mit Unterstützung ehrenamtlicher Helfer in den Wintermonaten Januar, Februar und März Spiele-Nachmittage für Senioren. Sie finden 14-tägig statt, immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat im Pfarrheim St. Georg in Strücklingen, Kolpingstraße 2.

Alle, die Lust auf Unterhaltung und das Knüpfen neuer Freundschaften haben, sind herzlich zum Spielen bei Kaffee/Tee und Plätzchen eingeladen. Es sind genügend Brett- und Kartenspiele vorhanden wie: Mensch ärgere dich nicht - Mühle - Dame - Doppelkopf - Rommé - Skat - Skip-Bo - Rummikub - Level 8 - SKYJO - Wizard etc. Gerne können auch Spiele mitgebracht werden, die gespielt werden oder andere für sich entdecken wollen.

Der Seniorenbeirat Saterland freut sich auf die Spiele-Nachmittage, um aktive Stunden miteinander zu verbringen und den Alltag hinter sich zu lassen. Ziel ist, miteinander zu lachen, neue Erinnerungen zu schaffen und Freundschaften zu schließen. Anmeldung nicht erforderlich.

Leitung: Edmund Wenz
Beginn: Montag, 05.01.2026
Dauer: 6 x, 15:00-16:30 Uhr
Ort: Pfarrheim Strücklingen



S1101 Entdeckertour auf zwei Rädern - Natur, Geschichte und Gespräche im Saterland

Die Teilnehmenden erweitern ihr Wissen über regionale Besonderheiten, Geschichten und Natur der Umgebung, sie entdecken die heimatkundliche und wirtschaftliche Entwicklung im Saterland.

Der Seniorenbeirat bietet mit einem Team aus zehn erfahrenen Radfahrer*innen bis zum letzten Donnerstag am 30. Juli wöchentlich die geplanten Radtouren an, so weit das Wetter es möglich macht. Allerdings am 14. Mai nicht. Der Treffpunkt ist der Parkplatz am Freizeitzelt. Pünktlich um 14:30 Uhr wird vom Parkplatz am Freizeitzelt in Ramsloh gestartet.

Jeder kann mitfahren, unabhängig vom Alter, Geschlecht, Wohnort und von der Fitness. Eine gewisse Fahrsicherheit sollte allerdings vorhanden sein, da in einer Kolonne gefahren wird. Unterwegs sind kleine Pausen vorgesehen. Dazu sollten Getränke oder auch andere Kleinigkeiten im Gepäck sein. Lokale werden nicht angefahren. Die Pausen bieten Gelegenheit zur Erholung



S1102 Spiele-Nachmittage für Senioren

Wer kann sich noch daran erinnern, in der Kindheit "Mensch ärgere dich nicht" oder später "Mühle und Dame" gespielt zu haben und wie uns das in den Bann gezogen hat? Darüber hinaus waren es auch Karten- oder Würfelspiele, die für Spannung und Unterhaltung gesorgt haben. Wäre es nicht schön, sich auch heute wieder zusammen zu setzen und die alten Spiele aufzuleben zu lassen, das Handy ganz einfach zur Seite zu legen und nicht die neusten Fotos oder Nachrichten auf WhatsApp zu checken?

Deshalb organisiert der Seniorenbeirat Saterland mit Unterstützung ehrenamtlicher Helfer in den Wintermonaten Januar, Februar und März Spiele-Nachmittage für Senioren. Sie finden 14-tägig statt, immer am 1. und 3. Donnerstag im Monat im Pfarrheim St. Georg in Strücklingen, Kolpingstraße 2.

Alle, die Lust auf Unterhaltung und das Knüpfen neuer Freundschaften haben, sind herzlich zum Spielen bei Kaffee/Tee und Plätzchen eingeladen. Es sind genügend Brett- und Kartenspiele vorhanden wie: Mensch ärgere dich nicht - Mühle - Dame - Doppelkopf