

## Was wir Ihnen bieten

In erster Linie bieten wir Ihnen ein zweites Zuhause – wenn auch nur für kurze Zeit.

Die Familienferienstätte Haus Sonnenwinkel liegt idyllisch im Wiehengebirge. Die Lage lädt zum Genießen sowie zur Erholung mitten in der Natur ein.

Mit den zweckmäßig eingerichteten Zimmern, den modern ausgestatteten Gruppenräumen und zahlreichen Freizeitmöglichkeiten bietet das Haus den perfekten Ort, um zu entspannen und Neues zu entdecken. Der Ortskern von Bad Essen sowie die umliegenden Städte Osnabrück und Melle bieten zahlreiche Ausflugsziele, die das Programm abrunden.

Das Essen wird bei uns in Buffetform angeboten, so dass Sie die Möglichkeit haben, sich Ihr Essen nach Ihren Wünschen zusammenzustellen. Individuelle Zubereitung von Speisen (bei Allergien, etc.) ist auf Wunsch möglich. Bitte teilen Sie uns dies rechtzeitig mit.



## Haus Sonnenwinkel

- 23 Zimmer mit Dusche/WC, Familienzimmer z.T. mit separaten Schlafräumen
- Große Sonnenterrasse
- Barrierearmes Haus mit Aufzug
- Fernsehraum/Wohnzimmer mit Theke
- Seminar- und Aufenthaltsräume
- Großzügiges Außengelände mit Sport- und Spielflächen für die ganze Familie
- ...und vieles mehr

## Kontakt

Familienferienstätte Haus Sonnenwinkel  
Meller Straße 3, 49152 Bad Essen  
Tel: 05472-94880

[buchung@haussonnenwinkel.de](mailto:buchung@haussonnenwinkel.de)  
[www.haussonnenwinkel.de](http://www.haussonnenwinkel.de)  
[www.facebook.com/haussonnenwinkel](https://www.facebook.com/haussonnenwinkel)  
[www.twitter.com/sonnenwinkel\\_BE](https://www.twitter.com/sonnenwinkel_BE)

## Informationen und Absprachen

Für weitere Informationen sowie Absprachen zu den Angeboten können Sie gerne per Email oder Telefon mit uns Kontakt aufnehmen.

Kinderhaus  
Wittlager Land gGmbH



Haus  
Sonnenwinkel

## Aktivangebote

für Seniorinnen und Senioren

## Programm 2018

Angebote der Familienferienstätte  
Haus Sonnenwinkel

## Programm

### Aktivtage

#### Sie möchten:

- einmal raus aus dem Alltag?
- neue Perspektiven und Anregungen bekommen?
- sich etwas Gutes tun?
- Menschen kennenlernen und gemeinsam etwas erleben?

**Dann sind unsere Aktivtage genau das Richtige für Sie!**

### Wald und Gesundheit - Workshop

Wie können wir den Wald aktiv zur Gesunderhaltung nutzen? Das erfahren Sie von einer Naturpädagogin direkt vor Ort – im Wald rund um das Haus Sonnenwinkel. Anschließend gibt es Kaffee und Kuchen.

**Termin:** 05. Juni 2018, 13:30-17:30 Uhr

**Preis:** 13,00 € p.P. (Kaffee und Kuchen inkl.)

### Die Kräuter des Waldes - gesund und lecker

Rund um das Haus Sonnenwinkel lernen Sie die wichtigsten Kräuter intensiv kennen und erfahren, wie Sie diese für Gesundheit und Ernährung am besten nutzen. Im Anschluss an den Kräuterspaziergang werden gemeinsam leckere Rezepte ausprobiert. Das gemeinsame Essen gehört natürlich auch dazu.

**Termin:** 06. August 2018, 13:30-17:30 Uhr

**Preis:** 13,00 € p.P. (gemeinsames Essen inkl.)

### Horch, was kommt von draußen rein – Gemeinsam (Volkslieder) singen

Im Alltag kommt es meist zu kurz und ist doch so schön - das Singen. An diesem Nachmittag wollen wir das im Haus Sonnenwinkel gemeinsam tun. Bringen Sie gerne Ihre Liedwünsche mit! Zwischendurch ist mit Kaffee und Kuchen auch für das leibliche Wohl gesorgt.

**Termin:** 14. November 2018, 13:30-17:30 Uhr

**Preis:** 11 € p.P. (Kaffee und Kuchen inkl.)

**Hinweis:** Die Aktivtage finden ab einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen statt.

### Nikolausfreizeit – Auszeit im Advent

Das rundum-sorglos-Paket: Genießen Sie gemeinsam mit anderen eine adventliche Auszeit im Haus Sonnenwinkel. Unsere Nikolausfreizeit für Seniorinnen und Senioren beinhaltet zwei Übernachtungen inklusive Vollpension, ein großes Nikolausfrühstück und Programm. Die informativen und aktiven Seminare werden von erfahrenen Referentinnen angeleitet.

#### Ein kurzer Ablaufplan:

##### Tag 1

10:00 Uhr: Ankunft, Beziehen der Zimmer, Vorstellung und Führung durch die Ferienstätte

12:30 Uhr: Mittagessen

14:00 Uhr: Workshop Körperliche Fitness Teil 1

15:30 Uhr: Kaffee und Kuchen

16:15 Uhr: Workshop Kreatives Gestalten Teil 1

18:00 Uhr: Abendessen

##### Tag 2

08:00 Uhr: Frühstück

09:00 Uhr: Workshop Kreatives Gestalten Teil 2

10:45 Uhr: Workshop Körperliche Fitness Teil 2

12:30 Uhr: Mittagessen

13:30 Uhr: Freie Zeit zum Erkunden der Umgebung/Bad Essen

18:00 Uhr: Abendessen

##### Tag 3

08:30 Uhr: ausgedehntes Nikolausfrühstück

Anschließend: Abreise

**Termin:** 04.-06. Dezember 2018

**Preise:** (2 Übern., Vollpension, Programm)

Im Einzelzimmer: 130 € p.P.

Im Mehrbettzimmer: 120 € p.P.

**Hinweis:** Die Nikolausfreizeit findet ab einer Mindestteilnehmerzahl von 10 Personen statt.

