

Nachbarschaftstreff am Siek im „Schweizer Viertel“

Am Siek 43

28325 Bremen

Telefon: (0421) 42 07 50

AktiveMenschenAmSiek@web.de

Bürozeiten: Dienstags 14:00 – 17:00 Uhr

Leitung: Marina Neves da Silva

Veranstaltungen im November 2018

Dienstag 15:00 Uhr

06. November Shanti Chor Mahndorf zum Mitschunkeln
13. November Ein Bildervortrag über die Wanderfalken
in Kooperation mit der Uni 3. Generation
20. November Bingo, mitspielen und gewinnen
27. November Silke erfreut uns mit ihrem Akkordeon
und Hulahopreifen in Einem. Comedy.

04. November (Sonntag) 15:00 Uhr Cornelia Petmecky liest
schauriges und böses von Edgar Allan Poe vor.

18. November (Sonntag) 15:00 Uhr Ü-50 Tanznachmittag

23. November (Freitag) 09:30 Uhr Frühstück

25. November (Sonntag) Bei Weihnachtsmann zuhause.

Das freie Theater Bremen widmet sich dem schönsten aller
Familienfeste, dem mit dem größten Katastrophenpotential:

Weihnachten!

Änderungen bleiben vorbehalten

Gefördert durch die Senatorin für Soziales, Frauen, Jugend, Integration und
Sport Bremen



Aktive Menschen Bremen e.V.

Nachbarschaftstreff am Siek November 2018



Gruppen und Kurse

Montag

- 11:00 - 12:00 Uhr Gymnastik i. Richtung
Bewegungstherapie
Leitung: Frau Vogelsang
- 09:00 – 13:00 Uhr Integrationskurs
Paritätisches Bildungswerk
- 15:30 – 17:00 Uhr Folkloretanz international
Leitung: Frau Dietz
- 15:00 – 17:30 Uhr 1 x im Monat
Kaffeenachmittag des
Sozialverbands Deutschland
- Jeden 1. Montag im
Montag 17:00-20:00 Uhr Gesprächskreis und Aktivitäten mit
der Lebenshilfe Bremen e.V. – nur
mit Anmeldungen unter Tel.:
69655039

Dienstag

- 09:00 -13:30 Uhr Integrationskurs Paritätisches
Bildungswerk
- 15:00 – 17:00 Programmtag
(siehe bitte Rückseite)

Jeden 1. Mittwoch im Monat von 10:00 – 12:00 Uhr Beratung für Beschäftigung,
durch das Mütterzentrum Osterholz für Frauen mit und ohne Migrationshintergrund.
Terminabsprache bitte unter Tel.: 42 78 463

**Jeden Dienstag Schach mit dem OT-Osterholz ab 17:00
Uhr**

Gruppen und Kurse

Mittwoch

- 9:30 – 10:15 Uhr Rhythmische Gymnastik
Konditionstraining
Leitung: Frau Buss
- 10:30 – 11:15 Uhr Gymnastik Beweglichkeit und
Stärkung der Muskulatur
Leitung: Frau Buss
- 11:30 – 12:15 Uhr Sitzgymnastik
Leitung: Frau Buss
- 18:00 – 21:00 Uhr Karneval Verein Rot-Weiß Bremen

Donnerstag

- 9:00 – 13:00 Uhr Integrationskurs
Paritätisches Bildungswerk
- Jeden 3. Donnerstag im
Monat 17:00 – 20:00 Uhr Gesprächskreis und Aktivitäten mit
der Lebenshilfe Bremen e.V. – nur
mit Anmeldungen unter Tel.:
69655039

Freitag

- 2x im Monat Jeden 2. Und 4. Freitag im Monat
Tanzen (ASB), nur mit Anmeldung