

# Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB)

## Helga-Jansen-Haus

An der Schüttenriehe 8  
28259 Bremen  
Tel: 0421 - 58 33 75  
Fax: 0421 - 58 33 75  
E-Mail: [bgst-huchting1@web.de](mailto:bgst-huchting1@web.de)  
[www.aktive-menschen-bremen.de](http://www.aktive-menschen-bremen.de)

**Öffnungszeiten:**  
Montag bis Freitag: 13.30 - 17.00 Uhr  
Jeden Dienstag: 14.30 - 17.00 Uhr / Programmtag

**Bürozeiten:**  
Dienstag: 13.30 Uhr - 17.00 Uhr  
Donnerstag: 13.30 Uhr - 17.00 Uhr

**Seniorenberatung:**  
Beratung des Dienstleistungszentrums Huchting (DLZ):  
Am ersten Mittwoch des Monats von 11.00 - 12.00 Uhr

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

 <https://www.facebook.com/ameb.helgajansenhaus>

**Café Vielfalt**   
Im Helga-Jansen-Haus

Die regelmäßigen **Öffnungszeiten für das Café Vielfalt** lauten:  
Montag bis Freitag, 14.00 bis 17:00 Uhr. Zu speziellen Veranstaltungen  
im Café Vielfalt erscheint ein Extrablatt.



Das Helga-Jansen-Haus ist barrierefrei.  
Bitte über die Klingel an der Haustür  
zum Wohnblock den Lift rufen.

Gestaltung: Rebecca Böhling



**Aktive Menschen Bremen e.V.**



**Helga-Jansen-Haus**  
**Begegnungszentrum Huchting**

**November 2018**

### Montag

14:00 - 17:00 Uhr

Kartenspiele

14:30 - 17:00 Uhr

Helgas Skat-Club

### Dienstag

10:30 - 12:30 Uhr

Handarbeit

14:30 - 17:00 Uhr

Programmtag (siehe Veranstaltungen)

### Mittwoch

15:00 - 17:00 Uhr

Ein WiN-Projekt mit den

Zeit mit Oma und Opa

Hortkindern des Mütterzentrums

(2x monatlich)



**NEU!** 15:00 - 17:00 Uhr

**Tanz mit frank** für Junggebliebene

### Donnerstag

09:30 - 10:15 Uhr

Gymnastik I, Ltg. Frau Strohm

10:30 - 11:15 Uhr

Gymnastik II, Ltg. Frau Strohm

15:30 - 17:00 Uhr

Smartphone/Tablet: Hilfe zur Selbsthilfe

### Freitag

10:00 - 12:00 Uhr

Tischtennis, Boule

13:30 - 17:00 Uhr

Kartenspiele: Canasta, Rommé

**TV-Fußball-Club** – Fußball kritisch sehen:

Alle Bundesligaspiele von **Werder Bremen** auf Großbildleinwand.



**Zu allen Veranstaltungen ist, wenn nicht anders angegeben, der Eintritt frei, ein Kaffeegedeck wird günstig angeboten.**

Korporationspartner der AWO Bremen



**Donnerstag, 01.11.18, 14.30 Uhr | Plattdeutscher Gesprächskreis**

**Dienstag, 06.11.18, 14.30 Uhr | Shanty-Nachmittag mit dem Forebitter Shanty Chor**

Auf vielfachen Wunsch ist der Forebitter Shanty Chor zu Gast. Mit seinen beliebten Liedern und Shantys und amüsanten Einlagen von Margret Rink.

**Dienstag, 13.11.18, 14.30 Uhr | Eine Fahrt in der Transsibirischen Eisenbahn**

Mit einem Lichtbildervortrag fahren wir mit Horst Wehrse in der Transsibirischen Eisenbahn.

**Mittwoch, den 14.11.18, 09.30 Uhr | Frauen-Frühstücksrunde**

**Terminänderung beachten!**

Mit einem interessanten Gast. (Kostenbeitrag 6.00 €, Anmeldung bis Montag, den 12.11.18, 17.00 Uhr erbeten.)

**Freitag, 16.11.18, 09.30 Uhr | Männerfrühstück**

Mit einem interessanten Gast. (Kostenbeitrag 6.00 €, Anmeldung bis Mittwoch, den 14.11.2018, 17.00 Uhr, erbeten.)

**Dienstag, 20.11.18, 14.30 Uhr | Wii-Nachmittag**

Spiele mit der Wii in mehreren Mannschaften.

**Mittwoch, den 21.11.18, 09.30 Uhr | Internationales Frühstück**

Buffet mit einem französischen Frühstück.

**Donnerstag, 22.11.18, 17.00 Uhr | „Universität der 3. Generation“**

Im Rahmen der Veranstaltungen der „Universität der 3. Generation“: Vortrag und Diskussion zum Thema „Von der Bremer Karte über MIA und BOB bis zum Nulltarif“  
Referenten: Heiner Brünjes und Hubert Resch, ehemals BSAG

**Dienstag, 27.11.18, 14.30 Uhr | Stadtbus-Rundfahrt**

Was ist aus dem Europahafen geworden? Das wollen wir bei einer Rundfahrt mit einem Stadtbus durch die Überseestadt sehen und erleben. Anschließend Kaffeetrinken. Nähere Einzelheiten werden noch bekanntgegeben.

Wir treffen uns am Roland-Center um 13.45 Uhr und fahren gemeinsam mit der Linie 8 zur Domsheide, wo der Bus auf uns wartet. (Anmeldungen bitte bis 21.11.18, 17.00 Uhr)