

Nachbarschaftstreff am Siek im „Schweizer Viertel“

Am Siek 43

28325 Bremen

Telefon: (0421) 420750

AktiveMenschenAmSiek@web.de

Bürozeiten: Dienstags Donnerstags 14:00 – 18:00 Uhr

Marina Neves da Silva / Ümmühan Cogan

Veranstaltungen im November

Dienstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

02. November „wo bin ich, wenn ich nicht mehr bin?“
Vortrag in Kooperation mit der Uni 3.
Generation

09. November „wo bin ich, wenn ich nicht mehr bin?“
Vortrag in Kooperation mit der Uni 3.
Generation

16. November Bingo, mitspielen und gewinnen

23. November Gedächtnistraining

30. November Spielenachmittag

Samstag 06.11.2021 um 19:30 Uhr „Osterholzer
Kleinkunstabend mit Hans-Martin Sänger

Sonntag 07.11.2021 um 15:00 Uhr Kulturveranstaltung
„Ringelnatz“ mit Benedikt Vermeer

Freitag 26.11.2021 um 09:30 Uhr Frühstück

Änderungen bleiben vorbehalten

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



Aktive Menschen Bremen e.V.

Donnerstag

Ü60 Frauen Gruppe mit Migrationshintergrund

04.11.2021 Verbraucherzentrale Bremen e.V.
„ Abzocke Senioren“

Projektmitarbeiter Metin-Tarkan Öztürk
Alexandros Tachtsidis
um 15:00-18:00 Uhr

11.11.2021 Gesprächskreis Ü60 Frauengruppe

18.11.2021 Thema: „Älter werden; wo bleibt die Politik “
zu Gast Herr Schlüter Ortsamtleiter Osterholz

25.11.2021 Ü 60 Frauengruppe
„Meine Wurzeln“ Gespräch Nachmittag

Gruppen und Kurse

Montag

11:00 - 12:00 Uhr	Gymnastik i. Richtung Bewegungstherapie Leitung: Frau Vogelsang
11:00 – 14:00 Uhr	Frauengruppe (ZIS)
15:30 – 17:00 Uhr	Folkloretanz international Leitung: Frau Dietz (Durch Corona momentan nicht möglich)
14:00 – 17:00 Uhr	Bewerbungstraining für Jugendliche (ZIS)

Dienstag

08:30 -13:00 Uhr	Integrationskurs Paritätisches Bildungswerk
15:00 – 17:00 Uhr	Programntag (siehe bitte Rückseite)

**In unserer Einrichtung sind die 3G Corona
Verordnung Richtlinien einzuhalten!
Geimpfte! Genesene! Getestete!
Bitte tragen Sie beim betreten eine Medizinische
Maske ,halten sie 1,5m Abstand.**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

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
14:00 – 17:00 Uhr	Seniorenbildung (ZIS)
15:00 – 17:00 Uhr	Senioren Sozialberatung (ZIS)
18:00 – 21:00 Uhr	Karneval Verein Rot-Weiß Bremen

Donnerstag

8:30 – 13:00 Uhr	Integrationskurs Paritätisches Bildungswerk
15:00 – 17:00 Uhr	Frauengruppe Ü60 Programntag (siehe Rückseite)

Freitag

2x im Monat	Jeden 2. Und 4. Freitag im Monat Tanzen (ASB), nur mit Anmeldung
14:00 - 17:00 Uhr	Frauengruppe (ZIS)
19:00 - 21:00 Uhr	Selbsthilfegruppe GGS „Gemeinsam gegen Sucht“ Anmeldung Mittwoch und Donnerstag <u>Herr Kinsky 015203460504</u>