

Nachbarschaftstreff am Siek im „Schweizer Viertel“

Am Siek 43

28325 Bremen

Telefon: (0421) 420750

AktiveMenschenAmSiek@web.de

Bürozeiten: Dienstag 14:00 - 18:00 Uhr

Donnerstag 14:00 - 18:00 Uhr

Leitung: Marina Neves da Silva und Ümmühan Cogan



Aktive Menschen Bremen e.V.

Veranstaltungen im Januar 2022

Dienstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

- | | |
|------------|--|
| 11. Januar | „Neujahrsempfang 2022“ |
| 18. Januar | Spiele Nachmittag „Bingo“ |
| 25. Januar | Orientierungskurs Pflegekurs „EDERA“ Thema „Demenz“ Dozentin Ayşe Özalp |



Änderungen bleiben vorbehalten gefördert durch

Die Senatorin für Soziales,
Jugend, Frauen, Integration
und Sport



Freie
Hansestadt
Bremen

Donnerstag

Ü60 Frauen Gruppe mit Migrationshintergrund

- | | |
|------------|---|
| 06. Januar | Pflegekurs „EDERA“ |
| 13. Januar | á 3 Kurse Thema „Schlaganfall“ |
| 20. Januar | (türkischsprachig) 15:30-18:00 Uhr Dozentin: Ayse Özalp |
| 27. Januar | offener Gesprächskreis |



**In unserer Einrichtung sind die 2G Corona Verordnung Richtlinien einzuhalten: Geimpfte! Genesene!
Bitte tragen Sie beim betreten eine Medizinische Maske, halten sie bitte 1,5m Abstand.**

Gruppen und Kurse

Gruppen und Kurse

Montag

| | |
|-------------------|--|
| 11:00 – 14:00 Uhr | Frauengruppe (ZIS) |
| 15:30 – 17:00 Uhr | Folkloretanz international Leitung: Frau Dietz (Durch Corona momentan nicht möglich) |
| 15:00 – 18:00 Uhr | Hausaufgabenhilfe (ZIS) |

Dienstag

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



Unser Räume sind Barriere frei

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

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 15:00 – 18:00 Uhr | Seniorenbildung (ZIS) Hausgabenhilfe (ZIS) |
| 18:00 – 21:00 Uhr | Karneval Verein Rot-Weiß Bremen |

Donnerstag

| | |
|-------------------|---|
| 8:30 – 13:00 Uhr | Integrationskurs Paritätisches Bildungswerk |
| 15:00 – 18:00 Uhr | Frauengruppe Ü60 Programntag (siehe Rückseite) |
| 18:00 - 20:00 Uhr | Frauen Chor (ZIS) |

Freitag

| | |
|--------------------------|---|
| 2x im Monat | Jeden 2. Und 4. Freitag im Monat Tanzen (ASB), nur mit Anmeldung |
| 8:30 -13:00 Uhr | Integrationskurs Paritätisches Bildungswerk |
| 14:00 - 17:00 Uhr | Frauengruppe (ZIS) |
| 19:00 - 21:00 Uhr | Selbsthilfegruppe GGS „Gemeinsam gegen Sucht“ Anmeldung Mittwoch und Donnerstag Herr Kinsky 015203460504 |