

Donnerstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

Ü60 Frauen Gruppe mit Migrationshintergrund

Ab 15:00 Uhr

07.07 Spiele Nachmittag

14.07 Gesprächskreis

Änderungen bleiben vorbehalten



AMeB Nachbarschaftstreff **Am Siek im „Schweizer Viertel“**

Am Siek 43
28325 Bremen
Telefon: (0421) 420750
AktiveMenschenAmSiek@web.de

Bürozeiten: Dienstag 14:00 - 17:00 Uhr
Donnerstag 14:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Marina Neves da Silva und Ümmühan Cogan



Aktive Menschen Bremen e.V.

Veranstaltungen im Juli/August 2022

Dienstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

05.07. Spiele Nachmittag

10.07. (Sonntag um 15:00 Uhr Kulturveranstaltung mit Martin Koroscha) Duo Milou – Vielseitige Musik

16.07. Samstag um 15:00 Uhr Kulturveranstaltung mit dem Schulschiff Deutschlandchor – maritime Klänge im Sommer

12.07. Bingo

19. + 26.07. kein Programmtag

02.08. Spielenachmittag

09.08. Gedächtnistraining (Stadt, Land, Fluss)

16.08. Bingo (mitspielen und gewinnen)

23.08. Filmnachmittag

30.08. Spielenachmittag

Gruppen und Kurse

Montag

11:00 – 15:00 Uhr Frauengruppe (ZIS)
Anschließend Malgruppe

17:30 – 19:00 Uhr PC – Kurs Martinsclub

Dienstag

08:30 -13:00 Uhr Integrationskurs Paritätisches
Bildungswerk

15:00-17:00 Uhr Hausaufgaben Hilfe (ZIS)

15:00-17:00

Dienstag Programmtag
(siehe bitte Rückseite)

**In unserer Einrichtung sind Corona Verordnung Richtlinien
die 2G sowie Booster 3x geimpft, einzuhalten!**

**Bitte tragen, Sie beim Betreten eine FFP2 Maske,
halten sie bitte 1,5m Abstand!**

Unser großer Raum ist Barriere frei!

**Wir freuen Uns auf Ihren Besuch
Ihr AMeB Team**

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)

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
Programmtag (siehe Rückseite)

15.00-17:00

Mal Gruppe Jugend (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

15:00-18:00

Frauengruppe (ZIS)

19:00 - 21:00 Uhr

**Selbsthilfegruppe GGS
„Gemeinsam gegen Sucht“
Anmeldung Mittwoch und Donnerstag
Herr Kinsky 015203460504**