

Aktive Menschen Bremen e.V.  
Begegnungszentrum plus  
Woltmershausen  
Woltmershauser Str. 310  
28197 Bremen

Tel. (0421) - 54 62 70 (AB)

Email: [bgst-woltmershausen@web.de](mailto:bgst-woltmershausen@web.de)

Leitung:  
Nina Köster

Öffnungszeiten:  
Montag bis Freitag

Sprechzeiten:  
Mittwoch : 13.30-15.30 Uhr  
Freitag : 15.00-16.00 Uhr

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

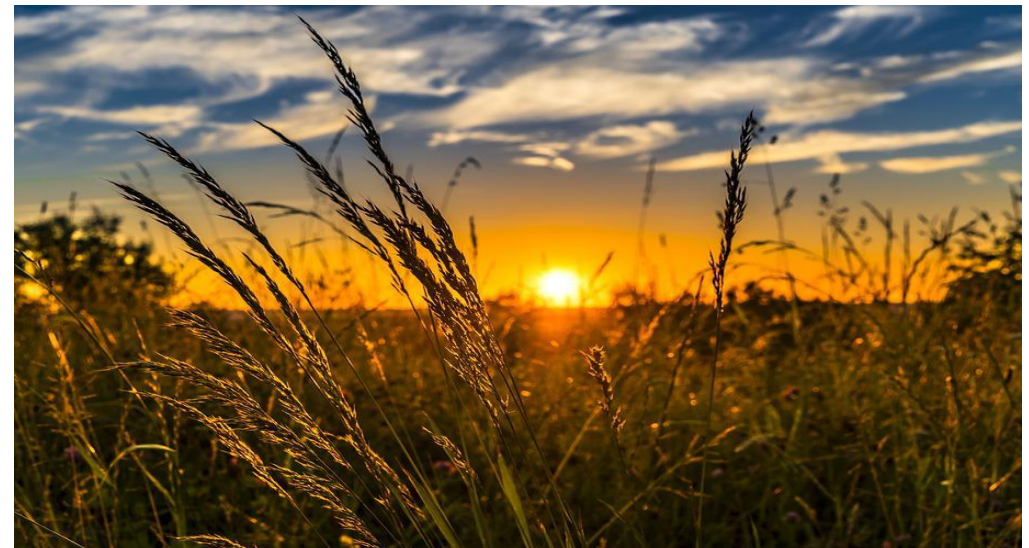
Korporatives Mitglied der AWO 

Es gilt die 3G-Regel



Aktive Menschen Bremen e.V.  
Begegnungszentrum *plus*  
Woltmershausen

Bild: /www.bing.com



Juli 2022

## Gruppen und Kurse

### Montag

14:30 –15:15 Uhr      **Sitzgymnastik** Ltg. Petra Kulpa

### Dienstag

18.00-19.30 Uhr      **Mach mit bleib fit:** Ltg. Claudia Steiner

### Mittwoch

09.15 – 10.45 Uhr      **Frauengymnastik 70plus** Ltg. Tatjana Ristau

13.30 – 16.00 Uhr      **Musikunterricht**

### Donnerstag

10.00 – 12.00 Uhr      **Sprachcafe „Pusdorf schnackt“** Edith  
Wangenheim/Seham Alasaad

15.00 - 17.00 Uhr      **Musikunterricht**

15.00 - 16.30 Uhr      **Deutschkurs** Ltg. Petra Kaehler

16.00 - 18.00 Uhr      **Sozialer Arbeitskreis Ältere Menschen**  
(Jeden ersten Donnerstag im Monat)

### Freitag

09.15 – 10.00 Uhr      **Rund um den Rücken** Ltg.:Frau Ammon

## Veranstaltungen

### Di. 12.07.2022

15.00 Uhr

### **Bingo**

Vorher gemütlich bei Kaffee und Keksen  
plaudern  
(jeden 2ten Di. im Monat)

### Fr. 00.00.00

10.00 Uhr

### **Frühstückstreff**

findet wieder im August statt

### Di. 19.07.2022

14.00 -17.00Uhr

### **Busfahrt durch Woltmershausen**

um die neusten Entwicklungen in  
Woltmershausen zu erkunden  
in Begleitung mit Edith Wangenheim  
Unkostenbeitrag 13,00€  
-mit Anmeldung-

### Di. 26.07.2022

15.00 Uhr

### **Sommerfest**

Mit Grillen, dazu Salate  
und Musik mit Friedo Halberstadt  
Unkostenbeitrag 6,50€  
-mit Anmeldung-

**Es gilt die 3G-Regel**