

Donnerstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

Frauen Gruppe mit Migrationshintergrund

- 01.12.2022 Dezember, Bastel-Nachmittag
08.12.2022 Waffeln backen
15.12.2022 Gesprächskreis „Fit durch die Wintermonate“
22.12.2022 Gesprächskreis „neue Vorsätze 2023“
29.12.2022 Jahresausklang

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 Dezember 2022

Dienstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

06.12. Spielenachmittag mit verschiedenen Gesellschaftsspielen

13.12. Bingo Nachmittag

17.12. Samstag Kleinkunst Abend mit Hans Martin 19:30 Uhr

20.12. Weihnachtsfeier

26.12. Weihnachten Gemeinsam

Anmeldung erbeten unter Frau da Silva Tel: 0174/9103472 ab 15:00 Uhr mit Kaffee und Kuchen, unterstützt durch die Anneliese-Loose-Hartke-Stiftung.

Gruppen und Kurse

Montag

11:00 – 15:00 Uhr Frauengruppe Senioren (ZIS)
13:00 – 15:00 Uhr Malgruppe Seniorinnen (ZIS)
15:00 – 17:00 Uhr Hausaufgabenhilfe (ZIS)
17:30 – 19:00 Uhr PC – Kurs Martinsclub

Dienstag

08:30 -13:00 Uhr Integrationskurs Paritätisches Bildungswerk

15:00-17:00 Uhr Hausaufgaben Hilfe 1-5 Klasse (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

Frohe Weihnachten und ein gesundes neues Jahr

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

15.00-18:00 Kreativkurs Mädchen/Jungen
von 10 – 15 Jahre

18:00 20:00 Kreativ im Nachbarschaftstreff am Siek für Senioren mit Kindern und Jugendliche

17:30 – 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)**

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
ZIS Frauen Chor**

Sonntag 17:00-20:00 Uhr