

Donnerstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

Frauen Gruppe mit Migrationshintergrund

- 02.02.2023 „Gesprächskreis -Kultur, Bräuche, Sitten“
09.02.2023 „Spiele Nachmittag“
16.02.2023 „Gesunde Gewürze“
23.02.2023 „wärmende Eintöpfe aus aller Welt“

Änderungen bleiben vorbehalten



Aktive Menschen Bremen e.V.

Veranstaltungen im Februar 2023

Dienstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

- 07.02.2023 „Spiele Nachmittag“
14.02.2023 “Bingo”
21.02.2023 „Grünkohlessen“ 13:00 Uhr
28.02.2023 „Stadt-Land-Fluss“

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

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 – 20:00 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**

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	Malkurs mit Kindern ZIS
18:00-20:00	Kreativ Gruppe für alt und jung AMeB
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

Sonntag: 17:00-20:00

Frauen Chor ZIS