

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

Veranstaltungen im April 2023

Dienstagsprogramm immer ab 15:00 Uhr

- 04. April Susi Magic verzaubert uns
- 11. April Spielenachmittag
- 18. April Bingo, mitspielen und gewinnen
- 25. April Gedächtnistraining – Stadt/Land/Fluss

28.04.ab 10:00 Uhr Frühstück

Änderungen bleiben vorbehalten

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



Aktive Menschen Bremen e.V.

Donnerstag

Ü60 Frauen Gruppe mit Migrationshintergrund

ab 15:00 Uhr

- 06.04. Gedächtnistraining
- 13.04. Gesprächskreis - fit durch den Ramadan
- 20.04. Gesprächskreis – andere Feste andere Kultur
- 27.04. Spielenachmittag

Gruppen und Kurse

Montag

11:00 - 12:00 Uhr	Gymnastik i. Richtung Bewegungstherapie Leitung: Frau Vogelsang
11:00 – 14:00 Uhr	Frauengruppe (ZIS)
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 Programmtag (siehe bitte Rückseite)

Unser Räume sind Barriere frei

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

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)
15:00 – 18:00 Uhr	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 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
14:00 - 17:00 Uhr	Frauengruppe (ZIS)
19:00 - 21:00 Uhr	Selbsthilfegruppe GGS „Gemeinsam gegen Sucht“ Anmeldung Mittwoch und Donnerstag Herr Kinsky 015203460504 tamilischer Unterricht Frauenchor ZIS

**Sonntag: 10:00-12:00
17:00-20:00**