

# Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB)

## Begegnungszentrum Grambke

Grönlandstr.8  
28719 Bremen

Tel.: 0421 – 64 17 16

E-Mail: [bgst-grambke@web.de](mailto:bgst-grambke@web.de)  
[www.aktive-menschen-bremen.de](http://www.aktive-menschen-bremen.de)

### Leitung:

Joyce Krijger

### Öffnungszeiten:

Mo-Fr. siehe Gruppen, Kurse und Veranstaltungen

### Bürozeiten:

Mo.10.00 -11.00 Uhr und Mi.: 15.00 - 17.00 Uhr



Das Begegnungszentrum Grambke ist barrierefrei  
Die Toiletten sind für Rollstuhlfahrer nicht zugänglich

Wir sind Kooperationspartner der



**Die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport fördert das  
Begegnungszentrum Grambke  
Vielen Dank!**

Foto: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)



*Aktive Menschen Bremen e.V.*

## Begegnungszentrum Grambke „Luise Morgenthal“



**APRIL 2023**

## Gruppen und Kurse

### Montag

10.00 -11.00 Uhr

**Sitz-Gymnastik**

14.00 -19.00 Uhr

**Offener Treff /Spielenachmittag  
Schauen Sie vorbei**

### Dienstag

15.00 - 19.00 Uhr

**Musikunterricht Kinder/Erwachsene**

### Mittwoch

9.00 -10.00 Uhr

**Gymnastik in der „Kulle“ in Lesum**

10.00 -12.00 Uhr

**Aquarellmalerei**

15.00 - 18.00 Uhr

**Programntag  
Handy-und Computerhilfe für Senioren!  
Nur nach Anmeldung!**

19.00 -21.00 Uhr

**Malgruppe**

### Donnerstag

10.00 - 11.30 Uhr

**Brush up your english!**

17.00 - 19.00 Uhr

**Weser-Ukelisten**

### Freitag

10.00 -13.00 Uhr

**Frühstücksrunde türkischer Frauen  
Gäste willkommen**

15.15 - 18.00 Uhr

**Klavierunterricht Kinder/Erwachsene**

## Veranstaltungen im April

**Mittwoch 05.04.**

**Klönsschnack**

15.00 -18.00 Uhr

Kaffee,Tee und Waffeln mit heißen Kirschen und Sahne! Einfach genießen!

15.00 - 18.00 Uhr

**Handy-und Computerhilfe für Senioren**  
Bitte melden Sie sich an!

**Mittwoch 12.04.**

15.00 - 18.00 Uhr

**Das blühende Wunder der Westküste Südafrikas**

Lichtbildervortrag von Uta Mann über die Geschichte dieses Landes und wunderbare Erlebnisse im Krüger Nationalpark

15.00 - 18.00 Uhr

**Handy-und Computerhilfe für Senioren**  
Bitte melden Sie sich an!

**Mittwoch 19.04.**

15.00 -18.00 Uhr

**Hilfe kommt automatisch**

Wie funktioniert der Hausnotruf? Was kostet ein Hausnotrufsystem? Präsentation des Hausnotrufes des ASB wie im Notfall schnelle und professionelle Sofort-Hilfe auf Knopfdruck geboten wird.

15.00 - 18.00 Uhr

**Handy-und Computerhilfe für Senioren**  
Bitte melden Sie sich an!

**Mittwoch 26.04.**

15.00 -18.00 Uhr

**Der rote Faden für den Ruhestand**

AWO Projektvorstellung und Diskussion mit Lukas Matzer über soziale Leistungen im Alter, Beratungsangebote, kostengünstige Bildungs- und Kulturangebote

15.00 - 18.00 Uhr

**Handy-und Computerhilfe für Senioren**  
Bitte melden Sie sich an!

**Montag 24.04.**

19.00 Uhr

**75. Bürgerschnack**

für Burg, Grambke, das Werderland und umzu