

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

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

Email: 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 



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

Bild: <https://pixabay.com/>



Juli 2023

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
14:30 – 16:00 Uhr **Computerkurs** Ltg. Herr Kooke (bei Bedarf)
16:30 – 18:00 Uhr **Computerkurs** Ltg. Herr Kooke (bei Bedarf)

Mittwoch

09:15 – 10:45 Uhr **Frauengymnastik 70plus** Ltg. Tatjana Ristau
14.15 – 17:45 Uhr **Musikunterricht**
14:30 – 16:00 Uhr **Computerkurs** Ltg. Herr Kooke (bei Bedarf)
16:30 – 18:00 Uhr **Computerkurs** Ltg. Herr Kooke (bei Bedarf)

Donnerstag

10.00 – 12.00 Uhr **Sprachcafe „Pusdorf schnackt“**
Edith Wangenheim/Seham Alasaad
15.00 - 17.00 Uhr **Musikunterricht**
16.00 - 18.00 Uhr **Sozialer Arbeitskreis Ältere Menschen** (Jeden
ersten Donnerstag im Monat)

Freitag

Rund um den Rücken pausiert
Termine noch unbekannt

Veranstaltungen



Di.04.07.23

15.00 Uhr

Spielenachmittag

Eselspiel bis Mensch ärgere dich nicht,
Kartenspielen, je nach Wunsch, gemütlich bei
Kaffee/Tee

Di.11.07.2023

15:00 Uhr

Schulschiff-Deutschlandchor

gesungen werden Shanties und maritime
Seemannslieder. Für Kaffee satt und Kuchen
5,00€
mit Anmeldung

Fr.14.07.2023

10:00 Uhr

Frühstückstreff

vielfältiges Angebot, Kaffee/Tee satt, 8,00€
(jeden 2ten Fr. im Monat)
mit Anmeldung

Di.18.07.2023

15.00 Uhr

Bingo das Spiel

Vorher gemütlich bei Kaffee und Keksen
plaudern

Di.25.07.2023

15.30 Uhr

Disco/Party mit Kurt Eblinger

für Schnacks und Getränke wird gesorgt inkl.
Begrüßungssekt. Kostenbeitrag 6,00€.
Alkoholische Getränke extra für einen kl.
Preis. **Für Männer kein Kostenbeitrag**
mit Anmeldung