

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

Veranstaltungen im Dezember

Nachbarschaftstreff am Siek im „Schweizer Viertel“ Donnerstag ab 15:00 Uhr

28325 Bremen
05.12. Gesprächskreis „Nikolaus“ in Kulturen
Telefon: (0421) 420750

AktiveMenschenAmSiek@web.de

Bürozeiten: Dienstag 14:00 - 17:00 Uhr
12.12. Fit durch den Winter „Was kann ich tun“
Donnerstag 14:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Marina Neves da Silva und Ümmühan Cogan

19

Veranstaltungen im November 2024

26.12. Weihnachten auf Türkisch Donnerstag ab 15:00 Uhr

07.11. Gesprächskreis „Wie ist mein Herbstoutfit 2024“

gefördert durch

14.11. Herbstsaison Modemobile mit Christina Lomberg
Die Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration

21.11. Gesprächskreis „Herbstgetränke Fit und Gesund“

28.11. Gedächtnistraining



Dezember 2024



Aktive Menschen



Dienstag ab

03.12. „Jonny Glut“ mit schrägen Seemannsliedern zum Mitsingen und mitschunkeln

November 2024

10.12. „Uli 2. Generation“ Wohnungen für Rüstungsarbeiter (Teilung) für Focke-Wulf von 1936 bis 1939
Diplom, Fachautor für neuere Siedlungs-
unc



17.12. Aktive Menschen Bremen e.V.

Samstag, 07.12.2024 – 15:00 Uhr

Dienstag ab 15:00 Uhr
mit Michael Stumper, vierfacher Live-Musikprogramm.
zum Tanzen, mitsingen oder nur zuhören

05.11. Spielenachmittag
Wir wünschen Ihnen frohe Weihnachten und einen guten Rutsch ins neue Jahr!

12.11. „Bingo“ mitspielen und gewinnen

Ihr AMeB Team

19.11. Schlagernachmittag mit Michael Stumper

26.11. Gedächtnistraining



win Wohnen in Nachbarschaften



Gruppen und Kurse

Montag

11:00 – 14:00 Uhr Frauengruppe Seniorinnen (ZIS)
14:30 – 16:30 Uhr Malgruppe Seniorinnen (ZIS)
14:00 – 18:00 Uhr Hausaufgabenhilfe (ZIS)

18:00-20:00 Uhr PC-Kurs Martinsclub

Dienstag

08:30 -13:00 Uhr Integrationskurs Paritätisches Bildungswerk

15:00-17:00 Uhr Dienstag Programmtag (siehe bitte Rückseite)

17:30-20:00 Uhr 2. mal im Monat Lebenshilfe

Unsere 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**

14:30 – 18:30 Uhr

Kreativkurs Mädchen/Jungen
von 10 – 15 Jahre (ZIS)

18:30– 20:00 Uhr

AMEB Kreativ Gruppe Alt und Jung

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

17:00- 18.00Uhr

Jeden 2. Und 4. Freitag im Monat Tanzen
(ASB), nur mit Anmeldung

8:30 - 13:00 Uhr

Integrationskurs Paritätisches
Bildungswerk

15:00-18:00 Uhr

Frauengruppe (ZIS)

Samstag 10:00 -14:00

tamilischer Unterricht

Sonntag 15:00-18:00 Uhr

Kinderchor ZiS

18:00-21:00 Uhr

Frauenchor ZiS