

# Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB)

## Helga-Jansen-Haus

An der Schüttenreihe 8  
28259 Bremen  
Tel: 0421 - 58 33 75  
E-Mail: bgst-huchting1@web.de  
www.aktive-menschen-bremen.de  
**Leitung: Rolf Bunger**

**Öffnungszeiten:**  
Montag bis Freitag: 13.30 -17.00 Uhr  
Jeden Dienstag: 14.30 -17.00 Uhr / Programm

**Bürozeiten:**  
Dienstag: 13.00 Uhr - 17.00 Uhr  
Mittwoch: 13.00 Uhr - 17.00 Uhr  
Donnerstag: 13.00 Uhr - 17.00 Uhr

### Seniorenberatung:

Beratung des Dienstleistungszentrums Huchting (DLZ):  
Am Mittwoch direkt nach der Frauen-Frühstücksrunde (siehe Programm) von  
ca. 11.00-12.00 Uhr

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



<https://www.facebook.com/ameb.helgajansenhaus>

**Café Vielfalt**  
Im Helga-Jansen-Haus

Die regelmäßigen Öffnungszeiten lauten:  
**montags bis freitags von 14.00 bis 17:00 Uhr.**  
Kaffee, Tee, Kaltgetränke und Kuchen nach  
Angebot.

*Zu speziellen Veranstaltungen im Café Vielfalt erscheint ein Extrablatt.*



Das Helga-Jansen-Haus ist barrierefrei.  
Bitte einen Mitarbeiter über die Klingel rechts  
neben dem Lift rufen.



Aktive Menschen Bremen e.V.

## Januar 2025



Helga-Jansen-Haus  
Begegnungszentrum Huchting

**Montag**

14:00 -17:00 Uhr  
 14.30 -17.00 Uhr  
 14.00 – 16.00 Uhr

Kartenspiele  
 Helgas Skat-Club

**Dienstag**

11.30 - 13.00 Uhr

Besucherrat am 07.01.2025, 11.30 Uhr  
 Offen für alle, die das Programm  
 mitbestimmen wollen.

14:30 - 17:00 Uhr

Programmtag (siehe Veranstaltungen)

**Mittwoch**

14:00 - 17:00 Uhr

Kartenspiele, Rummikub

**Donnerstag**

10.00 Uhr - 11.00 Uhr  
 11.00 Uhr - 12.00 Uhr

Fitness für Senioren  
 mit Susanne Polzin-Klünder

**Freitag**

10.00 -12.00 Uhr  
 13:30 -17:00 Uhr  
 14:00 – 16:00 Uhr

Tischtennis  
 Kartenspiele: Canasta, Rommé  
 Handysprechstunde mit Mike

**TV-Fußball-Club** – Fußball kritisch sehen:

Alle Samstagsbundesligaspiele von **Werder Bremen** auf  
 Großbildleinwand.



**Zu allen Veranstaltungen ist, wenn nicht anders  
 angegeben, der Eintritt frei. Ein Kaffeegedeck wird günstig  
 angeboten.**

Korporatives Mitglied der AWO

**Dienstag, 07.01.2025, 14.30 Uhr | Spielenachmittag**

Wii-Spiele am Fernsehschirm. Vergnügliche Bewegungsspiele  
 zum Jahresbeginn.

**Mittwoch, 08.01.2025, 09.30 Uhr | Frauenfrühstück**

Mit einem interessanten Gast  
 Kostenbeitrag 9,00 €.  
 Anmeldungen bitte bis zum 06.01.2025.

**Donnerstag, 09.01.2025, 14.30 Uhr | freies Singen**

Aus Freude Am Singen

**Dienstag, 14.01.2025, 14.30 Uhr | Filmnachmittag**

Den Titel des Films geben wir kurzfristig bekannt.

**Donnerstag, 16.01.2025, 14.30 Uhr | Tanz-Tee im BUS**

Wir laden herzlich ein zum Neujahrstanz.  
 Martin Danne sorgt für flotte Tanzmusik. Kostenbeitrag 9 €

**Freitag, 17.01.2025, 09.30 Uhr | Männerfrühstück**

Mit einem interessanten Gast.  
 Kostenbeitrag 9,00 €. Anmeldungen bis 15.01.2025

**Dienstag, 21.01.2025, 14.30 Uhr | Bingo**

Das beliebte Ratespiel

**Mittwoch, 22.01.2025, 09.30 Uhr | Neujahrsfrühstück**

Gemeinsames Männer- und Frauenfrühstück. Wir nehmen Wünsche für das  
 AMeB-Programm entgegen und geben einen Ausblick auf 2025.  
 Anmeldungen bis 20.01.2025. Kostenbeitrag 9,00 €

**Freitag, 24.01.2025, 14.30 Uhr | freies Singen**

Aus Freude Am Singen

**Dienstag, 28.01.2025, 14.30 Uhr | Quiznachmittag**

Schlager- und Märchenquiz mit Margret Rink.  
 Wer weiß denn das noch? Dazu Kaffee und Kuchen.  
 Kostenbeitrag 4,00 €.

Anmeldungen unter 0421– 58 33 75 oder an [bgst-huchting1@web.de](mailto:bgst-huchting1@web.de)

