

Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB)

Begegnungszentrum Grambke

Grönlandstr.8
28719 Bremen

Tel.: 0421 – 64 17 16

E-Mail: bgst-grambke@web.de
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



Das Begegnungszentrum Grambke wird gefördert durch:



Die Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration

Foto: www.pixabay.com



Aktive Menschen Bremen e.V.

Begegnungszentrum Grambke „Luise Morgenthal“



APRIL 2025

Frohe Ostern !

Gruppen und Kurse

Montag

10.00 -11.00 Uhr **Senioren-gymnastik - mach mit, bleib fit!**

14.00 -19.00 Uhr **Offener Treff /Spielenachmittag**
Schauen Sie vorbei

Dienstag

10.00 - 11.30 Uhr **„Digital im Alter“ bietet kostenfreie**
Tablet-Schulung an
ab 4. März (8 Termine)
Anmeldung zur nächsten Schulung telefonisch
oder per e-mail

Mittwoch

9.30 -10.30 Uhr **Gymnastik in der „Kulle“ in Lesum**

10.00 -12.00 Uhr **Aquarellmalerei**

15.00 - 18.00 Uhr **Programmtag**
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-Ukulisten**

Freitag

10.00 -13.00 Uhr **Frühstücksrunde türkischer Frauen**
Termin siehe Aushang im BGZ

Veranstaltungen im April

Mittwoch 02.04. Klönschnack
15.00 - 18.00 Uhr bei Kaffee, Tee und Kuchen

15.00 - 18.00 Uhr **Handy-und Computerhilfe für Senioren**
Bitte melden Sie sich an!

Mittwoch 09.04. Gesund altern! Was können wir tun um möglichst
selbständig zu Hause leben zu können?
15.00 - 18.00 Uhr Dipl. Gerontologe Jürgen Weemeyer von vacances, Mobiler Sozial -
und Pflegedienst informiert

15.00 - 18.00 Uhr **Handy-und Computerhilfe für Senioren**
Bitte melden Sie sich an!

Mittwoch 16.04. Bingo
15.00 - 18.00 Uhr mitmachen und gewinnen!

15.00 - 18.00 Uhr **Handy-und Computerhilfe für Senioren**
Bitte melden Sie sich an!

Mittwoch 23.04. Klönschnack
15.00 - 18.00 Uhr Heute werden Waffeln gebacken!
Mit heißen Kirschen und Sahne oder mit Puderzucker,
wie das duftet und schmeckt!

15.00 - 18.00 Uhr **Handy-und Computerhilfe für Senioren**
Bitte melden Sie sich an!

Mittwoch 30.04. Spielenachmittag
15.00 - 18.00 Uhr Gesellschaftsspiele zum mitmachen:
Mensch ärgere Dich nicht, Rummikub, oder SkipBo usw.

15.00 - 18.00 Uhr **Handy-und Computerhilfe für Senioren**
Bitte melden Sie sich an!

Montag 28.04. 88. Bürgerschnack
19.00 Uhr für Burg, Grambke, das Werderland und umzu