



Gefördert durch:



Die Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration

Aug. – Sept. 2026

WOCHENPLAN FÜR JEDEN STANDORT

	ZENTRUM PLUS, Christernstraße 18a	TREFF, Sebaldsbrücker Heerstrasse 52	TREFF, Forbacher Straße 21
Montag	09:00 – 10:30 Offener Frühstückstreff 09:30 – 11:00 Sprechzeit K. Schüdde 14:45 – 15:30 Arthrosesport mit Frau Mezger 15:45 – 16:30 Gymnastik mit Frau Mezger 15:30 – 17:00 Literaturkreis am 1. Montag im Monat 19:00 – 21:00 Frauengruppe f. türkeistämmige Frauen	10:30 – 11:30 Singen mit Sabine Buchholz-Gnadler 12:00 MontagSuppe Wieder ab 17.08., nur mit Anmeldung. 17:00 – 18:30 Yoga mit Sandra Rust Info und Anmeldung unter Tel. 0172 7208680	17:30 – 19:00 Spieleabend mit Barbara Matzick am 17.08. und 21.09.
Dienstag	09:30 – 11:00 Info-Café 13:45 – 15:15 ErlebniSTanz mit Karin Schüdde Wieder ab 18.08. 14:00 – 17:00 (im Sommer 15:00 – 18:00) Seniorinnengruppe f. türkeistämmige Frauen 17:00 – 19:00 Tiffanygruppe mit Anni Schwardt	14:30 – 17:30 Kartenkreis: Skat, Rummikub, Canasta, Nicht am 11.08.! 16:30 – 18:00 Sprechzeit K. Schüdde, Tel. 0157 39323459	18:00 Skatrunde
Mittwoch	10:00 – 12:00 Offener Handytreff mit Günther Meyer 10:00 – 11:00 Walking-Gruppe, Treffpunkt Bultstraße 7 17:30 – 19:30 Demenzbotschafter*innentreffen am dritten Mittwoch im Monat	09:30 – 12:30 Malkreis mit Monika Höchtl. Nicht am 12.08.! 12:15 – 13:15 und 13:30 – 14:30 Qi Gong mit Beate v. Schwarzkopf Anmeldung: ASB Tagesstätte Tel.: 98 972 680 14:30 – 17:00 Gemeindenachmittag mit P. Gansz-Ehrhorn und Evi Ostermann	09:30 – 10:30 Tanzen im Sitzen mit Uschi Krüger
Donnerstag	9:00 – 10:30 Kreativ- und Kaffeetreff 10:00 – 12:00 Offener Handytreff mit Karla Gerber 15:00 – 17:00 Spielrunden nach Vereinbarung 18:00 – 19:30 Englisch Konversationskurs mit Petra Brunckhorst 18:30 – 20:15 Kundalini-Yoga mit Uwe Salzmann	10:00 – 11:30 Plattdeutschrunde am letzten Donnerstag im Monat	09:30 – 11:00 Frühstück am 20.08. und 17.09. Nur mit Anmeldung 18:00 Einfach singen – Singen für alle! mit Johannes Grundhoff am 13.08. und 10.09.
Freitag	18:30 – 20:30 Freie Tanz- und Singgruppe Anatolisches Bildungs- und Beratungszentrum 9:30 – 11:00 Frühstück für pflegende Angehörige im MOBILE, Hinter den Ellern 1a, 2. u. 4. Freitag	15:00 – 17:30 Spielenachmittag mit Gisela Schröder	15:00 – 16:30 Café Guter Hirte Im August nicht am 07.08. und 21.08., im September nicht am 18.09. Kaffee, Kuchen und Klönschnack und Sprechzeit K. Schüdde, Tel. 0157 39323459

ZENTRUM PLUS,
Christenstraße 18a

TREFF,
Sebaldsbrücker Heerstrasse 52

TREFF,
Forbacher Straße 21

AUSFLÜGE, FREIZEITEN , etc.

Donnerstag, 3. September
9:30 -11:00 Uhr

Unser Kreativtreff und der NABU Bremen laden zu einem **Workshop** ein:
Ob nicht mehr tragbare Kleidungsstücke oder Stoffreste - sie liefern das Material für

Patchworktaschen
unterschiedlichster Größe. Vielleicht müssen nur Geldbörse und Handy hineinpassen, vielleicht aber auch die Sportsachen oder der Einkauf. Die Größe ist frei wählbar und das Design kann kreativ gewählt werden. In diesem Workshop nähen wir gemeinsam und helfen uns gegenseitig.

Donnerstag, 24. September
15:00 – 18:00 Uhr

Mit dem Demenzparcours von „**Hands-On-Dementia**“ erleben Sie, wie es ist, wenn Sie einfache Handlungen nicht mehr umsetzen können. Für besseres Verständnis von Demenzerkrankten.

(Nachholtermin für 2. Juli):

Donnerstag, 17. September
15:00 Uhr
Konzert mit
Hillers Nostalgie Ensemble
Eintritt frei, wir bitten um **4,00 €** für Kaffee und Kuchen



Interessant im Stadtteil:

Am 5. und 6. September findet die
Hemeling Vielfalt (HeVie)
im Tamra-Hemelingen-Park statt.

Keine besonderen Veranstaltungen an diesem Standort.

Sonntag, 23. August
11:00 Uhr

Wir besuchen gemeinsam den
Hemeling Bürgerbrunch.
Kosten: **5,00 €** und alle bringen nach Absprache etwas für das Frühstück und die Deko mit.

Achten Sie auf Handzettel zu **Theaterfahrten** und **Entdeckertouren**.

Die Seniorenreise 28.09. bis 04.10. ist ausgebucht.

AKTUELLES

Interessant in Bremen:

Vom **14. bis 18. September** gibt es eine
Aktionswoche
aller Bremer Begegnungszentren und -treffs.
Achten Sie auf die Publikationen dazu.

Zu allen Veranstaltungen an allen Standorten bitten wir um Anmeldung!

Diesen Flyer können Sie gern regelmäßig per E-Mail erhalten!
Einfach eine Nachricht an
karin.schuedde@kirche-bremen.de senden.

Die Brücke
Ihre Begegnungszentren
für alle älteren Menschen
im Bremer Osten



Ihre Ansprechpartnerin:
Karin Schüdde

Telefon 0421/45 11 16
karin.schuedde@kirche-bremen.de

Bankverbindung
Evangelische Brückengemeinde Bremen
IBAN: DE25 2905 0101 0001 0533 96

Alle Angebote sind offen für neue Teilnehmer!
Besuchen Sie uns!
Auch wenn die Gruppen und Veranstaltungen nicht in »Ihrem« Haus stattfinden oder wenn Sie »umzu« wohnen, sind Sie herzlich eingeladen!

