

DIE BRÜCKE

IHRE BEGEGNUNGSZENTREN FÜR ÄLTERE MENSCHEN IM BREMER OSTEN

ZENTRUM PLUS
Christernstraße 18a

TREFF
Sebaldsbrücker Heerstr. 52

TREFF
Forbacher Straße 18

Gefördert durch:



April – Mai 2022

**Dieses Zweimonatsprogramm ist nur gültig,
wenn es die dann geltende Corona-Verordnung erlaubt.**

WOCHENPLAN FÜR JEDEN STANDORT

	ZENTRUM PLUS, Christernstraße 18a	TREFF, Sebaldsbrücker Heerstr. 52	TREFF, Forbacher Straße 18
Montag	<p>09:30 – 11:00 Offener Treff und Sprechzeit K. Schüdde</p> <p>14:45 – 15:30 Arthrosport mit Diana Monroy-Lopez</p> <p>15:45 - 16:30 Gymnastik mit Diana Monroy-Lopez</p> <p>15:00 – 16:30 Literaturkreis am 1. Montag im Monat</p> <p>19:00 – 20:00 NA – Selbsthilfegruppe (Drogenprobleme)</p>	<p>10:30 – 11:30 Singen mit Sabine Buchholz-Gnadler, momentan ausgesetzt</p> <p>12:00 MontagSuppe Nur mit Anmeldung</p> <p>16:30 – 18:00 Yoga mit Sandra Rust Info und Anmeldung unter Tel. 0172 7208680</p>	<p>19:30 – 21:00 Spieleabend mit Barbara Matzick am 25.4. und 16.5.</p>
Dienstag	<p>09:30 – 11:00 Info-Café</p> <p>13:45 – 15:15 ErlebnisTanz mit Karin Schüdde</p> <p>20:00 – 21:30 AA und Al-Anon Selbsthilfegruppe</p>	<p>10:30 – 11:30 Gedächtnistraining</p> <p>14:30 – 17:30 Kartenspiel: Skat, Rummikub, Canasta. Mit Gisela Behrens, Gisela Schröder und Inge Satthoff</p> <p>16:30 – 18:00 Sprechzeit K. Schüdde, Tel. 0157 39323459</p>	<p>18:00 Skatrunde</p>
Mittwoch	<p>10:00 – 12:00 Offener Handytreff mit Günther Meyer</p> <p>10:00 – 11:00 Walking-Gruppe, Treffpunkt Bultstraße 7</p> <p>17:30 – 19:30 Demenzbotschafter*innentreffen am 3. Mittwoch im Monat</p>	<p>09:30 – 12:30 Malkreis mit Monika Höchtl und Dietlinde Hilfers</p> <p>14:30 – 17:00 Gemeindenachmittag mit P. Gansz-Ehrhorn und Evi Ostermann</p>	<p>14:00 - 15:00 Tanzen im Sitzen mit Marita Schilling</p> <p>15:00 – 17:00 Seniorenkreis mit Pastor Sarod, Termine auf Nachfrage</p>
Donnerstag	<p>10:00 – 12:00 Offener Handytreff mit Karla Gerber</p> <p>15:00 – 17:00 Wechselnde Angebote; Kulturveranstaltungen oder Spielrunden nach Vereinbarung</p> <p>18:30 – 20:15 Kundalini-Yoga mit Uwe Salzmann</p>	<p>09:30 – 11:00 Frühstück am 1. Donnerstag im Monat Nur mit Anmeldung.</p> <p>10:00 – 11:30 Plattdeutschrunde am letzten Donnerstag im Monat</p> <p>12:00 - 13:00 Qi Gong, Leichte Bewegungsübungen mit Beate v. Schwarzkopf Info und Anmeldung unter ASB Tagesstätte Tel.: 98 972 680</p>	<p>09:30 – 11:00 Frühstück am 2. Donnerstag im Monat, nicht im April. Nur mit Anmeldung</p>
Freitag	<p>18:30 – 20:30 Türkisch-Bremischer Frauenchor</p>	<p>14:30 – 17:30 Spielenachmittag</p>	<p>(Freitag) 15:00 – 16:30 Café Guter Hirte Kaffee, Kuchen und Klönschnack und Sprechzeit K. Schüdde, Tel. 0157 39323459</p>

ZENTRUM PLUS, Christernstr. 18a

TREFF, Sebaldsbrücker Heerstr.52

TREFF, Forbacher Straße 18

AUSFLÜGE, FREIZEITEN , etc.

Donnerstag, 7. April
15:00 Uhr
 Frühlingsfest mit Tanz
 mit **Thomas Alex**
 Kosten: **4,00 €** für Kaffee und
 Kuchen



Dienstag, 19. April
ab 9:00 Uhr
 Projekttag für Jung und Alt
 „**Muss das weg?**“ Frühstück
 mit vegetarischen Aufstrichen,
 Mitmachausstellung zu
 plastikfreiem Bad/Küche,
14:30 Uhr Näh-Café mit dem
 NABU Bremen (Handytaschen
 aus Upcycling Material).

Mittwoch, 18. Mai
15:00 Uhr
 Vortrag mit Sabine Grupe,
 Bremer Heimstiftung:
 „**Marte Meo**“ – Umgang mit
 demenzerkrankten Menschen

Freitag, 6. Mai
10:00 Uhr
 Spaziergang über das NABU-
 Gelände. Treffpunkt Vahrer
 Straße, Ecke Vahrer Feldweg.
12:00 Uhr
Spargelessen im
 Vereinsheim Sebaldsbrück.
 Die Kosten dafür stehen noch
 nicht fest; wir bitten bei
 Anmeldung um eine
 Anzahlung von 10,00 €.

Freitag, 20. Mai
19:00 Uhr
 Konzert
Blue Flames & Co.
 Rock'n Roll und Oldies



Mittwoch, 27. April
15:00 Uhr
 Quiznachmittag mit Paul Betz
 Kosten: **4,00 €** für Kaffee und
 Kuchen

Vorschau:
Mittwoch, 1. Juni
15:00 Uhr
 „Familie Meyerdieks –
 Bremer Geschichten aus den
 50er Jahren“
 Humorvoll vorgetragen von
Margret Rink
 Kosten: **4,00 €** für Kaffee und
 Kuchen

Freitag, 6. Mai
 Spaziergang und
 Spargelessen, siehe zweite
 Spalte auf dieser Seite.

Je nach Wetter und
 Nachfrage werden weitere
 Spaziergänge oder
 Fahrradtouren angeboten.

AKTUELLES

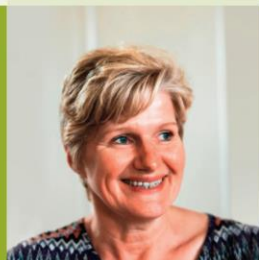
Änderungen vorbehalten.
 Wir bitten um Verständnis dafür, dass die
 Besucherzahlen evtl. reduziert werden müssen.
**Zu allen Veranstaltungen an allen Standorten
 bitten wir um Anmeldung!**

Alle Gruppen und Besucher*innen von Veranstaltungen
 müssen sich an das geltende **Hygienekonzept** halten, das in
 den Häusern aushängt.
 Bitte Nachweise über Genesung, Corona-Impfung oder ggf.
 Coronatest bereit halten.

Bitte immer **warm anziehen** (Strickjacke, Halstuch...),
 da wir häufig lüften werden!

Diesen Flyer können Sie gern regelmäßig per Email erhalten!
 Einfach eine Nachricht an
begegnung.hemelingen@kirche-bremen.de senden.

Die Brücke
 Ihre Begegnungszentren
 für alle älteren Menschen
 im Bremer Osten



Ihre Ansprechpartnerin:
 Karin Schüdde

Telefon 0421/45 11 16
begegnung.hemelingen@kirche-bremen.de

Bankverbindungen
 Ev. luth. Kirchengemeinde Hemelingen:
 IBAN: DE25 2905 0101 0001 0533 96

Ev. Versöhnungsgemeinde:
 IBAN: DE49 2905 0101 0080 9458 50

Ev. Gemeinde des Guten Hirten:
 IBAN: DE44 2905 0101 0001 1524 79

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!