

# Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB)

## Begegnungszentrum Grambke

Grönlandstr.8  
28719 Bremen

Tel.: 0421 – 64 17 16

E-Mail: [bgst-grambke@web.de](mailto:bgst-grambke@web.de)  
[www.aktive-menschen-bremen.de](http://www.aktive-menschen-bremen.de)

### Leitung:

Joyce Krijger

### Öffnungszeiten:

Mo-Fr. siehe Gruppen, Kurse und Veranstaltungen

### aBürozeiten:

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



Bremen

**Das Begegnungszentrum Grambke wird gefördert durch:**



Die Senatorin für Arbeit, Soziales,  
Jugend und Integration

Foto: [www.pixabay.com](http://www.pixabay.com)



*Aktive Menschen Bremen e.V.*

## Begegnungszentrum Grambke „Luise Morgenthal“



**April 2024**

## Gruppen und Kurse

### Montag

10.00 -11.00 Uhr **Seniorengymnastik - mach mit, bleib fit!**

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

### Dienstag

**30.04.  
Tanz in den Mai**

15.00 – 17.00 Uhr

### Mittwoch

9.00 -10.00 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  
Gäste willkommen**

## Veranstaltungen im April

**Mittwoch 03.04.** **Bingo**  
15.00 - 18.00 Uhr Mitspielen und gewinnen

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

**Mittwoch 10.04.** **Klönsschnack**  
15.00 -18.00 Uhr bei Kaffee/ Tee und Gebäck

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

**Mittwoch 17.04.** **Aber bitte mit Sahne! Wir backen Waffeln!**  
15.00 - 18.00 Uhr Oh,wie lecker! Waffeln mit Puderzucker, mit Vanilleeis, mit Sahne ,  
mit Kirschen oder „mit alles“?

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

**Mittwoch 24.04.** **Klönsschnack**  
15.00 - 18.00 Uhr bei Kaffee/ Tee und Gebäck

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

**Dienstag 30.04.** **Tanz in den Mai mit Oldie Peter**  
15.00 -17.00 Uhr Kaffee,Tee,Kuchen und Maibowle!  
Bei schönem Wetter draußen!