MARTINS CLUB
BREMEN

Angebote für Senioren 2020

Wöchentliche Angebote

Senioren-Treff Mitte	4
Senioren-Treff Huckelriede	4
Senioren-Treff Vegesack	5
Senioren-Treff Neustadt	5
Senioren-Treff Walle	6
Senioren-Treff Vahr	6
Bewegungsbad	7
Gymnastik im Sitzen	7
Kegeln	8

Weitere Angebote

Einkaufsbummel mit Mittagessen	8
Bingo-Treff	9
Klönschnack im Eiscafé	9
Tanztee am Sonntag	10
Kaffeefahrten	10
Tagesausflüge im Sommer	11
Spaziergang durch den Rhododendron-Park	11

Reisen

Scharbeutz	13
Cuxhaven / Duhnen	14

Herzlich Willkommen

bei den Senioren-Angeboten vom Martinsclub

Mit uns sind Sie mittendrin statt nur dabei! Kommen Sie bei uns mit anderen Menschen in Kontakt. Gemeinsam können Sie dann in der Freizeit aktiv werden. Unsere Angebote richten sich vorwiegend an Menschen mit einer Beeinträchtigung.

Sie sind bereits im Ruhestand? Oder Sie möchten sich auf Ihren Ruhestand vorbereiten? Dann sind unsere Angebote genau das Richtige für Sie. In unserem Programm finden Sie viele beliebte Angebote. Das sind sogenannte „Klassiker“ wie: Bingo, Tanztee und die Seniorentreffen. Der Spaß steht dabei im Vordergrund.

In diesem Jahr neu: Kegeln!
Gehen Sie gemeinsam mit anderen kegeln. Ab diesem Jahr gehört Kegeln zu unseren Freizeitangeboten.

Wir freuen uns auf Sie!

Senioren-Treff Mitte

Die Spiele, die teilweise selbst erfunden wurden, machen großen Spaß. Und sind häufig auch für andere Gäste interessant. Bei schönem Wetter können Sie das Gartencafé nutzen. Hier gibt es einen tollen Blick auf die Weser.

Montag,
15 bis 17 Uhr

Bürgerhaus
Weserterrassen,
Osterdeich 70 b

St-Jürgen-Straße,
Linie 2/3/10

Senioren-Treff Vegesack

Treffpunkt ist die Cafeteria. Hier können Sie sich mit Kaffee und Kuchen stärken. Danach geht es weiter mit verschiedenen Aktionen. Sie machen zusammen Spiele oder Gedächtnistraining.

Jeden zweiten Montag,
9:30 bis 11:30 Uhr

Bürgerhaus Vegesack,
Kirchheide 49

Gustav-Heinemann
Bürgerhaus, Linie 71

Wöchentliches Angebot

Wöchentliches Angebot

Senioren-Treff Huckelriede

Hier können Sie mit anderen Leuten schnacken und spielen. Oder Sie trinken einfach in netter Gesellschaft einen Kaffee. Der Vormittag wird mit einem leckeren Mittagessen im „Marie Weser“ beendet.

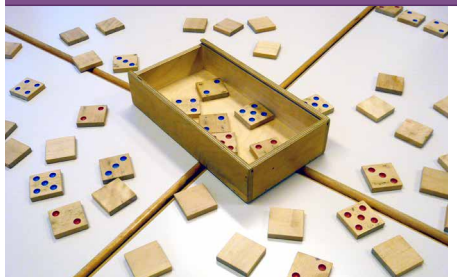
Dienstag,
10 bis 12:30 Uhr

Quartierszentrum
Huckelriede,
Niedersachsendamm 20 A

Huckelriede,
Linie 4 / 26 / 51 / 53

Es gibt auch
Mittagessen.

Senioren-Treff Neustadt



Diese Gruppe am Mittwoch besteht schon seit vielen Jahren. Hier wird immer viel erzählt und gelacht. Bei den tollen Spielangeboten vergeht die Zeit wie im Fluge. Der Vormittag wird mit einem gemeinsamen Mittagessen beendet.

Mittwoch,
9:30 bis 12:30 Uhr

m|Centrum, Buntentor-
steinweg 24/26

Rotes-Kreuz Kranken-
haus, Linie 4

Es gibt auch
Mittagessen.

Wöchentliches Angebot

Senioren-Treff Walle

Dieser Treff im Pflegeheim der AWO ist ein absoluter Dauerbrenner. Schon seit 1992 treffen sich hier Senioren und verbringen schöne Stunden. Das Pflegeheim heißt alle immer herzlich willkommen.

Donnerstag,
9:30 bis 11:30 Uhr

Pflegeheim AWO,
Reuterstraße 23 – 27

Gustavstraße Linie 2 / 10

Senioren-Treff Vahr

In der Vahr treffen sich Senioren aus den verschiedensten Stadtteilen. Gemeinsam gestalten Sie einen fröhlichen Vormittag. Sie bestimmen mit den anderen, was gemacht wird.

Jeden zweiten Freitag,
9:30 bis 11:30 Uhr

Ev. Luth. Bethlehem-Gemeinde,
Ludwig-Roselius-Allee 95

Wilhelm-Busch-Weg,
Linie 25

Bewegungsbad mit Imbiss

Sie bewegen sich gerne im Wasser? Sie möchten etwas für Ihre Gesundheit tun? Dann ist dieses Angebot genau das Richtige für Sie. Und nach dem Bewegungsbad stärken Sie sich in der Cafeteria.

Ab 7.1.2020

Jeden zweiten Dienstag,
8 bis 10 Uhr

St. Joseph-Stift,
Schwachhauser Heerstr. 54

St. Joseph-Stift,
Linie 1 / 4 / 24

Bringen Sie bitte Geld für Essen und Getränke mit.

Gymnastik im Sitzen

Hier können Sie mit viel Spaß etwas Gutes für Ihre Gesundheit tun. Mit einfachen Übungen werden Sie fitter und beweglicher. Die Übungen machen Sie im Sitzen.

Dienstag, 14:30 bis 16 Uhr
Im Juli ist Sommerpause.

Begegnungsstätte Buntentor, Buntentorsteinweg 114

Schwankhalle, Linie 4

Bitte bequeme Kleidung anziehen.

In Kooperation mit:

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

Kegeln

Alle 2 Wochen kegeln Sie gemeinsam mit anderen. Hier lernen Sie, die Kugel zu rollen. Werfen Sie möglichst viele Kegel mit einer Kugel um.

Jeden zweiten Montag, 12 bis 13:30 Uhr

Steakhaus Melissa, Osterfeuerberger Ring 7

Bahnhof Walle, Regionalbahn und Linie 10 / 20 / 26

! Bringen Sie bitte Geld für Essen und Getränke mit.

Bingo-Treff

Besonderer Tipp!

Unsere Bingo-Veranstaltungen sind der Knaller! Bingo ist ganz einfach und trotzdem sehr spannend. Wer gewinnt, erhält einen tollen Preis! Zum Abschluss sitzen alle gemütlich bei Kaffee und Kuchen zusammen.

3.1. | 7.2. | 6.3. | 3.4. | 8.5. | 5.6. | 3.7. | 7.8. | 4.9. | 2.10. | 6.11. | 4.12.2020

Jeden 1. Freitag im Monat, 15 bis 16:30 Uhr

Haus St. Remberti Hoppenbank 2 / 3 (Bremer Heimstiftung)

Rembertistraße, Linie 1 / 4 / 10 / 25

Einkaufsbummel mit Mittagessen

Durch die Geschäfte bummeln, etwas einkaufen und zum Abschluss ein leckeres Mittagessen. Hört sich gut an – oder?

! Sie erhalten eine persönliche Einladung mit allen Informationen!

Freitag, 24.1.2020

Einkaufszentrum Roland-Center

Freitag, 21.2.2020

Einkaufszentrum Weser-Park

Freitag, 20.3.2020

Einkaufszentrum Weser-Park

Klönschnack im Eiscafé

Im Eiscafé können Sie gut schnacken. Und es gibt so viele leckere Eissorten zu probieren!

6.5. | 3.6. | 1.7.2020

! Sie erhalten eine persönliche Einladung mit allen Informationen!

Tanztee am Sonntag

Besonderer Tipp!

Der Tanztee mit Live-Musik ist immer gut besucht.

Diesen Sonntagnachmittag planen wir zusammen mit dem Pflegeheim der AWO in Walle. Das ist jedes Mal wirklich unterhaltsam.

26.1. | 5.4. | 19.7. | 8.11.2020

Sonntag,
14:30 bis 16:30 Uhr

Reuterstraße 23 – 27

Gustavstraße,
Linie 2 / 10

! In Kooperation mit der Arbeiterwohlfahrt (AWO Ambulant gGmbH) in Walle.

Kaffeefahrten

Bei unseren Kaffeefahrten verbringen Sie einen gemütlichen Nachmittag in einem schönen Café.

Sie können leckeren Kuchen und frischen Kaffee genießen und mit anderen schnacken.

5.2. | 4.3. | 1.4. | 2.9. | 7.10. | 4.11. | 2.12.2020

Unterschiedliche Orte

! Sie erhalten eine persönliche Einladung mit allen Informationen!

Weitere Angebote

Tagesausflüge im Sommer

Ein Tagesausflug ist wie ein Tag Urlaub. Sie sind gerne am Meer und möchten die herrliche Seeluft genießen? Oder Sie wollen mit anderen den Zoo in Bremerhaven erkunden? Hier haben Sie die Möglichkeit dazu!

Termine und Ziele geben wir rechtzeitig bekannt

! Sie erhalten eine persönliche Einladung mit allen Informationen!

Spaziergang durch den Rhododendron-Park

Spazieren Sie durch den wunderschönen Park. Im Frühling blühen hier tausende Sträucher und Blumen. Pause machen wir im Café Bloom. Hier können Sie sich mit Kaffee, Kuchen oder einem Imbiss stärken.

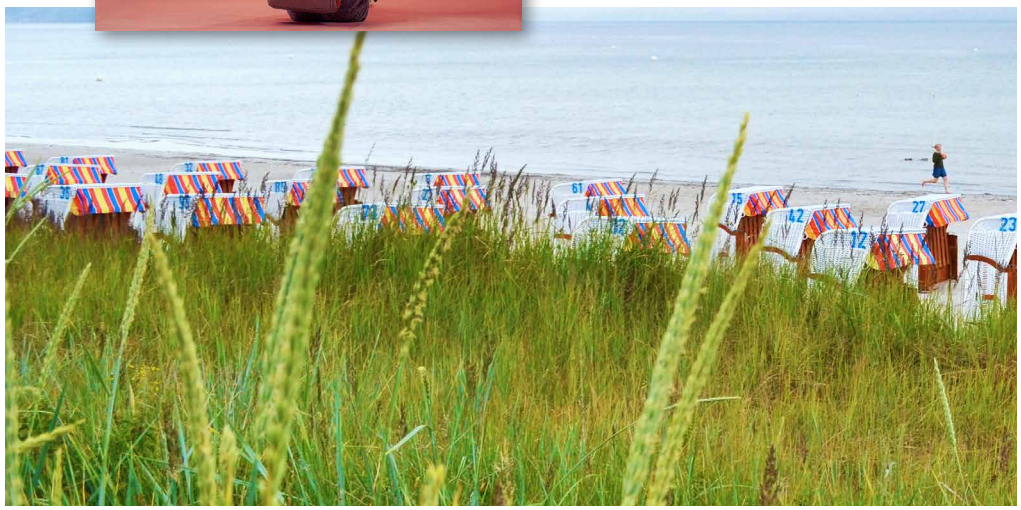
15.5.2020

! Sie erhalten eine persönliche Einladung mit allen Informationen!

Informationen zu Reisen für Senioren:

Sie möchten sich für eine Reise anmelden? Dann benötigen Sie eine Anmeldekarte. Diese finden Sie in dem Heft:

Kurse und Reisen
für Erwachsene
Jahresprogramm 2020



Schleswig-Holstein / Ostsee
Gleich neben dem Timmendorfer Strand liegt der Ort Scharbeutz. Hier können Sie die Ostsee genießen. Am Strand gibt es eine schöne Promenade. Dort können Sie herrlich spazieren gehen. Dabei genießen Sie den wunderschönen Blick auf die Ostsee. Sie können dort baden gehen oder einfach den breiten Sandstrand genießen. Sie wohnen in der „Jugend- und Bildungsstätte Klingberg e.V.“ Ihre Unterkunft befindet sich in einer ruhigen Umgebung auf dem Land. Der Strand ist in wenigen Minuten mit dem Auto erreichbar.

- 13.7. bis 19.7.2020 (6 Nächte)
- Zweibettzimmer mit Dusche / WC
- 6
- Renate Andreas, Lüder Bruns
- Kleinbus
- 1:3-Betreuung: 780 €
- ! Sie benötigen 1:1-Betreuung? Dann müssen wir unbedingt telefonieren, bevor Sie sich anmelden.

R 21/20 | Cuxhaven-Duhnen

Niedersachsen / Nordsee
Genießen Sie die frische Luft an der Nordsee.

Auf dem Deich können Sie die tolle Aussicht über das Meer genießen. Die große Aussichtsplattform „Alte Liebe“ ist auch einen Besuch wert.

Leckeres Essen gibt es zu jeder Mahlzeit. Sie wohnen in der Pension „Gästehaus Braband“. Die Pension befindet sich in zentraler Lage. Trotzdem ist sie sehr ruhig gelegen.

Diesen Urlaub werden Sie genießen!

12.10. bis 16.10.2020
(4 Nächte)

Gästehaus & Landhaus Braband,
Zweibettzimmer mit Dusche / WC

6

Aileen Vesshoff,
Jan Wirbel und eine weitere Begleitung

Kleinbus

1:2-Betreuung: 455 €

Hinweise zur Teilnahme und Finanzierung

Wenn Sie an unseren wöchentlichen Angeboten teilnehmen, erstellen wir Ihnen einen persönlichen Jahresplan. Zu anderen Angeboten erhalten Sie eine persönliche Einladung von uns.

Finanzierung der Angebote:

Um unsere Angebote zu bezahlen, können Sie Geld beim Land Bremen beantragen. Diese Hilfe nennt sich „Seniorenmodul". Mit diesem Geld können Sie alle Senioren-Angebote bezahlen, außer Reisen. Alle drei Monate erhalten Sie eine Rechnung von uns.

Wir beraten Sie gern, ob Sie Anspruch auf das Seniorenmodul haben. Wenn Sie das Seniorenmodul nicht nutzen dürfen, können Sie trotzdem teilnehmen. Wir finden gemeinsam eine Lösung, wie Sie die Angebote bezahlen können. Sprechen Sie uns deswegen bitte an.

Wir beraten Sie gern!

Viele Veranstaltungen von uns sind inklusiv. Das heißt: Menschen mit und ohne Beeinträchtigung begegnen sich bei uns. Und sie knüpfen Kontakte.

Seit 1991 bunte Vielfalt

Unsere Kooperationspartner

- Pflegeheim AWO in Walle in der Reuterstraße
- Haus Remberti von der Bremer Heimstiftung
- Begegnungsstätte Buntentor von der Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Auch 2020 veranstalten wir mit unseren Kooperationspartnern viele gesellige Aktionen.

Sehr beliebt ist seit einigen Jahren der Tanztee am Sonntag. Dort sorgen Musiker für gute Stimmung. Der Tanztee findet vier Mal im Jahr in Walle statt. Dort in den Räumen der Arbeiterwohlfahrt. Genauso gern werden die Bingo-Veranstaltungen besucht. Sie finden jeden Monat im Haus Remberti statt. Das Haus Remberti befindet sich in der Nähe des Hauptbahnhofs.

Auch das Angebot in der „Begegnungsstätte Buntentor" verspricht viel Spaß. Hier machen Menschen mit und ohne Beeinträchtigung gemeinsam Gymnastik im Sitzen. Das Angebot findet jede Woche im Buntentorsteinweg 114 statt.

Renate Andreas

Heike Dunker

Ute Neldert

Julia Maslowski

Kyra Quistler

Gottfried Rosensprung

Claudia Walter
Koordination Senioren
Telefon: 0421 53747-52
Fax: 0421 53747-77
senioren@martinsclub.de

Martinsclub Bremen
Buntentorsteinweg 24-26
28201 Bremen

Verso

Dieses Programm ist in Verso geschrieben. Verso ist die einfache Sprache der Agentur „selbstverständlich“ vom Martinsclub. Selbstverständlich schafft Barrierefreiheit.

Mehr Infos unter: www.selbstverständlich-agentur.de

Weitere Ansprechpersonen:

Marco Bianchi
Kinder und Jugend
Telefon 0421 53747-50
jugend@martinsclub.de

Martina Kiy
Fachleitung Teilhabe
Telefon: 0421 53747-51
teilhabe@martinsclub.de

Angelika Ellerhorst
Sachbearbeitung Teilhabe
Telefon: 0421 53747-672
a.ellerhorst@martinsclub.de

Petra Schürer
Kurse
Telefon: 0421 53747-54
kurse@martinsclub.de

Susanne Hahnel
Reisen
Telefon: 0421 53747-53
reisen@martinsclub.de

Anne-Kathrin Skwara-Harms
Teilhabe Süd
Telefon: 0421 53747-789
teilhabe@martinsclub.de

Die m|c Seniorenangebote sind vielfältig, inklusiv, lebensnah und kooperativ...

Unsere weiteren Angebote:

MARTINS CLUB
BREMEN