

Treffen des ukrainischen Chors

Üben für das Demokratiefest am 5. Mai 2024

**dienstags, 17.00 – 19.00 Uhr und
donnerstags und freitags von 16.00 – 18.00 Uhr**



Montag, 22. April

10.00 – 11.00 Uhr

Spielgruppe „Griffbereit“



Mehrsprachige Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren (auch Schwangere sind willkommen).

Gemeinsames Spielen und Austausch bei Kaffee o. Tee zu Themen rund um „Kind sein“ und „Eltern sein“. Es freuen sich auf euch Maria Ahlert und Olfat Abdallah.

Ein Angebot in Kooperation mit der HpH Bersenbrück

14.45 – 15.30 Uhr NEU!

Gemeinsam in Bewegung mit Spaß und Fantasie

Üben und Bewegen mit ungewöhnlichen Sportmaterialien (Smovey, Hula Hoop, Giboard).

Zum Ausprobieren und Mitmachen unter fachkundiger Anleitung. Offene, generationsübergreifende Gruppe für Teilnehmer/innen ab ca. 16 Jahre.



15.00 – 16.30 Uhr

Nadel und Faden

Wir treffen uns, um gemeinsam zu stricken, häkeln, sticken usw.... In gemütlicher Runde können wir uns dabei austauschen und unterstützen.



Dienstag, 23. April

9.15 – 10.00 Uhr

Der bewegte Spaziergang



Wir gehen ein Stück zügig spazieren und trainieren mit einfachen Übungen Alltagsfähigkeiten wie Balance, Beweglichkeit und Kraft in bequemer Alltagskleidung und flachem Schuhwerk. Jeder ist eingeladen. Nicht bei starkem Regen. Treffpunkt hinter dem Bürgertreff.

10.00 – 11.00 Uhr

Übungen mit Köpfchen



Training für Gedächtnis und Motorik mit Spaß und Freude

Wir denken, dichten und rechnen. Wir spielen Bingo und Memory und puzzeln. Wir erzählen Geschichten, fühlen, tasten und raten. Ein Angebot nicht nur für Senior*innen.

14.30 – 16.30 Uhr

**Seniorenkaffee des ökumenischen
Seniorenkreises**

Offener Nachmittag mit Kaffee und Kuchen.

Auch neue Teilnehmer*innen sind herzlich willkommen.



17.00 Uhr

Boule spielen



Auf dem Bouleplatz am Brink - Kugeln werden gestellt. Auch für Anfänger. Ansprechpartner Martin Verdirk **01742101336**.

Mittwoch, 24. April

9.00 – 10.30 Uhr

**Interkultureller Frühstücks-Treff
Intercultural breakfast**



Bei einem leckeren Frühstück sitzen wir gemütlich zusammen, tauschen uns aus und knüpfen neue Kontakte.

10.30 – 11.10 Uhr

Sitzgymnastik

Einfache Übungen zur Stärkung der Muskulatur im Sitzen.



15.00 – 16.00 Uhr

Handywissen kompakt für Senioren*innen

Zeit für Fragen zu Handy, Tablet und Co. Einfach alles ausprobieren unter fachkundiger Anleitung. Mit Dr. Matthias Wesselkamp
anschließend



16.00 – 17.00 Uhr

Handy-Sprechstunde

Individuelle Einzelberatung. Sie können uns Ihre Fragen bzgl. der Handhabung mit Ihrem eigenen Handy vortragen.



16.00 Uhr ♠♦♣♥

Doppelkopf, Rummikub und andere Spiele...

Ein Spielemittwoch für Erwachsene und Jugendliche mit H. Schumacher und N. Schwarzendahl. Wer Doppelkopf lernen möchte ist herzlich willkommen!

19.00 – 21.00 Uhr

Männergesangverein Bersenbrück MGV

Treffen des Männergesangvereins (1x im Monat mittwochs)
Ansprechpartner: Werner Mietz



Donnerstag, 25. April

9.50 – 10.30 Uhr

Bewegungsangebot im Stehen

Wir machen leichte Übungen im Stehen zur Unterstützung von Beweglichkeit, Gleichgewicht und Kraft.



12.00 Uhr

Mittagstisch Multikulti

Anmeldung bis Mittwoch 14.00 Uhr!

Wir wollen gemeinsam Mittagessen! **Bei den Vorbereitungen kann gerne ab 11.00 Uhr mitgeholfen werden.**

Wir freuen uns auf neue Rezeptideen, besonders auch aus anderen Ländern und Kulturen.



19.00 – 21.30 Uhr

Schachgemeinschaft Anikum-Bersenbrück



Die Faszination Schach gemeinsam erleben. Interessierte wenden sich an B. Mescher 05439/2483.

Freitag, 26. April

9.30 – 11.00 Uhr

**Spielerisch Deutsch üben für alle
Practice German in a playful way for everyone**



Mit einfachen Spielen und in Gesprächen unter Anleitung die Deutsche Sprache üben.

17.00 – 18.30 Uhr NEU!

Skat-Treff

Wir möchten einen Skat-Treff gründen!



Wer hat Lust in gemütlicher Atmosphäre Skat zu spielen oder Skat zu lernen und nette Leute kennenzulernen? Treffen alle 2 Wochen.

Anmeldungen und Info bei Werner Mietz Tel.: 05439/1714

19.00 – 21.00 Uhr NEU!

Stimmen für Demokratie (Chorsingen)



Ziel ist es, das Demokratiefest am 5. Mai in Bersenbrück mit Liedern zu bereichern und idealerweise die Besucher zum Mitsingen zu bewegen.

Für SängerInnen jeden Alters. Man kann jederzeit dazukommen. Wer das Liederbuch Mundorgel zuhause hat, kann dieses gerne mitbringen. Proben jeden Freitag 19.00 Uhr bis einschl. 3. Mai `24.

Samstag, 27. April

Krafttraining für Senioren*innen und

Yoga für alle Йога українською finden vorerst leider nicht mehr statt!

Montag, 29. April

10.00 – 11.00 Uhr

Spielgruppe „Griffbereit“



Mehrsprachige Spielgruppe für Eltern mit Kindern von 0-3 Jahren (auch Schwangere sind willkommen).

Gemeinsames Spielen und Austausch bei Kaffee o. Tee zu Themen rund um „Kind sein“ und „Eltern sein“. Es freuen sich auf euch Maria Ahlert und Olfat Abdallah.

Ein Angebot in Kooperation mit der HpH Bersenbrück

14.45 – 15.30 Uhr NEU!

Gemeinsam in Bewegung mit Spaß und Fantasie

Üben und Bewegen mit ungewöhnlichen Sportmaterialien (Smovey, Hula Hoop, Giboard).

Zum Ausprobieren und Mitmachen unter fachkundiger Anleitung. Offene, generationsübergreifende Gruppe für Teilnehmer/innen ab ca. 16 Jahre.



15.00 - 16.30 Uhr

Nadel und Faden

Wir treffen uns, um gemeinsam zu stricken, häkeln, sticken usw.... In gemütlicher Runde können wir uns dabei austauschen und unterstützen.



Dienstag, 30. April

9.15 - 10.00 Uhr

Der bewegte Spaziergang



Wir gehen ein Stück zügig spazieren und trainieren mit einfachen Übungen Alltagsfähigkeiten wie Balance, Beweglichkeit und Kraft in bequemer Alltagskleidung und flachem Schuhwerk. Jeder ist eingeladen. Nicht bei starkem Regen. Treffpunkt hinter dem Bürgertreff.

10.00 - 11.00 Uhr

Übungen mit Köpfchen



Training für Gedächtnis und Motorik mit Spaß und Freude
Info siehe oben

17.00 Uhr

Boule spielen Info siehe oben



Mittwoch, 1. Mai Feiertag

Donnerstag, 2. Mai

9.50 - 10.30 Uhr

Bewegungsangebot im Stehen



Wir machen leichte Übungen im Stehen zur Unterstützung von Beweglichkeit, Gleichgewicht und Kraft.

12.00 Uhr

Mittagstisch Multikulti

Anmeldung bis Mittwoch 14.00 Uhr!

Info siehe oben



19.00 - 21.30 Uhr

Schachgemeinschaft Ankum-Bersenbrück



Info siehe oben

Freitag, 3. Mai

Spielerisch Deutsch üben für alle



Info siehe oben

19.00 - 21.00 Uhr NEU!

Stimmen für Demokratie (Chorsingen)



Ziel ist es, das Demokratiefest am 5. Mai in Bersenbrück mit Liedern zu bereichern und idealerweise die Besucher zum Mitsingen zu bewegen.

Für SängerInnen jeden Alters. Man kann jederzeit dazukommen. Wer das Liederbuch Mundorgel zuhause hat, kann dieses gerne mitbringen. Proben jeden Freitag 19.00 Uhr bis einschl. 3. Mai `24.



Samstag, 4. Mai

17.00 - 20.00 Uhr

Eröffnungsveranstaltung zum

Demokratie-Fest

Aula der von-Ravensberg-Schule

Sonntag, 5. Mai

10.00 - 17.00 Uhr

Demokratie-Fest

Der Bürgertreff Bersenbrück ist dabei!

Kommt gerne vorbei!

Wir freuen uns auf euch!

An der Bleiche, Parkplatz zwischen Freibad und Oberschule

Info

Eingeladen sind alle Menschen aus Stadt und Samtgemeinde Bersenbrück. Die Angebote sind in der Regel kostenfrei.

Wir freuen uns auf ehrenamtliche Helfer*innen und über gute Ideen. Alle Interessierten können sich bei uns aktiv einbringen.

Anmeldungen, auch für unseren Newsletter, Fragen und Info unter Telefon 05439/5469897 oder per E-Mail bersenbrueck@buergertreff.sgbsb.de.

Sie finden uns auch auf

<https://dorftreff.sgbsb.de>.

Herzliche Grüße

Claudia Wollbrink und Astrid van der Zwaan

**Adresse: Bramscher Str. 7 (1. Etage mit Fahrstuhl)
49593 Bersenbrück**



Was ist los im Bürgertreff?

Bürgertreff der Stadt Bersenbrück



Alfhausen

Ankum

Bersenbrück

Eggermühlen

Gehrde

Kettenkamp

Rieste

2-Wochen-Programm

22. April – 5. Mai `24



www.bersenbrueck.de