

**Montag, 15. Juli**

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Spielgruppe „Griffbereit“**

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

**FÄLLT HEUTE LEIDER URLAUBSBEDINGT AUS!**



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.



**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, 16. Juli**

**9.15 - 10.00 Uhr**

**Der bewegte Spaziergang**

Wir gehen ein Stück zügig durch den Park mit einfachen Übungen. Alle sind willkommen, auch ohne Vorkenntnisse, Beweglichkeit und ohne spezielle Ausrüstung. Tragen Sie Alltagskleidung und flaches Schuhwerk. Jeder ist eingeladen. Nicht bei starkem Regen. Treffpunkt hinter dem Bürgertreff.

**FÄLLT HEUTE LEIDER URLAUBSBEDINGT AUS!**

**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.



**17.00 - 19.00 Uhr**

**Singen lernen im Chor**

Ein multikultureller Chor mit Stimmbildung und Chorgesang unter professioneller Anleitung für Jugendliche und Erwachsene. Wir singen in verschiedenen Sprachen.



**17.00 Uhr**

**Boule spielen**

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



**Mittwoch, 17. Juli**

**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**

Einmalige Stärkung der Muskulatur

**FÄLLT HEUTE LEIDER URLAUBSBEDINGT AUS!**



**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 - 17.30 Uhr ♠♦♣♥**

**Doppelkopf, Rummikub und andere Spiele...**

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

**Donnerstag, 18. Juli**

**9.50 - 10.30 Uhr**

**Bewegungsangebot**

Wir freuen uns auf Sie! Gemeinsam stehen wir für die Förderung von Beweglichkeit, Gleichgewicht und Kraft.

**FÄLLT HEUTE LEIDER URLAUBSBEDINGT AUS!**



**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.



**17.00 - 18.00 Uhr!**

**Singen lernen im Chor**

Ein multikultureller Chor mit Stimmbildung und Chorgesang unter professioneller Anleitung für Jugendliche und Erwachsene. Wir singen in verschiedenen Sprachen.



**19.00 - 21.30 Uhr**

**Schachgemeinschaft Anikum-Bersenbrück**

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



**Freitag, 19. Juli**

**9.30 - 11.00 Uhr**

**Spielerisch Deutsch üben für alle**

**Practice German in a playful way**

Mit einer Mischung aus Spielen und Gesprächen unter Anleitung der Muttersprache üben.



**FÄLLT HEUTE LEIDER URLAUBSBEDINGT AUS!**

**17.00 - 18.30 Uhr NEU!**

**Skat-Treff**



Wer hat Lust in gemütlicher Atmosphäre Skat zu spielen oder Skat zu lernen und nette Leute kennenzulernen? Treffen alle 2 Wochen. Info bei Werner Mietz Tel.: 05439/1714

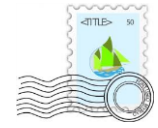
**Sonntag, 21. Juli**

**10.00 - 11.30 Uhr**

**Briefmarkenfreunde Bersenbrück**

**Briefmarken-Tauschtag**

Faszination Briefmarkensammeln für jeden. Schätzungen und Bewertung von Briefmarken. Interessierte wenden sich an F. Heisig unter **0152 01717816**.



**Montag, 22. Juli**

**10.00 - 11.30 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.



**FÄLLT HEUTE LEIDER URLAUBSBEDINGT AUS!**

**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. Juli**

**NEU!**

**8.45 - 10.30 Uhr  
Frauenfrühstück**



**StoP** Stadtteile ohne  
Partnergewalt

StoP Bersenbrück – „Stadtteile ohne Partnergewalt“ lädt ein zum Frauenfrühstück. Eingeladen sind alle interessierten Frauen. Infos bei Sonja Wesselkamp, Samtgemeinde Bersenbrück, 05439/962159. Treffen zum Frühstück alle 2 Wochen.

**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 - 19.00 Uhr**

**Singen lernen im Chor**



Ein multikultureller Chor mit Stimmbildung und Chorgesang unter professioneller Anleitung für Jugendliche und Erwachsene. Wir singen in verschiedenen Sprachen.

**17.00 Uhr**

**Boule spielen**



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

**Mittwoch, 24. Juli**

**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.



**16.00 - 17.30 Uhr** ♠♦♣♥

**Doppelkopf, Rummikub und andere Spiele...**

Ein Spielenachmittag für Erwachsene und Jugendliche mit N. Schwarzendahl.

Wer Doppelkopf lernen möchte ist herzlich willkommen!

**Donnerstag, 25. Juli**

**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.

**17.00 - 19.00 Uhr**

**Singen lernen im Chor**



Ein multikultureller Chor mit Stimmbildung und Chorgesang unter professioneller Anleitung für Jugendliche und Erwachsene. Wir singen in verschiedenen Sprachen.

**19.00 - 21.30 Uhr**

**Schachgemeinschaft Ankum-Bersenbrück**



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

**Freitag, 26. Juli**

**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.

**Bürgertreff der Stadt Bersenbrück**

Telefon 05439/5469897

E-Mail [bersenbrueck@buergertreff.sgbsb.de](mailto:bersenbrueck@buergertreff.sgbsb.de)  
<https://dorftreff.sgbsb.de>

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



Stadt  
Bersenbrück



Samtgemeinde  
Bersenbrück

Was ist los im Bürgertreff?

Bürgertreff der Stadt Bersenbrück



**2-Wochen-Programm**

**15. - 26. Juli '24**

Alfhausen

Ankum

**Bersenbrück**

Eggermühlen

Gehrde

Kettenkamp

Rieste



[www.bersenbrueck.de](http://www.bersenbrueck.de)