

Montag, 1. Juni

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.



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.



19.30 - 21.00 Uhr

Bewegungen neu erleben!



Hast du Lust auf Übungen zur Körperwahrnehmung und neue Bewegungsformen? Unter fachlicher Anleitung und in geschützter weiblicher Umgebung lernen wir uns selbst besser kennen. Zwei Abende zum Wohlfühlen nur für Frauen. Nächster Termin Montag, 15.6.26 um 19.00 Uhr. Info bei Sonja Wesselkamp unter 015142410428 auch WhatsApp.

Dienstag, 2. Juni

9.15 - 10.00 Uhr

Der bewegte Spaziergang



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

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! Neue Interessierte sind herzlich willkommen!

16.00 - 17.30 Uhr

Alleinerziehenden Treff



Hier können sich alleinerziehende Eltern mit ihren Kindern zum Austausch treffen.

16.00 Uhr

Boule spielen



- auch für Anfänger - Auf dem Bouleplatz am Brink - Kugeln werden gestellt. Ansprechpartner Norbert Schwarzendahl 015172618240

Mittwoch, 3. Juni

9.00 - 10.30 Uhr

BERSENBRÜCKER FRÜHSTÜCK



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.

ab 13.00 Uhr

Migrationsprechstunde vom Migrationszentrum OS

Anmeldungen bitte bei Herrn Kiwitz unter 0541/501-2162 oder bei Frau Bratic Samtgemeinde Bersenbrück unter 05439/962-197

14.45 - 15.45 Uhr

Handywissen kompakt für Senioren*innen



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

15.45 - 16.45 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.

Donnerstag, 4. Juni

9.50 - 10.30 Uhr

Bewegungsangebot im Stehen



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

11.00 - 13.00 Uhr

KOCHEN - GEMEINSAM + BUNT

An jedem 1. Donnerstag im Monat.

Wir kochen und essen gemeinsam ein Gericht nach dem Rezept einer Teilnehmerin bzw. eines Teilnehmers. Wer mit uns ein Gericht kochen möchte, kann sich bei uns melden. **Anmeldung zum Kochen+Essen bis jeweils mittwochs 12.00 Uhr!**



16.00 - 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. Anmeldung für Interessierte per Mail an: **Lenira1319@gmail.com**

17.30 - 19.00 Uhr

Jugendtraining Schach

Infos über Bernd Mescher 05439/2483 oder per WhatsApp an 015142507485.



19.00 - 21.30 Uhr

Schachgemeinschaft Ankum-Bersenbrück

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



Freitag, 5. Juni

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.

16.30 - 18.00 Uhr

Skat-Treff



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

Sonntag, 7. Juni

11.00 Uhr

Boule spielen



- auch für Anfänger - Auf dem Bouleplatz am Brink - Kugeln werden gestellt. Ansprechpartner Norbert Schwarzendahl 015172618240

Montag, 8. Juni

10.00 - 11.30 Uhr

Spielgruppe „Griffbereit“

Info siehe oben.



15.00 - 16.30 Uhr

Nadel und Faden

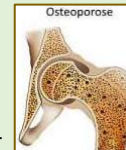
Info siehe oben.



18.00 - 20.00 Uhr

Selbsthilfegruppe Osteoporose

Sind Sie an Osteoporose erkrankt und möchten sich gern mit anderen Betroffenen regelmäßig in einer Gruppe austauschen? Neben dem vertrauensvollen Austausch können beispielsweise auch Fachvorträge oder Bewegungsangebote gemeinsam organisiert werden. Die Gruppengründung wird unterstützt vom Stadttreff Bersenbrück und von der Selbsthilfekontaktstelle in Osnabrück. Anmeldung und Info unter Mail: selbsthilfekontaktstelle@LKOS.de, Tel.: 0541/501-8018 Mail: bersenbrueck@stadttreff.sgbsb.de, Tel.: 05439/5469897



Dienstag, 9. Juni

8.45 – 10.30 Uhr



Frauenfrühstück

StoP Bersenbrück – „Stadtteile ohne Partnergewalt“ lädt ein zum Frauenfrühstück. Infos bei Sonja Wesselkamp Tel.: 05439/962159.

9.15 – 10.00 Uhr

Der bewegte Spaziergang



Info siehe oben.

10.00 – 11.00 Uhr



Übungen mit Köpfchen

Training für Gedächtnis und Motorik mit Spaß und Freude



Info siehe oben.

16.00 – 18.00 Uhr

Singen lernen im Chor



Info siehe oben.

16.00 Uhr

Boule spielen



- auch für Anfänger -

Info siehe oben.

Mittwoch, 10. Juni

9.00 – 10.30 Uhr

BERSENBRÜCKER FRÜHSTÜCK



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.

19.00 – 20.30 Uhr

Häkelaktion:

Roses Against Violence



Mit zwei verschiedenen Häkelstichen stellen wir kleine lila Häkelrosen her, die zum Nachdenken anregen.

Bitte möglichst Häkelnadel 3,5 mitbringen.

Donnerstag, 11. Juni

9.50 – 10.30 Uhr

Bewegungsangebot im Stehen



Wir machen leichte Übungen im Stehen zur

Unterstützung von Beweglichkeit, Gleichgewicht und Kraft.

16.30 – 17.30 Uhr

Handyhilfe und Medienwelten

Unterstützung in der digitalen Welt durch ausgebildete Medienlotsen.



17.30 – 19.00 Uhr

Jugendtraining Schach

Infos über Bernd Mescher 05439/2483 oder per WhatsApp an 015142507485.



19.00 – 21.30 Uhr

Schachgemeinschaft Ankum-Bersenbrück

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



Freitag, 12. Juni

9.30 – 11.00 Uhr

Spiele Deutsch üben für alle



Practice German in a playful way for everyone

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

Samstag, 13. Juni

9.00 – 13.00 Uhr

Der Letzte Hilfe Kurs

Ein Koffer voller Tipps für das Ende des Lebens. Es wird das „kleine 1x1 der Sterbebegleitung“ vermittelt: Das Umsorgen von schwerkranken und sterbenden Menschen am Lebensende; Basiswissen, Orientierungen und einfache Handgriffe. Ein Angebot der Malteser. Info bei Ambulanter Hospizdienst St. Johannes Ankum, Tel.: 01718302381, <http://www.letztehilfe.info>



Sonntag, 14. Juni

11.00 Uhr

Boule spielen



- auch für Anfänger -

Auf dem Bouleplatz am Brink - Kugeln werden gestellt. Ansprechpartner Norbert Schwarzendahl 015172618240

Stadttreff Bersenbrück

Telefon: 05439/5469897

E-Mail:

bersenbrueck@stadttreff.sgbsb.de

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

Adresse:

Bramscher Str. 7, 49593 Bersenbrück

1.Etage mit Fahrstuhl



PROGRAMM 1. – 14. Juni '26

Letzte Hilfe-Kurs

Ein Koffer voller Tipps für das Ende des Lebens.

Samstag, 13.06.2026
09:00-13:00 Uhr

Stadttreff Bersenbrück
Bramscher Straße 7, Bersenbrück

Ambulanter Hospizdienst St. Johannes
Malteser Hilfsdienst e.V. Aldhausen
Hospiz- und Palliativberatungsdienst für Erwachsene und Kinder
Tüttinger Str. 3, 49577 Ankum
hospiz-st.johannes@malteser.org mobil: 0171 8302381

Lebensbegleitung mit Herz

