

Dienstag, 7. Juli

9.15 - 10.00 Uhr

Der bewegte Spaziergang

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



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.

Donnerstag, 9. Juli

9.50 - 10.30 Uhr

Bewegungsangebote

Info siehe oben.

FÄLLT HEUTE LEIDER AUS!



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, 10. Juli

9.30 - 11.00 Uhr

Spielerisch Deutsch lernen

Practice German in a playful way for everyone

FÄLLT HEUTE LEIDER AUS!



Sonntag, 12. Juli

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



10.00 - 11.00 Uhr

Übungen mit Köpfchen

Training für Gedächtnis und Motorik mit Spaß und Freud

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!



PROGRAMM 29. Juni - 12. Juli '26

Stress lass nach? Dann komm mit zum...

Waldbaden



4. Juli 2026
14:00 - 17:00 Uhr

"Shinrin-Yoku"

Jede/r kann mitmachen!
Keine Vorkenntnisse nötig!

Theorie und Einweisung in das Waldbaden anschl. praktische Einführung in das Waldbaden. Was ist Waldbaden und wie geht das? Wo kann ich es machen? Wer kann es machen? Warum sollte es jeder ausprobieren? Wie dir Waldbaden helfen kann!



Anmeldung bis 3.7.26!
Teilnehmerzahl ist begrenzt auf 10 TN.
Teilnahme ab 14 Jahre.
Kosten: 4 € für Material.
Bitte bequeme Kleidung, feste Schuhe und Verpflegung mitbringen.
Fällt aus bei starkem Regen/Unwetter.
Treffpunkt:
Parkplatz Kath. Friedhof Bersenbrück



Stadttreff Bersenbrück, Bramscher Str. 7,
49593 Bersenbrück, Fon 05439/5469897
Mail: bersenbrueck@stadttreff.sgbsb.de



Nächster Termin Wurzel-Wichtel und die Farn-Fee am 11.8.26!

16.00 Uhr

Boule spielen

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



Mittwoch, 8. Juli

9.00 - 10.30 Uhr

BERSENBRÜCKER FRÜHSTÜCK

