

# **Info- und Kontaktstunde der Aktiven Senior\*innen in Schwachhausen (AkSiS )- mit Planung von Impulsvorträgen im Jahr 2026**

## **Im Gemeindezentrum Unser Lieben Frauen:**

14.4. Die Bremer Initiative Digital 60+ und mögliche Angebote

in Schwachhausen mit Hartmut Schwarz

5.5. „You are not alone“ - Gegen Einsamkeit in der Pflege –

Austausch und Anregungen mit Verena Koslowski

2.6. Die Unterstützungsangebote des Projekts Bremer Hausbesuche in Schwachhausen mit Sarah Trefas und Doreen Wehr

## **Im „Begegnungszentrum Biermannsstraße“ ehemals Sparer Dank:**

05.08. „Das Begegnungszentrum Biermannstraße“ stellt seine neuen Angebote und Beteiligungsmöglichkeiten vor mit Barbara Schneider

2.9. Rechte und Beratungsmöglichkeiten für Betroffene und Angehörige bei Problemen in Heimaufenthalten mit Reinhard Leopold

7.10. Was machen das Ortsamt Schwachhausen und der Beirat (für Senioren) mit Ralf Möller und NN

4.11. Der Bremer Vorsorgeplaner – die praktische Hilfe nicht nur für den Notfall - Sarah Trefas und Doreen Wehr

2.12. Jahresausklang und Ausblick auf unsere Planung für das Jahr 2027 mit dem Team der Seniorenvertreter\*innen in Schwachhausen.

## **Die Treffen finden jeweils statt von 15:00 Uhr bis ca. 17:00 Uhr**

Planung Stand 21. Mai 2026

Mechtild Brinkman, Evelyne Augis, Regina Meier, Ingeborg Mehser;  
Dr. Wolfgang Schober: Joachim Hagedorn und Helmut Erbel

# **„Kulturspaziergänge in Schwachhausen und umzu“**

## **Themen und Termine im Sommer 2026**

**Dauer: Jeweils ca. 90 Minuten**

- **Mittwoch, 01. Juli von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr: Der Bürgerpark 1. - Kunstwerke rund um den Hollersee und das Parkhotel - Geschichte, Struktur und Finanzierung des Parks  
Treffpunkt: am Hollersee, gegenüber dem Parkhotel  
Referent: Heinrich Lintze**
- **Montag, 27. Juli von 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr:  
Der Bürgerpark 2. - vom Emma See zum Meierei See - das Kunst und Natur-Konzept im Park  
Treffpunkt: am Eingang zum Kaffeehaus Emma am See  
Referent: Heinrich Lintze**
- **Dienstag, 04. August von 15:30 Uhr bis 17:00 Uhr: Das Bremer Haus als Sondertyp des Bauens Ende des 19. Jh. – Die Geschichte und das Konzept der Bremer Vorstädte  
Treffpunkt: in der Humboldtstr., Ecke Wielandstr.  
Referent: Heinrich Lintze, Stadt**
- **Montag, 10. August von 10:30 Uhr bis 12:00 Uhr: Die Bremer Wallanlagen – Entstehung, Kunstwerke und Struktur  
Treffpunkt: vor dem Eingang der Kunsthalle  
Referent: Heinrich Lintze**
- **Mittwoch, 26. August von 15.00 Uhr bis 16.30 Uhr: Führung über den Riensberger Friedhof - Der Friedhof als großes Freilichtmuseum, mit Kunst und Kultur als Teil der städtischen Gesellschaft.  
Treffpunkt: vor dem Haupteingang in der Friedhofstr 51  
Referenten: Regine Kloft-Ollesch und Prof. Dr. Hans Kloft**

**Veranstalter: ehrenamtliche Gruppe „Aktive Senior\*innen in Schwachhausen“  
in Zusammenarbeit mit dem Projekt „Roter Faden Bremen“**

**Die Teilnahme an den Veranstaltungen ist kostenfrei.**

**Anmeldungen bitte per E-Mail an: [info.aktivesenioren@web.de](mailto:info.aktivesenioren@web.de)**

**Fragen bitte an Helmut Erbel: 015156610317**

**Stand 18.05.2026**

**Helmut Erbel**

## **Veranstaltungen des AK Aktive Senior\*innen in Schwachhausen im Sommer 2026**

**(in Kooperation mit dem Roten Faden für den Ruhestand)**

- **Smartphone Grundkurs bei der BREMA**  
dreiteiliger Kurs: 12. und 19. und 26. Mai jeweils 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr (Bremische Landesmedienanstalt))
- **Viel Kultur für wenig Geld – Hinweise für günstige Möglichkeiten kultureller Teilhabe**  
10.Juni 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr (Biermanns)
- **? Kultur-Spaziergang im Barkhof Viertel**  
20.Mai 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr (NN))
- **? Kultur-Spaziergang im Bürgerpark**  
27. Mai 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr (NN)
- **Spaziergang im Riensberger Friedhof**  
26.August 15:00 Uhr bis 16:30 Uhr (Haupteingang)
- **Clever einkaufen im Supermarkt – mehr Lebensmittel für mein Geld** 22.Juli 10:00 Uhr bis 12:00 Uhr  
(AWO am Wall)
- **Sicher unterwegs – Informationen und Sicherheitstraining für Senioren zweiteiliger Kurs:**  
02. Juli und 09. Juli jeweils 10:00 Uhr bis 12:00 U hr  
(Biermanns)
- **Rundgang und Informationen über das Stadtleben am Ellener Hof** 16. Juni 14:30 Uhr bis 16:00 Uhr (Ellener Hof)