

Unsere Angebote

Vahrer Löwen



Verein für nachbarschaftliches
Zusammenleben e.V.

inkl. Stempelheft

Erweiterter Vorstand Vahrer Löwen



Von links nach rechts: Daniela Klostermann, Fatma Tüfekçiler, Jürgen Weemeyer, Beate Pellegrino, Arne Hagenah, Larissa Gering, Inka Kusen, Andrea Strebe

Möchten Sie ein Vahrer Löwe sein?

Sie haben Freude daran

- besucht zu werden?
- von früher zu erzählen?
- Ihre Erfahrungen weiter zu geben?
- zu Veranstaltungen begleitet zu werden?
- Teil einer starken Gemeinschaft zu sein?

Dann nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf, wir freuen uns über Ihren Anruf!

Sie haben Lust

- sich für andere stark zu machen?
- Menschen zu besuchen?
- andere zum Mitmachen zu motivieren?
- Menschen zu Veranstaltungen zu begleiten?
- Teil einer starken Gemeinschaft zu sein?

Dann nehmen Sie bitte Kontakt mit uns auf, wir freuen uns über Ihre Unterstützung!

Wer wir sind

Zum „Vahrer Löwen – Verein für nachbarschaftliches Zusammenleben e.V.“ gehören Menschen und Institutionen, die sich ehrenamtlich und aktiv für das nachbarschaftliche Zusammenleben in der Vahr engagieren.

Was wir wollen

Ziel ist es einsame Menschen im Stadtteil mit ihren Fähigkeiten und Möglichkeiten für die Gemeinschaft zu gewinnen.

Wie wir vorgehen

Die „Vahrer Löwen“ besuchen einsame Menschen, die das wünschen, zu Hause, schenken ihnen Zeit und informieren über Angebote und Aktivitäten sowie über Hilfsmöglichkeiten in der Vahr. Sie organisieren im Bedarfsfall Begleitung und Unterstützung – selbstverständlich nur auf freiwilliger Basis und ohne jegliche Verpflichtung.

Wie Sie uns helfen können

Wir suchen Menschen, die uns unterstützen und Lust haben, sich für ein gutes nachbarschaftliches Miteinander zu engagieren.

Löwen Treff

Fatma Tüfekçiler
0421 / 959 13 48
info@vahrer-loewen.de
www.vahrer-loewen.de



Was

Seniorengymnastik

Info

Sitzen, bewegen, schwitzen, klönen
und Spaß haben.

Wann

Montag 9:30 - 10:15 Uhr

Wer

Doris Vogelsang Tel.: 0421 / 959 13 48

Was

Bingo

Info

Gewinne, Gewinne, Gewinne.
Hereinspaziert und mitfiebern.

Wann

Montag 14:30 - 16:00 Uhr

Wer

Fatma Tüfekciler
Larissa Gering Tel.: 0421 / 959 13 48

Löwen Treff

Was

Hui Chun Gong

Info

Leichte Bewegungsübungen
für Körper, Geist und Seele.

Wann

Dienstag 10:00 - 11:30 Uhr

Wer

Doris Vogelsang Tel.: 0421 / 959 13 48

Was

Frühstückstreff

Info

Gemeinsam frühstücken, schnacken
und den Tag wundervoll beginnen.

Wann

Mittwoch 10:00 - 11:30 Uhr (alle 14 Tage)

Wer

Fatma Tüfekciler
Larissa Gering Tel.: 0421 / 959 13 48

Was

Gehirnjogging

Info

Spiel, Spaß und Spannung sorgen für ein aktives und gesundes Gehirn. Macht einfach mit!

Wann

Mittwoch 15:00 - 16:00 Uhr

Wer

Fatma Tüfeciler
Larissa Gering

Tel.: 0421 / 959 13 48

Was

Hui Chun Gong

Info

Leichte Bewegungsübungen für Körper, Geist und Seele.

Wann

Donnerstag 10:00 - 11:30 Uhr

Wer

Doris Vogelsang

Tel.: 0421 / 959 13 48

Löwen Treff

Was

Kaffee und Internet, Unterstützung rund ums Internet, PC und Smartphone

Info

Hier geht's rund! Endlich auch online sein und mit den Enkeln mitreden können! Klasse.

Wann

Donnerstag 14:30 - 16:30 Uhr

Wer

Arne Hagenah Tel.: 0421 / 959 13 48

Was

**“Schnacken auf Platt”,
Plattdutsche Gesprächsrunde**

Info

Kiek mol wedder in. Ik seih di, dat freut mi.

Wann

Freitag 10:30 - 12:00 Uhr

Wer

Helga Poppe Tel.: 0421 / 959 13 48

Was

Mittagstisch

Info

Gemeinsam essen - statt alleine! Für günstige 2,50€ in netter Gesellschaft lecker genießen.

Wann

Montag, Dienstag und Freitag ab 12:00 Uhr

Wer

bras e.V.

Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 69 62 21 52

Wie

Und so geht's:

- Speiseplan studieren und Appetit bekommen...
- Sich anmelden: Entweder im Voraus oder
- am gleichen Tag bis 09:00 Uhr anrufen unter 0421 / 69 62 21 52
- Keine Bestellungen über Anrufbeantworter, nur direkt bei einer Kollegin/einem Kollegen!

Familien- & QuartiersZentrum

Andrea Strebe

0421 / 69 62 31 52

andrea.strebe@vahrer-loewen.de

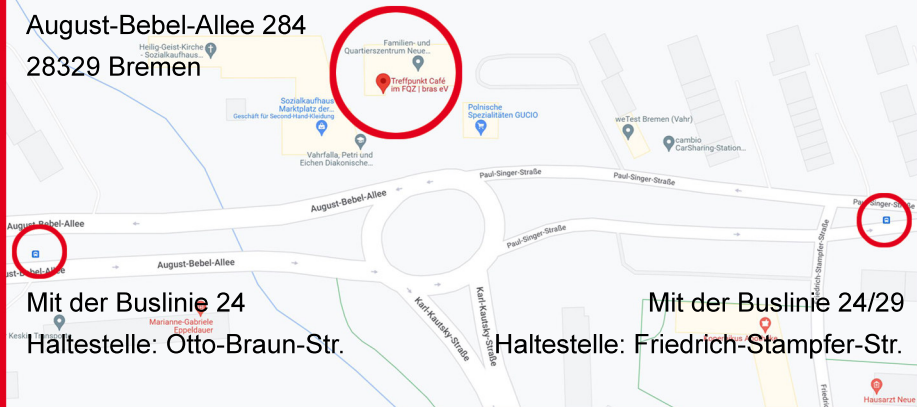
www.fgz-bremen.de



Familien- & QuartiersZentrum Neue Vahr Nord e.V.

August-Bebel-Allee 284

28329 Bremen



Mit der Buslinie 24

Haltestelle: Otto-Braun-Str.

Mit der Buslinie 24/29

Haltestelle: Friedrich-Stamper-Str.

Familien- & QuartiersZentrum

Was

Patchworken für Alle

Info

Gemeinsam Reste verwerten und Flickwerk betreiben so lange bis die Nähmaschine qualmt.

Wann

Montag 14:00 - 16:00 Uhr

Wer

Larissa Gering
Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 959 13 48
Tel.: 0421 / 69 62 31 52

Was

Löwenchor

Info

Singen tut gut und in Gemeinschaft noch viel mehr.

Wann

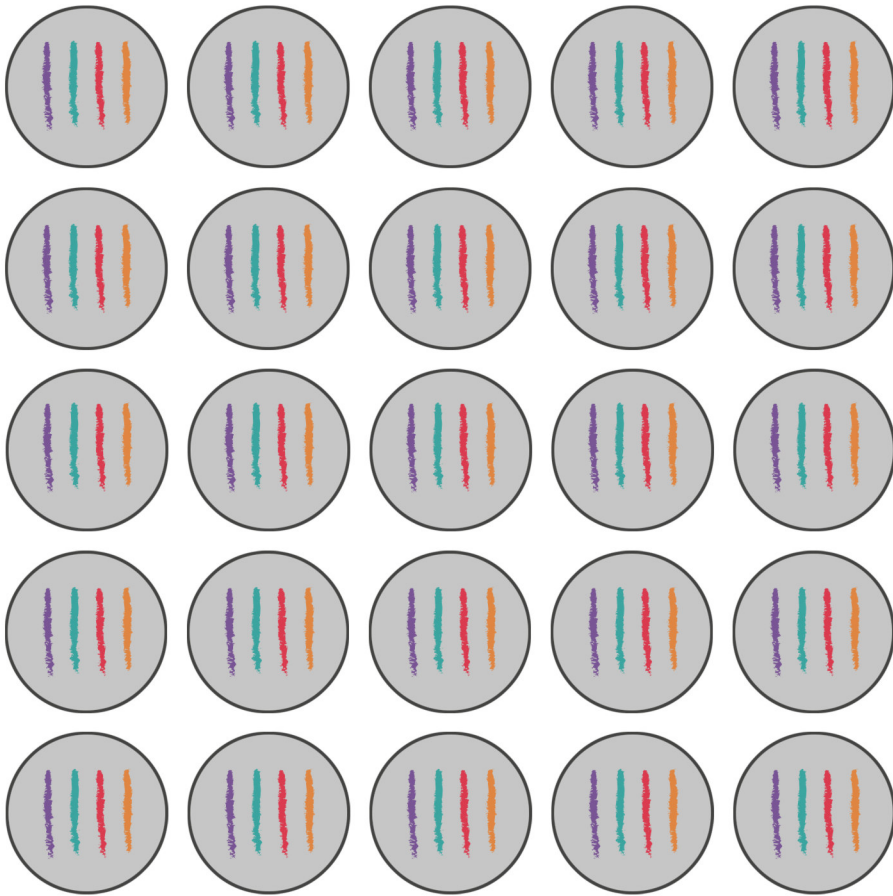
Montag 16:00 - 17:30 Uhr

Wer

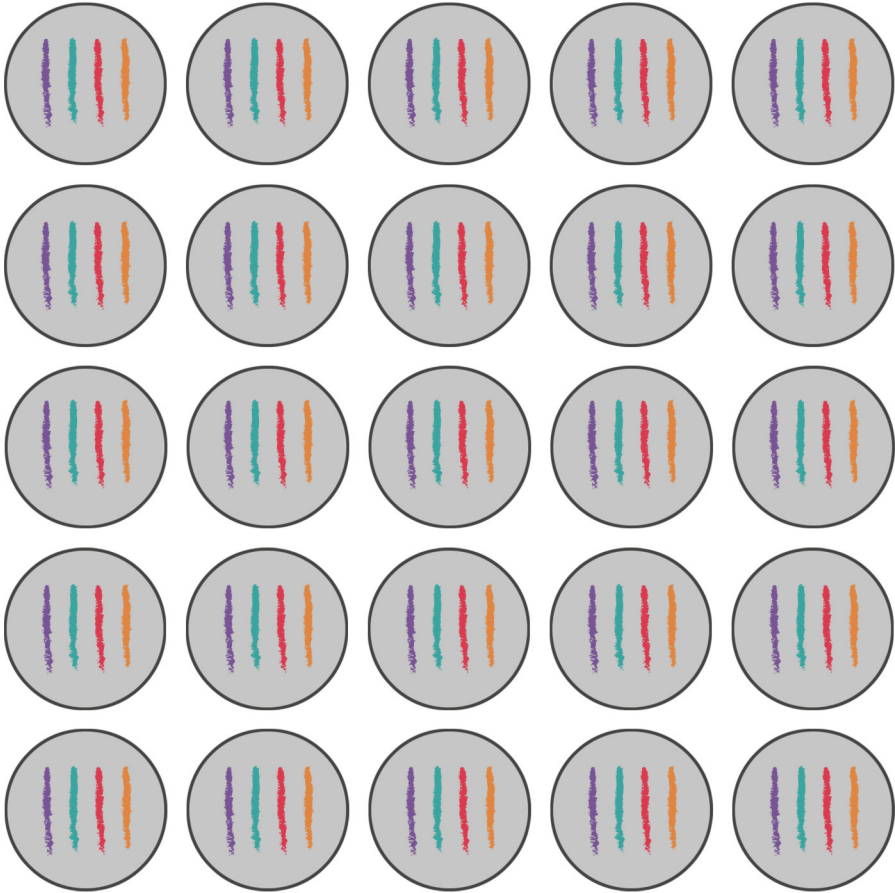
Larissa Gering
Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 959 13 48
Tel.: 0421 / 69 62 31 52

Stempelseite



Stempelseite



Familien- & QuartiersZentrum

Was

Löwen-Info-Abend

Info

Themen über das Altwerden. Jedes Thema wird rechtzeitig angekündigt.

Wann

Jeden 3. Montag im Monat 17:30 - 19:00 Uhr

Wer

Larissa Gering
Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 959 13 48
Tel.: 0421 / 69 62 31 52

Was

“WollLust”

Info

Bei Kaffee & Kuchen tanzen die Nadeln. Ob Socken, Schals, Pullis oder so, hier entstehen tolle Sachen.

Wann

Dienstag 14:30 - 16:00 Uhr

Wer

Larissa Gering
Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 959 13 48
Tel.: 0421 / 69 62 31 52

Familien- & QuartiersZentrum

Was

“Gemeinsam spielen”

Info

Gemeinsam spielen oder bei “Mensch ärgere dich nicht” gemeinsam lachen.

Wann

Jeden 2. & 4. Dienstag im Monat 14:30 - 16:00 Uhr

Wer

Larissa Gering
Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 959 13 48
Tel.: 0421 / 69 62 31 52

Was

Löwenschnack

Info

Schnacken, brüllen, Kaffee und Kuchen. Was gibt's Schöneres als zusammensitzen und zu klönen.

Wann

Jeden 1. & 3. Mittwoch im Monat 14:30 - 16:00 Uhr

Wer

Larissa Gering
Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 959 13 48
Tel.: 0421 / 69 62 31 52

Familien- & QuartiersZentrum

Was

“Fit im Alter”, Seniorensport

Info

Hier geht's rund! “Ich bin zu alt für Bewegung?”
Nix da! Sitzgymnastik, Tanzen, Klangschalen...
für Jeden was dabei.

Wann

Donnerstag 10:30 - 12:00 Uhr

Wer

Andrea Strebe Tel.: 0421 / 69 62 31 52
Larissa Gering Tel.: 0421 / 959 13 48

Was

Café Haltestelle

Info

Kaffeetrinken und Kuchen essen! So kann man
einen Samstag schön verbringen.

Wann

Jeden letzten Samstag im Monat 15:00 - 17:00 Uhr

Wer

Andrea Strebe Tel.: 0421 / 69 62 31 52
Larissa Gering Tel.: 0421 / 959 13 48

Veranstaltungen/Termine

Was

Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen

Info

Unterstützung bei Grundsicherung, Leistungen der Pflegeversicherung, finanzielle Schuldnerberatung.

Wann

Dienstag (Ort und Zeit nach Absprache)

Wer

Manfred Post

Tel.: 0421 / 959 13 48

Weitere Veranstaltungen/Termine oder Feste/Aktivitäten werden rechtzeitig über unsere Zusatzflyer/Aushänge, unsere Social Media Kanäle oder über unsere Homepage www.vahrer-loewen.de bekannt gegeben.

Des Weiteren bieten wir Online-Veranstaltungen über sogenannte Zoom-Meetings an. Weitere Informationen dazu werden ebenfalls rechtzeitig bekannt gegeben.

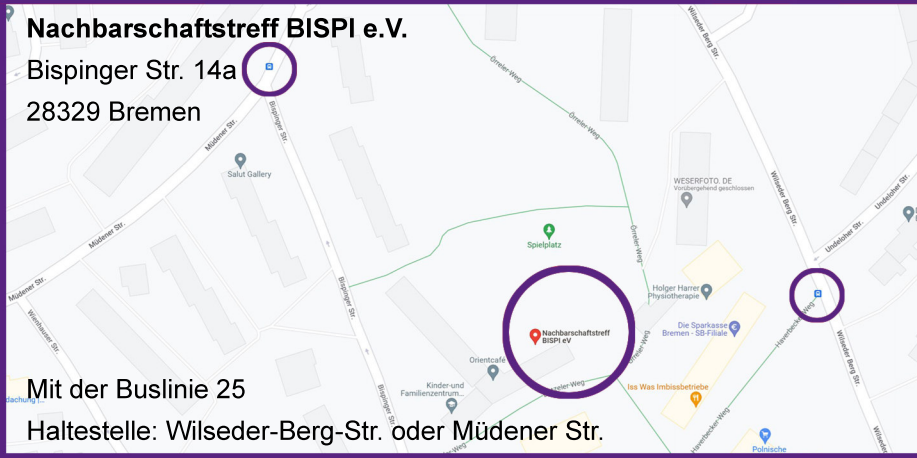
BISPI

Klaus Kahle
0421 / 46 73 695
k.kahle@bispi-bremen.de
www.bispi-bremen.de



Nachbarschaftstreff BISPI e.V.

Bispinger Str. 14a
28329 Bremen



Mit der Buslinie 25

Haltestelle: Wilseder-Berg-Str. oder Müdener Str.

Was**Mittagstisch****Info**

Gemeinsam essen - statt alleine! Für günstige 2,50€ in netter Gesellschaft lecker genießen.

Wann

Dienstag und Freitag ab 12:00 Uhr

Wer

bras e.V.

Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 69 62 21 52

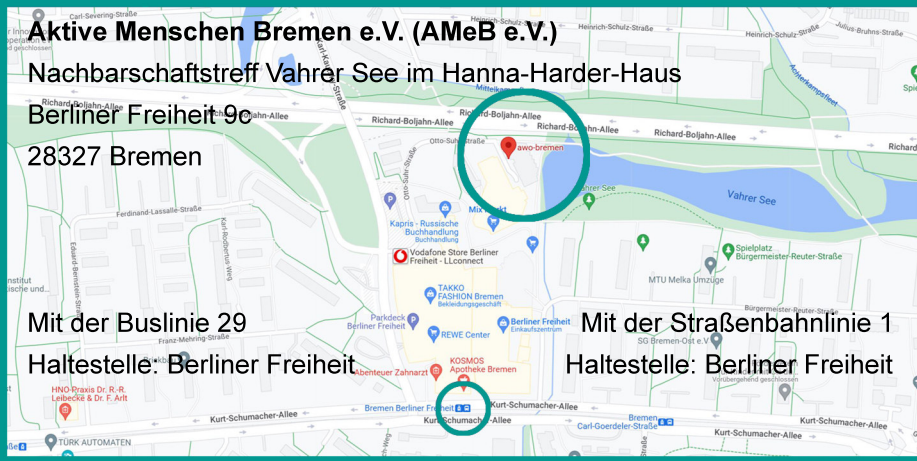
Wie

Und so geht's:

- Speiseplan studieren und Appetit bekommen...
- Sich anmelden: Entweder im Voraus oder
- am gleichen Tag bis 09:00 Uhr anrufen unter 0421 / 69 62 21 52
- Keine Bestellungen über Anrufbeantworter, nur direkt bei einer Kollegin/einem Kollegen!

Hanna-Harder-Haus

Barbara Schneider
0152 / 36 89 47 53
bgst-vahrersee@web.de
www.aktive-menschen-bremen.de



Hanna-Harder-Haus

Was

Mittagstisch

Info

Gemeinsam essen - statt alleine! Für günstige 2,50€ in netter Gesellschaft lecker genießen.

Wann

Dienstag und Freitag ab 12:00 Uhr

Wer

bras e.V.

Andrea Strebe

Tel.: 0421 / 69 62 21 52

Wie

Und so geht's:

- Speiseplan studieren und Appetit bekommen...
- Sich anmelden: Entweder im Voraus oder
- am gleichen Tag bis 09:00 Uhr anrufen unter 0421 / 69 62 21 52
- Keine Bestellungen über Anrufbeantworter, nur direkt bei einer Kollegin/einem Kollegen!

Informationen zu den Häusern

Nachbarschaftstreff BISPI e.V.

Der Nachbarschaftstreff Bispi ist eine öffentliche Einrichtung in der Gartenstadt Vahr, welche am 12.02.2008 gegründet wurde. Die Angebote des Treffs richten sich an Menschen ab 50. Inhaltliche Schwerpunkte sind neben Bewegungsangeboten wie Gymnastik, Yoga, Pilates, Tischtennis und Tanzen, Kreativangebote, Spielangebote wie Skat und Skip-Bo und Gehirnjogging. Seit August 2022 ist zudem an zwei Wochentagen der Mittagstisch als neues Angebot integriert worden.

Ansprechpartner für den Treff ist Klaus Kahle, der den Trägerverein mit gegründet hat und für die inhaltlichen Dinge verantwortlich ist.

Aktive Menschen Bremen e.V. (Hanna-Harder-Haus)

Das Begegnungszentrum plus „Nachbarschaftstreff Vahrer See“ liegt im Hanna-Harder-Haus, direkt am Vahrer See (Ansprechpartnerin Barbara Schneider). Es stehen ein großer Saal und ein kleiner Clubraum zur Verfügung. Der Nachbarschaftstreff ist montags bis freitags geöffnet, jeweils nachmittags gibt es Veranstaltungen. Montags und donnerstags sind die sogenannten Programmtage, an denen es Konzerte, Lesungen, Bingonachmittage und ähnliches gibt. Außerdem gibt es mittwochs eine Ausgabestelle der Bremer Tafel für Senior*innen, die in der Vahr leben. Das Monatsprogramm mit allen wechselnden Angeboten liegt rechtzeitig im Haus aus.

Unsere Kooperationspartner

Vahrer Löwen

Verein für nachbarschaftliches Zusammenleben e.V.



Europäische Union
Investition in Bremens Zukunft
Europäischer Sozialfonds
im Land Bremen



Die Senatorin für Wirtschaft,
Arbeit und Europa



Aktive Menschen Bremen e.V.

Die Senatorin für Soziales,
Jugend, Integration und Sport



Vahrer Löwen - Verein für nachbarschaftliches Zusammenleben e.V.

Heideplatz 1
28329 Bremen

Fatma Tüfekçiler
+49 421 959 13 48
info@vahrer-loewen.de
www.vahrer-loewen.de



Mit der Buslinie 25
Haltestelle: Müdener Str.

Löwen-Name:

Unser Spendenkonto

Sparkasse Bremen

IBAN: DE60 2905 0101 0081 2536 27

BIC: SBREDE22XXX