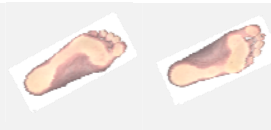


Kommst Du mit?
GEMEinsam SpazierenGEHEN in der Stadt –
Brücken für gesellschaftliche Teilhabe
Spaziergänge im November und Dezember 2026
Projektinformation Oktober 2026



Kommst Du mit?
GEMEinsam SpazierenGEHEN in der Stadt –
Brücken für gesellschaftliche Teilhabe
Spaziergänge im November und Dezember 2026
Projektinformation Oktober 2026



Empfänger*innen:

- Per E-Mail an den „Spazierengehen-Verteiler“
- Per E-Mail und Post an die Mitglieder von Ambulante Versorgungsbrücken e.V.

Liebe Spaziergänger und Spaziergängerinnen, Freundinnen und Freunde, Interessierte,
herzlich Willkommen in unserem zweiten Spaziergangsjahr und viel Freude mit den
Spaziergängen im November und Dezember 2026.

Wir stellen mit dieser Info-Mail unser **Programm im November und Dezember 2026** vor, geben
einen kleinen **Rückblick** auf das vergangene Spaziergangsjahr, und wollen einiges zum
wichtigen **Thema Sicherheit** sagen.

Spaziergänge im November und Dezember 2026

Im November und Dezember 2026 gibt es insgesamt acht Spaziergänge.

Wir starten am **4. November, 14.00 Uhr an den Domtreppen** mit einem besonderen
Spaziergangsspezial (Nr. 6) EIN JAHRTAUSEND-SCHLÜSSEL ZUR WELT, sozusagen einem
Geburtstagsgeschenk von Annegret Jahns. Ein herzliches Dankeschön dafür.

Bitte dazu beim AVB anmelden (Tel. 0421 696 4200, Mo-Fr 9-13 Uhr), die Teilnahmezahl ist begrenzt.

"Ich möchte euch einladen zu einem Spaziergang durch die Bremer Altstadt. Bei dieser Führung geht es um den „Bremer Schlüssel“ und wie er in unser Stadtwappen gekommen ist. Es gibt nicht nur geschichtliches sondern auch Geschichten rund um den Schlüssel. Dabei werden wir bekannte Orte aus einer anderen Perspektive betrachten. Ich hoffe ihr werdet dabei einige Schlüsselerelebnisse haben, z.B. wer alles mit einem Schlüssel für sein Produkt wirbt." (A. Jahns)

Es gibt – wie immer – sechs Spaziergänge, ausgehend von den bekannten regelmäßigen Treffpunkten:

1. AVB Humboldtstraße 126: jeden 4. Dienstag im Monat 10.30 Uhr (24.11. und 22.12.)
2. LAB, Hoppenbank 2-3: jeden 2. Donnerstag im Monat 14.00 Uhr (12.11. und 10.12.)
3. Weserterrassen, Osterdeich 70b: jeden 3. Donnerstag im Monat 14.00 Uhr (19.11. und 17.12.)

und einen Spaziergang im Bürgerpark, Treffpunkt Marcusbrunnen 10.30 Uhr (Montag, 30.11.)

Projekträger: Ambulante Versorgungsbrücken e.V., Humboldtstraße 126, 28203 Bremen,
Projektkoordination: Ingeborg Jahn und Julia Fleige-Völker

Projektförderung: NDR-Aktion „Hand-in-Hand für Norddeutschland – aus einsam wird gemeinsam“, gemeinsam mit der
Bürgerstiftung Bremen

Rückblick

Wir sind im letzten Jahr 2025 mit einem Probespaziergang mit Vereinsmitgliedern am
15. Oktober in unser Spaziergangsprojekt gestartet. Der erste öffentliche Spaziergang startete
am 13. November vom Treffpunkt Weserterrassen, am 17. November folgte der erste
Spaziergang vom Treffpunkt "LAB" und am 18. November vom Treffpunkt AVB. Diese drei
festen Treffpunkte mit festen Tagen, festen Zeiten und festen Ansprechpartner*innen bilden
das Rückgrat unseres Spaziergangsangebots.

Im April 2026 kam ein Spaziergangsangebot im Bürgerpark hinzu, das jeweils 1-2 mal im Monat
stattgefunden hat. Ebenfalls im April 2026 konnten wir die Spaziergänger*innen zu einem
ersten Spaziergangsspezial, einer Gesundheitswanderung, einladen. Insgesamt werden von
November 2025 - Oktober 2026 48 Spaziergänge stattgefunden haben (der 48. Spaziergang
findet bei hoffentlich passendem Wetter in der nächsten Woche am 27. Oktober statt).

Wir möchten diese Gelegenheit nutzen, allen ein herzliches Dankeschön zu sagen, die im
Vorder- und Hintergrund zum Gelingen der Spaziergänge beitragen. Wir bedanken uns bei ...

- ... den Spaziergängerinnen und Spaziergängern, die regelmäßig oder auch unregelmäßig, die Spaziergänge mit ihrer Freundlichkeit, Offenheit und Umsicht in der Gruppe für alle zu einem schönen Erlebnis machen;
- ... Regina Sattler aus der AVB-Geschäftsstelle und dem AVB-Team für vielfältige Ermutigung und Unterstützung;
- ... den Weserterrassen und dem LAB-Begegnungszentrum für die freundliche und unkomplizierte Zusammenarbeit;
- ... Rita und Hartmut Immisch für zwei Gesundheitswanderungen (bzw. -spaziergänge) in den Wallanlagen, Bernd Müller für einen Kunstspaziergang im Bremer Westen, Antje Grotheer für die Begleitung eines Spaziergangs zu Lieblingsorten in der Stadt, dem Team des LAB-Begegnungszentrums für die Organisation einen Kaffeetrinkens mit Spaziergang in den Wallanlagen;
- ... Sonny, Heike, Ruth, Barbara und Dagmar für ihre umsichtige Spaziergangsbegleitung - Sonny zugleich fürs "Schönmachen" unseres 2-Monats-Programms;
- ... Barbara für die Initiative, ein Angebot im Bürgerpark zu starten und zu begleiten
- ... der Bürgerstiftung Bremen für die finanzielle Förderung des Projektes;
- ... den lokalen Medien Weserkurier, Radio Bremen 1, buten un binnen sowie weiteren Multiplikator*innen, dass sie dazu beitragen, Informationen über die Spaziergänge zugänglich zu machen,
- ... und nicht zuletzt allen, die uns mit ihren Ideen und Ihrem Wohlwollen unterstützen und begleiten.

Projekträger: Ambulante Versorgungsbrücken e.V., Humboldtstraße 126, 28203 Bremen,
Projektkoordination: Ingeborg Jahn und Julia Fleige-Völker

Projektförderung: NDR-Aktion „Hand-in-Hand für Norddeutschland – aus einsam wird gemeinsam“, gemeinsam mit der
Bürgerstiftung Bremen

Kommst Du mit?

**GEMEinsam SpazierenGEHEN in der Stadt –
Brücken für gesellschaftliche Teilhabe
Spaziergänge im November und Dezember 2026
Projektinformation Oktober 2026**



Kommst Du mit?

**GEMEinsam SpazierenGEHEN in der Stadt –
Brücken für gesellschaftliche Teilhabe
Spaziergänge im November und Dezember 2026
Projektinformation Oktober 2026**



Thema Sicherheit

Auf den Spaziergängen benutzen wir nur öffentliche Wege. Die Teilnahme an den Spaziergängen steht in eigener Verantwortung. Soweit so gut. Es gibt noch eine weitere Ebene, auf wir eingehen möchten: wir gehen in der Gruppe und wir gehen in der Stadt.

Wir gehen meist auf den sogenannten Bremer Promenaden Osterdeich (bzw. entlang der Weser), Wall, Bürgerpark (siehe dazu: Fr. Steudel. Bremer Wanderbuch. Ein Führer für Fußgänger, Radfahrer und Schlittschuhläufer. Bremen 1905). Von der einen oder anderen Nickeligkeit abgesehen, funktioniert das Miteinander mit den verschiedenen Passant*innen-Gruppen reibungslos und freundlich.

Spazierengehen in der Stadt ist mit Überwegungen von zum Teil mehrspurigen Straßen mit viel Autoverkehr verbunden. Wir denken z.B. an die Kreuzungen, die wir auf dem Weg in die Wallanlagen und auch zur Weser nutzen müssen. Etwas heikel sind vor allem die Querungen, die als Gruppe mit einer Ampelphase nicht zu schaffen sind:

- ... die Überwegung des Rembertirings auf dem Weg zum Präsident Kennedy-Platz und den Wallanlagen, entweder auf Höhe Rembertistraße oder Fedelhöfen,
- ... die notwendigen Querungen auf den Spaziergängen in den Wallanlagen: Herdentorsteinweg, Bürgermeister Smidt-Straße, Daniel von Büren-Straße
- ... die Querung der Straße "Vor dem Steintor" von der St. Jürgen-Straße in Richtung Weserterrassen

Wir sollten uns dabei an die Sicherheits-Empfehlungen halten, die die Polizei gibt: auf dem kürzesten Weg (keine diagonalen Abkürzungen), möglichst Übergänge nur an Ampeln und diese nur bei Grün zu nutzen. In Gruppen erleben wir - unvermeidlich - den sogenannten Herdentrieb: eine/r geht los und die anderen folgen ... Wenn man alleine ist, kann man meist ganz gut einschätzen, ob man noch "drüber" kommt. In der Gruppe muss man auch mal hinter sich schauen, ob vielleicht jemand folgt, die oder der das nicht mehr schafft.

Wir möchten alle Spaziergänger und Spaziergängerinnen herzlich bitten, sich an die o.g. Regeln zu halten und sich der besonderen Gruppensituation bewusst zu sein. Wir möchten nicht erleben, dass aus Unachtsamkeit ein Spaziergänger oder eine Spaziergängerin zu Schaden kommt. Alle zusammen haben wir haben doch inzwischen ein recht gutes Gefühl dafür, aufeinander zu warten, wenn es erforderlich ist. Niemand muss fürchten, abgehängt zu werden. Vielen Dank.

Wir freuen uns über ein weiteres Jahr mit schönen Spaziergängen, interessante Gespräche und Begegnungen und grüßen recht herzlich.

Ingeborg Jahn und Julia Fleige-Völker

--

Kommst Du mit? GEMEinsam SpazierenGEHEN in der Stadt - Brücken für gesellschaftliche Teilhabe

Projektkoordination: I. Jahn und J. Fleige-Völker

Ambulante Versorgungsbrücken e.V.

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen

www.ambulante-versorgungsbruecken.de

E-Mail: spazierengehen@ambulante-versorgungsbruecken.de

Projekträger: Ambulante Versorgungsbrücken e.V., Humboldtstraße 126, 28203 Bremen,

Projektkoordination: Ingeborg Jahn und Julia Fleige-Völker

Projektförderung: NDR-Aktion „Hand-in-Hand für Norddeutschland – aus einsam wird gemeinsam“, gemeinsam mit der Bürgerstiftung Bremen

Projekträger: Ambulante Versorgungsbrücken e.V., Humboldtstraße 126, 28203 Bremen,

Projektkoordination: Ingeborg Jahn und Julia Fleige-Völker

Projektförderung: NDR-Aktion „Hand-in-Hand für Norddeutschland – aus einsam wird gemeinsam“, gemeinsam mit der Bürgerstiftung Bremen