

Kommst Du mit?

GEMeinsam SpazierenGEHEN in der Stadt – Brücken für gesellschaftliche Teilhabe

Spaziergänge im Januar und Februar 2026



Wir laden sehr herzlich ein zu unseren Spaziergängen im Januar und Februar 2026. Das Angebot richtet sich vorwiegend an ältere Erwachsene und Seniorinnen/Senioren. Die Teilnahme ist frei (ggfs. Einkehr auf eigene Kosten).

Teilnehmen können alle, die – mehr oder weniger – gut zu Fuß sind (ggfs. Rollator). Wenn erforderlich, bringen Sie gerne eine persönliche Assistenzperson mit. Unser Ziel ist, dass alle - die eher Langsamen und auch die eher Schnellen - gut mitlaufen können. Das hat bisher prima geklappt. Die Spaziergänge beginnen mit einer Vorstellungsrunde und Verständigung über die Route (u.a. Weser, Wallanlagen). Wir gehen eine Strecke von 3-4 km, Dauer ca. 1-1,5 Stunden. Abkürzungen oder Verlängerungen sind möglich. Bitte melden Sie sich an: E-Mail: spazierengehen@ambulante-versorgungsbruecken.de, telefonisch: 0421 69 64 200 (Mo. - Fr. 9.00 - 13.00 Uhr).

Wir freuen uns auf Sie/Euch und schöne Spaziergänge mit interessanten Begegnungen. Mit herzlichen Grüßen und allerbesten Wünschen für ein gutes Spaziergangsjahr 2026
Inge, Julia und die Spaziergangsbegleiterinnen

NEU	Dienstag, 6. Januar 2026, 10.30–12.00 Uhr	Treffpunkt: AVB* Mitgestaltungstreffen für Spaziergangs- begleiter*innen und weitere Interessierte
	Donnerstag, 15. Januar 2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: LAB* Spaziergang mit Heike, Inge und Julia
	Donnerstag, 22. Januar 2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: Weserterrassen* Spaziergang mit Sonny, Julia und Inge
	Dienstag, 27. Januar 2026, 10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB* Spaziergang mit Julia und Inge
NEU	Dienstag, 3. Februar 2026, 10.30–12.00 Uhr	Treffpunkt: AVB* Mitgestaltungstreffen für Spaziergangs- begleiter*innen und weitere Interessierte
	Donnerstag, 12. Februar 2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: LAB* Spaziergang mit Heike, Inge und Julia
	Donnerstag, 19. Februar 2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: Weserterrassen* Spaziergang mit Sonny, Julia und Inge
	Dienstag, 24. Februar 2026, 10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB* Spaziergang mit Julia und Inge

* **AVB** = Ambulante Versorgungsbrücken, Humboldtstraße 126, ÖPNV: Humboldtstraße

* **LAB** = Begegnungszentrum im Stadtteilhaus St.-Remberti der Bremer Heimstiftung,
Hoppenbank 2-3, ÖPNV Rembertistraße

* **Weserterrassen** = Bürgerhaus Weserterrassen, Osterdeich 70 b, ÖPNV St. Jürgen-Straße

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**

