

# Kommst Du mit?

## GEMeinsam SpazierenGEHEN in der Stadt – Brücken für gesellschaftliche Teilhabe

### Spaziergänge im Mai und Juni 2026



Liebe Spaziergängerinnen und Spaziergänger,  
wir laden sehr herzlich ein zu den Spaziergängen im Mai und Juni 2026. Das Angebot richtet sich an ältere Erwachsene und Seniorinnen/Senioren.  
Teilnehmen können alle, die – mehr oder weniger – gut zu Fuß sind. Wenn erforderlich, bringen Sie gerne eine persönliche Assistenzperson mit. Unser Ziel ist es, dass alle in ihrem Tempo mitgehen können – schneller oder auch langsamer. Mit unseren Erfahrungen bei inzwischen 20 Spaziergängen können wir sagen, dass dies dank der Umsicht aller Teilnehmenden gut gelingt.  
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. Die Spaziergänge enden oft mit dem Besuch in einem Cafe (z.B. Weserterrassen, Jugendherberge). Die Teilnahme an den Spaziergängen ist frei, die Einkehr erfolgt auf eigene Kosten.  
Wir freuen uns auf Sie/Euch und schöne fröhlicher Sommerliche Spaziergänge mit interessanten Begegnungen. Mit herzlichen Grüßen

Ihr/Euer Spaziergangsteam bei den Ambulanten Versorgungsbrücken e.V.

<b>Dienstag,</b>	<b>5. Mai 2026, 10.30 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: AVB*</b> Mitgestaltungstreffen für Spaziergangsbegleiter*innen und weitere Interessierte
<b>Donnerstag,</b>	<b>14. Mai 2026, 14.00 Uhr (wir gehen auch an Himmelfahrt)</b>	<b>Treffpunkt: LAB* Lange Aktiv bleiben</b> Spaziergang mit Heike, Inge und/oder Julia
<b>Montag,</b>	<b>18. Mai 2026, 10.30 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: Marcusbrunnen (fällt aus bei Regen)</b> Spaziergang mit Barbara, Julia und/oder Inge
<b>Donnerstag,</b>	<b>21. Mai 2026, 14.00 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: Weserterrassen*</b> Spaziergang mit Sonny, Julia und/oder Inge
<b>Dienstag,</b>	<b>26. Mai 2026, 10.30 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: AVB*</b> Spaziergang mit Ruth, Inge und/oder Julia
<b>Dienstag,</b>	<b>2. Juni 2026, 10.30 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: AVB*:</b> Mitgestaltungstreffen für Spaziergangsbegleiter*innen und weitere Interessierte
<b>Donnerstag,</b>	<b>11. Juni 2026, 14.00 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: LAB* Lange Aktiv bleiben</b> Spaziergang mit Heike, Inge und/oder Julia
<b>Donnerstag,</b>	<b>18. Juni 2026, 14.00 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: Weserterrassen*</b> Spaziergang mit Sonny, Julia und/oder Inge
<b>Dienstag,</b>	<b>23. Juni 2026, 10.30 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: AVB*</b> Spaziergang mit Ruth, Inge und/oder Julia
<b>Montag,</b>	<b>29. Juni 2026, 10.30 Uhr</b>	<b>Treffpunkt: Marcusbrunnen (fällt aus bei Regen)</b> Spaziergang mit Barbara, Julia und/oder 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

Für weitere Informationen E-Mail: [spaziergehen@ambulante-versorgungsbruecken.de](mailto:spaziergehen@ambulante-versorgungsbruecken.de)

und Anmeldungen: Telefon: 0421 6964200 (Mo-Fr 9-13 Uhr), <https://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**

