

Kommst Du mit?

GEMeinsam SpazierenGEHEN in der Stadt – Brücken für gesellschaftliche Teilhabe

Spaziergänge im September und Oktober 2026



Liebe Spaziergängerinnen und Spaziergänger,

wir laden sehr herzlich ein zu den Spaziergängen im September und Oktober 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. Unsere Erfahrung ist, 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 Spaziergänge mit interessanten Begegnungen.

Mit herzlichen Grüßen

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

Dienstag,	1. Sept.	2026,	10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB* Mitgestaltungstreffen für Spaziergangsbegleiter*innen und Interessierte
Mittwoch,	2. Sept.	2026,	14.00 Uhr	Treffpunkt: LAB* Lange Aktiv bleiben - Kaffee u. Kuchen im Begegnungszentrum u. Spazieren in den Wallanlagen Kosten 4/5 Euro, bitte bei LAB anmelden: 0421 32 60 49
Donnerstag,	10. Sept.	2026,	14.00 Uhr	Treffpunkt: LAB* Lange Aktiv bleiben Spaziergang mit Heike, Inge und/oder Julia
Donnerstag,	17. Sept.	2026,	14.00 Uhr	Treffpunkt: Weserterrassen* Spaziergang mit Sonny, Julia und/oder Inge
Dienstag,	22. Sept.	2026,	10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB*: Spaziergang mit Ruth, Inge und/oder Julia
Mittwoch,	30. Sept.	2026,	10.30 Uhr	Treffpunkt: Kennedyplatz (Rundbank) Gesundheitswandern in den Wallanlagen mit Rita Immisch
Dienstag,	6. Okt.	2026,	10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB*: Mitgestaltungstreffen für Spaziergangsbegleiter*innen und Interessierte
Donnerstag,	8. Okt.	2026,	14.00 Uhr	Treffpunkt: LAB* Lange Aktiv bleiben Spaziergang mit Heike, Inge und/oder Julia
Donnerstag,	15. Okt.	2026,	14.00 Uhr	Treffpunkt: Weserterrassen* Spaziergang mit Sonny, Julia und/oder Inge
Montag,	19. Okt.	2026,	10.30 Uhr	Treffpunkt Marcusbrunnen Spaziergang mit Barbara, Julia und/oder Inge
Dienstag,	27. Okt.	2026,	10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB* Spaziergang mit Ruth, Julia und/oder Inge

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

* LAB = Begegnungszentrum am St.-Rembertistift, Hoppenbank 2-3, ÖPNV: Rembertistraße

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

* Bürgerpark = Marcusbrunnen – Nähe Park Hotel Bremen, ÖPNV: Bürgerpark

Für weitere Informationen E-Mail: spazierengehen@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

