

Kommst Du mit?

GEMeinsam SpazierenGEHEN in der Stadt – Brücken für gesellschaftliche Teilhabe

Spaziergänge im November und Dezember 2026



Liebe Spaziergängerinnen und Spaziergänger,

wir starten in unser zweites gemeinsames Spaziergangsjahr und laden sehr herzlich ein zu den Spaziergängen im November und Dezember 2026. Zum Auftakt gibt es am 4. November ein Spaziergangsspezial (übrigens: der 49. Spaziergang). Dank an Annegret Jahns für diese schöne Idee, die wir gerne gemeinsam realisieren.

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,	3. Nov.	2026, 10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB* Mitgestaltungstreffen für Spaziergangsbegleiter*innen und Interessierte
Mittwoch,	4. Nov.	2026, 14.00 Uhr	Spaziergangs-Spezial Nr. 6 Treffpunkt: Dومتريppen EIN JAHRTAUSEND-SCHLÜSSEL ZUR WELT. Spaziergang in der Bremer Altstadt mit Annegret Jahns Bitte bei AVB anmelden (s.u.), begrenzte Teilnahme
Donnerstag,	12. Nov.	2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: LAB* Lange Aktiv bleiben Spaziergang mit Heike und Inge
Donnerstag,	19. Nov.	2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: Weserterrassen* Spaziergang mit Sonny und Inge
Dienstag,	24. Nov.	2026, 10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB*: Spaziergang mit Inge und Barbara
Montag,	30. Nov.	2026, 10.30 Uhr	Treffpunkt Marcusbrunnen (ÖPNV: Bürgerpark) Spazierengehen im Bürgerpark Spaziergang mit Barbara und Inge
Dienstag,	1. Dez.	2026, 10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB* Mitgestaltungstreffen für Spaziergangsbegleiter*innen und Interessierte
Donnerstag,	10. Dez.	2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: LAB* Lange Aktiv bleiben Spaziergang mit Heike und Inge
Donnerstag,	17. Dez.	2026, 14.00 Uhr	Treffpunkt: Weserterrassen* Spaziergang mit Sonny und Inge
Dienstag,	22. Dez.	2026, 10.30 Uhr	Treffpunkt: AVB*: Spaziergang mit Inge und Barbara

* 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**

