



## GESUNDHEITSANGEBOTE IN HUCHTING

### SPORT- UND BEWEGUNGSANGEBOTE

Angebot	Träger	Zielgruppe	Ort	Zeiten	Kontakt	Kosten
Gymnastik im Park	AOK, Park Links der Weser und TuS Huchting	für alle	Vereinshaus Park Links der Weser Hohenhorster Weg 77a 28259 Bremen	Dienstags 09:30 – 10:30 u. 11:00 – 12:00	Park Links der Weser Tel.: 0421 - 51 48 894 E-Mail: info@parklinksderweser.de	keine,  <i>Anmeldung erforderlich</i>
Fitness für Senioren	Begegnungszentrum Helga-Jansen-Haus	Senior:innen (Menschen ab 55 J.)	Helga-Jansen-Haus, An der Schüttenriehe 8 28259 Bremen	Donnerstags 10:00 – 11:00 o. 11:00 – 12:00	Trainerin: Susanne Polzin-Klünder Tel.: 0421 - 58 33 75 E-Mail: bgst-huchting1@web.de	2€ pro Termin
Tischtennis/ Boule	Begegnungszentrum Helga-Jansen-Haus	Senior:innen (Menschen ab 55 J.)	Helga-Jansen-Haus, An der Schüttenriehe 8 28259 Bremen	Freitags 10:00 – 12:00	Tel.: 0421 - 58 33 75 E-Mail: bgst-huchting1@web.de	keine
Gymnastikgruppe	Bras e.V.	Senior:innen	Café Carl Carl-Hurtzig-Str. 30 28259 Bremen	Mittwochs 14:00 – 16:00	Tel.: 0421 - 98 88 57 88	5 € pro Termin
Gymnastik im Sitzen	Bras e.V.	Senior:innen	Café Rosengarten Antwerpener Str. 22 28259 Bremen	Mittwochs 15:45 – 17:00	Tel.: 0421 - 69 61 660	5 € pro Termin
Gymnastikgruppe	Bras e.V.	Senior:innen	Klönhof Nimweger Str. 11 28259 Bremen	Mittwochs 09:00 – 10:30	Tel.: 0421 - 25 84 210	5 € pro Termin

Angebot	Träger	Zielgruppe	Ort	Zeiten	Kontakt	Kosten
<b>Sportangebot für Kinder</b>	Reha- und Gesundheitssport Bremen e.V.	Kinder und Jugendliche von 5 - 14 Jahren	Grundschule Robinsbalje Robinsbalje 10 28259 Bremen	Samstags 11:00 – 11:45 <b>(5–9 Jahre)</b>  12:00 – 12:45 <b>(9-14 Jahre)</b>	Tel.: 0421 - 69 54 60 72 E-Mail: reha-und-gesundheit@gmx.de	Die Krankenkassen übernehmen die Kosten
<b>Hood Ball (Street Fußball)</b>	Hood Training Bremen	Kinder und Jugendliche von 6 - 12 Jahren	Schulhof/Turnhalle der Grundschule Robinsbalje	Mittwochs 16:00 – 17:30  und Sonntags 15:00 – 17:00	Tel.: 0421 - 84 82 31 43 E-Mail: info@hoodtraining.de	keine
<b>Ballett</b>	Matthäus Gemeinde	Kinder und Jugendliche von 5 - 12 Jahren	Gemeindezentrum Hermannsburg 32E 28259 Bremen	Montags 15:00 - 17:30	Ellen Fernau E-Mail: ballett@zfk.net	Anmeldung erforderlich
<b>Gesund jeden Tag - Yoga für Frauen</b>	Mütter- und Familienzentrum Huchting	Frauen ab 55 Jahren (oder auch jüngere)	BuS Amersfoorter Str. 8 28259 Bremen <b>Seminarraum 2</b>	Mittwochs 13:00	Tel: 0421 - 83 00 92 41 E-Mail: info@muetterzentrum-huchting.de	keine



## GESUNDHEITSANGEBOTE IN HUCHTING

### BERATUNG, AUSTAUSCH UND BEGEGNUNG

Angebot	Träger	Zielgruppe	Ort	Zeiten	Kontakt	Kosten
Seniorenberatung	Dienstleistungszentrum und Begegnungszentrum Helga-Jansen-Haus	Senior:innen (Menschen ab 55 J.)	Helga-Jansen-Haus An der Schüttenriehe 8, 28259 Bremen	1x im Monat mittwochs ca. 11:00 – 12:00 Uhr	Bärbel Maruschewski Tel.: 0421 58 20 11 Helga-Jansen-Haus: Tel.: 0421 58 33 75 E-Mail: bgst-huchting1@ web.de	keine
Frauenrunde	Haus der Familie	Frauen	Haus der Familie, QBZ Robinsbalje 12, 28259 Bremen	donnerstags 9:30 – 11:30 Uhr	Tel.: 0421 361 99 22 oder 0421 361 165 04 oder Mobil: 0178 674 59 07 E-Mail: hdf-huchting@afsd. bremen.de	keine
Hebammen-Sprechstunde	Mütter- und Familienzentrum Huchting	Schwangere und junge Mütter	Kötnerweide 13, 28259 Bremen	freitags 09:00 – 12:00 Uhr Nur mit Termin	Anmeldung über: Sabine Röben (Hebamme) Mobil: 01520 8480 624	keine
Milchcafé – Themen: Stillen, Babynahrung, Babyschlaf, Babytrage...	Mütter- und Familienzentrum Huchting	Stillende und Eltern mit Kindern unter 1 Jahr	Kötnerweide 13, 28259 Bremen	Jeder 1. Freitag im Monat 09:30 – 11:30 Uhr	Anmeldung über: Sabine Röben (Hebamme) Mobil: 01520 84 80 624	keine
Sozial und Schuldnerhilfe	Bras e.V.	Senior:innen	Café Rosengarten Antwerpener Str. 22, 28259 Bremen	einmal monatlich Donnerstag Zeit erfragen	Tel.: 0421 69 61 660 Ansprechperson: Manfred Post	keine
Sozialberatung	Bras e.V.	Senior:innen	Klönhof Nimweger Str. 11, 28259 Bremen	jeden 2. + 4. Mittwoch im Monat 14:00 – 16:00 Uhr	Tel.: 0421 25 842 10 Ansprechperson: Manfred Post	keine

Angebot	Träger	Zielgruppe	Ort	Zeiten	Kontakt	Kosten
<b>Cafe-Memory</b>	Bras e.V. und Gesundheitsfachkraft	Senior:innen	Café Rosengarten Antwerpener Str. 22	alle zwei Wochen montags von 10:00 bis 12:00	Anmeldung: Janna Gold- schmidt Tel.: 0421 69 616 60	keine
<b>Altenkreis</b>	Dietrich Bonhoeffer Gemeinde	Senior:innen	Dietrich Bonhoeffer Gemeinde Luxemburger Str. 29	Donnerstags 14:30 – 16:30	Ansprechperson: Silke Schneewind	keine
<b>Eltern-Kind-Gruppe</b>	Haus der Familie Huchting	Eltern und Kinder von 1 Jahr bis 2 Jahre	"Spielhaus/Treff Ant- werpener Straße Antwerpener Str. 15a 28259 Bremen"	Montag 09:30-11:30	Tel.: 0421 361 99 22 oder 0421 361 165 04 oder Mobil: 0178 674 59 07 E-Mail: hdf-huchting@afsd. bremen.de	keine
<b>Robi -Treff</b>	Kinder- und Familienzentrum Robinsbalje, Haus der Familie Huchting	Eltern	Kinder- und Familienzentrum Robinsbalje 14, 28259 Bremen	jeden Mittwoch von 15:00 – 17:00 Uhr	0421 361 9914 oder 0421 361 165 04 oder Mobil: 0178 674 59 07 E-Mail: hdf-huchting@afsd. bremen.de	keine
<b>Familientreff</b>	Haus der Familie Huchting, Petri und Eichen	Familien	Haus der Familie, QBZ Robinsbalje 12 28259 Bremen	Ein Mal im Monat, am Freitag 17:00 - 19:00 Termine im Haus der Familie erfragen	Tel.: 0421 361 99 22 oder 0421 361 165 04 oder Mobil: 0178 674 59 07	keine
<b>Treff "S" in St. Georg Gespräche und Themen Sport und Spaß</b>	St. Georg Gemeinde	Senior:innen	kleines Gemeindezent- rum der ev. St.Georgs- Gemeinde, Kirchhuch- tinger Landstraße 24, 28259 Bremen	1. und 3. Mittwoch 14:30 2. und 4. Mittwoch 14:30	0421 583077	keine



# GESUNDHEITSANGEBOTE IN HUCHTING

## SELBSTHILFEGRUPPEN

Angebot	Träger	Zielgruppe	Ort	Zeiten	Kontakt	Kosten
Huchtinger Selbsthilfegruppe für Frauen mit Krebserkrankungen	Bremer Krebsgesellschaft	Frauen mit Krebserkrankung	BuS, Amersfoorter Str. 8, 28259 Bremen	jeden 1. Donnerstag im Monat, 18:00 Uhr	Rita Goretzki: Tel.: 0421 583342; E-Mail: rita.goretzki@web.de und Marie Rösler: roesler@krebsshg-bremen.de	keine
Leben finden (12 Schritte Programm)	Matthäus Gemeinde	Menschen mit psychischen Problemlagen und Angehörige	Hermannsburg 32e, 28259 Bremen	jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat, 18:00 – 21:00 Uhr	Frank Pottin, Tel.: 0421 579 88 60; E-Mail: buero@matthaeus.net	keine
Adipositas Selbsthilfegruppe Zauberstab	eigenständige Selbsthilfegruppe	Menschen mit Adipositas, Lipödem und Angehörige ab 16 Jahren	QBZ, Robinsbalje 10-14, 28259 Bremen	letzter Mittwoch im Monat, 19:00 – 21:00 Uhr	Kerstin van Wyk: 0176 84163814; E-Mail: kerstin-vanwyk@yahoo.com	keine
Polyneuropathie-Selbsthilfegruppe	eigenständige Selbsthilfegruppe	Betroffene	Dietrich-Bonhoeffer-Gemeinde, Luxemburger Str. 29, 28259 Bremen	jeden 2. Montag im Monat, 15:30 – 17:00 Uhr	Bitte beim Netzwerk Selbsthilfe erfragen, Tel.: 0421 70 45 81, E-Mail: info@netzwerk-selbsthilfe.com	keine
Emotionales Essen	eigenständige Selbsthilfegruppe	für Betroffene, die Erfahrungen mit Diäten und ihren Auswirkungen gemacht haben	Kirche St. Georg, Kirchhuchtinger-Landstr. 24, 28259 Bremen (im kleinen Gemeindehaus)	jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr	Susanne: Tel.: 0421 57 05 49; E-Mail: emotionales-essen@selbsthilfegruppe-emotionales-essen.de	keine
Trauergruppe	Bras e.V.	Senior:innen	Klönhof, Nimweger Str. 11, 28259 Bremen	Montag 10:30 – 12:00 Uhr, 14-tägig	Tel.: 0421 25 842 10	keine

Angebot	Träger	Zielgruppe	Ort	Zeiten	Kontakt	Kosten
<b>Trauergruppe mit Michaela Höck</b>	Bras e.V.	Senior:innen	Klönhof, Nimweger Str. 11, 28259 Bremen	Montag: 14:30 - 16:00, monatlich	Tel.: 0421 25 842 10	keine
<b>M*iteinander S*tark</b>	eigenständige Selbsthilfegruppe	Für Betroffene mit Multiple Sklerose	kleines Gemeindezentrum der ev. St.Georgs-Gemeinde, Kirchhuchtinger Landstraße 24, 28259 Bremen	Erster Samstag im Monat von 11:00-13:00 Uhr	Anmeldung: ms.huchting@t-online.de	keine
<b>Gesprächskreis für pflegende Angehörige</b>	Dietrich Bonhoeffer Gemeinde	Pflegende Angehörige	Dietrich Bonhoeffer Gemeinde Luxemburger Str. 29	4. Montag im Monat 16:00	Silke Schneewind schneewind@kirchebremen.de Tel.: 0179 743 6054	keine
<b>Trauergruppe bei Bonhoeffer</b>	Dietrich Bonhoeffer Gemeinde	Für Trauernde	Dietrich Bonhoeffer Gemeinde	4. Mittwoch im Monat	Silke Schneewind	keine