



Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz



Veranstaltungsprogramm
für Gröpelingen, Walle und Findorff
Juni - November 2024



Arbeitskreis
Älter werden im Bremer Westen

Veranstaltungsprogramm für Gröpelingen, Walle und Findorff



**Heimathafen
Bremer Westen**

Für Menschen mit und ohne Demenz

Immer mittwochs vom 12.06. bis 25.09.2024, 10.00 – 12.00 Uhr, kostenlos

„Komm zum Plaudern!“

Ort: Sie finden uns vor der Bären-Apotheke: Gröpelinger Heerstraße 249a, 28239 Bremen

Donnerstag, 08.08.2024, 15.00 – 16.30 Uhr, kostenlos

Patientenverfügung & Vorsorgevollmacht

Anmeldung: DLZ Walle, Tel. 0421 388 98 0

Ort: Stiftung Senioren-Kontakt Dr. Erich Neukirch, Wartburgstraße 20, 28217 Bremen

Donnerstag, 12.09.2024, 09.00 – 13.00 Uhr, kostenlos

Hands-on Dementia simuliert die Symptome einer Demenz

Anmeldung: DLZ Gröpelingen, Tel. 0421 691 42 66

Ort: Nachbarschaftshaus Helene Kaisen, Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen

Mittwoch, 18.09.2023, 10.00 – 14.00 Uhr, kostenlos

Ein Tag im Leben von Erna Müller - Demenzerfahrung machen mit dem Demenzsimulator

Anmeldung: DLZ Findorff, Tel. 0421 377 89 0 oder DLZ Walle, Tel. 0421 388 98 0

Ort: Begegnungszentrum Martin-Luther Gemeinde, Neukirchstr. 86, 28215 Bremen

Mittwoch, 02.10.24 , 10.00 – 13.00 Uhr, Kosten: 3 €

Rettungsanker: Erste Hilfe Kurs für Senior:innen

Anmeldung: Aufsuchende Altenarbeit + Gröpelingen, Tel. 0421 69145 85

Ort: Nachbarschaftshaus Helene Kaisen, Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen

Mittwoch, 23.10.24, 15.00 – 16.30 Uhr, kostenlos

Tanzen im Sitzen

Anmeldung: Gesundheitstreffpunkt West, Tel. 0421 617079

Ort: Stadtbibliothek Gröpelingen, Lindenhofstraße 53, 28237 Bremen

Donnerstag, 21.11.24, 15.00 – 17.00 Uhr, kostenlos

Café Blaulicht

Anmeldung: Bremer Heimstiftung, Tel. 0421 38 040

Ort: Stiftungsdorf Gröpelingen, Elbinger Str. 6, 28237 Bremen





Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz

„Wohin die Reise auch geht, hängt nicht davon ab woher der Wind weht, sondern wie man die Segel setzt.“

Kurt Tepperwein

**Immer mittwochs vom 12.06. bis 25.09.24, 10.00 – 12.00 Uhr
„Komm zum Plaudern!“**

Verschiedene Mitglieder des Arbeitskreises „Älter werden im Bremer Westen“ laden jeden Mittwoch in Gröpelingen zum Plaudern ein. Nicht immer fällt es leicht, aufeinander zuzugehen und dennoch tut uns ein lebendiges Gespräch ab und zu gut. Hierfür soll mit dem Sommerprojekt „Komm zum Plaudern!“ eine Gelegenheit geschaffen werden. Setzen Sie sich gerne für einen Moment zu uns und erzählen Sie ein bisschen..

Keine Anmeldung nötig.

Veranstaltungsort:

Sie finden uns vor der
Bären-Apotheke in Gröpelingen:
Gröpelinger Heerstraße 249a,
28239 Bremen

-kostenlos-





Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz

„Die Seele ist das Schiff, das Herz das Steuer und die Wahrheit der Hafen.“

Friesische Weisheit

-kostenlos-

Donnerstag, 08.08.2024, 15.00 – 16.30 Uhr

Patientenverfügung & Vorsorgevollmacht

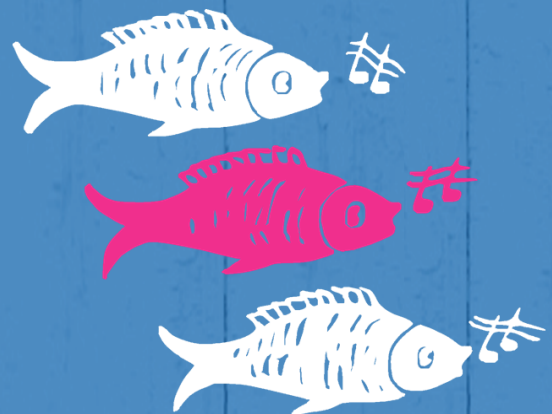
Mit einer Vorsorgevollmacht kann jeder Mensch frühzeitig eine Vertrauensperson bestimmen, die seine Angelegenheiten entsprechend seinen Wünschen übernimmt, wenn er dazu selbst nicht mehr in der Lage sein sollte. Damit unterstützt die Vorsorgevollmacht das Recht auf Selbstbestimmung. Was zu bedenken ist und wie diese aussehen sollte, erläutert uns Wolfgang Reiter von der Hospizhilfe Bremen e.V. in einem Vortrag.

Um Anmeldung wird gebeten:

DLZ Walle
Tel. 0421 388 98 0

Veranstaltungsort:

Stiftung Senioren-Kontakt Dr. Erich Neukirch
Wartburgstraße 20, 28217 Bremen





Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz

*„Ohne Gefühle hätten unsere
Erinnerungen keine Zukunft.“*

Thomas Möginger

Donnerstag, 12.09.2024, 09.00 – 13.00 Uhr

Hands-on Dementia simuliert die Symptome einer Demenz

Der Demenzsimulator führt Sie in acht Alltagssituationen durch einen ganz gewöhnlichen Tag. Vom Anziehen bis zum Abendessen können Personen, die nicht an Demenz erkrankt sind, erleben, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen. Hands-on Dementia hilft so dabei, das Verhalten und die Gefühle von Menschen mit Demenz besser zu verstehen. Planen Sie ca. 1,5 Stunden Zeit ein.

-kostenlos-

Um Anmeldung wird gebeten:

DLZ Gröpelingen, Tel. 0421 691 42 66

Veranstaltungsort:

Nachbarschaftshaus Helene Kaisen
Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
gemeinsam mit dem Netzwerk Demenz
und Migration





Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz

„Dass uns eine Sache fehlt, sollte uns nicht davon abhalten, alles andere zu genießen.“

Jane Austen

-kostenlos-

Mittwoch, 18.09.2023, 10.00 – 14.00 Uhr

Ein Tag im Leben von Erna Müller Demenzerfahrung machen mit dem Demenzsimulator

Der Demenzsimulator führt Sie in acht Alltagssituationen durch einen ganz gewöhnlichen Tag. Vom Anziehen bis zum Abendessen können Personen, die nicht an Demenz erkrankt sind, erleben, wie sich die Symptome einer Demenz anfühlen. Hands-on Dementia hilft so dabei, das Verhalten und die Gefühle von Menschen mit Demenz besser zu verstehen. Planen Sie ca. 1,5 Stunden Zeit ein.

Um Anmeldung wird gebeten:

DLZ Findorff, Tel. 0421 377890 oder

DLZ Walle, Tel. 0421 388980

Veranstaltungsort: Begegnungszentrum

Martin-Luther Gemeinde

Neukirchstr. 86, 28215 Bremen





Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz

„Sei mutig! Jedes Abenteuer beginnt mit der Entscheidung etwas Gewohntes loszulassen.“

R. Schmidt

Mittwoch, 02.10.24 , 10.00 – 13.00 Uhr



Rettungsanker: Erste Hilfe Kurs für Senior:innen

Für einen Erste-Hilfe-Kurs ist man nie zu alt! Gemeinsam mit der Rettungsdienstschule Rettungsanker laden wir zum Erste Hilfe Kurs für Senior:innen in Gröpelingen ein. Der Kurs bietet Wissen und die Sicherheit, in Notfallsituationen richtig zu handeln. Lernen Sie, wie Sie schnell und effektiv reagieren können, um sich und anderen zu helfen.

Kostenbeitrag bei Anmeldung: 3 €

Um Anmeldung wird gebeten:

Aufsuchende Altenarbeit +
Gröpelingen, Tel. 0421 69145 85

Veranstaltungsort:

Nachbarschaftshaus Helene Kaisen
Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen





Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz

*„Man muss immer etwas haben,
worauf man sich freut.“*

Eduard Mörike

-kostenlos-

Mittwoch, 23.10.24, 15.00 – 16.30 Uhr

Tanzen im Sitzen

Genießen Sie die Freude am Tanzen und an der Musik bequem im Sitzen. Tanzen macht nicht nur Spaß, sondern ist auch gesund: Die Bewegungen sind gut für Körper und Seele und trainieren nebenbei noch die grauen Zellen. Unsere erfahrene Tanzlehrerin führt Sie durch einfache und unterhaltsame Bewegungen, die für jedes Fitnessniveau geeignet sind.

Um Anmeldung wird gebeten:

Gesundheitstreffpunkt West

Tel. 0421 617079

Veranstaltungsort:

Stadtbibliothek Gröpelingen

Lindenhofstraße 53, 28237 Bremen





Heimathafen Bremer Westen

Für Menschen mit und ohne Demenz

„Jeder braucht immer wieder einen
sicheren Hafen, in dem er sich
von den Stürmen des Alltags
erholen kann.“

Kurt Haberstich



-kostenlos-

Donnerstag, 21.11.2024, 15.00 – 17.00 Uhr

Café Blaulicht

Bei einem adventlichen Nachmittag haben Sie die
Gelegenheit mit unserem Kontaktpolizisten ins Gespräch zu
kommen. Stellen Sie Ihre Fragen und erhalten Sie nützliche
Hinweise rund um das Thema Sicherheit im Stadtteil.
Bei Plätzchen, Tee und Kaffee freuen wir uns auf einen
lebendigen und informativen Austausch.

Um Anmeldung wird gebeten:

Bremer Heimstiftung

Tel. 0421 38 040

Veranstaltungsort:

Stiftungsdorf Gröpelingen

Elbinger Str. 6, 28237 Bremen





*„Heimat ist da, wo ich verstehe
und wo ich verstanden werde.“*

Karl Jaspers

Unser „Heimathafen“ steht symbolisch für verschiedene Orte, an denen man sich sicher und angenommen fühlt, auch bei Sturm und hohen Wellen. Und „Heimathafen“ steht für Verwurzelung und Tradition, Weltoffenheit und Toleranz wie die Stadtteile Gröpelingen, Walle und Findorff, in denen wir uns engagieren.



Arbeitskreis Älter werden im Bremer Westen
c/o Gesundheitstreffpunkt West
Lindenhofstraße 53/
Gröpelinger Bibliotheksplatz
Tel. 0421 61 70 79
Mail: info@gtp-west.de www.gtp-west.de

