

Im Café

Frühstück, täglich wechselnder Mittagstisch

von **12:30 - 14:00 Uhr**

Montag, Mittwoch und Donnerstag „Lecker für Zwei“,

Mittagstisch für 2 EUR

Kaffee und Kuchen

Catering

Speisepläne im FQZ oder unter:

www.fqz-bremen.de

Treffpunkt

Offenes WLAN, Buchtauschregal,

Tageszeitung, Spiele, Klönen

Beratung

Ankommen im Quartier

Beratung im Haus der Familie Vahr

Auskunft und Wegweisung

Spendenkonto

Sie können unsere Arbeit durch eine Spende unterstützen

Konto: FQZ bei der Sparkasse Bremen

IBAN: DE64 2905 0101 0086 0040 33

Weitere Angebote

Marktplatz der Begegnung

Öffnungszeiten:

Montag **09:00 - 11:00 Uhr**

Dienstag **09:00 - 11:00 Uhr**

Mittwoch **13:30 - 15:30 Uhr**

Donnerstag **10:00 - 12:00 Uhr**

Sonntag **11:00 - 14:00 Uhr**

Während der Schulferien nur sonntags

Mahlzeit – kostenlose Mahlzeit für Kinder
jeden Sonntag **um 12:30 Uhr**

Familien- und QuartiersZentrum

Neue Vahr Nord e.V.

Mehrgenerationenhaus

August-Bebel-Allee 284

28329 Bremen

Kontakt:

Dorit Andrea Lamprecht

Mehrgenerationenhaus (Koordinatorin)

Lamprecht@mgh-fqz.de

0421 67 32 84 31 (MGH)

Kirsten Noltenius

Familien- und QuartiersZentrum / Haus der Familie

Kirsten.Noltenius@afsd.bremen.de

0421 67 32 84 31 (FQZ)

0421 69 64 87 00 (HdF)

Renate Beck

Ankommen im Quartier

Renate.Beck@afsd.bremen.de

0421 84 78 94 56



Andrea Strebe

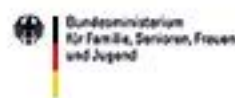
Treffpunkt Café

Andrea.Strebe@foerderwerk-bremen.de

0421 69 62 31 52

Web: www.fqz-bremen.de

Gefördert von:



Förderwerk
Wir fördern Zukunft



Elterninitiative
Spielplatz Philipp-
Scheidemann-
Straße e.V.

Förderverein des
FQZ Neue Vahr
Nord e.V.



Mehr
Generationen
Haus
Wir leben Zukunft vor
Neue Vahr Nord

TREFFPUNKT für **JUNG** und **ALT**

Café

Angebote

Veranstaltungen



Familien- und QuartiersZentrum

Neue Vahr Nord

Laufende Angebote

Montag

- 09:00 - 11:00 Uhr Mutter-Kind-Gruppe
- 10:00 - 11:30 Uhr Offener Babytreff Vahr
- 11:00 - 13:00 Uhr Frühberatung für Schwangere und für Kinder bis 3 Jahre
- 10:00 - 11:30 Uhr Sprach-Café Deutsch (für Fortgeschrittene)
- 11:00 - 12:30 Uhr PC-Kurs für Senior*innen und Zugezogene
- 14:30 - 17:00 Uhr Patchwork und Handarbeit
- 15:00 - 16:00 Uhr Trommeln für Jung und Alt 
- 16:00 - 17:30 Uhr Löwen-Chor
- 16:00 - 17:30 Uhr Hausaufgabenhilfe bis 6. Klasse

Dienstag

- 08:00 - 13:00 Uhr Elterntreff 
- 15:00 - 17:00 Uhr SprachCafé Deutsch lernen (mit Kinderbetreuung) 

Laufende Angebote

Mittwoch

-  09:00 - 12:00 Uhr **Schneiderei-Workshop – Hilfe zur Selbsthilfe** (jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat)
-  11:00 - 12:30 Uhr **Tanzkreis für Frauen** (ab Oktober jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat)
- 15:00 - 17:00 Uhr **Löwenschnack** (alle 14 Tage)
- 16:00 - 17:30 Uhr **Hausaufgabenhilfe** bis 6. Klasse

Donnerstag

- 08:00 - 13:00 Uhr **Elterntreff** 
- 09:00 - 10:00 Uhr **Berufsorientierung** (für Frauen)
- 10:30 - 12:00 Uhr **Fit durch Bewegung für Senior*innen** 
- 16:00 - 18:00 Uhr **Familiendonnerstag**
-  16:00 - 19:00 Uhr **Kochen & Backen für Jung und Alt** (jeden 1. und 4. Donnerstag im Monat)

Freitag

- 10:00 - 11:30 Uhr **Sprach-Café Deutsch** (für Anfänger*innen)
- 10:00 - 13:00 Uhr **Die Freitagsmaler*innen**
- 15:00 - 17:00 Uhr **Bunter Familiennachmittag** (für Vahr*innen und Zugewanderte)


Samstag

- 10:00 - 12:00 Uhr **Arabisch lernen für Kinder**

Wiederkehrende Angebote

Löwen-Infoveranstaltung zu aktuellen Themen jeden 3. Montag im Monat **ab 17:30 Uhr** im Café

Frühstücksbuffet Kosten 5 EUR jeden 1. Dienstag im Monat **ab 10:00 Uhr**

 **Spieltreff** im Café für Jung und Alt Mittwoch 19.9., 17.10., 14.11., 12.12. **14:30 - 16:30 Uhr**

Tea Time – offener englischer Nachmittag mit Gebäck und Tee jeden 1. Donnerstag im Monat **15:00 - 17:00 Uhr**

 **Kinoabend** im Gemeindesaal jeden letzten Donnerstag im Monat **19:00 - 21:00 Uhr**

Demenz-Café „Haltestelle“ jeden letzten Samstag im Monat **15:00 - 17:00 Uhr**

Familiensonntag in der Regel jeden ersten Sonntag im Monat **13:00 - 17:00 Uhr**

Sozialpädagogische Spielkreis im Haus der Familie Vahr (HdF)

Anregungen und Ideen für Angebote und Veranstaltungen? Sprechen Sie uns an!

Raum gesucht? Wir stellen Ihnen unsere Räume für Familienfeiern, Vereinssitzungen und Seminare gegen Entgelt zur Verfügung.