

Im FQZ treffen sich unterschiedliche Gruppen: zum Beispiel

„Elterncafé PiB“
„Vahrer Löwen“

Das Team der Flexiblen Hilfen in der Vahr, St. Petri Kinder- und Jugendhilfe, hat das Büro im FQZ

Beratung:

Beratung und Auskunft
Wegweisung

Weitere Angebote:

Kleiderkammer für Kinder

Dienstag und Donnerstag

10:00 – 12:00 Uhr

Sonntag 12:00 – 14:00 Uhr

Kleiderkammer für Erwachsene

Dienstag und Donnerstag

09:00 – 11:00 Uhr

Fast-umsonst-Laden

Mittwoch, 13:30 – 16:00 Uhr

Donnerstag, 10:00 – 12:00 Uhr

Fahrrad-Selbsthilfe-Werkstatt

(Bitte einen Termin vereinbaren!)

Mahlzeit – kostenlose Mahlzeit für

Kinder, jeden Sonntag um 12:30 Uhr



Förderwerk
Wir fördern Zukunft

Spenden

Sie können die Arbeit des Familien- und QuartiersZentrums durch eine Spende unterstützen:
Konto FQZ bei der Sparkasse Bremen
IBAN:DE90 2905 0101 0012 7355 85

Ehrenamt und freiwillige Mitarbeit

Wir suchen Helferinnen und Helfer für die Hausaufgabenhilfe, den Familiendonnerstag, Begleitung zu Veranstaltungen usw.

Kontakt:

Familien- und QuartiersZentrum
Neue Vahr Nord e. V.
August-Bebel-Allee 284
28329 Bremen

Telefon: 0421 – 67 32 84 31

Koordination: Kirsten Noltenius

Mail: info@fqz-bremen.de

Web: www.fqz-bremen.de

Förderverein
des Familien - und Quartierzentrums
Neue Vahr e.V.



Elterninitiative Spielplatz
Philipp-Scheidemann-Straße e.V.

Treffpunkt für Jung und Alt



**Familien- und
QuartiersZentrum**
Neue Vahr Nord

Angebote und Veranstaltungen

des FQZ und der Träger des FQZ

Stand: März 2016

Für kleine Menschen, Mütter und Familien

Eltern-Kind-Gruppe

Montag, 9:00 – 11:00 Uhr

Offener Babytreff Vahr

Montag, 9:00 – 11:00 Uhr

Hausaufgabenhilfe bis 6. Klasse

Montag und Mittwoch,
16:00 – 17:30 Uhr

Elterntreff

Dienstag und Donnerstag,
8:00 – 13:00 Uhr



Sozialpädagogische Spielkreise

Dienstag bis Donnerstag

Familiendonnerstag

16:00 – 18:00 Uhr

Mutter-Kind-Gruppe „Rabauken“

Freitag, 9:30 – 11:30 Uhr

Delfi-Kurs, ab März 2016

Freitag, vormittag



Arabisch lernen für Kinder

Samstag, 10 – 12 Uhr

Familiensonntag,

in der Regel jeden ersten Sonntag im
Monat, 10:00 – 16:00 Uhr (Aushang!)

Angebote im Spielhaus der Elterninitiative Spielplatz Philipp-Scheidemann-Straße

Offenes Angebot incl. Abendessen

(Kostenbeitrag 1 EUR/Person)

Montag, 16 – 19 Uhr

Eltern-Café

Mittwoch und Freitag, 9:00 – 12:00 Uhr

Offener Treff für Alle

Dienstag bis Freitag, 14:30 – 17:30 Uhr

Offene Angebote für Kinder

Samstag, 9:30 – 12:00 Uhr

Für Kindergeburtstage kann das Spielhaus
gegen Kostenbeitrag genutzt werden.

Auskünfte erteilt: Andrea Eisleb

Telefon: 0421 - 22 29 08 11 oder

Spielhaus: 0421 – 46 70 20

Für Frauen, ältere Menschen und alle Generationen

PC-Kurs für Senioren

Montag, 11:00 – 12:30 Uhr

Afrikanisch Trommeln und Tanzen

Montag, 15:00 – 16:00 Uhr



Patchwork

Montag, 14:30 – 17:00 Uhr

Löwen-Chor

Montag, 16:00 – 17:30 Uhr

Löwen-Info-Veranstaltung zu aktuellen
Themen, jeden dritten Montag im Monat ab
17:30 Uhr im Café

Jeden 1. Dienstag im Monat **Frühstücks-
buffet nicht nur für Vahrer Löwen,**
Kosten 5 EUR, Anmeldung: 69 62 31-52

Gesunde Bewegung für Frauen

Mittwoch, 10:00 – 11:30 Uhr,
(Kooperation mit VHS-Ost; Anmeldung erforder-
lich)

Berufsorientierung für Frauen

Donnerstag, 9:00 – 11:00 Uhr

Sprachcafé Deutsch

Donnerstag, 10:00 – 11:30 Uhr



Fit im Alter, der mobile Fitnesspfad

Donnerstag, 10:30 – 12:00 Uhr



Talk together – offener englischer

Nachmittag mit Gebäck und Tee, jeden 1.
Donnerstag im Monat, 15:00 – 17:00 Uhr

Die Freitagsmaler

Freitag, 10:00 – 13:00 Uhr

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

Für MigrantInnen

finden Deutschkurse, Alphabetisierungs-
und Integrationskurse statt. Auch im
Elterntreff und im **Sprachcafé** sind sie
willkommen.

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

Raum gesucht? Wir stellen Ihnen
unsere Räume für Familienfeiern, Ver-
einssitzungen und Seminare gegen Ent-
gelt zur Verfügung.

Im Café

gibt es täglich wechselnden Mittagstisch
von 12:30 – 13:30 Uhr. Montag und Don-
nerstag „Lecker für Zwei“, Mittagstisch
für 2 EUR. Weiter: Kaffee und Kuchen.

Speisepläne im FQZ oder unter www.fqz-bremen.de

