

Im Haus der Zukunft finden Sie:

Haus der Familie (HdF)

Ilka Krüner-Reuß

Ilka.kruener-reuss@afsd.bremen.de

Yosra Remo

Yosra.remo@afsd.bremen.de

Tel. 0421 / 361 - 79292 Fax: 0421 / 361 -79294

Quartiermanagement (WiN)

Wohnen in Nachbarschaften -

Stadtteile für die Zukunft entwickeln

Ömer Kaya Tel: 0421 / 361 - 79293

Mobil: 0176 / 16 60 73 73

Oemer.kaya@afsd.bremen.de

Mehrgenerationenhaus

Sina Mayer Tel: 0421 / 60 999 55

haus-der-zukunft-mgh@online.de

Ankommen im Quartier

Mehmet Güler

Tel. 0421 / 361- 17369

mehmet.gueler@afsd.bremen.de

Wegweisende Freundlichkeit

Empfang

Christiane Rillcke

Tel: 0421 / 361- 79295

rillcke@petriundeichen.de

Gutes Klima in der Nachbarschaft

Sozialberatung

Haus der Zukunft - GEWOBA

Mouad Galmoussi - Lüssumer Heide 38

Tel:0421 / 848 277 10 Mobil: 01573 / 391 86 20

hdz-gwa@online.de

Beratung für türkische Familien

Pinar Türk Tel: 0421 / 361 - 79292

Mo. 10:00 - 15:00 und Mi. 10:00 - 14:00

Elternverein für PSYchoMOTORISCHE Entwicklungsförderung e.V.

Maren Maetze, Elke Schött

Tel: 0421 / 60 99 840

Fax: 0421 / 609 50 53

EPSYMO@t-online.de

Frühberatungsstelle Nord

Maren Maetze Tel: 0421 / 690 091 46

fruehberatung.bremen-nord@web.de

Täter-Opfer-Ausgleich

Schlichten aus Nachbarschaften

Katharina Hoeff Do. 14:00 - 18:00

Tel: 0167 605352

Programm



**HAUS DER
ZUKUNFT**
Bremen-Lüssum

Frühling/Sommer

2025

Lüssumer Heide 6
28777 Bremen

www.haus-der-zukunft-bremen.de



Mehr Generationen Haus

Miteinander – Füreinander

Haus der Zukunft

Das Mehrgenerationenhaus wird vom Bundesministerium seit 2006 gefördert. Gemeinsam mit der ev. KiTa und der ev. Kirchengemeinde, Hauptamtlichen, freiwillig Engagierten und Bewohner:innen haben wir ein Leitbild für die Arbeit im Mehrgenerationenhaus - *Haus der Zukunft* entwickelt. Den Text, sowie weitere Informationen finden Sie auf unserer Internetseite.

Seit dem 01.01.2025 ist das Haus der Zukunft mit Petri und Eichen gGmbH verschmolzen.

Haus der Zukunft Website:

Leitbild



Oder über Instagram: @mgh_hausderzukunft

Internationales Frauenfest

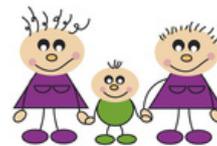
Geselliges Zusammensein mit Kulturprogramm, Tanz und Snacks für Lüssumer Frauen



Wann: 03.04.2025 17:00 Uhr

Wo: Tami-Oelfken Schule

Mal raus aus dem Haus



Haus der Familie

Ausflug für Familien in den Osterferien

Informationen erhalten Sie unter:
Haus der Familie: 0421 / 361 - 79292



Persönliche Beratungen

(auch in türkischer und arabischer Sprache)

Bitte melden Sie sich an:
Haus der Familie 0421 / 361 - 79292
Frühberatungsstelle-Nord 0421 / 690 091 46

Die mit * gekennzeichneten Angebote werden aus dem Programm WiN gefördert.

Die mit ** gekennzeichneten Angebote werden durch die europäische Union gefördert.



Kofinanziert von der Europäischen Union

Die mit *** gekennzeichneten Angebote werden aus dem Programm "Wir können Kunst. Kultur macht stark" gefördert.



Wohnen in Nachbarschaften

Stadtteilsitzungen sind öffentlich.

Sie finden ca. 8x im Jahr immer dienstags um 16:00 Uhr im *Haus der Zukunft* statt.

Sie sind herzlich eingeladen!

Hier wird über aktuelle Themen des Stadtteils diskutiert und es werden Projekte vorgestellt, die einen Zuschuss aus dem WiN-Programm oder dem Programm "Soziale Stadt" benötigen.

Quartiermanager: **Ömer Kaya**

Haus der Familie



Wir bieten vielfältige Angebote für Eltern und Kinder an. Die regelmäßigen Veranstaltungen finden Sie im Wochenplan, besondere Termine und Aktivitäten können Sie telefonisch oder persönlich im *Haus der Zukunft* erfragen.

Für die **Gruppenangebote** bitten wir um

Anmeldung.

Ilka Krüner-Reuß

Frühberatungsstelle Nord

Die **Frühberatungsstelle** bietet Einzelberatungen und verschiedene Kurse für Eltern mit Säuglingen und Kleinkindern.

Die Beratungs- und Kurszeiten können Sie dem Programm entnehmen.

Telefonische Anmeldung erforderlich.

Maren Maetze

EPSYMO



EPSYMO
EPSYMO
EPSYMO

Der **Elternverein für PSYchoMOTORISCHE**

Entwicklungsförderung unterstützt Kinder dabei, ihre Wahrnehmung, Bewegung und die Handlungs-, Lern- und Sprachfähigkeit zu verbessern. Die Kinder werden in therapeutischen Kleingruppen betreut. **Maren Maetze**

Hier finden Sie Angebote von:

Haus der Familie Lüssum (AfSD)

Frühberatungsstelle Nord

EPSYMO - Elternverein für psychomotorische Entwicklungsförderung e.V.

Quartiermanagement Lüssum - Bockhorn (AfsD)

Mehrgenerationenhaus (MGH)

Ankommen im Quartier (AfSD)

Täter-Opfer-Ausgleich e.V. (TOA)

Paritätisches Bildungswerk (PBIW)

Deutsches Rotes Kreuz Bremen (HIPPY)

Stiftungsdorf Rönnebeck, Bremer Heimstiftung Arbeit und Lernzentrum (alz)

Ute Bullert - Sprachkurse im Betrieb

Dorothea Sander - Künstlerin (KunstLaden) AWO-

Jugendmigrationsdienst (PaFüM)

GEWOBA Aktiengesellschaft Wohnen und Bauen

**Mitbestimmen in
Lüssum-Bockhorn!
Stadtteilgruppe: 18.02.2024**



Internationales Frauencafé

Zusammen auf einen Café mit

Frauen aus Lüssum



Ein Raum andere Frauen kennenzulernen, gemeinsam Zeit zu gestalten und sich auszutauschen.

Gastgeberinnen sind Nahed und Madona

Wann: 15.01., 19.02., 19.03.2025

Gemütlichkeit in kleiner Runde

Backen mit Nahed & Christiane
im Backhaus

Ort: Backhaus, Lüssumer Heide 50
hinter dem Spielhaus

Uhrzeit: 15:00 - 17:30 Uhr

Termine: 23.01., 20.02., 20.03.,
15.05., 12.06.2025



Kosten: 3,50€



Anmeldung:

Christiane Rillcke Nahed Almazloum
0421/36179295 0179/4199386



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



Strong Nation Intensives Kraft- und Cardiotraining

In diesem Sportangebot für Frauen ab 18 könnt ihr zu Musik mit Körpergewichtsübungen eure Muskeln stärken und eure Ausdauer verbessern.

Das Angebot wird angeleitet von Daniela.

Wann? Dienstags 18:00 – 19:00 Uhr

Freitag: 17:00-18:00 Uhr

Wo? Mehrgenerationenhaus – Haus der Zukunft
Sportraum Lüssumer Heide 6, 28777

Anmeldung & Fragen:

Festnetz: 0421 60 999 55

Mobil: 017645289817

haus-der-zukunft-mgh@online.de

Kosten: 10 € für 10 Termine

Samstag

15:00 - **Strick-Bastel-Klön-Café**
17:00 Café
14 - tägig
Mehrgenerationenhaus



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

Strick-Bastel-Klön-Café

In einer gemütlichen Runde stricken und sich bei Kaffee und Kuchen austauschen.

14-tägig Samstags

11.01., 25.01., 08.02., 22.02., 15.03., 29.03.,
05.04., 26.04., 10.05., 24.05., 14.06. und
28.06.2025

Leitung: Aki Röttger

Kosten: 3,00€ (inkl. Kaffee und Kuchen)

Informationen und Anmeldung:

Sina Mayer 60 999 55



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander



Niedersachsen Bremen e.V.

Café Memory – Rätsel und Denkspiele für die Gehirnfitness

Wann?

jeweils mittwochs von 14.30-15.30 Uhr

Wann: 08.01., 22. 01., 05.02., 19. 02.,
05.03., 19.03., 09.04., 23.04 2025

Wo: Veranstaltungsraum der GEWOSIE
Seniorenwohnanlage, Lehmhorsterstraße 35-
39, 28779 Bremen

Anmeldung & Fragen:

Tel: 0421 60 999 55



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

Senior:innen -Café

Kaffee, Kuchen, Gespräche und mehr.

14-tägig Montags

13.01., 27.01., 17.02., 03.03., 17.03.,
31.03., 05.05., 19.05., 02.06., 16.06 und
30.06.2025

15:00 - 17:00 Uhr im Café

Kosten: 2,50€ (inkl. Kaffee und Kuchen)

Informationen und Anmeldung:

Sina Mayer 60 999 55



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

Oldie but Goldie

Die Chorleiterin und Musikerin, Ella Winkelmann, lädt herzlich zu einem gemeinsamen Singnachmittag ein.

Mittwochs:

08.01., 05.02., 05.03., 02.04., 14.05.
und 18.06.2025

15:00 - 17:00 Uhr Im Café

Kosten: 2,50€ (inkl. Kaffee und Kuchen)

Anmeldung: Sina Mayer Tel: 60 999 55



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

Line Dance

Bei diesem Tanz wird in Reihen zu Pop- & Country-Musik getanzt.

Der Kurs umfasst je 10 Termine.

Jeden Mittwoch

19:00-21:00 Uhr

Kosten: 30€ für 10 Termine

Information und Anmeldung:

Sina Mayer: 60 999 55

.....Freitag.....

8:30 - 12:30
Im Krippenhaus

Spielkreis - "Küken"
Haus der Familie

9:00 - 15:00

Elternberatung
Frühberatungsstelle Nord

9:00 - 11:30
Seminarraum I

HIPPY - Gruppentreffen
14 - tägig - Irina Heidt, DRK

09:30-11:30

Frauentreff
Haus der Familie

10:00 - 11:30
Sportraum

Bewegen - Toben - Singen
Bewegungsangebot für Eltern und Kinder
(1 bis 3 Jahre)
Haus der Familie

10:00 - 12:00
Seminarraum I

Sprechstunde Jugendamt
Letzter Freitag im Monat
Haus der Familie

10:00 - 15:00

Beratung
EPSYMO

12:30 - 13:30

MITTAGSTISCH

14:00 - 16:45
Sporthalle

Psychomotorische Förderung
EPSYMO

17:00-18:00

Strong Nation

Sporthalle



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander - Füreinander



Frühstücksbüffet

Das *Haus der Zukunft* bietet ein abwechslungsreiches Frühstücksbüffet.

Mittwochs

9:00 - 10:30 Uhr

15.01., 29.01., 26.02., 26.03., 23.04.,

21.05., 04.06. und 25.06.2025

Anmeldung bei Susanne Meyer

Tel. 361 - 79504

Höchstens 30 Personen

Kosten: 7,50€ pro Person



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander - Füreinander



Spielenachmittag

Herzlich willkommen sind alle,
die gerne gemeinsam in kleiner
Runde und angenehmer Atmosphäre
Gesellschaftsspiele spielen wollen.

Montags:

06.01., 20.01., 10.02., 24.02.,
10.03., 24.03., 28.04., 12.05.,
26.05., 16.06. und 30.06.2025

15:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Regina Mollenhauer

Anmeldung: Sina Mayer Tel: 60 999 55

Säuglingspflegekurs

Das neugeborene Kind pflegen und
verstehen.
2 Treffen, Termine nach Vereinbarung

Hallo Baby! Geburtsvorbereitung

Ein Kurs für werdende Eltern - um sich auf
die Geburt ihres Kindes, die Bedürfnisse
des Neugeborenen und die Zeit des
Wochenbettes einzustellen.

Anmeldung und Infos

Frühberatungsstelle Nord Tel. 69 00 91 46

Mittagessen

Montag bis Freitag von 12:30 - 13:00 Uhr



Kosten: 4,50 Euro Erwachsene (ermäßigt 4 Euro)

3,00 Euro Kinder ab 3 Jahren

Wir bitten um rechtzeitige Anmeldung (spätestens
einen Tag vorher).

Wöchentliche Speisepläne liegen im Haus
aus und sind auf der Internetseite zu finden.

Anmeldung unter: 361 - 79504 oder 361 - 79295

Haus der Zukunft im Quartier

KunstLaden*

Lüssumer Ring 55

Dienstags: 10:30 - 13:30 Uhr

“Das habe ich selbst genäht”

Ein Nähprojekt für Frauen aus Lüssum für Frauen ohne und mit Nähkenntnissen



Dienstags 15:00 - 18:00 Uhr

“Soziokultur fördert das Zusammenleben”

Kinder ab 7 Jahren arbeiten zu unterschiedlichen künstlerischen Techniken. Im Mai findet eine “Kunstaktion im Grünen Band” gemeinsam mit einer Schulklasse statt.



Mittwochs 15:00 - 18:00 Uhr

“Kunstwerkstatt für Kinder”

Ein Kunstangebot für Kinder ab 7 Jahren. Es wird gemalt, gedruckt, gezeichnet und genäht.

Donnerstags 15:00 - 20:00 Uhr

“Kunst für Jugendliche”

Dieses Kunstprojekt richtet sich an jugendliche Mädchen. Die künstlerischen Techniken richten sich nach den Interessen der Teilnehmerinnen.

LOS-agentur
EINE PROJEKTAGENTUR DER WISOAK
IM AUFTRAG DER SENATORIN FÜR WIRTSCHAFT, ARBEIT & EUROPA



Kofinanziert von der Europäischen Union

Projektleitung:
Dorothea Sander Tel: 67 31 77 04

Kunstaussstellung:

Freischwimmen

von Ursula Gottwald

Eröffnung am 20.02.2025 um 16:30 Uhr

im Kulturcafé

mit musikalischer Begleitung

Donnerstag

8:30 - 12:45 Integrationskurs
Seminarraum I Deutschkurs
Paritätisches Bildungswerk

8:30 - 12:30 Spielkreis - "Küken"
Horthaus Haus der Familie

9:00 - 16:00 Elternberatung
Frühberatungsstelle Nord

09:30 - 10:30 Hebammen-Sprechstunde
Frühberatungsstelle Nord

9:30 - 11:00 Eltern-Kind-Gruppe
Sportraum (Ab 6 Monaten)
Haus der Familie

9:30 - 12:00 Baby-Massagekurs nach Leboyer*
7 Treffen
Frühberatungsstelle Nord

10:00 - 11:30 "Deutsch Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1) **
Waschtreff Ute Bullert - Deutschkurs für Frauen
Finanziert durch: WiN

12:30 - 13:30 MITTAGSTISCH

12:00 - 13:30 "A1 - Deutsch-Grundkurs für Frauen" **
Waschtreff Ute Bullert - Finanziert durch: WiN

14:15 - 15:30 "Deutsch - Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1+) **
Ute Bullert
Deutschkurs für Frauen
Finanziert durch: WiN

14:00 - 18:00 Schlichten in Nachbarschaften*
Seminarraum II Täter-Opfer-Ausgleich

14:15 - 16:15 Psychomotorische Förderung
Sportraum EPSYMO

14:00 - 18:00 Geigenensemble "Tarantella"
ev. Gemeinde Karin Christoph

16:00 - 18:00 Backen mit Nahed & Christiane
Backhaus Termine werden ausgeschrieben

16:30 - Tanzen ab 5 Jahren
Sportraum EPSYMO

16:30 - 18:30 "Kultur-Café"*
Café 14-tägig
Veranstaltung vom Stiftungsdorf Rönnebeck, Bremer Heimstiftung

18:15 - 19:45 "Lust auf Bewegung"
Sportraum Mehrgenerationenhaus

Mittwoch



8:30 - 12:30 Sportraum und Krippenhaus	Spielkreise "Mäuse" / "Küken" Haus der Familie
9:00 - 10:30 Im Cafe	FRÜHSTÜCKSBÜFETT Termine werden ausgehängt
9:00 - 15:00	Beratung EPSYMO
9:00 - 16:00	Elternberatung Frühberatungsstelle Nord
9:30 - 11:00	Treffen für Alleinerziehende 14 tägig Haus der Familie
10:00 - 11:30 Waschtreff	"Deutsch - Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1) ** Ute Bullert Deutschkurs für Frauen Finanziert durch: LOS
10:00 - 14:00	Beratung für türkische Familien * Haus der Familie / <i>Haus der Zukunft</i>
11:00 - 13:00 Ev. Gemeinde	Wer rastet, der rostet Mehrgenerationenhaus In zwei Kleingruppen
12.30 - 13.30	MITTAGSTISCH
12:00 - 13:30 Waschtreff	"Deutsch - Grundkurs für Frauen" (A1) ** Ute Bullert - Finanziert durch: WiN
13:00 - 14:00 KiTa	Kinderbibliothek Mehrgenerationenhaus
14:15 - 15:30	"Deutsch - Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1+) ** Ute Bullert Deutschkurs für Frauen Finanziert durch: WiN
15:00 - 17:00 Café	"Oldie but Goldie" Mehrgenerationenhaus - 1 x monatl.
18:30 - 20:30 Café	Internationales Frauencafé offener Begegnungsraum monatlich
19:00 - 21:00 Sportraum	Line Dance Mehrgenerationenhaus

Haus der Zukunft im Quartier

Deutsch Üben



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

Sprachspaziergänge

Möchtest du einmal in der Woche spazieren gehen und dabei Deutsch sprechen und lernen? Dann melde dich gerne bei uns für einen Sprachspaziergang an! Für Männer und Frauen.

Informationen und Anmeldung: Sina Mayer
Tel: 0421 60 99955/0176 45289817
haus-der-zukunft-mgh@online.de



Mehr
Generationen
Haus
Miteinander – Füreinander

Sprachcafé mit Kinderbetreuung

Du möchtest dein Deutsch sprechen verbessern und dich mit anderen Unterhalten? Dann melde dich gerne bei uns für einen Sprachcafé an! Nur für Frauen
Dienstag 15:30-17:00 Uhr

Informationen und Anmeldung: Sina Mayer
Tel: 0421 60 99955/0176 45289817
haus-der-zukunft-mgh@online.de

Montag

8:30 - 12:45 Seminarraum I	Integrationskurs Deutschkurs Paritätisches Bildungswerk
8:30 - 12:30 Krippenhaus	Spielkreis - "Mäuse" Haus der Familie
10:00 - 11:00 Café	"Komm und spiel mit mir" Frühberatungsstelle Nord
9:00 - 15:00	Beratung EPSYMO
9:00 - 16:00	Elternberatung Frühberatungsstelle Nord
10:00 - 15:00	Beratung für türkische Familien * Haus der Familie
12:30 - 13:30	MITTAGSTISCH
14:00 - 17:00 Sportraum	Psychomotorische Förderung EPSYMO
15:00 - 17:00 Café	Spielenachmittag 14 - tägig Mehrgenerationenhaus
15:00 - 17:00 Café	Senior:innencafé 14 - tägig im Wechsel mit Spielenachmittag Mehrgenerationenhaus
17:15-18:15 Sportraum	Rückbildungskurs für frühverwaiste Eltern Anja Struß von Bargaen Frühberatungsstelle Nord
18:15 - 19:15 Sportraum	Rückbildungskurs Anja Struß von Bargaen Frühberatungsstelle Nord
19:30 - 20:45 Sportraum	Rückbildungskurs Anja Struß von Bargaen Frühberatungsstelle Nord

Dienstag

8:30 - 12:45 Seminarraum I	Integrationskurs Deutschkurs Paritätisches Bildungswerk
8:30 - 12:30 Krippenhaus	Spielkreis - "Mäuse" Haus der Familie
9:00 - 16:00	Elternberatung Frühberatungsstelle Nord
9:30 - 11:30 Café	Frauentreff Haus der Familie
10:00 - 11:30 Waschtreff	"Deutsch - Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1) ** Ute Bullert Deutschkurs für Frauen Finanziert durch: WiN
12:30 - 13:30	MITTAGSTISCH
12:00 - 13:30 Waschtreff	"Deutsch - Grundkurs für Frauen" (A1) ** Ute Bullert - Finanziert durch: WiN
14:15 - 15:30	"Deutsch - Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1+) ** Ute Bullert Deutschkurs für Frauen Finanziert durch: WiN
14:00 - 17:00 Sportraum	Psychomotorische Förderung EPSYMO
15:00 - 18:00 Seminarraum 1	Treffen der türkischen Frauengruppe
15:30 - 17:00 Café	Sprachcafé mit Kinderbetreuung von Kleinkindern bis 6 Jahren Haus der Familie Mehrgenerationenhaus
16:00 - 18:00 Café	Öffentliche Sitzungen Stadtteilgruppe Lüssum-Bockhorn 8x im Jahr Quartiermanagement Lüssum - Bockhorn
18:00 - 19:00 Sportraum	Strong Nation Mehrgenerationenhaus