

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

Katrin Kemper

Katrin.Kemper@afsd.bremen.de

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

Empfang und Service

Tel: 0421 / 361- 79295

Gutes Klima in der Nachbarschaft

Sozialberatung

Haus der Zukunft - GEWOBA

Mouad Galmoussi - Lüssumer Heide 38

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

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

Schichten aus Nachbarschaften

Katharina Hoeff Do. 14:00 - 18:00

Tel: 0421 / 167 605352



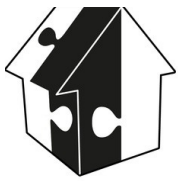
Haus der Zukunft

Programmheft

Frühling/Sommer 2026

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.

Haus der Zukunft Website:

Leitbild



Oder über Instagram: @mgh_hausderzukunft

Mitbestimmen in Lüssum-Bockhorn!



Stadtteilgruppe: 17.02.2026, 16.00 Uhr
im Haus der Zukunft

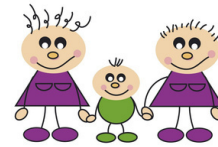
Frühberatungsstelle Bremen-Nord

Beratungs- und Gruppenangebote für Schwangere und Eltern mit Babys und Kleinkinder

Anmeldung und Infos

Frühberatungsstelle Nord Tel. 69 00 91 46

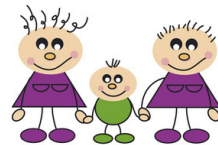
Mal raus aus dem Haus



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.

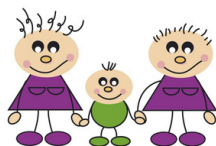
Sie finden ca. 8x im Jahr immer dienstags um 16:00 Uhr im *Haus der Zukunft* statt.

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



Mittagessen



im Haus der Zukunft

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

Internationales Frauenfest

Motto: Frauensache(n)

Wann: 16.04.2026 von 17:00-19:30 Uhr

Wo: Tami-Oelfken-Schule

Geselliges Zusammensein mit Kulturprogramm,

Tanz und Snacks für Lüssumer Frauen





**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: 28.01., 11.02., 25.02., 11.03.,
25.03.2026

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

Anmeldung & Fragen:

Tel: 0421 60 999 55

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

10.01., 24.01., 07.02., 21.02., 07.03., 21.03.,
04.04., 18.04., 02.05., 16.05., 13.06. und
27.06.2026

Leitung: Aki Röttger

Kosten: 3,00€ (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:

04.02., 04.03., 08.04., 06.05., 03.06.2026

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

Senior:innen -Café

Kaffee, Kuchen, Gespräche und mehr.

14-tägig Montags

12.01., 26.01., 09.02., 23.02., 09.03.,
13.04., 27.04., 11.05., 01.06., 15.06. und
29.06.2026

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



Spielenachmittag

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

Montags:

05.01., 19.01., 02.02., 16.02.,
02.03., 16.03., 20.04., 04.05.,
18.05., 08.06. und 22.06.2026

15:00 - 17:00 Uhr

Leitung: Regina Mollenhauer

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

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 - 15:00

Beratung
EPSYMO

12:30 - 13:30

MITTAGSTISCH

14:00 - 16:45
Sporthalle

Psychomotorische Förderung
EPSYMO

Unterstützung bei Bewerbungen

Bei der Suche nach einem Job braucht es eine passende Bewerbung. Wir geben Hilfestellung beim Formulieren der Anschreiben, checken gemeinsam die Unterlagen und zeigen wie der Versand per

Handy oder Laptop funktioniert.

Ansprechpartnerin: Heike Grochau

Handy: 01575 7294790

Email: heike.grochau@gmail.com

Bitte vereinbaren Sie einen Termin.

Dies ist ein Angebot von EPSYMO e.V., Lüssumer

Heide 6, 28777 Bremen



EPSYMO
EPSYMO
EPSYMO



**Mehr
Generationen
Haus**
Miteinander - Füreinander



Frühstücksbuffet

Das *Haus der Zukunft* bietet ein abwechslungsreiches Frühstücksbuffet.

Mittwochs

9:00 - 10:30 Uhr

14.01, 28.01., 11.02., 25.02., 11.03.,
29.04., 13.05., 10.06. und 24.06. 2026

Anmeldung bei Susanne Meyer

Tel. 361 - 79504

Höchstens 30 Personen

Kosten: 7,50€ pro Person

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:

Neue Termine werden demnächst bekannt
gegeben

Haus der Zukunft im Quartier

KunstLaden*

Lüssumer Ring 55

Dienstags: 10:30 - 13:30 Uhr

“Das habe ich selbst genäht”

In diesem Projekt können Frauen Nähen lernen oder auch ihre Kenntnisse vertiefen.

Dienstags 15:00 - 18:00 Uhr

"Soziokultur fördert das Zusammenleben"

In diesem Projekt arbeiten Kinder ab 7 Jahren in unterschiedlichen künstlerischen Techniken. Im Mai gibt es wieder die Kunstaktion im Grünen Band. Gemeinsam mit einer Schulklasse findet eine Aufführung statt.

Mittwochs 15:00 - 18:00 Uhr

“Ich, mein Doppelgänger und die Anderen”

Kunstangebot für Mädchen im Alter von 10-14 Jahren. In diesem Kunstprojekt fertigen die Mädchen eigene Comics an.

Donnerstags 15:00 - 18:00 Uhr

Alle 14 Tage

“Kunst für jugendliche Mädchen”

Jugendliche Mädchen ab 16 Jahren arbeiten künstlerisch zu eigenen Themen. Gemeinsam werden Kunstausstellungen besucht.



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

mit Bildern der EPYSMO Kinder

**Die Ausstellung hängt ab sofort
im Haus der Zukunft.**

Donnerstag

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

8:30 - 12:30 Spielkreis - "Küken"
Krippenhaus 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

09:30-11:30 "Deutsch Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1) *
Waschtreff Ute Bullert - Deutschkurs für Frauen
Finanziert durch: WiN

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

MITTAGSTISCH

14:00 - 18:00 Schichten 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

16:30 - 17:30 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 **Spielkreise "Mäuse" / "Küken"**

Sportraum
und
Krippenhaus

Haus der Familie

9:00 - 10:30 **FRÜHSTÜCKSBÜFETT**

Im Cafe

Termine werden ausgehängt

9:00 - 15:00 **Beratung**

EPSYMO

9:00 - 16:00 **Elternberatung**

Frühberatungsstelle Nord

10:00 - 14:00 **Beratung für türkische Familien**

Haus der Familie / *Haus der Zukunft*

11:00 - 13:00 **Wer rastet, der rostet**

Ev. Gemeinde

Mehrgenerationenhaus
In zwei Kleingruppen

12.30 - 13.30 **MITTAGSTISCH**

13:00 - 14:00 **Kinderbibliothek**

KiTa

Mehrgenerationenhaus

15:00 - 17:00 **"Oldie but Goldie"**

Café

Mehrgenerationenhaus - 1 x monatl.

18:30 - 20:30 **Internationales Frauencafé**

Café

offener Begegnungsraum
monatlich

19:00 - 21:00 **Line Dance**

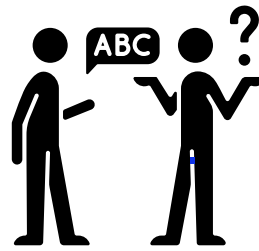
Sportraum

Mehrgenerationenhaus

Haus der Zukunft im Quartier

Deutsch üben

Sprachkurs mit Ute Bullert



A1: Dienstag, Donnerstag

11:30-13:00 Uhr

B1: Dienstag, Donnerstag

09:30 - 11:00 Uhr

Die genauen Tage stehen
auf dem Kalender an der
Waschtreff-Tür.

Anmeldung:

Im Waschtreff (Lüssumer Heide 20) an diesen Tagen

Email: Ute.Bullert@freenet.de



**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 verbessern und dich
mit anderen unterhalten?

Dann melde dich gerne bei uns beim
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
09:00 - 11:00 Sportraum/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 Bergen Frühberatungsstelle Nord
18:15 - 19:15 Sportraum	Rückbildungskurs Anja Struß von Bergen Frühberatungsstelle Nord
19:30 - 20:45 Sportraum	Rückbildungskurs Anja Struß von Bergen 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
09:30-11:00 Waschtreff	"Deutsch Sprachkurs für Fortgeschrittene" (B1) * Ute Bullert - Deutschkurs für Frauen Finanziert durch: WiN
11:30 - 13:00 Waschtreff	"A1 - Deutsch-Grundkurs für Frauen" Ute Bullert - Finanziert durch: WiN*
12:30 - 13:30	MITTAGSTISCH
14:00 - 17:00 Sportraum	Psychomotorische Förderung EPSYMO
15:00 - 18:00	Treffen der türkischen Frauengruppe Seminarraum 1
15:30 - 17:00 Seminarraum 2	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
