

# Pressemitteilung

Aktionstag im DRK-Begegnungszentrum Schwachhausen

## Fit & Aktiv mit dem Deutschen Roten Kreuz am 19. März 2024

Bremen, den 07.03.2024  
004/2024

Das Bewegungs- und Begegnungszentrum des Deutschen Roten Kreuz (DRK) in der Wachmannstraße 9 lädt ein, „Fit & Aktiv“ zu werden. Am Dienstag, den 19. März 2024, gibt es ab 14.30 Uhr Einblicke in die Angebote des Zentrums von Gymnastik bis Kunst. Bei vielen Angeboten kann und soll man direkt mitmachen. Der Eintritt ist frei, eine Anmeldung ist nicht erforderlich.

Nach dem großen Erfolg der gleichnamigen Veranstaltung im letzten Jahr findet nun der zweite Tag unter dem Motto „Fit & Aktiv“ im Begegnungszentrum Schwachhausen statt. Für Catharina Reppin trifft das Angebot die Bedürfnisse ihrer Zielgruppe genau: „Unser letzter Aktionstag wurde sehr gut angenommen und die Gäste waren begeistert. Deswegen war uns schnell klar: Das müssen wir wiederholen,“ erläutert die Leiterin des Bewegungs- und Begegnungszentrums (BZ). Besonderes Merkmal des Angebots ist: Es geht nicht nur ums Zuschauen, mitmachen ist gefragt! Zur Auswahl stehen Gymnastik-Schnupperkurse, eine offene Kunstwerkstatt und vieles mehr. Wer sich nicht gleich ans Mitmachen herantraut, kann sich aber auch einfach über das umfangreiche Angebot des BZ in Schwachhausen informieren und zwischendrin bei Kaffee und Kuchen mit netten Menschen beisammensitzen.

Ist das richtige Angebot gefunden, besteht am Aktionstag die Möglichkeit, sich direkt für einen Kurs anzumelden. Für einige der regelmäßig stattfindenden Kurse ist eine Kursgebühr zu entrichten. Am Aktionstag ist der Eintritt frei, das Programm am 19.03. beginnt um 14.30 Uhr.

**Deutsches  
Rotes Kreuz**

**Kreisverband  
Bremen e. V.**

Wachmannstraße 9  
28209 Bremen  
Tel. +49 421 34 03 159  
www.drk-bremen.de

info@drk-bremen.de  
www.drk-bremen.de

**Ansprechpartnerin für Medien**

DRK-Pressestelle Bremen  
Sylvia Schuchardt  
Tel. +49 421 34 03 159  
sylvia.schuchardt@drk-bremen.de

**Die sieben Grundsätze  
der Rotkreuz- und  
Rothalbmondbewegung**

- Menschlichkeit
- Unparteilichkeit
- Neutralität
- Unabhängigkeit
- Freiwilligkeit
- Einheit
- Universalität

Fragen zum Aktionstag beantworten Catharina Reppin und Ulrike Otto vom Begegnungszentrum Schwachhausen. Kontakt über Telefon 0421 3403156 oder per Mail: [bz-schwachhausen@drk-bremen.de](mailto:bz-schwachhausen@drk-bremen.de).

Das Team des DRK-Bewegungs- und Begegnungszentrums freut sich auf einen kurzweiligen Nachmittag!

Die DRK-Begegnungszentren sind von der Stadt Bremen geförderte Einrichtungen und Treffpunkte für ältere Menschen. Sie bieten Sprechzeiten, Beratungen, Informationen und Geselligkeit und sind offen für alle Interessenten.

[Begegnungszentren | Deutsches Rotes Kreuz Bremen \(drk-bremen.de\)](#)

[www.drk-bremen.de](http://www.drk-bremen.de)