

ÄLTER

WERDEN

IN BREMEN



Freie
Hansestadt
Bremen



Seniorenbüro
Bremen



Senioren
Vertretung
Bremen

2023/24

Mit Bremer Wohnstättenverzeichnis
Ein Wegweiser nicht nur für ältere Menschen

Kostenlos zum Mitnehmen



» **Gemeinsam
geht's besser...**

besonders mit den Pflegeprofis
der AWO. Auf sie kann ich mich verlassen.«

Freundliche Betreuung und zertifizierte
Qualität – das macht die Pflegeangebote der AWO aus.
Auf Zeit oder dauerhaft. Zuhause oder in einem unserer Häuser.
Wir beraten Sie gerne: Telefon 0421-7902-0.

www.awo-bremen.de

Besuchen Sie auch das Job-Portal unter:
www.jobs-awo-bremen.de



Bremen

Älter werden in Bremen

Mit Bremer Wohnstättenverzeichnis

2023/24





Inhaltsverzeichnis

Die Herausgeber:innen..... 6	Digitale Medien..... 36
Grußwort..... 5	»DigitalAmbulanzen« nun beim Verband für sozial-kulturelle Arbeit (VskA e.V.)..... 36
Senatorin Soziales, Jugend, Integration, Sport. 6	Begegnungen und Beistand 40
Senatorin Klimaschutz, Umwelt, Mobilität. 7	Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte..... 40
SeniorenVertretung Bremen 8	Die Lampendreher..... 45
Seniorenbüro e. V. Bremen..... 9	Repair-Café..... 46
Beratung und Unterstützung..... 12	Der aktivierende Hausbesuch..... 47
Bürgertelefon und Bürgerberatung..... 12	Besuchs- und Begleitdienste 47
Beratung in den Sozialzentren..... 12	Präventive Hausbesuche..... 49
Sozialdienst Erwachsene..... 13	Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit..... 50
Dienstleistungszentren (DLZ)..... 14	Die Freiwilligen-Agentur 51
Beratung im Pflegestützpunkt..... 18	Betreuungsverein DRK-Kreisverband..... 52
Pflegeberatung für Privatversicherte 19	Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs.. 52
Demenz Infostelle und Help-Line..... 20	Weitere Ansprechpartner:innen 53
Unabhängige Patientenberatung 21	Bildung und Kultur, Hobby, Sport... 56
kom.fort-Beratungsstelle für Wohnen..... 21	Sport 56
Patient:innenstelle im Gesundheitsladen .. 22	Fitness..... 57
Sozialdienst im Gesundheitswesen 22	Die Bremer Volkshochschule..... 58
Ambulante Versorgungsbrücken e.V. 23	Weiterbildung für Senioren..... 59
Digitaler Ausflug mit dem Smartphone.... 24	Bibliotheken..... 59
Der rote Faden für den Ruhestand..... 24	Bibliotheksbus..... 60
Kommunale Selbsthilfeförderung 25	Bibliotheksvereine..... 60
Selbsthilfegruppen für ältere Menschen.... 25	Kulturatelier 61
Netzwerk Selbsthilfe 25	Kultur- u. Bildungsangebot – forum Kirche.. 61
Familie im Hilfenetz e.V..... 26	Gesundheit und Ernährung in Zeiten von Corona..... 62
Zentrum für Migrant:innen 27	Rehabilitation (Reha)..... 62
Migrationsberatung für Erwachsene 29	Adressen ambulanter Rehamaßnahmen... 63
Bremer Rat für Integration 31	Medizinische Versorgung/Geriatrie 63
Diversity im Alter 32	
Polizei: Prävention, Onlinewache 33	
Bürgersprechstunde 34	
Beratungsangebote 34	



 **Mit diesem Zeichen markierte Einrichtungen verfügen über einen barrierefreien Zugang.**

Menübringdienste.....	64
Mittagstisch, Fahrdienst, Wochenmarkt...	65
Förderprogramm Lebendige Quartiere....	66
Übersicht Günstige Mittagstische.....	66
Übersicht Abendbrot und Fahrdienste	67

Finanzen und Rechtliches..... 70

Grundsicherung im Alter, Rente	70
Wohngeld	70
Wohnberechtigungsschein.....	71
Personalausweise und Dokumente.....	71
Schwerbehindertenausweis	71
Rechtsberatung.....	72
Schuldnerberatung.....	73

Vorsorge in Bremen 74

Betreuungsverfügung.....	74
Patientenverfügung.....	75
Vorsorgevollmacht	75

Leistungen der Pflegekassen bei Pflegebedürftigkeit 78

Die Pflegegrade.....	78
Alle Leistungen im Überblick	78
Pflegegeld, Pflegesachleistungen.....	79
Verhinderung der Pflegeperson.....	79
Kurzzeitpflege	80
Leistungen für Pflege in Wohngruppen....	81
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen ..	81
Teilstationäre Leistungen	82
Leistungen bei vollstationärer Pflege	82
Angebote zur Unterstützung im Alltag....	82
Pflege in vollstationären Einrichtungen	83
Übergangspflege für Menschen ohne	
Pflegegrad oder mit Pflegegrad I	83

Weitere Hinweise zu den Leistungen der Pflegekassen 84

Schnellere Bescheide, Beratung.....	84
Begutachtung durch den MDK.....	85
Tagespflege als teilstationäre Leistung	85
Pflegezeit und Familienpflegezeit	88
Leistungen der Sozialhilfe.....	88
Hospiz- und Palliativdienste.....	90
Die UN-Behindertenrechtskonvention ...	91
Leistungen der Eingliederungshilfe	91

Wohnen in Bremen 92

Zentrale Fachstelle Wohnen.....	92
Für die Suche nach barrierefreien.....	93
Wohnungen in Bremen	93
Die agWohnen	93
Koordinierung für Baugemeinschaften.....	93
Wohnen für Hilfe.....	94
Seriöse Schlüsseldienste	95
Probleme durch die Energiekrise.....	96
Mietschulden	98
Ein Wohlfühlort im Bremer Osten.....	99
Sicher wohnen mit neuer Technik.....	100

Pflege-/Betreuungseinrichtungen... | 02

Wohn- und Unterstützungsangebote.....	102
Wohngemeinschaften mit Unterstützung	102
Gasteinrichtungen	103
Pflege- und Betreuungseinrichtungen	103
Wann ist der Zeitpunkt zum Wechsel?..	104
Nutzerbeirat und Nutzerfürsprecher	105
Checkliste Wohnstätten	106
Pflege-Portal-Bremen.de.....	108

Wohnstättenverzeichnis..... | 12

Die Herausgeber:innen

- Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport
- Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau
- Seniorenvertretung in der Stadtgemeinde Bremen
- Seniorenbüro e. V. Bremen

Herstellung und Vertrieb

© 2023 Klaus Kellner Verlag

Inhaber: Manuel Dotzauer e.K.
verantwortlich: Manuel Dotzauer
St.-Pauli-Deich 3, 28199 Bremen
Tel. 0421 · 77866

aelterwerden@kellnerverlag.de

www.kellnerverlag.de

Layout: Sebastian Heise

Gesamtherstellung: DruckKellner, Bremen



Bildimpressum

Titelbild	Istock / golero
Seite 5	Freie Hansestadt Bremen
Seite 24	Ambulante Versorgungsbrücken
Seite 29	Köprü
Seite 99	Bremer Heimstiftung
Seite 101	kom.fort

Von Pixabay stammen die Bilder auf den Seiten:
15, 21, 33, 39, 47, 56, 61, 62, 77, 84, 88, 92,
102, 109

Von Annalena Albers stammen die Fotos
auf den Seiten: 1, 35, 37, 43, 53



Das Copyright für das Produkt »Älter werden in Bremen« und für das Wohnstättenverzeichnis liegt beim KellnerVerlag. Die enthaltenen Informationen der herausgebenden Behörden werden nach § 71 SGB XII jedem zugänglich gemacht.

Namentlich gekennzeichnete Artikel geben nicht unbedingt die Auffassung der Redaktion wieder. Trotz sorgfältiger Formulierung und Prüfung kann keine Gewähr für die komplette Richtigkeit der Angaben übernommen werden.

Der Verlag dankt den Inserierenden, mittels deren Beitrag dieser Adressen-Ratgeber gedruckt werden konnte. Bei Einkäufen und Dienstleistungen beachten Sie deshalb bitte vorrangig diese Firmen und Verbände. Danke.

Die gesamte Auflage ist kostenlos in Bremen an rund 300 Stellen ausliegend.

Liebe Leserinnen und Leser,

jedes Jahr müssen etwa 20 Prozent des Inhalts dieser Broschüre aktualisiert werden. Deshalb ist immer nur die neueste Auflage korrekt. Auch online verfügbar. Einfach diesen QR-Code scannen.





Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Mit 2022 geht ein Jahr zu Ende, das durch den Angriffskrieg auf die Ukraine und seine Folgen gekennzeichnet war. Die große Hilfsbereitschaft der vielen Bremerinnen und Bremer in diesen schwierigen Zeiten verdient unsere Anerkennung und unseren großen Dank.

Nicht nur ältere Menschen sehen das Jahr 2023 mit Sorgen. Umso wichtiger ist es, dass es Anlaufstellen, Ansprechpartnerinnen und -partner in der Nachbarschaft und im direkten Wohnumfeld gibt, die beraten, helfen und unterstützen. Deshalb verankern wir zunehmend Treffpunkte, Beratungsstellen und Angebote zur Begleitung und Aktivierung direkt im Stadtteil.

Hier können Sie auch gemeinsam mit anderen ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern aktiv werden.

Damit Sie Treffen und Termine in ganz Bremen auch ohne Auto erreichen können, fördern wir unter anderem den öffentlichen Nahverkehr sowie die Barrierefreiheit im öffentlichen Raum und im Wohnungsbau.

Mit dieser Ausgabe von »Älter werden in Bremen« wollen wir, die Sozial- und Wohnungsbaubehörde, Sie in allen Phasen des Älterwerdens unterstützen – vom Erreichen des Rentenalters, vom Eintritt in die Rente bis ins hohe Alter. Dieser Wegweiser bietet dazu einen umfassenden Überblick über die vielfältigen Angebote für ältere Menschen – von den »jungen Alten« bis hin zu Hochaltrigen – in allen Stadtteilen Bremens.

Wir wünschen Ihnen, dass Sie gesund bleiben, sich möglichst oft in gute Gesellschaft begeben und trotz aller Herausforderungen immer wieder Mut und Zuversicht zu finden.

Ihre

Anja Stahmann

Senatorin für Soziales,
Jugend, Integration
und Sport

Ihre

Maike Schaefer

Senatorin für Klimaschutz,
Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung
und Wohnungsbau



Anja Stahmann



M. Schaefer

Die Herausgeber:innen

Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Das **Referat 34 (Soziales, Stadtentwicklung, Teilhabe älterer Menschen)** entwickelt und finanziert Leistungen für Senior:innen. Es stimmt sich dabei mit dem Bund, den Ländern und anderen Kommunen ab. Vor Ort berät, unterstützt und kontrolliert es Einrichtungen und Dienste, die Leistungen für Senior:innen erbringen.

Referatsleitung

Steffen Nadrowski
steffen.nadrowski@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-74 676

Offene Altenhilfe/Sozialplanung (für ältere Menschen)/Senioren-Zentren und -Treffs/ Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche

Corinna Flentge
corinna.flentge@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-899 29, Fax 496-899 29

Das **Referat 32 (Pflege, Heimrecht, Wohn- und Betreuungsaufsicht)** hat die Aufgabe, eine quantitative und qualitative bedarfsgerechte Versorgungsstruktur zu entwickeln.

Dazu gehört auch die Beratungs- und Überwachungsfunktion für die Einrichtungen für pflegebedürftige Menschen durch die Bremische Wohn- und Betreuungsaufsicht des Landes Bremen.

Referatsleitung/Hospiz/Fachkräftesicherung

Sabine G. Nowack
sabine.nowack@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-28 86
Fax 496-28 86

Sozialhilfe/Leistungen nach dem 5. bis 9. Kapitel des SGB XII/Pflegeversicherung/ stellvertretende Referatsleitung

Björn Sander
bjoern.sander@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-156 73
Fax 496-156 73

Projektförderung ambulanter Pflegebereich/Demenz, Alter und Migration/ Förderung der ambulanten Hospizarbeit

Verena Harter
verena.harter@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-593 08, Fax 496-593 08

Das Tivoli-Hochhaus





Pflegestandards/Versorgungsplanung

Lisa Schumski
lisa.schumski@soziales.bremen.de

Ambulante Pflege/Sozialdienst im Gesundheitswesen

Heike Ulrich
heike.ulrich@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-746 35, Fax 496-746 35

Sozialhilfe/Aufgaben des überörtlichen Sozialhilfeträgers/Hilfen zur Gesundheit

Annika Zappulla
annika.zappulla@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-232 85, Fax 496-232 85

Hilfen für ältere und pflegebedürftige Men- schen, Schwerpunkt: Rechtsanwendung, Fachkoordination Hilfe zur Pflege, Haushilfen

Jessica Engelken
Jessica.Engelken@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-153 71, Fax 496-153 7

Hilfe zur Pflege/Angebote zur Entlastung im Alltag/Wohnen für Hilfe/Dienstleis- tungszentren


Uta Kallweit-Görlich
uta.kallweit-goerlich@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-74 57, Fax 496-74 57

Unterstützende Wohnformen/Heimrecht

Martina Timmer
martina.timmer@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-895 45, Fax 496-895 45


Leitung Wohn- und Betreuungsaufsicht

Iris Hinrichsen
iris.hinrichsen@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-161 81, Fax 496-161 81

Die Mitarbeiter:innen beider Referate finden Sie im Tivoli-Hochhaus, Bahnhofplatz 29. 

Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau

Das **Referat Wohnungswesen** der Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau hat sich zum Ziel gesetzt, die Rahmenbedingungen für den Wohnungsbau zu verbessern und dabei die Bedürfnisse von Haushalten mit kleinen und mittleren Einkommen in besonderer Weise zu berücksichtigen. Insbesondere liegt ein Schwerpunkt dabei auf der Verbesserung der Wohnsituation von älteren und behinderten Menschen. Aus diesem Grund sehen die Förderungsbestimmungen für alle geförderten Wohnungen vor, dass sie barrierefrei zu errichten sind.

Das Referat finden Sie im ehemaligen Siemens-Hochhaus, Contrescarpe 72, 28195 Bremen. 

Referatsleitung

Kai-Ole Hausen
kai-ole.hausen@bau.bremen.de
Tel. 0421 3 61-1 05 88

Seniorenvertretung in der Stadtgemeinde Bremen

Das sind wir

Wir sind die vom Bremer Senat anerkannte Interessenvertretung von ca. 140.000 Senior:innen in Bremen. Für je 4.000 Ältere in den Beiratsgebieten entsenden die Stadtteilbeiräte je eine Vertreterin oder einen Vertreter in unsere Vollversammlung. Dazu kommen Delegierte von verschiedenen sozialen und gesellschaftlichen Organisationen – wie Wohlfahrtsverbänden, Kirchen, Gewerkschaften und anderen. Neu bestimmt werden diese Vertreter:innen alle vier Jahre direkt nach der Bürgerschaftswahl. Danach tritt die Delegiertenversammlung zusammen und wählt den Vorstand, der für die nächsten vier Jahre die Interessen der Bremer Senior:innen wahrnimmt. Der Vorstand wird unterstützt von Arbeitskreisen, die von Interessierten aus der Delegiertenversammlung gebildet werden. Derzeit bearbeiten drei Arbeitskreise die Themen »Gesundheit und Pflege«, »Bauen, Wohnen, Verkehr und Umwelt« und »Seniorenpolitik und Soziales«. Bei Bedarf werden zu bestimmten Themen weitere Arbeitsgruppen gebildet.

Wir wollen,

dass die Bedürfnisse der Älteren in der Gesellschaft berücksichtigt werden.

Ob eine Stadt senior:innengerecht ist, lässt sich nicht allein durch kluge Expertisen fest-

stellen, dazu bedarf es der aktiven Beteiligung der Betroffenen. Wir wollen mitgestalten. Helfen Sie uns, Unzulänglichkeiten aufzudecken, damit wir deren Beseitigung veranlassen können. Ob eine Straßenbahn barrierefrei oder wenigstens barrierearm zu nutzen ist, kann eben in der Regel keine theoretische Abhandlung feststellen, dazu braucht es die Beteiligung der Betroffenen.

Wir informieren Sie über unser zweimonatlich erscheinendes Mitteilungsblatt

Durchblick

das halbjährlich als Einlage auch im *rostfrei* erscheint.

Als Bremer Seniorenvertretung sind wir auch im Internet vertreten. Mit unserer Internetseite www.seniorenlotse.bremen.de besteht die Möglichkeit, schnell und ohne weitere Hürden zu informieren. Mit der Möglichkeit, einzelne Beiträge zu kommentieren, können Sie sich einbringen. Es ist einer der wenigen Internetauftritte von Seniorenvertretungen im Bundesgebiet.



Wir informieren Sie regelmäßig über aktuelle Themen. Der »Durchblick« ist dort archiviert, so dass jederzeit alle Ausgaben eingesehen werden können.



Darüber hinaus finden Sie auf dieser Seite allgemeine Informationen zur Organisation der Seniorenvertretung Bremen, vertiefende Informationen und Texte zu den aktuellen seniorenpolitischen Themen, Links zu weiteren Senioren-Organisationen, z. B. zum Seniorenbeirat Bremerhaven, zum Seniorenbüro Bremen, zum Sozialverband Deutschland und zur Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenverbände (BAGSO). Es stehen weitere wichtige Informationen, Unterstützungsleistungen und andere Angebote sowie einfache Tipps für den Umgang mit digitalen Medien zur Verfügung.

Misstände benennen und Bedarfe formulieren

Wir Älteren müssen unsere Bedürfnisse deutlich formulieren. Diese unterscheiden sich manchmal von denen anderer Bevölkerungsgruppen.

Es kann aber nicht darum gehen, Interessen gegeneinanderzustellen. Eine solidarische Gesellschaft muss die besten Lösungen für alle finden. Senior:innen fahren ja nicht mit dem Auto, weil es so schön ist, die Umwelt mit CO₂ zu belasten, sondern weil bestimmte Dienstleistungen oder auch Einkaufsmöglichkeiten häufig ohne Auto gar nicht oder nur mit großem Aufwand zu erreichen sind. Hier treffen sich die Interessen von Jung und Alt.

Eine seniorengerechte Stadt ist auch eine umweltfreundliche Stadt. Wenn Ämter, Ein-

kauf, Arztbesuch, Bankgeschäfte, Kunst und Kultur leicht erreichbar sind, also fußläufig oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln, sinkt der Bedarf für Individualverkehr automatisch.

Unsere Aufgabe ist es, dafür zu sorgen, dass die Bedürfnisse der Älteren berücksichtigt werden, damit ein solidarisches Miteinander aller gesellschaftlichen Gruppen entsteht. Deshalb sind wir dabei, unsere Mitwirkung auf eine gesetzliche Grundlage zu stellen. Dabei soll ein Bremer Seniorenmitwirkungsgesetz entstehen.

SeniorenVertretung Bremen

Bahnhofsplatz 29, Zimmer 4.14,
28195 Bremen

Tel. 0421 · 361-6769

Mo.–Do. 9–12 Uhr

seniorenvertretung@soziales.bremen.de

Seniorenlotse

<https://www.seniorenlotse.bremen.de>

Das Seniorenbüro e. V. Bremen

Zur Stärkung des bürgerschaftlichen Engagements älterer Menschen in den Kommunen rief das damalige Bundesministerium für Familie und Senioren 1992 das Modellprogramm »Seniorenbüro« ins Leben. Dieses sollte einerseits die Kluft zwischen der Tätigkeitsbereitschaft und dem Potenzial älterer Menschen schließen und andererseits zu einem Aufbau kleiner Informations- und Beratungsstellen für diesen Personenkreis beitragen. In

vielen Städten und Gemeinden gründeten sich fortan Seniorenbüros in unterschiedlicher Ausrichtung, Besetzung und Organisation.

Auch in Bremen fanden sich engagierte Senior:innen und gründeten 1993 mit Unterstützung der damaligen Sozialsenatorin das erste Seniorenbüro unter der Trägerschaft des Vereins »Pro Senectute« in der Gartenstadt Vahr. 1996 übertrug die Sozialsenatorin die ehemals vom Sozialamt durchgeführten, begleiteten Altererholungsreisen und -tagesfahrten dem Seniorenbüro. Mit dem erweiterten Aufgabenspektrum wechselte das Seniorenbüro in die Innenstadt. Am 30. Juni 1998 endete die fünfjährige Förderung des Bundesministeriums und das erste Seniorenbüro in Bremen wurde formal geschlossen.

Bereits zu Beginn des Jahres 1998 fanden sich zehn hier ehrenamtlich tätige Senior:innen, um die Arbeit des Seniorenbüros eigenverantwortlich fortzusetzen. Der Verein

Seniorenbüro e.V. wurde mit Unterstützung der Sozialsenatorin gegründet, allerdings auch mit der Auflage, die begleiteten Altenerholungsreisen und -tagesfahrten fortzusetzen sowie eine teilnehmer:innenbezogene Bezuschussung zu ermöglichen. Die erfolgreiche Arbeit des Seniorenbüros erhielt in den zehn folgenden Jahren vielfach gesellschaftliche und politische Anerkennung. Aus anfänglich zehn wurden mehr als 70 ehrenamtliche sowie zeitweise bis zu vier hauptamtliche Mitwirkende. Der Erfolg, gerade im Bereich der Seniorenreisen, führte aber auch zu wirtschaftlichen Schwierigkeiten. Das Seniorenbüro musste sich inhaltlich neu aufstellen und sein Angebot reduzieren.

Heute leistet das Seniorenbüro an seinem Standort am Breitenweg wiederum einen engagierten Beitrag in der Landschaft der Angebote für ältere Menschen. Weiterhin werden begleitete, teilnehmerbezogene geförderte Senior:innen-Erholungsreisen sowie Kultur-

BeVOR Sie sich SORGEN



Unsere Bestattungsvorsorge: die GE·BE·IN VorsorgeKombi

nach eigenen Vorstellungen geregelt · vorausschauend entschieden
gibt Ihnen ein gutes Gefühl · Entlastung für Ihre Angehörigen
finanziell abgesichert · versehen mit einer **Preisgarantie**

[ge-be-in.de/vorsorge](https://www.ge-be-in.de/vorsorge)



10x in Bremen
und 1x Achim



reisen und Tagesfahrten durchgeführt. Darüber hinaus bietet das Seniorenbüro eine Vielzahl an Bildungs-, Kultur- und Unterhaltungsangeboten. Neben einem qualifizierten Kurs- und Weiterbildungsprogramm im Bereich der neuen Medien (PC, Tablet und Smartphone) sind insbesondere die verschiedenen Gruppenangebote eine tragende Säule. Das Seniorenbüro stellt damit einen weiteren zentralen Treffpunkt in der Stadt Bremen dar.

Die aktuell 40 Ehrenamtlichen, die das Seniorenbüro mit ihrem Engagement tragen, möchten sich gern erweitern. Neue Senior:innen, auch mit eigenen Interessen und Themen, die sich einbringen und mitgestalten möchten, werden ständig gesucht. Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung von Senior:innen für Senior:innen, das mit sehr viel Herz und Freude betrieben wird. Das Seniorenbüro e.V. in Bremen ist nach wie vor eines der größten selbstständigen Seniorenbüros im Bundesgebiet. Es ist Mitglied in der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e.V. (BaS) in Bonn und orientiert sich an den Grundsätzen des etwa 350 Seniorenbüros umfassenden Dachverbandes.

Seniorenbüro e. V. Bremen

Breitenweg 12, 28195 Bremen
Mo.–Mi. 9–12 Uhr, Tel. 0421 · 320549
info@seniorenbuero-bremen.de
www.seniorenbuero-bremen.de



Rotes Kreuz
Krankenhaus

Akutkrankenhaus mit Expertenruf
Gesundheit im Herzen der Hansestadt
seit mehr als 145 Jahren

St.-Pauli-Deich 24, 28199 Bremen
www.roteskreuzkrankenhaus.de



PhysioK
gesund trainieren

Physiotherapie, Rehasport, Massagen,
med. Gesundheitstraining und mehr –
bei den Experten!

Schwerpunkte: Orthopädie, Unfall- und OP-Nachsorge,
Arthrose, Gelenkersatz, Rheuma, Schmerz

Osterstraße 1a, 28199 Bremen
www.physiok.de

Beratung und Unterstützung



Bürgertelefon

Das Bürgertelefon ist unter der Rufnummer **115** erreichbar. Als Servicecenter ist es die erste Kontaktstelle für Bürger:innen mit der bremischen Verwaltung. Fragen an die Bremer Verwaltung werden vom Bürgertelefon entgegengenommen, teilweise auch sogleich beantwortet. Das Bürgertelefon informiert über

zuständige Stellen, Ansprechpersonen und trifft zugleich Terminvereinbarungen für persönliche Kontakte.

Das Bürgertelefon kann sicher auch Ihnen helfen.

Das Bürgertelefon Bremen:

Tel. 115, Mo.–Fr. 7–18 Uhr

Bürgerberatung

Die Bürgerberatung im Rathaus ist, ebenso wie die Bürgerbeauftragten der einzelnen Ressorts, Anlaufstelle für alle Bürger:innen. Sie erhalten hier Beratung und Hilfestellung bei Fragen oder Problemen im Umgang mit den bremischen Behörden. Die Bürgerberatung ist keine Rechtsberatungsstelle, sie kann aber in vielen Fällen vermittelnd weiterhelfen.

Bürgerberatung im Rathaus

Am Markt 21, 28195 Bremen

Insa Sommer, Tel. 0421 · 361-44 55

Bürgerberatung im Amt für

Soziale Dienste Bremen

Hansator 11, 28217 Bremen

Petra Brennecke, Tel. 0421 · 361-88 02

petra.brennecke@afsd.bremen.de

Beratung in den Sozialzentren

Der Sozialdienst Erwachsene in den vier Sozialzentren berät und unterstützt alle volljährigen in Bremen lebenden Bürger:innen und ihre Angehörigen in sozialen und wirtschaftlichen Fragen, in schwierigen Lebenslagen und Krisen insbesondere im Zusammenhang mit:

- Pflegebedürftigkeit,
- bei schwerer und/oder chronischer Erkrankung,
- demenzieller Erkrankung,
- körperlicher, geistiger und/oder mehrfacher Behinderung.

Der Sozialdienst Erwachsene plant mit Ihnen zusammen eine für Ihre Lebenssituation individuell passende Lösung, um Ihre Versorgung sicherzustellen. Er unterstützt und plant mit Ihnen erforderliche Hilfen, zeigt Wege zur Finanzierung auf und unterstützt Sie bei der Antragstellung. Der Sozialdienst Erwachse-



ne berät Sie persönlich in den Sozialzentren, telefonisch oder besucht Sie auch gerne zu Hause. Ihren Sozialdienst Erwachsene finden Sie in den folgenden Sozialzentren:

Sozialdienst Erwachsene des Amtes für Soziale Dienste

Sozialzentrum I Nord

Am Sedanplatz 7, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 361-79 80 0
sozialzentrum-nord@afsd.bremen.de

Sozialzentrum 2 Mitte/West

Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 361-16 89 2
sozialzentrum-groepelingen-walle@afsd.bremen.de

Sozialzentrum 4 Süd

Große Sortillienstraße 2–18
28199 Bremen
Tel. 0421 · 361-79 90 0
sozialzentrum-sued@afsd.bremen.de

Sozialzentrum 5 Ost

Wilhelm-Leuschner-Straße 27
28329 Bremen, Tel. 0421 · 361-19 50 0
sozialzentrum-vahr@afsd.bremen.de

Amt für Soziale Dienste, Amtsleitung

Hansator 11, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 361-89726
office@afsd.bremen.de

DIE PFLEGEBERATUNG VOM ASB. DAFÜR HABE ICH MICH ENTSCHEIDEN!



Beratung bedeutet für uns: Ihnen das für Sie individuell notwendige Fachwissen zur Verfügung zu stellen, damit Sie sich optimal für Ihre persönliche Lösung entscheiden zu können:

ASB Bremen-Mitte:
Telefon: 0421 59 80 104
ASB Bremen-Ost
Telefon: 0421 41 787 11
ASB Bremen-West/Ostl. Vorstadt
Telefon: 0421 69 63 98 70

Weitere Informationen auf:
www.asb-ambulante-pflege.de

Wir helfen hier und jetzt.

 **ASB**
Arbeiter-Samariter-Bund
Ambulante Pflege GmbH



Freuen Sie sich auf Ihre Rente? Nein? Dann sollten wir reden.

Ich begleite Sie in Ihren neuen Lebensabschnitt, damit Sie Ihre neue Zeit genießen können ...

Frank Riepe, Ihr Coach für Veränderung (zertifiziert nach ICI)

0421.5788238 • riepe-coaching@lesefutter.org
Schwachhauser Ring 80 • 28209 Bremen



www.dlz-
bremen.de

Dienstleistungszentren (DLZ)

Insgesamt 17 Dienstleistungszentren verteilen sich über das Stadtgebiet Bremens. Im Idealfall ist das nächste DLZ schnell erreichbar und kann bei Fragen rund ums Älterwerden kontaktiert werden. Sozialberater:innen informieren neutral über Unterstützungsangebote für ältere, behinderte und chronisch kranke Menschen und bieten konkrete Hilfen an, z. B. beim Ausfüllen von Formularen. Auf Wunsch findet ein Hausbesuch statt. Die DLZ befinden sich in der Trägerschaft der AWO, der Caritas, des DRK und der Paritätischen Gesellschaft für soziale Dienste. Die Beratungsdienste werden von der Stadt Bremen gefördert und sind für die Bürger:innen kostenlos. Älteren Menschen eine selbstständige und selbstbestimmte Lebensführung zu ermöglichen, ist dabei das erklärte Ziel der Sozialbehörde.

Die DLZ vermitteln die »Organisierte Nachbarschaftshilfe« für ältere, behinderte oder chronisch kranke Menschen. Ehrenamtliche geschulte Nachbarschaftshelfer:innen oder Alltagsassistent:innen unterstützen bei der hauswirtschaftlichen Versorgung, begleiten bei Einkäufen, Arztbesuchen oder Spaziergängen und bieten persönliche Hilfen an, z. B. Gespräche, Vorlesen und Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung. Pflegerische Tätigkeiten gehören nicht zu den Leistungen der Organisierten Nachbarschaftshilfe.

Für die Vermittlung von Nachbarschaftshilfe und Alltagsassistenten wird mit den Trägern der DLZ ein Vertrag abgeschlossen. Die Kund:innen der DLZ zahlen dafür eine monatliche Servicepauschale von 26 € bzw. 33 €. Die pauschale Aufwandsentschädigung für die ehrenamtlichen Helfer:innen zahlen die Kund:innen in der Regel direkt. Diese Aufwandsentschädigung beträgt 9,50 € pro Stunde. Menschen mit einem Pflegegrad können die Kosten der Alltagsassistenten bis zu 125 € pro Monat von der Pflegekasse erstattet bekommen.

Alle DLZ beraten Betroffene und Angehörige zum Thema Demenz. Bitte nehmen Sie Kontakt zu einem DLZ in Ihrer Nähe auf: **www.dlz-bremen.de**

Mitte/West



Findorff

AWO Soziale Dienste gGmbH
Herbststraße 118, 28215 Bremen
Tel. 0421 · 3 77 89-0
dlz-findorff@awo-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Weidedamm, In den
Hufen, Findorff, Regensburger Straße



Mitte

DRK Kreisverband Bremen e. V.
Haus im Viertel
Im Krummen Arm 13, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 6 99 30/-100 oder -102
dlz-mitte@drk-bremen.de



Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Steintor, Ostertor,
Altstadt, Fesenfeld, Stephani-Viertel

Walle

AWO Soziale Dienste gGmbH
Wartburgstraße 11, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 38898-0
dlz-walle@awo-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Utbremen, Steffensweg,
Westend, Walle, Osterfeuerberg,
Hohweg, Blockland, Überseestadt,
Handelshafen

Gröpelingen

AWO Soziale Dienste gGmbH
Gröpelinger Heerstraße 248
28237 Bremen
Tel. 0421 · 691 42-66
dlz-groepelingen@awo-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Lindenhof, Gröpelingen,
Ohlenhof, In den Wischen, Oslebshau-
sen, Industriehafen

Süd

Huchting

Paritätische Gesellschaft
für soziale Dienste
Tegeler Plate 23 a, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 58 20-11
dlzhuchting@pgsd.de

Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Mittelshuchting,
Sodenmatt, Kirchhuchting, Grolland
Besonderheiten: Tagesbetreuung für
Menschen mit Demenz, Gesprächskreis
für pflegende Angehörige

Huckelriede/Buntentor

Caritasverband Bremen e. V.
Kornstraße 371, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 87 34 10
dlz@caritas-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Mi. und
Fr. 9–13 Uhr, Do. 9–16 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Huckelriede,
Neuenland, Buntentor, Gartenstadt Süd,
Südvorstadt
Besonderheiten: Gruppe für pflegende
Angehörige von an Demenz erkrankten
Menschen

Obervieland

Paritätische Gesellschaft
für soziale Dienste
Alfred-Faust-Straße 115
28277 Bremen
Tel. 0421 · 84 025 0-0
dlzobervieland@pgsd.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Habenhausen,
Arsten, Kattenturm, Kattenesch
Besonderheiten: Angehörigengruppe
für pflegende Angehörige





Neustadt/Woltmershausen

AWO Soziale Dienste gGmbH
Lahnstraße 65, 28199 Bremen
Tel. 0421 · 5 98 14-11, dlz-neustadt@awo-bremen.de, Erreichbarkeit:
Mo.–Fr. 9–13 Uhr und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Alte Neustadt, Teerhof, Neustadt, Hohentor, Woltmershausen, Rablinghausen, Seehausen, Strom, Neustädter Hafen, Hohentorshafen

Ost

Hastedt

DRK Kreisverband Bremen e. V.
Hastedter Heerstr. 250, 28207 Bremen
Tel. 0421 · 4 36 70-47/-48
dlz-hastedt@drk-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Hastedt, Peterswerder, Hulsberg, Östliche Vorstadt

Horn

Paritätische Gesellschaft
für soziale Dienste
Brucknerstraße 15, 28359 Bremen
Tel. 0421 · 23 71 21, dlzhorn@pgsd.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Horn, Lehe, Lehester Deich, Oberneuland, Borgfeld

Osterholz

AWO Soziale Dienste gGmbH
Ludwig-Roselius-Allee 181, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 42 98 4-40

dlz-osterholz@awo-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr und
nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Ellener Feld, Ellener-
brok-Schevemoor, Osterholz, Tenever,
Mahndorf, Arbergen, Hemelingen

Schwachhausen

DRK Kreisverband Bremen e. V.
Wachmannstraße 9, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 34 03-100
dlz-schwachhausen@drk-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Bahnhofsvorstadt,
Geteviertel, Barkhof, vorderes
Schwachhausen, Bürgerpark

Schwachhausen-Nord

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
Biermannstraße 15–17, 28213 Bremen
Tel. 0421 · 21 57 59
dlzschwachhausen@pgsd.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Neu-Schwachhausen,
Riensberg, Radio Bremen

Vahr

AWO Soziale Dienste gGmbH
Berliner Freiheit 9 c, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 46 80 3-27
dlz-vahr@awo-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Gartenstadt Vahr,
Neue Vahr, Blockdiek, Sebaldsbrück



Besonderheiten: Gruppe für pflegende Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen

Nord

Vegesack

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
Kirchheide 18, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 66 24 99
dlzvegesack@pgsd.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Vegesack, Grohn,
Schönebeck, Aumund, Hammersbeck,
Fähr-Lobbendorf

Blumenthal

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
Bgm.-Kürten-Straße 30, 28779 Bremen
Tel. 0421 · 60 21 99
dlzblumenthal@pgsd.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich: Blumenthal, Lüssum-
Bockhorn, Rönnebeck, Farge, Reikum

Lesum

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
An der Lesumer Kirche 1, 28717 Bremen
Tel. 0421 · 63 00 34, dlzlesum@pgsd.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung,
Einzugsbereich: Burglesum, Burg-
damm, St. Magnus, Lesum, Marßel,
Burg-Grambke, Werderland



HAUS EMMAUS

Zugewandte Pflege aus Tradition



GUT GEPFLEGT IM DIAKO-PARK

WILLKOMMEN ZUHAUSE!

Unsere Bewohnerinnen und Bewohner fühlen sich wohl – dank kompetenter Pflege, respektvollem Umgang und menschlicher Zuwendung.



JETZT INFORMIEREN!

www.haus-emmaus-bremen.de
oder einfach anrufen unter
Telefon 04 21 61 02 - 36 00

Adelenstraße 68 · 28239 Bremen



Beratung im Pflegestützpunkt

Die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport, das Amt für Soziale Dienste Bremen und die Pflegekassen des Landes Bremen haben drei Pflegestützpunkte im Land Bremen sowie drei Außenstellen im Rahmen eines Modellprojekts eingerichtet, in denen Bürger:innen, Betroffene wie auch Angehörige, zu allen Fragen rund um Pflege Beratung und Unterstützung erhalten. Die Mitarbeiter:innen der Pflegestützpunkte informieren ausführlich, kompetent, zeitnah, verbraucherorientiert, unabhängig und kostenlos über

- Pflege zu Hause oder in einer Einrichtung,
- andere Unterstützungen und Wohnformen,
- Angebote hauswirtschaftliche Versorgung,
- Finanzierung der Unterstützungsleistungen,
- Leistungen der Pflegeversicherung,
- Angebote zur Entlastung Pflegenden,
- Vorsorgevollmachten, Patientenverfügung und rechtliche Betreuungen,
- Schwerbehindertenausweise u. a.

Auf Wunsch wird ein Versorgungsplan erstellt. Die Beratung kann sowohl in den Pflegestützpunkten als auch telefonisch oder zu Hause erfolgen. In den Pflegestützpunkten finden regelmäßig Veranstaltungen zu den Themen Ehrenamt, Selbsthilfe, gesetzliche Betreuung, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung statt. Aktuelle Veranstaltungen: www.bremen-pflegestuetzpunkt.de

Die Pflegestützpunkte in der Stadt Bremen finden Sie hier:

Bremen

Einkaufszentrum Berliner Freiheit
Eingang Marktplatz, 1. Obergeschoss
Berliner Freiheit 3, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 69 62 42-0
info@bremen-pflegestuetzpunkt.de

Bremen-Nord

Breite Str. 12 d, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 69 62 41-0
bremen-nord@bremen-pflegestuetzpunkt.de



PROMEDICA  PLUS

FÜRSORGLICHE BETREUUNG
IM EIGENEN ZUHAUSE

- Über 30.000 Kunden in Europa und 94% Zufriedenheit
- Als Komplettanbieter bieten wir Qualität aus einer Hand
- Mit über 8.000 zertifizierten osteuropäischen Alltagsbetreuern sorgen wir ganzjährig und verlässlich für eine lückenlose Versorgung

PROMEDICA PLUS Weser-Nord
Marcus Kastens • 0421 – 706 246 28
weser-nord@promedicaplus.de
www.promedica24.de/weser-nord





Bremen-Huchting

Bürger- und Sozialzentrum Huchting e.V.
Amersfoorter Str. 8, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 69 62 41-12
bremen-sued@bremen-pflegestuetzpunkt.de

Bremen-Huckelriede

Quartierszentrum, Niedersachsendamm 20a
28201 Bremen, Tel. 0421 · 69 62 42-12
bremen-sued@bremen-pflegestuetzpunkt.de

Bremen-Gröpelingen

LIGA Gesundheitszentrum, Lindenhofstr. 18
28237 Bremen, Tel. 0421 · 69 62 41-12
bremen-west@bremen-pflegestuetzpunkt.de

Die Pflegestützpunkte sind von Montag bis Freitag von 9 bis 13 Uhr und Montag, Dienstag, Donnerstag von 13:30 bis 16 Uhr geöffnet, sowie telefonisch am Freitag von 13:30 bis 16 Uhr erreichbar. Bitte vereinbaren Sie Ihren persönlichen Beratungstermin.

Pflegeberatung für Privatversicherte

Privatversicherte ältere Menschen können eine Pflegeberatung in ihrer häuslichen Umgebung auch über ein Tochterunternehmen des Verbandes der Privaten Krankenversicherung erhalten, kostenfrei und unabhängig. Die telefonische Pflegeberatung steht allen Ratsuchenden offen und ist bundesweit zu erreichen.

Auf Wunsch vermitteln die Mitarbeiter:innen eine Pflegeberatung vor Ort. Die aufsuchende Pflegeberatung reicht von einem einmaligen Gespräch bis hin zu einer umfassenden Begleitung.

pflegestützpunkt

Land Bremen

Beratung • Hilfe
kostenlos, neutral und unabhängig



Bitte vereinbaren Sie **telefonisch** einen Termin

Bremen-Vahr

Tel. 0421 69 62 42 - 0
Öffnungszeiten: Mo - Fr 9 - 13 Uhr
Mo, Di und Do 13:30 - 16 Uhr

Bremen-Vegesack

Tel. 0421 69 62 41 - 0
Öffnungszeiten: Mo - Fr 9 - 13 Uhr
Mo, Di und Do 13:30 - 16 Uhr

Bremen-Huchting

Tel. 0421 69 62 42 - 12
Öffnungszeiten: Mo und Mi 9 - 13 Uhr

Bremen-Gröpelingen

Tel. 0421 69 62 41 - 12
Öffnungszeiten: Di 9 - 13 Uhr
Do 13:30 - 16 Uhr

Bremen-Huckelriede

Tel. 0421 69 62 42 - 12
Öffnungszeiten: Di und Do 9 - 13 Uhr

sowie eine telefonische Erreichbarkeit freitags von 13:30 - 16 Uhr

www.bremen-pflegestuetzpunkt.de

compass private pflegeberatung GmbH

Servicenummer 0800 101 88 00 (gebührenfrei)

www.compass-pflegeberatung.de

Zentrale: Gustav-Heinemann-Ufer 74 c, 50968 Köln

Erreichbarkeiten: Mo.–Fr. 8–19, Sa. 10–16 Uhr



Demenz Informations- und Koordinationstelle – DIKS

Probleme mit dem Gedächtnis, Beeinträchtigungen der Aufmerksamkeit, Schwierigkeiten Worte oder Namen zu finden, Wesensveränderungen, Orientierungsprobleme, Antriebslosigkeit – dies können Warnsignale für eine Demenz sein. Die genannten Auffälligkeiten haben zu Folge, dass sich für die betroffenen Personen viele Fragen und Unsicherheiten ergeben. Wir sind für Sie da und bieten Ihnen Informationen, Beratung und Unterstützung, um einen Weg im Umgang mit dem Demenzverdacht bzw. der Diagnose zu finden.

Es gibt eine Vielzahl unterschiedlicher Leistungen und Unterstützungsangebote, die bei der Alltagsbewältigung helfen können. Wir beraten Sie zu Themen rund um Gedächtnisprobleme und Demenz sowie über die zur Verfügung stehenden Möglichkeiten. Unsere Beratung ist unabhängig, kostenlos, vertraulich und kann telefonisch, digital oder persönlich stattfinden. Melden Sie sich, um einen Termin zu vereinbaren!

Die DIKS e.V. ist eine von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport geförderte Beratungsstelle für An- bzw. Zugehörige und Menschen mit Demenz mit Wohnort in Bremen.

Demenz Informations- und Koordinationstelle – DIKS

Sөгestr. 55/57, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 98 99 52 99
info@diks-bremen.de
www.diks-bremen.de

Help-Line

Die Help-Line ist ein Telefon für pflegende Angehörige. Hier können sie – auf Wunsch auch anonym – über belastende Situationen bei der Pflege sprechen. Gerade in Krisensituationen ist es wichtig, sich mit jemandem auszutauschen, der Verständnis hat. Bei der Help-Line sitzen Menschen am Telefon, die die Situation und die aufkommenden Gefühle gut verstehen und Lösungswege aus der Krise aufzeigen können.

Help-Line

für pflegende Angehörige und ältere Menschen

Manchmal braucht man einfach mal jemanden, mit dem man **reden** kann.

Wir sind **Gesprächspartner** für pflegende Angehörige und ältere Menschen.

Wir engagieren uns **ehrenamtlich**, unser Angebot ist kostenlos.



(0421) 98 99 52 80

montags - donnerstags: 14 – 17 Uhr
freitags 10 - 13 Uhr

www.helpline-bremen.de
info@helpline-bremen.de

Die Help-Line

Erreichbarkeit:

Mo.–Do. 14–17 Uhr
und Fr. 10–13 Uhr,

Tel. 0421 · 98 99 52 80

info@helpline-bremen.de

www.helpline-bremen.de



Unabhängige Patientenberatung Deutschland

Bei Fragen zu Erkrankungen, zu gängigen Behandlungsmethoden bei bestimmten Erkrankungen, zu Leistungen der Krankenkassen, zu Abrechnungen der Ärzt:innen und Kliniken, zu Ihren Rechten als Patient:in, zu sozialrechtlichen Fragen oder bei Hilfebedarf infolge einer Erkrankung berät die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) unabhängig, neutral, verständlich und kostenfrei. Eine Beratung ist auch in Türkisch, Russisch oder Arabisch möglich.

Telefonische Beratung:

Tel. 0800 · 011 77 22 (gebührenfrei)
Mo.–Fr. 8–22 Uhr und Sa. 8–18 Uhr

Online-Beratung über Internet:

www.patientenberatung.de

Vor-Ort-Beratung:

(nur nach telefonischer Terminvereinbarung)
UPD Beratungsstelle Bremen
Hollerallee 26, 28209 Bremen

Träger der UPD:

UPD Patientenberatung
Deutschland gGmbH
Tempelhofer Weg 62, 12347 Berlin
Tel. 030 · 20 25 31 77
info@patientenberatung.de

kom.fort e.V. – Beratung für barrierefreies Bauen und Wohnen

kom.fort berät zu den Themen altersgerechte Wohnungsanpassung für mehr Komfort, Sicherheit und Selbstbestimmung bis ins hohe Alter sowie zu Fördermöglichkeiten für den barrierefreien Umbau.

Individuell beraten werden Interessierte, die ihre Wohnung fit fürs Alter machen wollen wie auch Senior:innen, deren Angehörige und Menschen mit Handicap, die einen akuten Anpassungsbedarf haben. Zunehmend berät kom.fort auch Fachleute aus Planungsbüros, öffentlichen Einrichtungen und Handwerk.

Die große Ausstellung mit dem neuen Technikbereich gibt einen Überblick über praktische Hilfsmittel, technische Erleichterungen wie auch barrierefreie Lösungen für Bad, Schwellenüberbrückung, Küche und Schlafbereich. Angeboten werden zusätzlich Gruppenführungen und Vorträge zum barrierefreien (Um)Bau.

Vor-Ort-Beratung:

Landwehrstr. 44
29217 Bremen
Tel. 0421 · 790 110
info@kom-fort.de
www.kom-fort.de

kom.fort
Beratung für barrierefreies
Bauen und Wohnen

Wohnberatung
≈
Zuhause Wohnen
≈
Technik im Alter

www.kom-fort.de
0421-790 110





Patient:innenstelle im Gesundheitsladen Bremen

Mitglied der BundesArbeitsGemeinschaft der Patient:innenstellen | BAGP

Die Patient:innenstelle des Gesundheitsladens Bremen e. V. versteht sich seit über 25 Jahren als unabhängige Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle zu allen Fragen im Gesundheitssystem, des gesundheitlichen Verbraucher:innenschutzes und als Anlaufstelle für Menschen, die sich engagieren wollen. Die Patient:innenstelle unterstützt nach dem Prinzip: Hilfe zur Selbsthilfe. Arbeitsschwerpunkte sind: Beratung für Betroffene, Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit, Informationsveranstaltungen zu Zahnersatz,

Patienten:innenrechten, Vorsorgevollmacht und aktuellen Gesundheitsthemen.

Patient:innenstelle im Gesundheitsladen Bremen e. V.

Braunschweiger Str. 53b
28205 Bremen

Tel. 0421 · 49 35 21

Edeltraud Paul-Bauer,
Di. und Fr. 10–12 Uhr
info@gesundheitsladen-
bremen.de

www.gesundheitsladen-
bremen.de

Sozialdienst im Gesundheitswesen

Für die nachstationäre Versorgung

Für die Zeit nach einem Krankenhausaufenthalt ist häufig einiges zu regeln. Patient:innen haben einen gesetzlichen Anspruch auf ein umfassendes Entlassungsmanagement. Schon während des Aufenthaltes in der Klinik sollten Sie daher den Sozialdienst ansprechen. Ein Sozialdienst, ggf. auch eine Pflegeüberleitung, ist in jedem Krankenhaus vorhanden. Die Mitarbeiter:innen informieren und beraten über die unterschiedlichen Möglichkeiten der Versorgung nach dem Klinikaufenthalt. Sie können dafür Sorge tragen, dass bei der Entlassung für die Rückkehr nach Hause alles vorbereitet wird. Die Mitarbeiter:innen arbeiten Hand in Hand mit den Ärzt:innen, Pflegefachkräften, Seelsorger:innen und Physiotherapeut:innen der Klinik. Gemeinsam mit Patient:in und Angehörigen organisieren und koordinieren sie die Weiterversorgung bereits in der Klinik und klären die Kostenübernahme mit den jeweiligen Kostenträgern. Die Mitarbeiter:innen des Sozialdienstes verfügen über ein eigenes Büro, kommen aber auch gern zu Ihnen ans Krankenbett. Der Sozialdienst ist telefonisch erreichbar. Die Telefonnummer können Sie den Klinikunterlagen entnehmen bzw. in der Telefonzentrale der Klinik oder beim Pflegepersonal erfragen.

Wenn persönliche oder soziale Herausforderungen bestehen, die mit der Erkan-



Weil Mobilität keine Frage des Alters ist.

Jetzt einen **Fahr-Fitness-Check** vom ADAC machen und weiterhin mit Sicherheit durchs Leben fahren. [adac.de/fahrfitnesscheck](https://www.adac.de/fahrfitnesscheck)

ADAC



kung zusammenhängen, besprechen die Mitarbeiter:innen diese mit Ihnen, Ihren Angehörigen oder Partnern, beispielsweise in folgenden Bereichen:

- Unterstützung zu Hause: Hauspflege, Haushaltshilfe, Hilfsmittel, Hausnotruf, Essen auf Rädern
- Stationäre Versorgung: Anschlussheilbehandlung/Reha, Kurzzeit- und Langzeitpflege im Pflegeheim, Geriatrie, Hospiz
- Beratung: Pflegegrad beantragen, Schwerbehindertenausweis, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, rechtliche Betreuung/Amtsgericht
- Information: Selbsthilfegruppen, zuständige Ämter, außerklinische Beratungsstellen, Initiativen und soziale Verbände mit speziellen Angeboten u. v. m.

Alle Hilfen bedürfen der Zustimmung und Unterschrift der Patientin bzw. des Patienten.

In jedem Krankenhaus gibt es ein Sozialdienstbüro.

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Möchten Sie möglichst lange und selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden leben? Der Ambulante Versorgungsbrücken e.V. informiert u.a. zur Vor- und Nachbereitung von Krankenhausaufenthalten, Pflegebedürftigkeit, Vorsorgevollmacht sowie Patienten- und Betreuungsverfügung. Wenn Sie digital durchstarten möchten und der Generation »60 plus« angehören, können Sie dort den sicheren Umgang mit Tablet und Smartphone lernen. Mit ihren Wohlfühlrufen »besuchen« Sie die Helfer des Ambulante Versorgungsbrücken e.V. zudem per Telefon zu Hause und hören Ihnen zu. Sie wollen den interkulturellen Dialog fördern? Das Patenschaftsprojekt »Alt für Jung« führt ältere Bremer:innen und junge Geflüchtete zusammen. Der Ambulante Versorgungsbrücken e.V. bietet kompetente Beratung, Vernetzung und Hilfe zur Selbsthilfe, gleichermaßen für Betroffene wie für Angehörige.

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Die Senatskommission für Soziales, Jugend, Integration und Sport

DigitalPass Alter

Digital Kompass

BaS

Für Ihr selbstbestimmtes Leben im Alter

- Beratung zu Gesundheit und Pflege
- Unterstützung bei Vorsorgevollmacht, Patienten- und Betreuungsverfügung

Für Ihre Digitale Teilhabe

- Smartphone, Tablet & PC Hilfe, Apps
- Kurse und 1:1 Betreuung
- Telefon-Hotline
- Café W-LAN

alt & jung Wir bauen Brücken zwischen den Generationen und auch Kulturen für mehr gesellschaftlichen Zusammenhalt und soziale Teilhabe.

wohlfühl anrufe

Mo.–Fr. 9–13 Uhr – Humboldtstr. 126 – 28203 Bremen – 0421 69 64 200
www.ambulante-versorgungsbruecken.de – info@ambulante-versorgungsbruecken.de

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Humboldtstraße 126,
 28203 Bremen
 Tel. 0421 · 69 64 200
 Mo.–Fr. 9–13 Uhr
www.ambulante-versorgungsbruecken.de



Elke Rosebrock (l.) und Digitallotsin Batoul Alhussein bestimmen Pflanzen mit der App »Flora Incognita«.

Digitaler Ausflug – mit dem Smartphone unterwegs

Senior:innen, die bereits Grundkenntnisse im Umgang mit ihrem Smartphone besitzen, können bei einem di-

gitalen Ausflug Apps im öffentlichen Raum konkret anwenden. Dabei begleitet werden sie von ehrenamtlichen Digitallots:innen des Vereins Ambulante Versorgungsbrücken. Gemeinsam können z. B. folgende digitale Ausflüge umgesetzt werden: Ortsbestimmungen mit Routenplaner-Apps, Autofahrt mit einer Navigations-App, Bus- oder Straßenbahnfahrt mit der Fahrplaner- und BOB-App, oder Pflanzenbestimmung mit der App »Flora Incognita«. Die Apps werden vorab zusammen auf dem Smartphone installiert und konfiguriert.

Ein digitaler Ausflug kann allein oder zu zweit gebucht werden und dauert ca. zwei Stunden. Die Anmeldung erfolgt unter 0421 · 69 64 200 (Montag–Freitag 9–13 Uhr) oder online:

www.ambulante-versorgungsbruecken.de

Der Verein bietet ebenfalls Smartphone & Tablet-Schulungen als Einstiegs- und Aufbau-seminar und als 1:1 Training vor Ort und im Büro des Vereins an. Kleine Fragen werden über die Telefon-Hotline des Vereins sowie vor Ort im Café W-LAN (freitags 15–17 Uhr) von Digitallotsen beantwortet.

Der rote Faden für den Ruhestand

Der Übergang vom Arbeitsleben in den Ruhestand verändert die persönliche Situation. Es eröffnen sich neue Möglichkeiten – gleichzeitig stellen sich jedoch auch viele Fragen. Mit dem Projekt »Der rote Faden für den Ruhestand« bietet die AWO Bremen Ihnen ein Orientierungsangebot für die nachberufliche Lebensphase.

Neben einem einleitenden Überblicksvortrag, der Sie zu einer Auseinandersetzung mit der Gestaltung des eigenen Ruhestandes anregt, stehen Ihnen verschiedene Veranstaltungen mit Informationen und praktischen Tipps zur kulturellen Teilhabe, zur sozialen Absicherung sowie zu kommunalen Angeboten zur Auswahl.

Bleiben individuelle Fragen offen, können Sie diese im Rahmen einer Beratung besprechen. Das Projektteam unterstützt – bei Interesse – die Vernetzung der Teilnehmenden, damit sie gemeinsam in Tandems oder Kleingruppen an kulturellen Veranstaltungen teilnehmen können.

AWO Bremen / Büro »Der rote Faden für den Ruhestand«

Am Wall 179–180, 28195 Bremen
 Lukas Matzner, Tel. 0421 · 40887713
 Katarzyna Pieper-Brandstädter
 Tel. 0421 · 40887714
roterfaden@awo-bremen.de
www.awo-bremen.de



Kommunale Selbsthilfeförderung im Gesundheitsamt Bremen

Wer an einer Krankheit leidet, als Angehörige:r belastet ist oder etwas zur Förderung der eigenen Gesundheit unternehmen möchte und ein Selbsthilfeangebot sucht, findet bei der Kommunalen Selbsthilfeförderung im Gesundheitsamt Bremen Unterstützung. Es wird telefonische und persönliche Beratung angeboten und in Selbsthilfegruppen vermittelt. Die Gespräche werden vertraulich und auf Wunsch anonym geführt. Nicht zu allen gesundheitlichen Themen bestehen Selbsthilfegruppen. Die Kommunale Selbsthilfeförderung verfügt jedoch über ein sehr gut ausgebauten Netzwerk und kann somit auch überregional Kontaktadressen vermitteln.

Gesundheitsamt Bremen

Kommunale Selbsthilfeförderung
 Horner Straße 60–70, 28203 Bremen
 Johanna Vogelberg, Tel. 0421 · 361-158 29
 Patrick Gran, Tel. 0421 · 361-151 63
 selbsthilfe@gesundheitsamt.bremen.de
 www.gesundheitsamt.bremen.de

Selbsthilfegruppen für ältere Menschen

Das ehrenamtliche Engagement auch von kleinen Gruppen mit dem Ziel der Teilhabeförderung von älteren Menschen wird gefördert. Die Selbsthilfeförderung für ältere Menschen

ist für alle da, die Überlegen, sich in einer ehrenamtlichen Initiative zu engagieren, oder selbst eine Interessengruppe bilden zu wollen.

Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport Referat Pflege, Heimrecht, Wohn- und Betreuungsaufsicht

Selbsthilfeförderung älterer Menschen
 Corinna Flentge
 corinna.flentge@soziales.bremen.de
 Tel. 0421 · 361-899 29

Netzwerk Selbsthilfe

Seit mehr als 40 Jahren ist das Netzwerk Selbsthilfe eine Kontaktstelle für Menschen, die andere Betroffene mit gleichen Sorgen und Nöten suchen, und eine Anlaufstelle für Menschen mit Ideen und Engagement. Gemeinsam nach Lösungen für die eigene Situation zu suchen, sich dabei gegenseitig Hilfe und Unterstützung zu geben, ist der Grundgedanke der Selbsthilfe. Das Netzwerk vermittelt in Selbsthilfe-

Netzwerk Selbsthilfe
 Bremen-Nordniederrhein e.V.

Kontaktstelle für Selbsthilfegruppen in Bremen
 Faulenstraße 31
 28195 Bremen
 Telefon: 0421 - 70 45 81
 Mail: info@netzwerk-selbsthilfe.com

Wir bieten Ihnen kostenlos:

- Besuchsdienst Zeit schenken für Pflegebedürftige Zuhause
- Selbsthilfegruppen für Pflegende Angehörige



gruppen und Beratungseinrichtungen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. Selbsthilfegruppen werden bei der Gründung und auch während ihrer laufenden Arbeit unterstützt. In Krisensituationen werden Betroffenen und Angehörigen neue Wege aufgezeigt. Daneben wird ehrenamtliches Engagement gefördert, z. B. in diesen beiden Projekten, welche von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport gefördert werden:

»**Zeit schenken**« ist ein Besuchsdienst für pflegebedürftige Menschen in Ihrem häuslichen Wohnumfeld. Ein geschenktes Zeitfenster ermöglicht Ihnen soziale Kontakte und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Melden Sie sich beim Netzwerk Selbsthilfe, wenn Sie sich engagieren möchten oder sich Besuch wünschen.

Ein weiteres Angebot besteht für **pflegende Angehörige**, die sich in **Selbsthilfegruppen** zusammenfinden, um den Pflegealltag besser bewältigen zu können. Ehrenamtliche Vermittler:innen, vom Netzwerk geschult, begleiten und unterstützen Gruppen in mehreren Stadtteilen. Melden Sie sich beim Netzwerk, wenn Sie sich engagieren oder an einer Selbsthilfegruppe teilnehmen möchten.

Netzwerk Selbsthilfe e. V.

Faulenstraße 31, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 704581

info@netzwerk-selbsthilfe.com

www.netzwerk-selbsthilfe.com

Familie im Hilfenetz e. V.

Selbsthilfekontaktstelle für pflegebedürftige ältere Migrant:innen sowie deren pflegende Angehörige aus russischsprachigen Kulturkreisen in Bremen (SILA-Stark im Quartier).

In den Räumlichkeiten der Adam-Stegerwald-Straße 28 (nahe der ev. Christuskirche) können sich pflegebedürftige Menschen und pflegende Angehörige mit einem russischen Sprach- und Kulturverständnis zu Themen und Angebotslandschaften der niedrigschwelligen Unterstützung, gesellschaftlicher Teilhabe, der Funktionsweise des Pflegeversicherungssystems sowie über entsprechende Kooperationspartner:innen im Stadtteil Vahr beraten lassen, und/oder sich interessiert austauschen. Auch an einem Ehrenamt interessierte Stadtteilbewohner:innen sind ebenso jederzeit willkommen. Das durch die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport geförderte Angebot kooperiert und vernetzt vor Ort, sowohl mit russischsprachigen, -kulturell geprägten Akteur:innen als auch mit nicht russischsprachigen Träger:innen, wie z. B. dem Pflegestützpunkt Vahr.

SILA steht im ständigen Dialog mit den einschlägigen Träger:innen, Gremien, Akteur:innen im Stadtteil Vahr, baut vor Ort ein starkes Netz für all diejenigen, die sowohl daran mitwirken wollen als auch für diejenigen, die dessen Halt und Unterstützung benötigen.



SILA

Öffnungszeiten: Mo–Do, je 10–14 Uhr,
Adam-Stegerwald-Straße 28,
28329 Bremen, Tel. 0421 · 95 86 616
silal.fahine@gmail.com
www.familieimhilfenetz.com

Zentrum für Migranten und Interkulturelle Studien e. V. (ZIS)



Bremen verzeichnet wachsende Zahlen älterer Migrant:innen, die auf Unterstützung sowie pflegerische Hilfen angewiesen sind. Das 1981 gegründete Zentrum für Migranten und Interkulturelle Studien e. V. (ZIS) setzt sich für die Förderung der Integration der in Bremen lebenden Migrant:innen ein. So wurde neben der Integrationskursarbeit die Arbeit mit älteren Migrant:innen entwickelt.

Umgesetzt wird dies durch die Kontaktstelle für ältere, pflegebedürftige Migrant:innen und ihre pflegenden Angehörigen – »Köprü«, der ehrenamtlichen Seniorenbegleiter:innen für pflegebedürftige Migrant:innen und ihre pflegenden Angehörigen in der

Häuslichkeit sowie durch die Unterstützung von Selbsthilfegruppen älterer Migrant:innen in den Stadtteilen Gröpelingen, Obervieland und Vegesack.

Die Kontaktstelle für pflegebedürftige ältere Migrant:innen sowie deren Angehörige in Bremen (Köprü)

»Köprü« steht symbolisch für »Brücken bauen« zu Träger:innen der Altenhilfe mit dem Ziel, die Teilhabe älterer Migrant:innen in Bremen am Altenhilfesystem zu stärken.

Gefördert durch die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport werden seit 2012 diese Ziele umgesetzt mit folgenden Angeboten:

- Kostenlose Beratung für ältere Menschen mit Pflegebedarfen und deren Angehörige
- Unterstützung pflegender Angehöriger
- Planung und Durchführung von Informationsveranstaltungen
- Kooperationen mit Träger:innen der Altenhilfe und Weiterentwicklung der Interkulturelle Öffnung durch Erfahrungsaustausch
- Initiierung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen älterer, pflegebedürftiger Migrant:innen und deren pflegender Angehöriger
- Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit, um die Situation und Bedarfe älterer Migrant:innen der Gesellschaft zugänglich zu machen



Beratung für ältere, pflegebedürftige Migrant:innen und Angehörige

Mo. und Mi. von 9–12 Uhr in türkischer und deutscher Sprache telefonische Beratung, Tel. 0156 · 78 31 44 73
 Oder nach Terminvereinbarung in der Kontaktstelle »Köprü«
 Gröpeling Heerstr. 228, 28237 Bremen
 Plus montags von 15–17 Uhr
 in Bremen Kattenturm

- Büro am Sonnenplatz
 Theodor-Billroth-Str. 38, 28277 Bremen
 Kontakt: Hatice Turan und Sedat Sevimli
 Tel. 0421 · 83 94 79 36
 kontaktstelle@zis-tdi.de
 www.zis-bremen.de

Bildungs- und Beratungsangebote im Schweizer Viertel in den Begegnungszentren AMeB, Mehrgenerationenhaus,

- Café Schweizer Viertel und Arbeitslosenzentrum Tenever
 Kontakt: Sedat Sevimli
 Tel. 0421 · 83 94 79 36
 sedatsevimli@zis-tdi.de
 Jascha Lindhorst
 Tel. 0176 · 86 62 87 09
 jascha.lindhorst@zis-tdi.de

Informationsveranstaltungen: Wo bekommen wir Hilfe im Alter?

Die Informationsveranstaltungen zu Pflege und Gesundheitsthemen richten sich an ältere Zugewanderte sowie Angehörige. Die Themen reichen von Pflegeversicherung

über Pflegeeinstufung bis hin zu kultursensibler Tagespflege, Unterstützung beim Wohnen im Alter und aktuelle Themen.

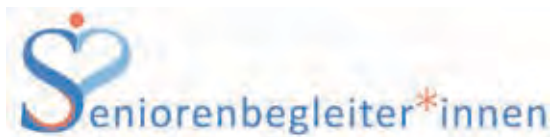
Die Veranstaltungen werden mehrsprachig durchgeführt. Informationen zu Thema, Ort und Zeit sind auf der Internetseite www.zis-bremen.de zu finden oder können über die Kontaktstelle für ältere Migrant:innen erfragt werden. Wunschthemen können auch genannt werden.

Selbsthilfegruppen für ältere Migrant:innen

Das ZIS unterstützt und begleitet selbstorganisierte Gruppen älterer Menschen in verschiedenen Stadtteilen. Es gibt Frauen- und Männergruppen sowie gemischte Gruppen. In offenen Gruppentreffen können Sie sich mit ihren Mitbürger:innen im Stadtteil austauschen.

Sie bekommen Informationen über Angebote (nicht nur) für ältere Menschen. Die Gruppenleitung kann Ihre Fragen zu Angeboten der Altenhilfe beantworten oder Sie an Beratungsstellen vermitteln. Neben den regelmäßigen Treffen finden Ausflüge, Besichtigungen sowie gegenseitige Besuche anderer Senior:innengruppen und die Beteiligung an Stadtteilaktivitäten statt. Kommen Sie vorbei und lernen Sie Ihre Nachbar:innen aus dem Stadtteil kennen!

Aktuelle Hinweise zu Zeit und Ort finden Sie auf unserer Internetseite www.zis-bremen.de unter Kontaktstelle für Ältere → Gruppenangebote



Die Freiwilligen Seniorenbegleiter:innen in Vegesack, Gröpelingen und Kattenturm unterstützen ältere pflegebedürftige Migrant:innen, die auf Hilfen angewiesen sind.

Das machen die Seniorenbegleiter:innen:

- Besuch älterer Menschen mit Mobilitätsproblemen in stationären Einrichtungen, im Krankenhaus oder zu Hause
- Terminvermittlung: Termine mit Behörden, Beratungsstellen und Einrichtungen der Altenhilfe
- Begleitung bei Informationsveranstaltungen über Altenhilfe oder z. B. bei organisierten Ausflügen für ältere Menschen

Haben Sie selbst »Migrationserfahrung« und möchten sich für Ältere freiwillig engagieren?

Für Freiwillige, die sich für ältere Menschen engagieren möchten, bieten wir einen kostenfreien Kurs an mit den Inhalten:

- Was ist Altenhilfe?
- Welche Unterstützung und Angebote gibt es in Bremen für ältere Menschen?
- Wie werden Angehörige pflegebedürftiger Menschen unterstützt?
- Besuche in Einrichtungen der Altenhilfe
- Fragen »rund ums Älter werden«

Sprechen Sie uns bei Interesse gern an:

Hatice Turan und Sedat Sevimli,
Tel. 0421 · 83 94 79 36
haticeturan@zis-tdi.de



Das Projekt »Seniorenbegleiter:innen« aktiv für Migrant:innen wird gefördert durch die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport sowie durch die Freie Hansestadt Bremen.

Migrationsberatung für Erwachsene (einschließlich ältere Menschen)



Benötigen Sie Hilfe bei der Suche nach einem geeigneten Deutschkurs? Haben Sie Fragen beim Umgang mit Behörden oder brauchen Sie Unterstützung bei alltäglichen Anliegen? Haben Sie Fragen zum Thema Gesundheit und Pflege? Neben dem Zentrum für Migranten und Interkulturelle Studien (ZIS) informieren, beraten und begleiten Sie die nachstehenden Einrichtungen und Personen kostenlos und vertraulich.

**Mitte****AWO Soziale Dienste gem. GmbH**

- Imam Krate, Tel. 0421 · 337 71 89
imam.krate@awo-bremen.de
- Hayriye Pamuk, Tel. 0421 · 337 71 88
hayriye.pamuk@awo-bremen.de
- Zülal Müfettişoğlu, Tel. 0421 · 337 71 83
zuelal.muefettisoglu@awo-bremen.de
- Valentina Tuchel, Tel. 0421 · 337 71 87
valentina.tuchel@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

- Anna Urbaniak, Tel. 0421 · 33 57 31 11
a.urbaniak@caritas-bremen.de
- Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51
a.zergani@caritas-bremen.de
- Nino Adam, Tel. 0421 · 200 74 37 17
n.adam@caritas-bremen.de
- Stefan Sandmann, Tel. 0421 · 200 74 37 16
s.sandmann@caritas-bremen.de

DRK Kreisverband Bremen e. V.

Nejla Özdemir, Tel. 0421 · 98 88 25 12
meb@drk-bremen.de

Ost**AWO Soziale Dienste gem. GmbH**

Valentina Tuchel, Tel. 0421 · 468 03 36
valentina.tuchel@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

- Anna Urbaniak, Tel. 0421 · 33 57 31 11
a.urbaniak@caritas-bremen.de
- Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51
a.zergani@caritas-bremen.de

Diakon. Werk/Verein für Innere Mission

Jessica Hotze, Tel. 0421 · 247 72 91
hotze@inneremission-bremen.de

Bremen.ru e. V.

Natalie Gurmamm, Tel. 0421 · 695 34 18
natalie.gurmamm@bremen.ru

West**AWO Soziale Dienste gem. GmbH**

Zülal Müfettişoğlu, Tel. 0421 · 69 14 57
zuelal.muefettisoglu@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51
a.zergani@caritas-bremen.de

Süd**Caritasverband Bremen e. V.**

- Aicha Zergani, Tel. 0421 · 52 40 93 75
a.zergani@caritas-bremen.de
- Nino Adam, Tel. 0421 · 200 74 37 17
n.adam@caritas-bremen.de

Nord**AWO Soziale Dienste gem. GmbH**

Tatiana Halle, Tel. 0421 · 98 88 24 11
tatiana.halle@awo-bremen.de

Caritasverband für das**Dekanat Bremen-Nord e. V.**

Claudia Schmücker, Tel. 0421 · 660 77
c.schmuecker@caritas-bremen-nord.de

Wir betreuen Sie gerne.

PAAR  **Pro Sanitate**

Häusliche Krankenpflege

Werner Schnieders Inka Ackermann GbR

Bremen Mitte
Eduard-Grunow-Str. 23
28203 Bremen

Telefon 0421-705226
Fax 0421-7949080



Bremer Rat für Integration

Der Bremer Rat für Integration, der sich 2005 konstituierte, arbeitet ehrenamtlich. Das Gremium hat 32 Mitglieder (und genauso viele Stellvertreter:innen), die für diese Aufgabe von zahlreichen Institutionen und Gruppen delegiert wurden.

Die Arbeit des Bremer Rates für Integration wird von der Sozialsenatorin unterstützt. Die Unterstützung des Rates wird im Referat Integrationspolitik unter der Leitung von Rainer Schmidt geleistet. Die Bremische Bürgerschaft und die Landesregierung haben den Bremer Rat für Integration ins Leben gerufen, damit er sie dabei unterstützt, die gesellschaftliche Teilhabe aller Bremer:innen nachhaltig zu verbessern und Hindernisse, wie beispielsweise Diskriminierungen verschiedenster Art, sichtbar zu machen.

Der Bremer Rat für Integration ist divers besetzt, die Mitglieder kommen aus den unterschiedlichsten Bereichen und verfügen über fundierte Expertise. So können die Probleme vor Ort erkannt und diskutiert werden.

Nicht selten kommt es vor, dass der Bremer Rat für Integration Vorschläge und Lösungswege bei Institutionen einbringt. Zwar hat der Bremer Rat für Integration kein politisches Mitbestimmungsrecht, aber alle wichtigen politischen Parteien im Land Bremen haben erklärt, Vorschläge aus dem Bremer Rat für Integration bei ihren Entscheidungen so weit wie möglich zu berücksichtigen.

Damit möglichst alle integrationspolitischen Themen beim Bremer Rat für Integration ankommen, ist es wichtig, dass Betroffene sich auch an den Bremer Rat für Integration wenden und ihm oder einem seiner Mitglieder das jeweilige Problem vortragen. Die Zeitung »MITeinander« und die eigene Homepage sollen dazu beitragen, den Dialog zwischen betroffenen Bürger:innen und der Politik zu unterstützen.

Bremer Rat für Integration

Melikşah Şenyürek, Büromanagement
Am Markt 20, 28195 Bremen
Im Gebäude der Bremischen
Bürgerschaft
(Eingang Europapunkt Bremen)
Tel. 0421 · 361- 26 94
bremer.rat@soziales.bremen.de
www.bremer-rat-fuer-integration.de
www.bremen-ist-bunt.de



De snacken ock platt!

Ja, und englisch, türkisch, russisch, schwedisch, sächsisch und in jedem Fall freundlich!

Der ambulante Pflegedienst für Ihre Betreuung zuhause in Bremen-Mitte und -West.
Rufen Sie uns an: **Telefon 98 96 58-0**

mission? ambulant
| zuhause | betreut | sein |



Diversity im Alter – queere Menschen in der Pflege

Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans*idente, inter*geschlechtliche sowie queere Menschen (LSBTIQ*), die aufgrund ihres Alters hilfsbedürftig und abhängig von Unterstützungsleistungen werden, wollen in einer ambulanten oder stationären Pflegesituation selbstbestimmt und im Einklang mit der eigenen Identität leben können. Sie wünschen sich ein Unterstützungssystem, das ihre Lebensweise berücksichtigt und respektiert. Anbieter:innen von Unterstützungsleistungen stehen vor der Herausforderung, sich auf eine Vielfalt von Identitäten und Bedürfnislagen einstellen zu müssen.

Gesetzlich sind Bremer Leistungsanbieter:innen von unterstützenden Wohnformen im Alter und bei Pflege durch das Bremische Wohn- und Betreuungsgesetz dazu verpflichtet, niemanden wegen der sexuellen Identität zu bevorzugen oder zu benachteiligen. Auch im Entwurf des »Bremer Curriculum für die Ausbildung zur Pflegefachfrau/zum Pflegefachmann« wird eine

LSBTIQ*-sensible Pflege sowie die Auseinandersetzung mit Heteronormativität und z. B. Homophobie der angehenden Pflegefachkräfte berücksichtigt.

Das Rat&Tat-Zentrum für queeres Leben hat im Auftrag der Senatorin für Soziales die Broschüre »queere – Perspektiven in der Pflege und im Alter« erstellt, die sich an Fachpersonal in der (Alten-)Pflege richtet und die Einblicke in LSBTIQ*-Lebenswelten gibt. Sie ist kostenlos im Rat&Tat-Zentrum erhältlich.

Zusätzlich bietet das Rat&Tat-Zentrum für queeres Leben Fachveranstaltungen zum Thema »Vielfalt in der Pflege – LSBTIQ* als Klient:innen in der ambulanten und stationären Pflege« an.

Rat&Tat-Zentrum für queeres Leben e. V.

Beratung und Fachveranstaltungen zum Thema LSBTIQ* im Alter

Annette Mattfeldt, Arno Oevermann
Hollerallee 13, 28209 Bremen

Tel. 0421 · 7041 70

Di. 15–17 Uhr, Mi. 11–13 Uhr

beratung@ratundtat-bremen.de

www.ratundtat-bremen.de

Diagnose DEMENZ – was nun? Unabhängige Beratungsstelle in Bremen für Angehörige und Betroffene

- Kompetente, kostenlose **Beratung** zu allen Themen im Bereich Demenz
- **Informationen** zu allen Einrichtungen und Angeboten in Bremen.
- Unterstützung durch **Selbsthilfegruppen** für Angehörige und Betroffene

DIKS

DEMENTZ INFORMATIONSEN-
UND KOORDINATIONENSTELLE

Sögestraße 55/57 (Eingang
Herdentorswallstraße)
28195 Bremen

0421 9899 5299

www.diks-bremen.de

Lesbentelefon Bremen

Ehrenamtlicher Besuchsdienst speziell von und für ältere Lesben in Bremen
Tel. 0177 · 89 191 47
LBesuchHB@gmx.de
www.lesbianline.de/besuchsdienst



Präventionszentrum der Polizei Bremen

Das Präventionszentrum bietet Ihnen kostenlose Beratungen und Informationsmaterial z. B. zu den Themen Einbruchschutz, Fahrraddiebstahl, häusliche Gewalt, Betrug (z. B. Enkeltrick), Handtaschenraub und anderen Straftaten sowie Verkehrsprävention an. Die Räumlichkeiten befinden sich in der zweiten Etage, Fahrstuhl ist vorhanden.

Präventionszentrum der Polizei Bremen

Am Wall 195, 28195 Bremen
 Öffnungszeiten: Mo. und Di. 9–15 Uhr
 Do. 9–16 Uhr, Tel. 0421 · 362-19 003
 praeventionszentrum@polizei.bremen.de
 www.polizei.bremen.de

Polizeiruf: 110

Zentralruf der Polizei: 0421 · 362-0

Opfernotruf Polizei Bremen
 Tel. 0800 · 280 011 0 (kostenfrei)

Aufgrund der Coronamaßnahmen findet die zentrale Anzeigenaufnahme bis auf Weiteres nur an den Revieren Vegesack, Innenstadt und Schwachhausen statt.

Daneben wurde die telefonische Anzeigenaufnahme eingerichtet, die unter der Rufnummer 0421 · 362-12700 zu nachstehenden Zeiten erreichbar ist. Diese ist überwiegend für derartige Sach-

verhalte, in denen die Bürger:innen nicht zwingend eine Polizeidienststelle aufsuchen müssen.

Mo.–Fr. 6–22 Uhr

Sa. 8–20 Uhr

So. 10–18 Uhr

Polizeirevier Innenstadt/Hauptbahnhof

Zentrale Anzeigenaufnahme

Bahnhofplatz 14, 28195 Bremen
 Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–20 Uhr,
 Sa.–So. 10–18 Uhr

Polizeikommissariat Nord/Vegesack

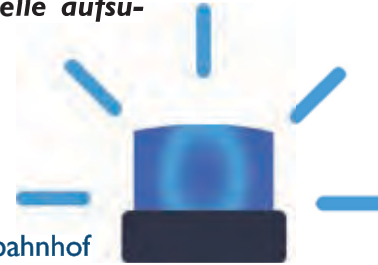
Zentrale Anzeigenaufnahme

Kirchheide 51, 28757 Bremen
 Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr.
 8–20 Uhr, Mi. + Sa. 8–16 Uhr

Polizeirevier Schwachhausen

Zentrale Anzeigenaufnahme

Parkallee 160, 28213 Bremen
 Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–20 Uhr,
 Sa. 10–18 Uhr



Onlinewache

Um die Ausbreitung des Corona-Virus zu verlangsamen, empfehlen wir nach Möglichkeit geeignete Straftaten, wie z. B. Fahrrad-diebstähle oder Sachbeschädigungen, über die Onlinewache anzuzeigen:
www.onlinewache.bremen.de



Bürgersprechstunde

Die Bürgersprechstunde der Kontaktpolizist:innen findet seit dem 3. August 2021 jeweils dienstags von 10 bis 12 Uhr an den nachfolgend aufgeführten Standorten der Polizei Bremen statt:

Mitte

Polizeirevier Steintor

Hoyaer Straße 11, 28205 Bremen

Nord

Polizeirevier Blumenthal

Heidbleek 10, 28779 Bremen

Polizeistation Farge

Farger Straße 136, 28777 Bremen

Polizeistation Lüssum

Lüssumer Heide 27, 28777 Bremen

Polizeirevier Lesum

Hindenburgstraße 32, 28717 Bremen

Polizeistation Marßel

Stockholmer Straße 57, 28719 Bremen

Polizeistation Grambke

Grambker Heerstraße 49, 28719 Bremen

Ost

Polizeikommissariat Ost I

In der Vahr 76, 28329 Bremen

Polizeistation Weserpark

Hans-Bredow-Straße 16, 28307 Bremen

Polizeirevier Horn

Lilienthaler Heerstr. 259, 28357 Bremen

Polizeistation Oberneuland

Mühlenfeldstraße 16, 28355 Bremen

Polizeistation Borgfeld

Borgfelder Landstraße 21, 28357 Bremen

Polizeirevier Hemelingen

Christernstraße 16, 28309 Bremen

Polizeistation Arbergen/Mahndorf

Arberger Heerstraße 90, 28307 Bremen

West

Polizeirevier Findorff

Fürther Straße 43, 28215 Bremen

Polizeistation Oslebshausen

Am Oslebshauer Bahnhof 21, 28239 Bremen

Süd

Polizeistation Neustadt

Schulstraße 11, 28199 Bremen

Polizeirevier Obervieland

Gorsemannstraße 24, 28277 Bremen

Polizeirevier Woltmershausen

Dötlinger Straße 6–8, 28197 Bremen

Polizeirevier Huchting

Franz-Löbert-Platz 1, 28259 Bremen

Da das Zeitfenster der Bürgersprechstunde begrenzt ist, soll die Bürgersprechstunde ausschließlich für Serviceangebote und nicht für die Aufnahme von Anzeigen genutzt werden.

Beratungsangebote

Sozialverband Deutschland e. V. (SoVD)

Landesverband Bremen

Breitenweg 10–12, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 163 84 90

info@sovd-hb.de, www.sovd-hb.de

Sozialverband VdK Nds.-Bremen e. V.

Kreisgeschäftsstelle Bremen
Am Wall 196 a, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 165 48 17, gs-bremen@vdk.de
www.vdk.de/kv-bremen

 **Arbeitnehmerkammer Bremen-Stadt**

Bürgerstraße 1, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 36 301-0
www.arbeitnehmerkammer.de

Bremen-Nord

Lindenstraße 8, 28755 Bremen
Tel. 0421 · 66 950-0

 **Aktive Senioren Beratung des ASB**

Bremerhavener Straße 155
28219 Bremen, Tel. 0421 · 38 69 06 23
angelika.fischer@asb-bremen.de
www.asb-bremen.de

Brücke Bremen-Mitte Hoppenbank e. V.

Selbsthilfegruppe für Menschen
in Lebenskrisen, Karl-Böger-Str. 21
28239 Bremen, Tel. 0421 · 613198
rudig@hoppenbank-ev.de
www.hoppenbank.info

Caritasverband Bremen e. V.

Allgemeine Soziale Beratung
Georg-Gröning-Straße 55
28209 Bremen, Tel. 0421 · 33 57 30
info@caritas-bremen.de
www.caritas-bremen.de

Deutsches Sozialwerk e. V. (DSW)

Kultur, Gemeinschaft und Hilfe
Schwachhauser Heerstraße 264
28213 Bremen, Tel. 0421 · 34 35 33
info@dsw-ev.de, www.dsw-ev.de

**Familien- und Lebensberatung der
Bremischen Evangelischen Kirche**

Domsheide 2, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 33 35 63
bek-lebensberatung@kirche-bremen.de
www.kirche-bremen.de

Forum Kirche, Fachstelle Alter

Hollerallee 75, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 346 15 15
gabriele.holdorf@kirche-bremen.de
www.kirche-bremen.de

»Nebenan – Gute Nachbarschaft«

Hilfen für Nachbarn in der Neustadt.
Große Krankenstr. 11 28199 Bremen,
Tel. 0421 · 69 66 56 00
neustadt@kirche-bremen.de
www.kirche-bremen.de

Offene Tür Bremen

Psychologische Beratung in Krisen und
Lebensproblemen der katholischen Kirche
Hohe Straße 7, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 32 42 72
offene-tuer.bremen@t-online.de
www.offene-tuer-bremen.de

Verein für Innere Mission in Bremen

Blumenthalstraße 10, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 34 96 70
info@inneremission-bremen.de
www.inneremission-bremen.de

kom.fort e. V.

Beratung für barrierefreies
Bauen und Wohnen, Landwehrstraße 44
28217 Bremen, Tel. 0421 · 79 01 10
info@kom-fort.de, www.kom-fort.de





Digitale Medien

Auch wenn sich viele ältere Menschen mit Computer, Smartphone und Co. noch immer schwertun, hat sich in der letzten Zeit schon viel getan. Die Corona-Pandemie hat an dieser Schraube mitgedreht. Die Meinung »das betrifft mich nicht mehr, lass das mal die Jüngeren machen« ist nicht mehr so verbreitet wie vor einigen Jahren. Unsicherheit ist nach wie vor vorhanden, und die meisten sind froh, wenn jemand in der Nähe ist, der im Notfall helfen kann, damit die Freundin oder der Verwandte aus einer anderen Stadt tatsächlich auf dem Bildschirm erscheint. Dabei ist bereits das halbe Leben digital: Das Fieberthermometer, der Blutdruckmesser und andere medizinische Geräte sind Standard in den Haushalten älterer Menschen – und diese Geräte funktionieren heute in der Regel digital.

Wir müssen uns darauf einstellen, dass wir ohne Anschluss an die neue Technik sehr schnell vom Alltagsleben abgeschnitten werden. Viele Geldinstitute schließen Ihre Filialen und erwarten von Ihren Kund:innen, dass sie Ihre Geldgeschäfte zukünftig nur noch über das Onlinebanking abwickeln. Wir Älteren können zwar hier und da durch Proteste die eine oder andere Maßnahme verhindern, aufhalten können wir diese Entwicklungen auf Dauer aber nicht.

Deshalb ist es gut, dass es in Bremen Unterstützung gibt!

»DigitalAmbulanzen« nun beim Verband für sozial-kulturelle Arbeit – Landesverband Bremen, VskA e. V.

Die durchaus lebenserfahrene Generation an digitale Medien zu führen, ist ein erklärtes Ziel der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport. 2020 wurde das Projekt DigitalAmbulanzen mit Bundesmitteln ins Leben gerufen. Die Sicherstellung und Förderung der digitalen Teilhabe ist und bleibt weiterhin wichtig. Aus diesem Grund hat das Sozialressort die Fortführung der DigitalAmbulanzen seit dem 1. Januar 2023 an einen Träger, den VskA e. V., vergeben.

Gerade die Corona-Pandemie hat den Nutzen digitaler Medien deutlich aufgezeigt. Aber auch die fortschreitende Digitalisierung von Bank- und Postgeschäften oder Ticketkäufen erfordert einen sicheren Umgang mit dem Internet. Viele Menschen trauen sich aber nicht so richtig an diese Medien heran. Die Vermittlung geht am besten von Mensch zu Mensch, genau dafür steht der Verband für sozial-kulturelle Arbeit e. V. (VskA), der Fachverband für Nachbarschaftsarbeit. In verschiedenen Formaten, ganz nach den Bedürfnissen der Zielgruppe, wird das eigene Smartphone oder Tablet vertrauter gemacht. »Die mit viel Leidenschaft und Energie aufgebauten Netzwerke in den Städten Bremen und Bremerhaven dürfen nicht vernachlässigt werden«, so Stefan Markus, 1. Vorsitzender des VskA. »Für Bremen wer-

den wir intensiv diese Arbeit fortführen und ausbauen, und wir freuen uns darauf, mit Bremerhaven zusammenzuarbeiten.« Informationsveranstaltungen, Kurse und Beratungstermine sind nur ein kleiner Teil dieses allumfassenden Projektes.

Sie möchten gerne mitarbeiten? Nur mit der Hilfe vieler freiwillig Mitarbeitenden ist dieses Projekt möglich. Wir möchten Ihre Kompetenzen in den Quartieren nutzen. Melden Sie sich gerne unter: info@vska-bremen.de

Fortbildung zum/zur Digitallots:in – Einführung in die Vermittlung digitaler Kompetenzen an Senior:innen

Diese Fortbildung bereitet Multiplikator:innen auf die Vermittlung digitaler Themen an ältere Mitbürger:innen vor. Im Vordergrund steht dabei nicht das technische Knowhow, sondern grundlegende Kenntnisse über die Möglichkeiten von Angeboten, wie z.B. Kurse, Treffs, 1:1-Coachings etc. Dabei wird ein Schwerpunkt auf die Art der Wissensvermittlung sowie den respektvollen und wertschätzenden Umgang mit den teilnehmenden Senior:innen gelegt – Didaktik und Pädagogik stehen also im Vordergrund. Zudem werden sowohl während der Schulung als auch durch das Netzwerk Digitalambulanzen Hilfen und Informationen in Bezug auf spezielle Fragen zur Planung von Angeboten und zur Erweiterung der eigenen technischen Kenntnisse angeboten.

Sie lernen in insgesamt vier Unterrichtsstunden: Lernerfahrungen und -motivationen klären, richtig motivieren, eine gute Gruppenzusammensetzung einschätzen, geeignete Kursinhalte zusammenstellen, Komplexität richtig steigern, Begleitmaterial verwenden, Probleme besprechen und Lösungen üben, Hausaufgaben anbieten, Nachbetreuung durchführen, Selbstwirksamkeit vermitteln.

Teilnahmevoraussetzungen: solide Grundkenntnisse im Umgang mit digitalen Endgeräten (Smartphone, Tablet, PC), Informationsdiensten (Webshops, Auskunftssysteme etc.) und Kommunikationsdiensten (Mail, WhatsApp etc.), außerdem Freude daran das eigene Wissen anderen Menschen zu vermitteln.

Dies ist ein kostenloses Angebot im Auftrag des Netzwerk Digitalambulanzen Bremen in Zusammenarbeit mit der Bremer Volkshochschule.

Projektkoordination Für die Stadt Bremen

Verband für sozial-kulturelle Arbeit e. V.
Landesverband Bremen
Stefan Markus, Tel. 0421 · 696 730 -20
stefan.markus@vska-bremen.de

Für die Stadt Bremerhaven

Verena Springer
Magistrat der Stadt Bremerhaven in
Kooperation mit faden gGmbH
Auf der Bult 10b, 27574 Bremerhaven
Tel. 0162 · 244 01 46



**Netzwerkpartner:innen****Aktive Menschen Bremen e.V.**

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 691 45 80

Ambulante Versorgungsbrücken

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 69 64 200

AfZ im Land Bremen

Erich-Koch-Weser-Platz 1
27568 Bremerhaven, Tel. 0471 · 98 399 0

AWO Bremen

Auf den Häfen 30–32, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 79 02 35

Awo Bremerhaven

Bütteler Str. 2, 27568 Bremerhaven
Tel. 0471 · 30 05 23 92

Begegnungsstätte im Turm

Neukirchstraße 86, 28215 Bremen
Tel. 0421 · 37 969 22

Bras e. V.

Stavendamm 8, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 37 87 77

Bremer Heimstiftung

Marcusallee 39, 28359 Bremen
Tel. 0421 · 24 34 226

Bremer Volkshochschule

Breitenweg 2, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 361 36 54

Bremer Landesmedienanstalt

Hafenstraße 156, 27576 Bremerhaven
Tel. 0471 · 95 49 561

Bürgerhaus Gemeinschaftsz. Obervieland

Alfred-Faust-Straße 4, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 69 67 30 20
Tel. 0421 · 69 69 30 24

Bürgerhaus Oslebshausen

Am Nonnenberg 40, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 64 51 22

Bürgerverein Borgfeld

Borgfelder Landstr. 21 – Littweg –,
28357 Bremen, Tel. 0171 · 36 15 98 5

Bürgerzentrum Neue Vahr e. V.

Berliner Freiheit 10, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 43 67 34 5

Caritasverband Bremen e. V.

Georg-Gröning-Straße 55
28209 Bremen, Tel. 0421 · 877 93 50

Diakonisches Werk Bremen e. V.

Contrescarpe 101, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 163 84 16

Die Brücke

Sebaldsbrücker Heerstr. 52
28309 Bremen, Tel. 0421 · 45 11 16

DIKS

Sögestraße 55–57, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 98 99 52 99

DRK Begegnungszentrum plus – Haferkamp

Haferkamp 8, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 24 05 199

DRK AKTIV Treff – Arsten-Nord

Martin Buber Straße 7, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 69 68 11 21

faden gGmbH

Rampenstraße 25, 27568 Bremerhaven
Tel. 0471 · 30 81 70

Freiwilligen Agentur Bremen

Dammweg 18–20, 28211 Bremen
Tel. 0421 · 34 20 80

GEWOBA

Rembertiring 27, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 36 72-5 17

**Internationaler Bund West gGmbH**

Hastedter Heerstraße 290
28207 Bremen, Tel. 0421 · 566 390-25

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Buntentorsteinweg 114, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 55 15 00

Leben mit Krebs e. V.

Kurfürstenstraße 4, 27568 Bremerhaven
Tel. 0471 · 94 13 407

M2C Institut für angewandte Medienforschung

Flughafenallee 10, 28199 Bremen
Tel. 0421 · 62659622

Martinsclub Bremen e. V.

Buntentorsteinweg 24/26, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 87866580

Nachbarschaftshaus e. V.

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 69 14 580

Netzwerk Selbsthilfe e. V.

Faulenstr. 31, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 70 45 81

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste

Außer der Schleifmühle 55–61
28203 Bremen, Tel. 0421 · 79 19 946

SebstBestimmt Leben e. V.

Ostertorsteinweg 98, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 70 44 09

Seniorentreffpunkt Grünhöfe

Auf der Bult 10b, 27574 Bremerhaven
Tel. 0471 · 34 060

Seniorenvertretung der Stadt Bremen

Bahnhofspiarz 29, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 361 6769

SG MarBel

Stader Landstraße 100, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 6360220

SOLIDAR freiwillige Soziale Dienste e.V.

Johann-Wichels-Weg 2, 27574 Bremerhaven, Tel. 0471 · 30 93 30 10

SoVD

Breitenweg 10–12, 28195 Bremen
Tel. 0179 · 106 11 27

Stadtbibliothek Bremen

Am Wall 201, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 361 44 65

Stadtbibliothek Bremerhaven

Bgm.-Smidt-Str. 10, 27568 Bremerhaven
Tel. 0471 · 590 25 55

Stadtteilhaus Blockdiek

Mülheimer Str. 1–3, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 4379088

Standortmanagement Geestmünde

Schillerstraße 64, 27570 Bremerhaven
Tel. 0471 · 93 14 45 25

STÄWOG

Barkhausenstr. 22, 27
27568 Bremerhaven
Tel. 0471 · 9451-130

Vahrer Löwen

Hollerallee 13, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 70 60 77

Verband für sozial-kulturelle Arbeit e. V.

Alfred-Faust-Straße 4, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 69 67 30 20

Volkshochschule Bremerhaven

Lloydstraße 15, 27568 Bremerhaven
Tel. 0471 · 590 47 11

Zentrum für Migranten und interkulturelle Studien

Gröpelinger Heerstraße 228
28237 Bremen, Tel. 0421 · 83947936

Begegnungen und Beistand

Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Senior:innentreffpunkte

Nachbarschaftliche Begegnungsräume in allen Stadtteilen

Menschen im Alter, Hochaltrige und auch jüngere Menschen in der nachberuflichen Lebensphase sollen mit attraktiven Angeboten erreicht werden und einen öffentlichen Raum zur selbstorganisierten Alltagsgestaltung bekommen. Begegnungs-Zentren und -Treffs sind Nachbarschaftstreffs im Sinne kleiner Bürgerhäuser, die ein interessantes Programm anbieten und im Rahmen eines Cafés oder offenen Treffs zum kurzen oder längeren gemütlichen Verweilen einladen. Nachbar:innen können sich hier kennenlernen und miteinander ins Gespräch kommen.

31 Begegnungs-Zentren und -Treffs, zwölf davon mit dem Prädikat Zentrum plus, werden von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport gefördert. Begegnungs-Zentren, -Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte sind für Senior:innen und/oder Nachbar:innen offene Orte, an denen Menschen zusammenkommen, sich z. B. bei Kaffee und Kuchen austauschen oder auch selbst aktiv sein können. Der Besuch der Begegnungs-Zentren und -Treffs ist kostenlos. Sie wollen auch bei

begrenzten finanziellen Möglichkeiten der oder des Einzelnen durch kostenlose oder niedrigpreisige Angebote (Kurse, Kulturveranstaltungen, Tagesreisen) jeder Bremerin und jedem Bremer die Teilnahme und/oder Mitwirkung ermöglichen. Schauen Sie einmal vorbei. Es können schöne Nachmittage und Kontakte entstehen!

Die Begegnungsorte sind über das ganze Stadtgebiet verteilt. Sie sind gut zu erreichen und weitgehend barrierefrei. Alle bieten ein umfassendes, abwechslungsreiches Programm und vielfältige Angebote. Auf dem Programm stehen – ggf. der Corona-Pandemielage angepasst:

- regelmäßige Kurse im Bereich der Gesundheitsförderung (u. a. Gymnastik, Yoga, Qi-Gong, Gedächtnistraining, Tischtennis),
- PC-, Smartphone-, Tablet- und Internet-Kurse,
- Spielenachmittage, u. a. Schach, Bridge, Skat, Rommé,
- Mal-, Zeichen-, Töpfer-, Handarbeits- und Bastelkurse,
- Literatur- und Musikkreise,
- Sprachangebote, z. B. Englisch, Spanisch,
- Gesprächsgruppen zu verschiedenen alters- oder gesundheitspezifischen Themen
- sowie regelmäßige kulturelle Veranstaltungen und Ausflüge.



Die Angebote werden in den einzelnen Einrichtungen gemeinsam mit den Besucher:innen gestaltet. Freiwillig mitwirkende, engagierte Menschen, auch mit eigenen Ideen und Angeboten, sind herzlich willkommen. Die Leiter:innen freuen sich über Anregungen und Unterstützung. Sie fördern das freiwillige Engagement und informieren und beraten zu allen alltagsrelevanten Themen. **Die Angebote und Öffnungszeiten der einzelnen Einrichtungen erfragen Sie bitte direkt vor Ort, telefonisch oder per E-Mail.**

Mitte/West

Begegnungs-Zentrum/

Begegnungsstätte Im Turm – Findorff

Martin-Luther-Gemeinde
Neukirchstraße 86, 28215 Bremen
Tel. 0421 · 379 69 22
begegnungsstaette@martin-luther-findorff.de

Begegnungs-Zentrum im

Bürgerhaus Oslebshausen

Am Nonnenberg 40, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 64 51 22, info@bghosl.de

Begegnungs-Zentrum im Bürgerhaus

Weserterrassen – östliche Vorstadt

Osterdeich 70 b, 28205 Bremen
Tel. 0421 · 549 49-0
kontakt@weserterrassen.com

Begegnungs-Zentrum im Nachbarschafts- haus Helene Kaisen – Gröpelingen

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 691 45 80
nachbarschaftshaus@web.de

Begegnungs-Zentrum plus Haferkamp – Utbremen/Walle

DRK, Haferkamp 8, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 2405-199
bz-haferkamp@drk-bremen.de

Begegnungs-Zentrum plus – Mitte

Lange Aktiv Bleiben (LAB)
Hoppenbank 2–3, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 32 60 49
info@lab-bremen.de

Begegnungs-Zentrum Schwachhausen

Deutsches Rotes Kreuz
Wachmannstraße 9 a, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 34 03-156, E-Mail:
bz-schwachhausen@drk-bremen.de

Seniorenbüro e. V., Bremen – Mitte

Breitenweg 12, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 32 05 49
info@seniorenbuero-bremen.de

Ost

Begegnungs-Treff »des Guten Hirten« – Hemelingen

Forbacher Str. 18, 28309 Bremen
Tel. 0421 · 45 11 16
begegnung.hemelingen@
kirche-bremen.de

Begegnungs-Treff Die Brücke – Sebaldsbrück

Ev. Versöhnungskirche Sebaldsbrück
Seebaldsbrücker Heerstraße 52
28309 Bremen, Tel. 0421 · 45 11 16
begegnung.hemelingen@
kirche-bremen.de

-  **Begegnungs-Treff Horn-Lehe**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Im Hollergrund 61, 28357 Bremen
Tel. 0421 · 69 64 29 81
bgst-hornlehe@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum Arbergen**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Hermann-Osterloh-Straße 117
28307 Bremen, Tel. 0421 · 48 80 97
-  **Begegnungs-Zentrum plus Am Siek – Osterholz (Nachbarschaftstreff am Siek im »Schweizer Viertel«)**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Am Siek 43, 28325 Bremen
Tel. 0421 · 42 07 50
aktivemenschenamsiek@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum Johanniterhaus – Horn**
Seiffertstraße 95, 28359 Bremen
Tel. 0421 · 204 05 65
hartwig.claus@jose.johanniter.de
www.begegnung-johanniter-hb.de
-  **Begegnungs-Zentrum Osterholz**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Sudwalder Straße 51, 28307 Bremen
Tel. 0421 · 40 39 56
ameb-sudwalder@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum plus Hemelingen**
Ev.-luth. Kirchengemeinde Hemelingen
Christernstraße 18a
28309 Bremen
Tel. 0421 · 45 11 16
begegnung.hemelingen@kirche-bremen.de
-  **Begegnungs-Zentrum Sparer Dank – Schwachhausen**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Biermannstraße 15, 28213 Bremen
Tel. 0421 · 21 22 17
bgst.sparerdank@web.de
- Senioren-Werkstatt Egestorff-Stiftung/ Osterholz**
Stiftungsweg 6, 28325 Bremen
Tel. 0421 · 42 72 114
-  **Begegnungs-Zentrum plus Vahrer See Nachbarschaftstreff Vahrer See im Hanna-Harder-Haus**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Berliner Freiheit 9 c, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 46 80 330
bgst-vahrersee@web.de
www.aktive-menschen-bremen.de
- BiSPi Nachbarschaftstreff e. V./ Gartenstadt Vahr**
Bispinger Straße 14 a, 28329 Bremen
Tel. 0421 · 46 73 695
kontakt@bispi-bremen.de
www.bispi-bremen.de
-  **Bürgerhaus Hemelingen**
Godehardstraße 4, 28309 Bremen
Tel. 0421 · 45 61 98
info@buergerhaus-hemelingen.de
www.buergerhaus-hemelingen.de
-  **Bürgerhaus Mahndorf**
Mahndorfer Bahnhof 10
28307 Bremen, Tel. 0421 · 48 58 15
info@buergerhaus-mahndorf.de
www.buergerhaus-mahndorf.de

 **Familien- und Quartierszentrum
Neue Vahr Nord e.V.**

August-Bebel-Allee 284, 28329 Bremen
Silke Frey, Tel. 0421 · 69 69 61 87
silke.frey@afsd.bremen.de
www.fqz-bremen.de

 **Quartierszentrum Schweizer Viertel**

St.- Gotthard-Str. 33
28325 Bremen
Aykut Tasan, Tel. 0421 · 36 11 81 75
aykut.tasan@afsd-bremen.de

 **Löwentreff / Vahrer Löwen
Gartenstadt Vahr**

Vahrer Löwen e. V.
Eislebener Straße 31 a, 28329 Bremen
Tel. 0421 · 46 91 68 oder 0421 · 9591348
info@vahrer-loewen.de

 **Treff Waschhaus e. V. / Neue Vahr Süd**

Ludwig-Beck-Str. 2a
Neue Vahr Süd, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 47 89 430
info@treffwaschhaus.de
www.treffwaschhaus.de

 **Mehrgenerationenhaus
Bremen-Schweizer Viertel**

Graubündener Str. 10
28325 Bremen
Marina Aydt, Tel. 0421 · 43 81 90 10
marina.aydt@bremer-heimstiftung.de

 **Verbund Quartierszentrum Blockdiek**

Düsseldorfer Straße 2a
28327 Bremen
Stefan Kunold, Tel. 0421 · 620 60 82
skunold@hwst.de

 **Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o ALZ – Arbeit Leben Zukunft**

Tenever Wormser Str. 9
28325 Bremen, Tel. 0421 40 20 68
aufsuchende-altenarbeit.tenever@
kirche-bremen.de

 **Quartierszentrum Tenever**

Mütterzentrum Osterholz Tenever e.V.
Otto-Brenner-Allee 44–46
28325 Bremen, Tel. 0421 42 40 96
verwaltungszentrum@
muetterzentrum-tenever.de

 **Familienzentrum Mobile**

Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen
Heike Schilling,
Tel. 0421 · 958 86 04
heike.schilling@afsd.bremen.de
www.familienzentrum-mobile-mgh.de

 **Quartierstreff Rostocker Straße**

Rostocker Straße 46
28329 Bremen
Rita Sänze, Tel. 0421 · 36 18 11 95
rita.saenze@afsd.bremen.de

Süd

 **Begegnungs-Zentrum Buntentor**

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Buntentorsteinweg 114
28201 Bremen, Tel. 0421 · 55 15 00

 **Begegnungs-Zentrum
Bürgerhaus Obervieland**




Alfred-Faust-Straße 4, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 69 67 30 20
info@bgo-bremen.de



-  **Begegnungs-Zentrum Habenhausen**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Ohserstraße 2, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 83 31 20
-  **Begegnungs-Zentrum Helga Jansen Haus – Huchting/Sodenmatt**
Aktive Menschen Bremen e. V.
An der Schüttenriehe 8, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 583375, bgst-huchtingl@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum plus Woltmershausen**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Woltmershauser Straße 310
28197 Bremen, Tel. 0421 · 546270
bgst-woltmershausen@web.de
-  **Bürgerhäuschen/Kattenturm**
Bürgerh. Obervieland, Willi-Hundt-Str. 2
28277 Bremen, Tel. 0421 · 69673024
info@bgo-bremen.de
-  **Quartierszentrum am Sonnenplatz**
Theodor-Billroth-Str. 30–48
Sandra Ahlers, Tel. 0421 · 69642976
sandra.ahlers@afsd.bremen.de
-  **Café Carl – Huchting/Kirchhuchting**
Carl-Hurtzig-Straße 30, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 98885788, -90
-  **Café Rosengarten – Huchting/Mittelshuchting**
Antwerpener Str. 22
28259 Bremen, Tel. 0421 · 6961660
-  **Klönhof – Huchting/Sodenmatt**
Nimweger Straße 11, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 2584210
-  **Rosencafé/Gartenstadt Süd**
Thedinghauser Straße 115a, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 69699999

-  **Treff Gesunde Nachbarschaft – Huchting/Kirchhuchting**
Kirchhuchtinger Landstraße 143
28259 Bremen
Tel. 0421 · 6993173
g.guttchen@paritaet-bremen.de
-  **Quartierszentrum Huckelriede**
Niedersachsendamm 20a, 28201 Bremen
Tim Rehbein, Tel. 0421 · 87866580
huckelriede@martinsclub.de
-  **Bürger- und Sozialzentrum – Huchting/Sodenmatt**
Amersfoorter Straße 8, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 83009200
info@bus-huchting.de
www.bus-huchting.de

Nord

-  **Begegnungszentrum Plus der evangelischen Kirchengemeinde Bremen-Blumenthal**
Martin-Luther-Gemeinde
Wigmodistraße 33, 28779 Bremen
Tel. 0421 · 6096902
begegnung.blumenthal@kirche-bremen.de
-  **Begegnungs-Zentrum Farge**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Farger Straße 136, 28777 Bremen
Tel. 0421 · 682385, bgst-farge@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum Luise Morgenthal – Grambke**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Grönlandstraße 8, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 641716
bgst-grambke@web.de



Begegnungs-Zentrum Rönnebeck

Aktive Menschen Bremen e. V.
Bgm.-Dehnkamp-Straße 24
28777 Bremen, Tel. 0421 · 6000 20
bgst-roennebeck@web.de

Quartiersmanagement MarBel

Helsingborger Str. 36, Katharina Fischer
Tel. 0176 42362934,
katharina.fischer@afsd.bremen.de

Begegnungs-Zentrum St. Magnus

Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Magni
Unter den Linden 24, 28759 Bremen
Tel. 0421 · 62 16 01
bgst.st.magni@kirche-bremen.de

Haus der Zukunft – Mehrgenerationen- haus – Quartierzentrum

Lüssumer Heide 6, 28777 Bremen
Tel. 0421 · 36 1792 93
heike.binne@afsd.bremen.de

Senioren-Kreativ-Treff (Zentrum plus) SKT im Bürgerhaus Gustav Heinemann Vege sack

Kirchheide 49, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 65 99 722, f.winter@
kulturbuero-bremen-nord.de
www.kulturbuero-bremen-nord.de

Quartiersverbund Blumenthal

Kapitän-Dallmann-Str. 18, 28779 Bremen
Carola Schulz, Tel. 0421 · 96 03 63 17
carola.schulz@afsd.bremen.de

Quartiersverbund Grohn

Bydolekstraße 5, 28759 Bremen
Christian Ganzke, Tel. 0421 · 659 37 14
christian.ganske@afsd.bremen.de

Die Lampendreher

Ein nicht mehr ganz neues Projekt sind die Lampendreher: Ehrenamtliche Helfer:innen kommen ins Haus und erledigen kleine handwerkliche Arbeiten für Senior:innen. Neue Glühbirnen werden eingeschraubt, quietschende oder klemmende Schubladen und Türen gängig gemacht, der abgerissene Duschvorhang oder das Verdunklungsrollo befestigt ... und vieles mehr!

Dieser kostenfreie Seniorenservice wird aktuell nur in Gröpelingen und Oslebshausen angeboten, doch in vielen anderen Stadtteilen von den dort lebenden Senior:innen gewünscht. Wenn Sie also Interesse haben, sich als Lampendreher ehrenamtlich zu betätigen, wenden Sie sich bitte an eines der vorstehenden Senioren-Zentren oder -Treffs. Die jeweilige Einrichtungsleitung wird Sie gern dazu beraten und bei der Umsetzung unterstützen.

Aktuelle Lampendreher-Angebote:

Ev. Gemeinde Gröpelingen und Oslebshausen

Ritterhuder Heerstr. 3, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 69 69 89 13

Weitere Standorte werden gewünscht und interessierte, handwerklich begabte Ehrenamtliche zur Mitwirkung dringend gesucht! Melden Sie sich einfach bei einem Senioren-Zentrum/-Treff oder Bürgerhaus in Ihrer Nähe.

Repair-Café

Ein Repair-Café ist ein Ort, an dem sich Menschen zum gemeinsamen Reparieren oder Pflegen von Alltagsgegenständen treffen, wie z.B. Fahrräder, Haushaltsgeräte oder Textilien. Durch eine Reparatur werden nicht nur Abfälle vermieden und Ressourcen gespart, sondern auch die Umwelt und der Geldbeutel geschont. Bei kleineren Mängeln kann gemeinsam mit fachkundigen Ehrenamtlichen direkt eine Reparatur erfolgen. Das Repair-Café findet in verschiedenen Begegnungs-Zentren bei Kaffee und Tee in geselliger Runde statt. Zeitpunkt und Ort einer solchen Veranstaltung sind den monatlichen Programmen der Begegnungs-Zentren und Bürgerhäusern zu entnehmen. Bei Bedarf kann dort direkt nachgefragt werden (siehe ab Seite 41).

Tel. 0421 · 221 05 66 (Fr. 9–13 Uhr)
 info@repaircafe-bremen.de
 www.repaircafe-bremen.de

Findorff

Münchener Straße 58, 28215 Bremen
 Tel. 0421 2210567 (9–13 Uhr)

Blumenthal

Nunatak, Kapitän-Dallmann-Straße 2
 28779 Bremen-Blumenthal
 Tel. 04792 95 15 23
 Ansprechp. Heike Schneider
 jeden letzten Samstag im Monat (14–17 Uhr)

Gröpelingen (Repair- und Nähcafé)

Mosaik, Liegnitzstraße 26, 28237 Bremen
 Tel. 0421 98 99 700
 donnerstags 10 Uhr

Neue Vahr

In der Fahrradwerkstatt im Ellener Hof,
 Ilse-Kaisen-Straße 30, 28237 Bremen
 Tel. 0421 175 37 072
 jeden Montag (16–19 Uhr)

Mehrgenerationenhaus Stuhr

Bremer Straße 9, 28816 Stuhr
 Tel. 0421 80 60 98 74, jeden zweiten
 Samstag im Monat (9:30–12 Uhr)

Neustadt

Westerstraße 58, 28199 Bremen
 jeden Mittwoch (17–20 Uhr)

Lilienthal Murkens Hof

Klosterstraße 25, 28865 Lilienthal
 Tel. 04298 929 237

Bremen Nord

Kirche St. Magni, Unter den Linden 24
 28759 Bremen, Tel. 0421 62 16 01
 jeden zweiten Samstag in
 geraden Monaten (14–17 Uhr)

Markthalle 8

Domshof 8, 28195 Bremen
 Tel. 0421 98 96 97 0
 jeden zweiten Samstag im Monat (11 Uhr)

Für die Repair-Cafés werden interessierte, handwerklich begabte Ehrenamtliche gesucht. Melden Sie sich einfach bei einem Begegnungs-Zentrum/-Treff oder Bürgerhaus in Ihrer Nähe.



Der Aktivierende Hausbesuch

Der »Aktivierende Hausbesuch« ist ein Angebot vom Deutschen Roten Kreuz. Es richtet sich an Menschen, die ihre häusliche Umgebung nicht mehr verlassen können oder wollen, um Bewegungsangebote im Stadtteil zu nutzen. Er unterstützt den Erhalt der Gesundheit und fördert »aktives Altern« in der eigenen Wohnung durch individuell auf die Gesundheitssituation abgestimmte Bewegungsübungen.

Vom DRK ausgebildete Übungsleiter:innen besuchen die älteren Menschen zu Hause. Zugeschnitten auf die individuellen Bedürfnisse werden unter kompetenter Anleitung vielseitige Übungen gezeigt, zusammen ausprobiert und geübt. Ziel ist es u. a., mehr Sicherheit bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben, ein verbessertes Körpergefühl und mehr Mobilität innerhalb und außerhalb der Wohnung zu erlangen.

Neben den Bewegungsübungen soll auch genügend Zeit bleiben für Gespräche und wenn gewünscht Gedächtnisübungen.

Die Kosten für den aktivierenden Hausbesuch kann man sich bei Einstufung in einen Pflegegrad von der Pflegekasse rückerstat-ten lassen.

Mirko Westermann
Wachmannstr. 9, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 3403-101
westermann@drk-bremen.de

Besuchs- und Begleitdienste für ältere, alleinlebende Menschen

Mit regelmäßigen kostenlosen Besuchen zu Hause und Begleitung zu Veranstaltungen im Stadtteil will die Stadt Bremen älteren und alleinstehenden Menschen gesellschaftliche Teilhabe ermöglichen und einer drohenden Vereinsamung entgegenwirken. Die von der Sozialbehörde geförderten Stadtteilinitiativen der »Aufsuchenden Altenarbeit – Hausbesuche« informieren über die Kontaktangebote im Stadtteil und organisieren Begleit- und Besuchsdienste. Die Kontakte werden von Koordinator:innen vorbereitet und durch engagierte Freiwillige fortgeführt.

Das Angebot finden Sie auch im Internet unter: www.aufsuchende-altenarbeit.de
Aufsuchende Altenarbeit wird angeboten in:

Mitte

Viertelfreunde,
Stiftung St. Petri Witwenhaus
Hoppenbank 2–3
28203 Bremen
Tel. 0421 · 43 48 39 46
m.wilkens@viertelfreunde.de

Neustadt

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Caritasverband Bremen e.V.
Kornstr. 371, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 87 79-352
aufsuchende.altenarbeit@caritas-bremen.de



Hemelingen

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Familienzentrum MOBILE Mehrge-
nerationenhaus
Hinter den Ellern 1A, 28309 Bremen
Tel. 0421 · 36 11 66 06
gaby.doenselmann@afsd.bremen.de

Vahr

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Vahrer Löwen e. V., Heideplatz 1
28239 Bremen, Tel. 0421 · 95 91 348
koordination@vahrer-loewen.de

Gröpelingen

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Nachbarschaftshaus Helene Kaisen
Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 69 14 585, aufsuchende-
altenarbeit-groepelingen@web.de

Marßel

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Nachbarschaftshaus Marßel
Helsingborgerstr. 36, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 63 60 699, nh-marssel@web.de

Obervieland

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Quartierszentrum Sonnenplatz
Robert-Koch-Straße 70, 28277 Bremen
Tel. 0421 · 16 10 20 91 / 16 15 45 95
Ov.aufsuchende-altenarbeit@
kirche-bremen.de

Blumenthal

Begegnungs-Zentrum Blumenthal
Evangelische Kirchengemeinde
Bremen-Blumenthal
Wigmodistr. 33, 28779 Bremen
Tel. 0421 · 609 69 02
begegnung.blumenthal@
kirche-bremen.de

Osterholz

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Arbeit Leben Zukunft (ALZ)
Tenever
Wormserstr. 9, 28325 Bremen
Tel. 01520 · 89 630 13
aufsuchende-altenarbeit.tenever@
kirche-bremen.de

**WIR
HELLEN
MENSCHEN.**

Neustadt
Gröpelingen
Oslebshausen
Grambke
Veegesack



Service Wohnen | Tagespflege | Pflegeeinrichtungen



SOZIALWERK DER FREIEN CHRISTENGEMEINDE

Tel.: 0421 - 64 90 00 | www.sozialwerk-bremen.de



Präventive Hausbesuche

Der Übergang von einem selbstständigen Leben im Alter zur Hilfe- oder Pflegebedürftigkeit verläuft zumeist schleichend. Unterstützung wird häufig erst gesucht, wenn es nicht mehr allein im eigenen Zuhause geht. Der Umzug in ein Pflegeheim erscheint oft als einzige Lösung. Präventive Beratungsangebote in den eigenen vier Wänden können helfen, möglichst lange selbstbestimmt zu wohnen. Frühzeitige Information und Beratung, auf Wunsch mit Begleitung können helfen, mit individuellen Lösungen, die Selbstständigkeit so lange wie möglich zu erhalten. Dafür starten die Städte Bremen und Bremerhaven ab 2023 in Modellregionen (z. B. der Vahr) die sogenannten präventiven Hausbesuche. Es gibt sie schon in zahlreichen Städten Deutschlands. In Bremen werden sie wissenschaftlich durch die Hochschule Bremen, die Universität Bremen sowie die Apollon-Hochschule begleitet.

Mit einem Geburtstagsbrief wird die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport zusammen mit dem Amt für Soziale Dienste zum 70./80. Jubiläum gratulieren und einen Terminvorschlag für ein Gespräch unterbreiten. Dieses Angebot ist freiwillig. Der Vorschlag kann selbstverständlich abgefragt werden oder auf Wunsch als Telefonat, Videokonferenz, mit einer Vertrauensperson der Wahl oder außerhalb den eigenen

vier Wänden (z. B. einem Begegnungszentrum oder Café) stattfinden.

Es werden auf Wunsch Themen der selbstständigen Lebensführung, sozialen Teilhabe, Selbsthilfe, quartiersbezogene Angebote und Hilfestellung im Alltag besprochen. Zusammen mit Anbietern in den Quartieren kann damit rechtzeitig Unterstützung und im Einzelfall ein Versorgungsnetz aufgebaut werden, damit ältere Menschen so lange und bestmöglich in den eigenen vier Wänden leben können.

Die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Referat 34 – Soziale Stadtentwicklung
Bahnhofplatz 29, 28195 Bremen
Corinna Flentge
corinna.flentge@soziales.bremen.de
Tel. 0421 · 361-899 29

ALLTAGSBEGLEITUNG UND PERSÖNLICHE BETREUUNG FÜR SENIOREN UND FAMILIEN ZUHAUSE



Unsere Leistungen für Sie in Bremen:

- Betreuung Zuhause oder außer Haus
- Entlastung pflegender Angehöriger
- Grundpflege
- Familienbetreuung
- Demenzbetreuung
- Hilfe im Haushalt

Unverbindliche Informationen erhalten Sie unter

0421 430 376-28 rund um die Uhr

bremen@homeinstead.de

www.homeinstead.de/bremen

Senioren- und Familienbetreuung

Hendricks GmbH & Co. KG

Kurfürstenallee 35a

28211 Bremen

Kostenübernahme durch
Pflegekasse möglich

 **Home
Instead.**
Zuhause umsorgt

Jeder Betrieb von Home Instead ist unabhängig sowie selbstständig und wird eigenverantwortlich betrieben. © 2021 Home Instead GmbH & Co. KG



Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit

... stärken und prägen den Zusammenhalt Bremens. Unterschiedlichste Organisationen, Vereine, Initiativen, Projekte, Runde Tische, Agenturen und das Referat Bürgerengagement der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport beschäftigen sich mit verschiedensten Aspekten und Facetten des bürgerschaftlichen Engagements in Bremen.

Der Internetauftritt

www.soziales.bremen.de

informiert Interessierte über verschiedene Aspekte des bürgerschaftlichen Engagements. Sie finden schnell und übersichtlich Antworten auf Ihre Fragen, beispielsweise:

- Wohin wende ich mich, wenn ich mich engagieren möchte?
- Wo finde ich Unterstützung und Gleichgesinnte?
- Wo kann ich mitgestalten?

Beratungsmöglichkeiten bieten u.a. die Freiwilligen-Agentur Bremen, »aktiv evangelisch« der Bremischen Evangelischen Kirche und die großen Wohlfahrtsverbände wie AWO, Caritas, DRK, Verein für Innere Mission oder der Deutsche Paritätische Wohlfahrtsverband. Selbstverständlich kann man sich auch in einer Selbsthilfegruppe engagieren. Im Land Bremen unterstützt das Netzwerk Selbsthilfe

Bremen-Nordniedersachsen e. V. als eigenständige Selbsthilfekontaktstelle gern Interessierte dabei. Auftrag des **Referats Bürgerengagement** ist es, die Rahmenbedingungen für freiwilliges Engagement und damit für die Engagierten stetig zu verbessern. Im Jahr 2006 hat das Land Bremen einen Rahmenversicherungsvertrag mit der ÖVB (Öffentliche Versicherungen Bremen) zur Absicherung von Haftpflicht- und Unfallschäden für Engagierte abgeschlossen. 2010 wurde gemeinsam mit Niedersachsen die länderübergreifende Ehrenamtskarte eingeführt, die nicht nur dauerhaftes und tatkräftiges Engagement würdigt, sondern auch Vergünstigungen bei vielen Unternehmen und Organisationen in Bremen und Niedersachsen bietet. Anträge auf Ausstellung einer Ehrenamtskarte liegen bei vielen Organisationen vor oder können beim Referat 21 der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport angefragt werden. Die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport fördert mit dem von ihr eigens eingerichteten Bremer Qualifizierungsfonds Qualifizierungsmaßnahmen für freiwillig Engagierte. Fördermittel für Qualifizierungsmaßnahmen können über Organisationen bei der Freiwilligen-Agentur Bremen beantragt werden. Lassen Sie sich beraten:



Die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Referat 21 – Bürgerschaftliches Engagement, Familienförderung und -politik und LSBTIQ*
 Bahnhofspatz 29, 28195 Bremen
 Mehmet Büyükgöncü, Tel. 0421 · 361-41 07
 mehmet.bueyeukgoencue@soziales.bremen.de

Die Freiwilligen-Agentur

Die Freiwilligen-Agentur Bremen (FAB) stellt eigene Freiwilligen-Programme auf die Beine, berät Freiwillige und bildet Organisationen und Vereine fort. Sie ist eine von zwei Abteilungen des Sozialen Friedensdienstes Bremen e. V. Als zentrale Bremer Adresse für bürgerschaftliches Engagement sorgt sie dafür, dass das Engagement für eine gute Sache auch zu einer guten Erfahrung wird.

Die Arbeitsschwerpunkte sind:

Beratung

Die Freiwilligen-Agentur berät über konkrete Möglichkeiten, sich in Bremen freiwillig zu engagieren. Die Berater:innen überlegen gemeinsam mit den Interessent:innen, was das passende Engagement sein kann, und schlagen Vereine, Initiativen und andere Orte vor, in und an denen man freiwillig tätig werden kann. Die persönliche Beratung findet in der Zentralbibliothek statt. Außerdem bietet die FAB eine Telefonberatung an.

Qualifizierung

Die Freiwilligen-Agentur verfolgt das Ziel, gemeinnützige Organisationen qualifiziert zu unterstützen. Sie bietet Fortbildungen u. a. für Freiwilligenkoordinator:innen an und berät Organisationen in allen Fragen, die das bürgerschaftliche Engagement betreffen.

Eigene Programme

Die Freiwilligen-Agentur entwickelt modellhaft und innovativ eigene Freiwilligen-Programme, um neue gesellschaftliche Felder für Freiwilligenarbeit zu entwickeln. Ein Schwerpunkt liegt dabei auf dem Engagement für Kinder, z. B. in dem Mentor:innenprogramm *Balu und Du*, den *mitKids* Aktivpatenschaften und den Grundschulprogrammen *Lesezeit und Doppeldenker*.

Öffentlichkeitsarbeit

Die Freiwilligen-Agentur leistet durch Veranstaltungen, Veröffentlichungen und Vorträge Beiträge zu einer lokalen Engagementkultur und möchte ein wohlwollendes Klima und geeignete Rahmenbedingungen für bürgerschaftliches Engagement in Bremen schaffen.

Freiwilligen-Agentur Bremen

Dammweg 18–20, 28211 Bremen
 Tel. 0421 · 1686 70-30
 info@freiwilligen-agentur-bremen.de
 Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 9–15 Uhr
 Beratung in der Zentralbibliothek Bremen
 (Am Wall 201, 2. Etage, 28195 Bremen):
 Mo.–Fr. 15:30–17:30, Do.+Sa. 11–12:30 Uhr
 www.freiwilligen-agentur-bremen.de



Der Betreuungsverein Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Bremen e. V.

Der Betreuungsverein Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Bremen e. V. setzt sich für die Gewinnung und Beratung ehrenamtlicher rechtlicher Betreuer:innen ein. Gesucht werden engagierte Bürger:innen mit den unterschiedlichsten beruflichen und persönlichen Erfahrungen, die bereit sind, eine ehrenamtliche Betreuung zu übernehmen.

Personen, die sich für die Übernahme einer ehrenamtlichen Betreuung interessieren, werden bei ihren Überlegungen unterstützt. Es werden ihnen Informationen angeboten, und der Weg zur Übernahme einer Betreuung wird begleitet.

Während ihrer Tätigkeit stehen ehrenamtlichen Betreuer:innen umfangreiche Unterstützungs- und Beratungsangebote zur Seite. Bei Interesse wenden Sie sich bitte an:

Dagmar Theilkuhl und Udo Schollenberger Betreuungsverein Deutsches Rotes Kreuz Referat Betreuungsrecht

Wachmannstraße 9
28209 Bremen
Tel. 0421 · 3403 140
betreuungsrecht@drk-bremen.de

Freiwillige gesucht!

Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs

Sämtliche Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte für Menschen in der nachberuflichen Lebensphase (Anschriften ab Seite 41) suchen ständig Unterstützung, d.h. Menschen, die im Rahmen ihrer Möglichkeiten, vielleicht auch nur zeitlich begrenzt, bei der Organisation, im Programm oder bei den vielfältigen Aktivitäten mitwirken und/oder sich engagieren wollen. Vielleicht haben auch gerade Sie eine Idee oder etwas anzubieten, was viele andere interessieren und ebenso begeistern könnte. Bei Interesse und Freude an neuen gemeinsamen Aktivitäten wenden Sie sich an:

Aktive Menschen Bremen e. V.

Sabine Kruse, Tel. 0421 · 691 45-80
ameb_08@web.de

Deutsches Rotes Kreuz

Tel. 0421 · 340 30, info@drk-bremen.de

Nachbarschaftshaus Helene Kaisen

Frau Kruse, Tel. 0421 · 69 145-80
nachbarschaftshaus@web.de

Bürgerhaus Weserterrassen

Sibylle Maaß
Tel. 0421 · 54949-0
kontakt@weserterrassen.com

Bürgerhaus Oslebshausen

Esther Grabandt
Tel. 0421 · 6451 22, grabandt@bghosl.de

Bürgerhaus Obervieland

Stefan Markus

Tel. 0421 · 69673020, info@bgo-bremen.de**Bürgerhaus Gustav Heinemann Vegesack**

Frauke Winter, Tel. 0421 · 65 99 72 2

f.winter@kulturbuero-bremen-nord.de**Herzenswunschambulanz e.V.**

Eva-Martina Koepsel

Tel. 0421 · 69 59 84 37

kontakt@herzenswunschambulanz.de**Senioren-Zentrum plus/Mitte (LAB)**

Lina Hilsleiter, Tel. 0421 · 32 60 49

info@lab-bremen.de**Seniorenbüro e. V. Bremen**

Breitenweg 12, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 32 05 49, Mo.–Do. 9–12 Uhr

info@seniorenbuero-bremen.dewww.seniorenbuero-bremen.de**Vahrer Löwen e. V.**

Fatma Tüfekciler, Tel. 0421 · 959 13 48

info@vahrer-loewen.de

**Weitere Ansprechpartner:innen
zur freiwilligen Mitwirkung
sind zum Beispiel:**

**Besuchs- und Begleitdienste für
ältere, alleinlebende Menschen**

(siehe ab Seite 47)

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Ricarda Möller

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen

Tel. 0421 · 69 64 200, Mo.–Fr. 9–13 Uhr

www.ambulante-versorgungsbruecken.de**Begegnungsstätte für sehbehinderte
und blinde Menschen**

Biermannstraße 15–17, 28213 Bremen

Tel. 743 42, info@verein-fuer-blinde.de**Bremer Suppenengel**

Kirchweg 55, 28201 Bremen

Tel. 0421 · 1491 88 75

info@suppenengel.de**Bremer Tafel e. V.**

- Brauerstraße 13, 28309 Bremen
Tel. 0421 · 43 41 959
- Bremer Heerstraße 8e, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 69 67 58 86
- Obervielander Str. 73, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 699 18 61
- Seniorentafel im BGO
(Bürgerhaus Obervieland)
Alfred-Faust-Straße 4, 28279 Bremen
- Seniorentafel im Nachbarschaftstreff
Vahrer See im Hanna-Harder-Haus
Berliner Freiheit 9c, Zugang Otto-Suhr-Str.

Bremer Tierschutzverein e. V.

Hemmstraße 491, 28357 Bremen

Tel. 0421 · 35 22 14

info@bremer-tierschutzverein.de**Die Freiwilligen der Bremer vhs**

Faulenstraße 69, 28195 Bremen

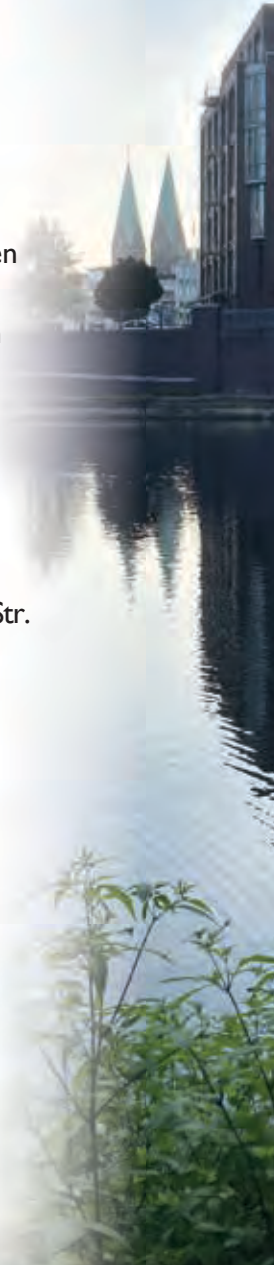
Kordinatorin: Monika Brück

Tel. 0421 · 36 1-5 95 22

freiwillige@vhs-bremen.de**Gehörlosen-Freizeitheim**

Schwachhauser Heerstraße 266

28359 Bremen, Tel. 0421 · 22 31 13 1

info@villa-bremen.de



Grüne Damen und Herren

RKK-Krankenhaus, St.-Pauli-Deich 24,
28199 Bremen, Frau Scriba-Hermann
Tel. 0421 · 5599204
gruedamen@roteskreuzkrankenhaus.de

Fachstelle Alter, forum Kirche

Hollerallee 75, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 346 15 58
bettina.schuerg@kirche-bremen.de

Heim-Mitwirkung

Rembertstraße 9, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 33 65 91 20
info@heim-mitwirkung.de

hospiz: Brücke

Lange Reihe 102, 28219 Bremen
Tel. 0421 · 38 02 40
k.schnelle@hospiz-bruecke.de

Hospizhilfe Bremen e. V.

Außer der Schleifmühle 35/37
28203 Bremen
Tel. 0421 · 32 40 72
info@hospiz-bremen.de

Hospizverein Bremen

Lebens- und Sterbebegleitung e. V.

St.-Jürgen-Str. 160, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 40 92 828
info@hospizverein-bremen.de

Landessportbund Bremen e.V.

Hutfilterstr. 16–18, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 79 28 70
info@lsb-bremen.de

Nachbarschaftsinitiative Grohner Düne e. V.

Bydolekstraße 5, 28759 Bremen
Christian Ganske, Tel. 0152 · 362 758 56
christian.ganske@afsd.bremen.de

Oma- und Opa-Hilfsdienst

Mahndorfer Bahnhof 10, 28307 Bremen
Tel. 0421 · 53 01 53
post@oma-opa-hilfsdienst.de

Seniorenvertretung Bremen

Bahnhofsplatz 29, 4. Etage, Zimmer 4.14
28195 Bremen, Tel. 0421 · 36 16 769
seniorenvertretung@soziales.bremen.de

St. Michaelis Gemeinde – Sonntagstreff

Doventorsteinweg 51, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 171 753, buero.michaelis-
stephani@kirche-bremen.de

Treff Gesunde Nachbarschaft

Kirchhuchtinger Landstraße 143
28259 Bremen, Tel. 0421 · 699 31 73
Gerd Guttchen, huchting@ppd-bremen.de

Hospiz Horn e.V.

...wenn der Mensch den Menschen braucht

- **Kostenfreie ambulante Begleitung für sterbenskranke Menschen und ihre Angehörigen**
- **Gruppen- und Einzelangebote für Trauernde**
- **Regelmäßige Qualifizierung für ehrenamtliche Sterbebegleiter*innen**

Telefon: 0421 - 235 235 · www.hospiz-horn.de

Auch andere in dieser Broschüre genannte Einrichtungen und Institutionen benötigen ehrenamtliche Unterstützung. Bitte melden Sie sich!



Sie suchen ein sicheres Zuhause für ein gepflegtes Leben im Alter?

Willkommen bei uns!

Seniorenresidenzen | Wohnen mit Service

In unseren Seniorenresidenzen bieten wir Ihnen:

Einzel- und Doppelzimmer mit Bad |
Notruf-System | Wellnessbäder | Frisch
zubereitete Mahlzeiten | Sole-Inhalation |
Friseur und Fußpflege im Haus |
Vielseitiges Veranstaltungsangebot



K&S Seniorenresidenz Bremen-Findorff

Rudolf-Alexander-Schröder-Str. 2 | Telefon 0421 / 27 63 0
bremen-findorff.ks-gruppe.de

K&S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland

Mühlenfeldstraße 38 | Telefon 0421 / 33 01 4
bremen-oberneuland.ks-gruppe.de

Wir beraten
Sie gern:

gewoba.de/serviceberater
0421 36 72-1 70



**Gerda will so leben
wie gewohnt. Jakob berät
sie mit neuen Ideen.**

Wir tun alles dafür, damit Sie so lange wie möglich selbstbestimmt in Ihrer Wohnung leben können – mit unserer individuellen Beratung:

- Kostenlose persönliche Beratung für alle, die sich aus Alters- oder Gesundheitsgründen Unterstützung wünschen
- Organisation von Umbaumaßnahmen und technischen Hilfsmitteln
- Vermittlung von sozialen, pflegerischen und hauswirtschaftlichen Serviceleistungen, auch Fahrdienste oder Hausnotruf
- Hilfe bei der Beantragung von Leistungen

GEWOBA
EINE FÜR ALLE



Bildung und Kultur, Hobby und Sport

»Rentner:innen haben jeden Tag Urlaub und immer Freizeit«, hört man gelegentlich. Das ist nicht völlig aus der Luft gegriffen, steht doch nun in der nachberuflichen Phase freie Zeit scheinbar grenzenlos zur Verfügung. Doch was tun mit der vielen Freizeit? Neben den unterschiedlichen Möglichkeiten der ehrenamtlichen Mitwirkung in diversen Projekten und Vereinen (siehe Seite 50) ist für viele Senior:innen endlich die Gelegenheit gegeben, sich ausführlich einem Hobby zu widmen, sich weiterzubilden, zahllose Bücher zu lesen, eigene Kenntnisse und Erfahrungen weiterzugeben oder, ebenso häufig, als Reisende die Welt intensiver zu erkunden. Einige Hinweise zur »Freizeitgestaltung« sind in den Abschnitten

- Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte (siehe ab Seite 41)
- Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit (siehe ab Seite 50) genannt.

Sport

Die Zusammenhänge von körperlicher Bewegung, dem Training der geistigen Beweglichkeit und grundsätzlichen Anforderungen an die Ernährung zur allgemeinen Fitness im Alter und zur Demenzprophylaxe sind medizinwissenschaftlich belegt und deren Ergebnisse umfassend veröffentlicht. Es gibt kaum eine Zeitschrift, die nicht darauf hinweist und zur körperlichen und geistigen Betätigung sowie zur gesunden Ernährung auffordert. Sportliche Betätigung ist einer der meistgefassten Vorsätze nicht nur zum Jahreswechsel. Schon zügiges Treppensteigen oder regelmäßiges Fahrradfahren kann den Kreislauf anregen und für ein allgemeines Wohlbefinden sorgen. Lustvoller ist die sportliche Betätigung in Gesellschaft, bewirkt sie doch zugleich soziale Kontakte und Spaß an der gemeinsamen Anstrengung.

Immer mehr Sportvereine richten ihre Angebote speziell auf Senior:innen aus, denn





gerade im fortgeschrittenen Alter haben viele Menschen Zeit und Lust, ihre Freizeit aktiv, gesundheitsbewusst und gemeinsam zu gestalten. Hier einige Ansprechpartner für sportliche Aktivitäten in Gruppen:

Bundesverband Seniorentanz e. V.

Hemmstraße 202, 28215 Bremen
Tel. 0421 · 44 11 80, Fax 49 86 217
verband@erlebnis-tanz.de

Bremer Bäder GmbH

Beim Ohlenhof 14, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 69 15 10, Fax 69 15 140
info@bremer-baeder.de

Landessportbund e. V.

Hutfilterstr. 16–18, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 79 28 70, Fax 71 834

Eine Übersicht aller Bremer Sportvereine in Bremen erhalten Sie beim

Sportamt Bremen

Senatorin für Soziales, Jugend,
Integration und Sport
Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen
office@sportamt.bremen.de
www.sportamt.bremen.de

Fitness

Fitness bezeichnet körperliches und geistiges Wohlbefinden infolge sportlicher Betätigung. Neben den Sportvereinen, -verbänden und Bädern sind es zunehmend die privatwirtschaftlich geführten Fitness-Center, die

regen Zulauf erfahren. Hier wird in mehr oder weniger ansprechender Atmosphäre zumeist an Geräten trainiert, die Muskelaufbau und Konditionsentwicklung bewirken sollen. Wichtig ist hier die fachliche Beratung, Einführung und Begleitung, um mögliche gesundheitliche Folgeschäden zu vermeiden. Daher sollte immer vorab ein Gespräch über die eigenen gesundheitlichen Voraussetzungen und Trainingserwartungen sowie über das Leistungsangebot und die Vertragsdetails erfolgen. Mittels eines Probetrainings lässt sich das Angebot weitergehend einschätzen. Dabei sollte im Blick bleiben, dass man sich für einen meist längeren Zeitraum an dieses Center vertraglich bindet.

Hier folgen einige Fitness-Center und -dienste in der Stadt, die die Herausgeber im Internet gefunden haben. Eine Bewertung der einzelnen Center kann an dieser Stelle nicht erfolgen. Bitte informieren Sie sich selbst und nehmen Sie Ihre eigene Bewertung vor.

Bremen 1860

Baumschulenweg 6, 28213 Bremen
Tel. 0421 · 21 18 60
info@bremen1860.de

Bremer Turnvereinigung v. 1877

Hamburger Str. 81, 28205 Bremen
Tel. 0421 · 44 27 92, info@btv1877.de

Corana Vita

Bürgermeister-Spitta-Allee 3
28329 Bremen
Tel. 0421 · 330 63 30, info@corana-vita.de

Der aktivierende Hausbesuch des DRK

Mirko Westermann, Tel. 0421 · 34 03 101
dlz-schwachhausen@drk-bremen.de

Eisenhauer Training

In der Vahr 55, 28329 Bremen
Tel. 0421 · 4 36 65 77
bremen@eisenhauer-training.de

Fitx Bremen Oslebshausen

Schragestraße 4, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 69 19 47 72

**Meine Wohlfühlzeit – Bewegungs-
u. Ernährungszentrum f. Frauen**

Fritz-Thiele-Straße 13, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 68 55 32 00

SG Findorff e. V.

Hemmstr. 357–359, 28215 Bremen
Tel. 0421 · 35 27 35
kontakt@sg-findorff.de

Studio Am Stern

Wachmannstr. 5, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 16 82 15 8
unser@StudioAmStern.de

Turnverein Bremen-Walle 1875 e. V.

Hans-Böckler-Str. 1 a, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 38 07 733, info@tv1875.de

Tura Sportplus- und Gesundheitsstudio

Lissaer Str. 60, 28237 Bremen
Tel. 0421 · 61 30 41, info@tura-bremen.de

TV Eiche Horn

Berckstr. 87, 28359 Bremen
Tel. 0421 · 23 40 60, info@eiche-horn.de

Vital- und Fitclub

Martinistr. 61, 28195 Bremen
Tel. 0172 · 63 97 462

Vital-Training

Kurt-Schumacher-Allee 5
28329 Bremen, Tel. 0421 · 43 68 680

Die Bremer Volkshochschule

»Lernen in jeder Lebensphase«

Als größter Weiterbildungsträger im Land Bremen bietet die Bremer Volkshochschule ein hochwertiges und innovatives Kursangebot für Menschen aus aller Welt. Das aktuelle Veranstaltungsprogramm hält für jede Lebensphase und jeden Geldbeutel Angebote bereit. Sie finden das Programmheft bei der

 Bremer Volkshochschule

Faulenstraße 69, 28195 Bremen,
Tel. 0421 · 361-12 345
Mo.–Fr. 7–18 Uhr, www.vhs-bremen.de

oder in den Regionalstellen:

Regionalstelle Ost

Bürgerzentrum Neue Vahr
Berliner Freiheit 10, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 361-35 66

Regionalstelle Süd

Theodor-Billroth-Straße 5
28277 Bremen, Tel. 0421 · 361-11 911

Regionalstelle West

Gröpelinger Heerstraße 226
28237 Bremen, Tel. 0421 · 361-82 08

Regionalstelle Nord

Gustav-Heinemann-Bürgerhaus
Kirchheide 49, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 361-73 19



Weiterbildung für Senioren

Die Akademie für Weiterbildung der Universität Bremen offeriert ebenso wie die Universität der 3. Generation der AWO für jedes Semester zahlreiche Studienangebote der Geistes- und Sozialwissenschaften für ältere Menschen. Eine Übersicht der Angebote erhalten Sie bei der ...

Universität Bremen, Akademie für Weiterbildung

Seniorenstudium
Bibliothekstraße (Zentralbereich)
28359 Bremen, Tel. 0421 · 218-61 616
senioren@uni-bremen.de
Mo.–Fr. 9–12 Uhr und 13–15 Uhr

»Universität der 3. Generation« (AWO Bremen)

Projektleitung
Auf den Häfen 30-32, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 40 88 77 22
uni-der-dritten-generation@
awo-bremen.de

Bibliotheken

Sie werden überrascht sein, wie vielfältig lebenslanges Lernen ist! Ganz gleich, ob die Urlaubsplanung ansteht, die Enkel zu Besuch kommen oder Sie einfach mal etwas Neues ausprobieren möchten – die Bremer Bibliotheken haben für alle Interessen ein breites Angebot. Mit Verbrauchertipps, Sachbüchern

und Zeitschriften sind Sie in allen Lebenslagen immer aktuell beraten. Auch für die Freizeit gibt es eine große Auswahl: Von aktuellen Bestsellern als Roman oder Hörbuch bis zu großem Film- und Musikangebot – hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Und spätestens, wenn zu kleine Buchstaben das Lesevergnügen einschränken, ist es höchste Zeit, mal E-Books auszuprobieren. Auch dafür gibt es kostenlose Einführung und persönliche Beratung. Übrigens bieten die Bibliotheken auch einen kostenlosen Internetzugang an. In vielen Bibliotheken finden Veranstaltungen statt – entdecken auch Sie Ihren monatlichen Lieblingstermin. Überwiegend sind die Bibliotheksangebote vor Ort kostenlos. Nur wenn Sie Medien ausleihen möchten, wird ein Bibliotheksausweis benötigt, und den gibt es für Verrentete häufig sogar ermäßigt. Es lohnt sich also, bei der Bibliothek in Ihrer Nähe einmal vorbeizuschauen.

Staats- und Universitätsbibliothek

Bibliothekstraße 9, 28359 Bremen
Tel. 0421 · 218-59 500

Stadtbibliothek Zentralbibliothek

Am Wall 201, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 36 1 24465

Stadtteilbibliothek Huchting

Im »Roland-Center«, 28259 Bremen
Tel. 0421 · 36 1 99 11

Stadtteilbibliothek Lesum

Hindenburgstraße 31, 28717 Bremen
Tel. 0421 · 36 1 71 42

Stadtteilbibliothek Osterholz

Walliser Straße 125, 28325 Bremen
Tel. 0421 · 361 36 32

Stadtteilbibliothek Vahr

Im Einkaufszentrum ›Berliner Freiheit‹
28327 Bremen, Tel. 0421 · 36 15 98 75

 **Stadtteilbibliothek Vegesack**

Aumunder Heerweg 87, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 361 72 44

Stadtteilbibliothek Gröpelingen

Gröpelinger Bibliotheksplatz
28237 Bremen, 0421 · 36 11 46 70

Bibliotheksbus

Im Bibliotheksbus finden Sie ebenso ein reichhaltiges Angebot vor. Sicherlich befindet sich auch in Ihrer Nähe eine der vielen Bibliotheksbushaltestellen. Zudem können Bücher und andere Medien bestellt und beim nächsten Stopp abgeholt werden. Alle aktuellen Öffnungszeiten und die Haltestellen erhalten Sie unter **www.stabi-hb.de**.

Bibliotheksvereine

Neben der Stadtbibliothek mit ihren verschiedenen Standorten finden sich im Stadtgebiet Bibliotheksvereine, die ein ebenso umfangreiches Angebot an Büchern und Medien für Sie bereithalten:

Bücherei Blumenthal e. V.

Mühlenstr. 70, 28779 Bremen
Tel. 0421 · 52 40 47 83

Bibliothek Walle (Förderverein)

Schleswiger Straße 4, 28219 Bremen
Tel. 0421 · 3887 073

Buche – Förderverein**Bibliothek Hemelingen**

Parsevalstraße 2, 28309 Bremen
Tel. 0421 · 41 41 81

BuchHorn – Förderverein**Bibliothek Horn-Lehe**

Schulzentrum Horn
Vorkampsweg 97, 28357 Bremen
Tel. 0421 · 36 11 68 04



ESPABAU

Barrierefrei Wohnen?
Wir beraten Sie gern:
www.espabau.de
oder 0421/37757-0

Ein Ort zum
Wurzelschlagen



Kulturatelier – Freiraum für Menschen mit Demenz und ihre pflegenden Angehörigen

Die Pflege von Angehörigen mit einer demenziellen Erkrankung ist oftmals sehr belastend und lässt wenig Zeit und Raum für kreative oder kulturelle Erlebnisse. Aus diesem Grund haben wir einen Raum geschaffen, in dem Sie mit ihrem Angehörigen gemeinsam kreativ werden können. Wir möchten u. a. Singen und Malen und unsere Umwelt auf eine neue Art und Weise kennenlernen. Das Kulturatelier dient als Ort, um dem Alltagsstress zu entfliehen und sich kreativ entfalten zu können.

Das Angebot richtet sich an Menschen mit Demenz und deren pflegende Angehörige. Wöchentlich treffen wir uns in der Gemeinde von Unser Lieben Frauen (dienstags) und der Gemeinde Horn (donnerstags). Kontaktieren Sie uns für weitere Informationen gerne! Die Teilnahme ist kostenfrei.

Informationen und Anmeldung:

Babette Ehlers, Tel. 0160·9770 14 29
b.ehlers@kirche-bremen.de

Kultur- und Bildungsangebot – forum Kirche

Die Fachstelle Alter bietet halbjährlich ein abwechslungsreiches Veranstaltungs- und Fortbildungsangebot für ältere Menschen.

Das Programmheft ist abrufbar unter www.kirche-bremen.de/themen/aeltere_menschen.php oder zu bestellen bei bettina.schuerg@kirche-bremen.de



Sind Sie in guten Händen?

»Danke in den besten.«

- ▶ Häusliche Pflege
- ▶ Wohnen mit Service
- ▶ Hausnotruf
- ▶ Ambulanter Palliativdienst für Erwachsene
- ▶ Ambulanter Palliativdienst für Kinder
- ▶ hospiz:brücke und Hospiz Sirius

▶ Zentrale für Private Fürsorge in Bremen
Telefon 0421 - 70 00 55

www.zfpf.de



Zentrale für Private Fürsorge
Häusliche Krankenpflege seit 1897





Gesundheit und Ernährung

Rehabilitation (Reha)

Im Alter selbstbestimmt leben – wer möchte das nicht! Aber durch Unfälle oder Krankheiten kann die Gesundheit schnell beeinträchtigt sein. Da es bei älteren Menschen in der Regel länger dauert, um nach der Akutbehandlung wieder die alte Leistungsfähigkeit herzustellen, schließt sich oft nach der

Krankenhausbehandlung eine Rehabilitationsmaßnahme an. Diese wird nach bestimmten Erkrankungen direkt vom Krankenhaus organisiert (z. B. nach dem Einsetzen einer Hüft- oder Knieprothese), um schnellstmöglich die erforderlichen therapeutischen Behandlungen (Krankengymnastik, Ergotherapie usw.) beginnen zu können. Eine Rehabilitationsmaßnahme kann stationär, das heißt in einer Rehaklinik, oder teilstationär in einer Tagesklinik oder zu Hause erfolgen (mobile Rehabilitation). Egal in welcher Form die Reha durchge-

führt wird, sie muss immer vom/von der behandelnden Ärzt:in verordnet und von der Krankenkasse vor Beginn genehmigt werden. Die meisten gesetzlichen Krankenkassen schließen für ihre Versicherten Verträge mit Rehakliniken, die für die Rehabilitation bei bestimmten Erkrankungen oder nach Operationen geeignet sind. Bei Privatversicherten zahlt die Krankenkasse nur, wenn im Vertrag die Kostenübernahme vereinbart ist. Ist der/die Patient:in nach dem Krankenhausaufenthalt so selbstständig, dass er/sie allein zu Hause gut zurechtkommt, kann er/sie die Reha auch in einer Tagesklinik durchführen, sofern eine anerkannte und geeignete Klinik in der Nähe ist bzw. die täglichen Fahrzeiten nicht zu lang und zu belastend sind. Die mobile Rehabilitation, bei der ein therapeutisches Team in die Wohnung oder die Pflegeeinrichtung kommt, wird nur unter ganz bestimmten Voraussetzungen von der Krankenkasse genehmigt. Genehmigt wird sie, wenn Patient:innen neben der akuten Erkrankung z. B. sehr stark eingeschränkt und/oder pflegebedürftig sind, das heißt weitere schwere Erkrankungen vorliegen, die ebenfalls berücksichtigt werden müssen.

Weitere Informationen bei den Pflegestützpunkten (siehe ab Seite 62).





Adressen von Anbietern ambulanter Rehabilitationsmaßnahmen

RehaZentrum Bremen

Senator-Weßling-Straße 1
28277 Bremen
Tel. 0421 · 80 606-3

Residenz-Reha-Kliniken

Bürgermeister-Spitta-Allee 47
28329 Bremen
Tel. 0421 · 33 630-0

Neurologisches Rehabilitationszentrum Friedehorst

Rotdornallee 64, 28717 Bremen
Tel. 0421 · 63 810

Mobile Reha Bremen GmbH

Ellener Dorfstraße 9
28325 Bremen
Tel. 0421 · 69 66 74 44

Medizinische Versorgung für ältere Menschen/Geriatrie

Ältere Menschen leiden oft an mehreren sehr unterschiedlichen, meist chronischen Krankheiten und sind bei diversen Fachärzt:innen in Behandlung. Die Geriatrie ist eine medizinische Spezialdisziplin, die sich mit den körperlichen, geistigen, funktionalen und sozialen Aspekten in der Versorgung alter Patient:innen sowie deren spezieller Situation am Lebensende befasst.

Drei Krankenhäuser in Bremen verfügen über stationäre Geriatrieabteilungen und

Tagesklinikplätze. Ein Aufenthalt in einer geriatrischen Abteilung muss von einem/einer Haus- oder Fachärzt:in verordnet werden oder es erfolgt eine Verlegung aus einer anderen Krankenhausabteilung. Die Kostenübernahme wird bei der Krankenkasse beantragt.

Krankenhaus St. Joseph-Stift Bremen

Schwachhauser Heerstraße 54
28209 Bremen

Klinikum Bremen-Nord gGmbH

Hammersbecker Straße 228,
28755 Bremen

Klinikum Bremen-Ost gGmbH

Züricher Straße 40, 28325 Bremen

Andreas-Hospiz Bremen

In dem Andreas-Hospiz ermöglichen wir unheilbar erkrankten Menschen eine selbstbestimmte letzte Lebensphase. Das multiprofessionelle Team setzt sich gemeinsam für eine hohe Lebensqualität der Gäste ein.



Tel. 0421 349 67 25 00
info.bremen@mission-lebenshaus.de
www.andreas-hospiz.de

mission : lebenshaus 

Menübringdienste

Natürlich kann man sich das Essen liefern lassen, um es zu Hause einzunehmen. Das erspart das Einkaufen und die Vorbereitung am Herd. Verschiedene Menü-Bringdienste stehen mit ihren unterschiedlichen Menü-Angeboten zur Auswahl. Deren Zubereitungs- und Warmhaltetechniken sind inzwischen sehr verbessert worden, so dass ein schmackhaftes, ausreichend warmes und wechselndes Menü angeliefert werden kann. »Essen auf Rädern« kann man sich zunächst auch auf Probe bestellen. So lässt sich testen, wie die Menüs eines Anbieters schmecken und wie sich die Liefe-

rungen in den Alltag integrieren lassen. Für viele ältere Menschen sind diese Menü-Bringdienste ein willkommener Service, auf den sie nicht mehr verzichten mögen.

apetito Landhausküche

Hannoversche Straße 102
28209 Bremen, Tel. 05971 · 169 46 00
www.landhaus-kueche.de

Bremer Essen auf Rädern

Menüservice in Kooperation
mit der apetito AG
Tel. 0421 · 48441 610
www.ihr-menueservice.de/bremer-essen

GLORIA Menü-Bringdienst Verpflegungssysteme GmbH

Rosenheimer Straße 10
28219 Bremen, Tel. 0421 · 61 00 10
www.gloria-menue.de

Meyer Menü

Paul-Feller-Straße 9
28199 Bremen, Tel. 0800 · 15 01 505
www.meyer-menue.de

Evangelisches Diakonissenmutterhaus Bremen e. V.

Adelenstraße 68, 28239 Bremen
Tel. 0421 · 61 02 36 11
www.diakonissenmutterhaus-bremen.de/unsere-mahlzeiten/

Ihr Menüservice
mit Herz



Ofenfrisch – dank
Ofen an Bord!



Jetzt das Kennenlern-Angebot bestellen!
„3 x Menügenuss“ für
nur 6,99 € pro Menü

Auch online bestellbar unter:
[www.ihr-menueservice.de/
bremer-essen](http://www.ihr-menueservice.de/bremer-essen)

Leckere Menüs auf
der Fahrt zu Ihnen
frisch zubereitet.



BREMER ESSEN AUF RÄDERN






Menüservice apetito AG in Kooperation mit:
Rufen Sie uns an: 0421-48441610
Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Zudem bieten viele Restaurants mittlerweile Bringdienste an. Ob auch Ihr Lieblingsrestaurant dabei ist, erfahren Sie auf der jeweiligen Internetseite.



Mittagstisch und Fahrdienste

Mittagstischangebote findet man in verschiedenen Stadtteilen, in Begegnungs- und Familienzentren sowie Senioren-Wohneinrichtungen. In Gesellschaft mit anderen zu speisen, macht nicht nur mehr Freude, sondern schafft auch Kontakte. Um einen geeigneten »Mittagstisch« zu finden, sollten Sie in den Bremer Dienstleistungszentren (DLZ) und bei Einrichtungen für Senioren und Familien in Ihrer Umgebung nachfragen. Oder Sie treffen sich mit Bekannten in den Bürgerhäusern, in einer Gaststätte oder in öffentlichen Mensen der Kliniken, Hochschulen und der Universität, die günstig guten »Mittagstisch« anbieten.

Menschen mit wenig Einkommen, die zudem altersbedingt oder aufgrund von Krankheit oder Pflegebedürftigkeit nicht in der Lage sind, für sich zu kochen, können für die Inanspruchnahme eines Mittagstisches einen Zuschuss erhalten. Nähere Auskünfte erteilen die Sozialzentren (siehe Seite 12).

Seit dem 1. Januar 2022 finanziert die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport zur Unterstützung gegen Einsamkeit und Altersarmut neue günstige Mittagstische und Fahrdienste. Im Laufe 2023 ist mit weiteren neuen Einrichtungen zu rechnen, fragen Sie gerne nach. Die aktuelle Übersicht finden Sie ab Seite 67.

Wochenmärkte

Fast alle Bremer Wochenmärkte werden vom »Großmarkt Bremen« veranstaltet. Dort kann man telefonisch nachfragen, wo und wann ein Wochenmarkt in der näheren Umgebung stattfindet. Die Marktzeiten sind beim »Großmarkt Bremen« auch über das Internet in Erfahrung zu bringen.

Großmarkt Bremen

Tel. 0421 · 53 68 20

www.grossmarkt-bremen.de

Wochenmärkte finden an folgenden Orten statt:

Montags:

Bremen-Mitte: Domshof, Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Marktpavillon; Neustadt: Delmestraße; Steintor

Dienstags:

Bremen-Mitte: Domshof, Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Marktpavillon; Findorff, Gröpelingen; Osterholz, Steintor, Kirchhuchting, Vahr, Vegesack, Walle; Neustadt: Delmestraße

Mittwochs:

Borgfeld, Bremen-Mitte: Domshof, Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Marktpavillon, Hemelingen, Huchting, Neustadt: Gottfried-Menken-Str., Delmestraße; Obervieland, Schwachhausen: Benqueplatz; Steintor

Donnerstags:

Bremen-Mitte: Domshof, Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Marktpavillon; Findorff, Gröpelingen, Horn-Lehe, Kirchhuchting, Neustadt: Delmestraße; Osterholz, Steintor, Vahr, Vegesack, Walle

Freitags:

Arbergen, Blockdiek, Blumenthal, Bremen-Mitte: Domshof, Hemelingen, Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Marktpavillon, Am Fangturm, Huchting, Lesum, Marßel, Neustadt: Gottfried-Menken-Straße, Delmestraße, Obervieland, Piepenmarkt, Schwachhausen, Steintor

Samstags:

Borgfeld, Bremen-Mitte: Domshof, Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Marktpavillon; Burgdamm, Findorff, Gröpelingen, Horn-Lehe, Huchting, Neustadt: Gottfried-Menken-Straße, Delmestraße; Osterholz, Steintor, Vahr, Vegesack, Walle



Neues Förderprogramm Lebendige Quartiere

Das Sozialressort fördert für ältere Menschen in ihren Wohnquartieren Angebote gegen Vereinsamung und Isolation. Seit dem 01.01.2022 entstehen neue preisgünstige Mittagsangebote und Fahrdienste für ältere Menschen mit eingeschränkter Mobilität. Die Fahrdienste ermöglichen kurze Wege

zum Arzt oder zu einem Senioren-Begegnungszentrum, die selbstständig nicht mehr bewältigt werden können. Bei den Essensangeboten erleben ältere Menschen mit knappen Finanzen ein niedrigschwelliges Angebot, bei dem sie oft auch mit vorbereiteten und durch die Begegnung mit anderen Menschen in ihrem Quartier Isolation und Einsamkeit entgegenwirken können.

Übersicht Günstige Mittagstische 2022/2023

Ortsteil	Wer? Kontaktdaten	Wo? Ort des Mittagessens	Wann? Wochentage/Uhrzeit
Arsten-Nord Siehe Obervieland	Fahrdienst besteht		
Gröpelingen	Isabella Richter Tel.: 6914580	Begegnungszentrum/Nachbarschaftshaus, Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen	donnerstags / 10 Uhr Anmeldung erforderlich
Hemelingen	Café MOBILE, Tel.: 989 72 66 8 Gaby Dönselmann, Tel.: 361-166 06	Café MOBILE im Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus	Mo.–Fr. 12:00 Uhr–13:30 Uhr
Marßel	Nachbarschaftshaus Marßel e.V.	Stadtteilcafé Helsingborger Str. 36 28719	Mo.–Fr. festes Mittagsangebot mit wechselnden Gerichten Ab 11:30 Uhr mit Anmeldung. Oder Angebote von der Karte.
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V. Bestellung über Café bras im FQZ Tel.: 69623152	Löwentreff, Eislebener Str. 31a, 28329 Bremen	montags, dienstags und freitags Ab 12 Uhr
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V., Bestellung über Café bras im FQZ, Tel.: 69623152	Nachbarschaftstreff BiSPi, Bispinger Str. 14a, 28329 Bremen	montags, dienstags und freitags Ab 12 Uhr
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V., Bestellung über Café bras im FQZ, Tel.: 69623152	Löwentreff, Eislebener Str. 31a, 28329 Bremen	dienstags und freitags Ab 12 Uhr
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V., Bestellung über Café bras im FQZ, Tel.: 69623152	Nachbarschaftstreff BiSPi, Bispinger Str. 14a, 28329 Bremen	dienstags und freitags Ab 12 Uhr
Neue Vahr	Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB e.V.), Barbara Schneider 01523 6894753	Nachbarschaftstreff Vahrer See Berliner Freiheit 9c, (Eingang Otto-Suhr-Straße), 28327 Bremen	Dienstag 12:00 Uhr Freitag 12:00 Uhr Anmeldung erforderlich!



Neustadt / Huckelriede	Aufsuchende Altenarbeit Caritasverband e.V. , Kornstr. 371, 28201 Bremen, Tel.: 87793 52	Rotheo, Niedersachsendamm 20a, 28201 Bremen Tel.: 8982 36 36	01.10.2022–31.12.2023, Montag bis Freitag von 12:00–14:00
Obervieland	Bürgerhaus Obervieland 28279 Bremen Tel.: 69 67 3020	Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel.: 69 67 3020	Montag, Dienstag, Mittwoch, Donnerstag
Osterholz Tenever	Aufsuchende Altenarbeit Hausbesuche Antje Wagner-Ehlers, Tel. 01520 896 30 13	ALZ (Arbeit Leben Zukunft) Tenever, Wormser Str. 9 28325 Bremen	Dienstag 11:30–15:00

Übersicht Günstiges Abendbrot 2022 / 2023

Ortsteil	Wer? Kontaktdaten	Wo? Ort des Abendbrotes	Wann? Wochentage / Uhrzeit
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V. Tel. 959 13 48	BG Löwentreff, Eislebener Str. 31a, 28329 Bremen	Montag, 17:30 Uhr Alle 2 Wochen
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V. Tel. 959 13 48	Familien- und Quartierszentrum, August-Bebel-Allee 284	Montag, 17:30 Uhr Alle 2 Wochen
Neue Vahr	Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB e.V.) Barbara Schneider, Tel. 01523 6894753	Nachbarschaftstreff Vahrer See Berliner Freiheit 9c (Eingang Otto-Suhr-Straße), 28327 Bremen	Montag, 17:30 Uhr Alle 2 Wochen
Obervieland	Bürgerhaus Obervieland, 28279 Bremen Tel.: 69 67 3020 Kooperation mit der AAH OV	Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel. 69 67 3020	Gemeinsam statt einsam / Abendbrot jeden zweiten Dienstag im Monat





Übersicht Fahrdienste 2022/2023

Ortsteil	Fahrdienst von	Fahrdienst nach	Wann? Wochentage / Zeit
Hemelingen	Zuhause	Arzt-/ Therapietermine, Begegnungs-/Familienzentrum Mobile Mehrgenerationenhaus	Nach Bedarf
Neue Vahr	Von der Teilnehmer:in zu Hause	Zum günstigen Abendbrot (FEIER-Abend) und zurück	Nach Bedarf
Neue Vahr	Von der Teilnehmer:in zu Hause	Zum günstigen Abendbrot (FEIER-Abend) und zurück	Nach Bedarf
Obervieland Kattenturm Nostalgie- kino	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach dem Nostalgiekino zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach dem Nostalgiekino zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen	jeden zweiten Samstag im Monat 14:00–16:00 Uhr (Fahrdienst startet etwas früher, je nach Tour)
Obervieland Gemeinsam statt einsam / Abendbrot	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach dem Abendbrot / Gemeinsam statt einsam, zurückgebracht. Aufsuchende Altenarbeit Hausbesuche Obervieland Robert-Koch-Str. 66, 28277 Bremen Tel. 0421 16102091	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach dem Abendbrot / Gemeinsam statt einsam, zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel. 0421 69673020	jeden zweiten Dienstag im Monat 17:00–19:00 Uhr (Fahrdienst startet etwas früher, je nach Tour)
Obervieland Arsten Nord Günstiger Mittagstisch am Mittwoch	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach dem Mittagstisch zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel. 0421 16102091	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach dem Mittagstisch zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel. 0421 16102091	jeden Mittwoch 12:00–13:30 Uhr (Fahrdienst startet etwas früher, je nach Tour)
Obervieland Arbeitskreis Kultur und Freizeit / Kulturver- anstaltungen	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach der Kulturveranstaltung zurückgebracht. Aufsuchende Altenarbeit Hausbesuche Obervieland Robert-Koch-Str. 66, 28277 Bremen Tel. 0421 16102091	RundTour: Immobile Senior:innen werden von einem Fahrdienst zuhause abgeholt und nach der Kulturveranstaltung zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel. 0421 16102091	Fahrdienst findet zu den aktuell geplanten vier Veranstaltungen statt. Alles weitere bitte erfragen.
Walle- Utbremen	Begegnungszentrum Haferkamp Haferkamp 8, 28217 Bremen Tel. 2405 199, Angelika Hofrichter	Vom Wohnort zum Begegnungszentrum Haferkamp Haferkamp 8, 28217 Bremen	Mo., Mi. und Fr. mittags bis abends ca. 12:00–18:00 Uhr



Heiner Brünjes
Woltmershausen
Ein Stadtteil im Aufbruch
248 Seiten, 13,5 x 21 cm,
ISBN 978-3-95651-278-0
viele farbige Fotos, EUR 16,90

Zwischen Tabak-Rauch und Baustellen-Staub...

... befindet sich der aufstrebende Stadtteil Woltmershausen. Dieses neue Werk ermöglicht einen intensiven Einblick in die Vergangenheit und geplante Zukunft des sich im Wandel befindlichen Woltmershausen.

Der Autor Heiner Brünjes versteht sich darauf, einen Stadtführer zu präsentieren, der Historie, Interviews und Erlebnisberichte mit Bildern vereint. Dadurch wird er nicht nur für diejenigen erfahrbar, die Woltmershausen bereits lieben gelernt haben, sondern auch für die, die über ihren eigenen Stadtteil hinausblicken wollen.

Ein etwas anderer Stadtführer,
der den Nebel über Woltmershausen lichten soll.



Ein Stadtteil zwischen Natur und Technologie

Der Bremer Stadtteil Horn-Lehe mit seinen drei Ortsteilen Horn, Lehe und Lehesterdeich gilt als beliebtes und vielfältiges Viertel im Grünen. Zwei Zukunftsgebiete kennzeichnen den Ortsteil Lehe: Das Horner Mühlenviertel bietet neuen Wohnraum und entwickelt sich zum Stadtteilzentrum. Die Universität steht als Wissenschaftsstandort vor spannenden Perspektiven. Zusammen mit dem Technologiepark ist sie ein Gebiet der Innovationen.

Und auch für die Freizeit gibt es hervorragende Angebote: Baden im Unisee oder im Horner Bad, Radtouren oder Naturerkundungen im Hollerland. Gleich zwei wichtige Einrichtungen locken nicht nur Touristen in den Stadtteil: die botanika, das Grüne Science Center beim Botanischen Garten, und das Mitmach-Museum Universum® Bremen im Technologiepark. Wir nehmen Sie mit zu Wanderungen um den Stadtwaldsee oder in die Uni-Wildnis.

Blättern Sie in diesem Buch und entdecken Sie mit uns einen beliebten Bremer Stadtteil mit seinen bekannten, aber ebenso unbekannteren Seiten.



HEINER BRÜNJES
Horn-Lehe
ZWISCHEN NATUR UND
TECHNOLOGIE
240 Seiten | 13,5 x 21 cm
ISBN 978-3-95651-347-3
16,90 Euro



Finanzen und Rechtliches

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Sozialleistungen nach dem Vierten Kapitel des Zwölften Buches Sozialgesetzbuch (SGB XII)

Die finanzielle Grundsicherung ist eine Sozialleistung, die den notwendigen Lebensunterhalt älterer sowie dauerhaft erwerbsgeminderter Personen sicherstellt, sofern dieser nicht aus eigenem Einkommen und Vermögen bestritten werden kann.

Wer kann diese Leistungen erhalten?

- Personen mit gewöhnlichem Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland, die die

gesetzliche Altersgrenze (65 Jahre plus X Monate) erreicht haben.

- Personen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben und unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage dauerhaft voll erwerbsgemindert sind.

Anspruch auf Grundsicherungsleistungen haben Personen, die ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenem Einkommen und/oder Vermögen bzw. aus dem

Einkommen und/oder Vermögen des/der nicht getrennt lebenden Ehepartner:in oder eheähnlichen Lebenspartner:in bestreiten können.

Wohin wendet man sich, um einen Anspruch auf Grundsicherung prüfen zu lassen? Zu Fragen der Grundsicherung berät der Fachdienst Soziales in den vier Sozialzentren des Amtes für Soziale Dienste. Die Adressen der Sozialzentren finden Sie auf Seite 13.

Rente

Zu allen Fragen im Zusammenhang mit Ansprüchen und Leistungen der Rentenversicherung berät die

Deutsche Rentenversicherung

Schwachhauser Heerstraße 32–34
28209 Bremen, Tel. 0421 · 34 07-0
Lindenstraße 74, 28755 Bremen
Tel. 0421 · 65 85 20

Wohngeld

Wenn die Zahlungen der Miete oder die laufenden Aufwendungen als Wohnungs- oder Hauseigentümer:in zur finanziellen Belastung werden, sollten Sie prüfen lassen, ob ein Anspruch auf Wohngeld besteht. Informationen und Antragsvordrucke sind erhältlich bei der



UMORDNUNG

Nachlassordnung
Immobilienverkauf
Dokumente ordnen
Seniorenassistenz
Sortieren & Befreien

Tanja Kliemann
Telefon +49 421 430 957 4
www.umordnung.com



Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau


Wohngeldbehörde für Erstanträge
 Willy-Brandt-Platz 3, 28215 Bremen
 Tel. 0421 · 361-99447
 wohngeld@bau.bremen.de
 www.bauumwelt.bremen.de/wohngeld

Die Anträge können auch in allen Bürger-ServiceCentern abgegeben werden. Eine Beratung findet dort nicht statt.

Wohnberechtigungsschein

In Bremen wird der Bau von mietgünstigen Wohnungen mit öffentlichen Mitteln gefördert. Für den Bezug einer solchen Wohnung ist ein Wohnberechtigungsschein erforderlich. Sofern Sie ein niedriges Einkommen, eine geringe Rente oder Sozialleistungen beziehen, besteht die Möglichkeit, dass Sie einen Anspruch auf einen Wohnberechtigungsschein haben. Weiterführende Informationen und Antragsformulare sind erhältlich bei der

Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau

 Referat 73 – Wohnungswesen
 Contrescarpe 73, 28195 Bremen
 Tel. 0421 · 361-16295, www.bauumwelt.bremen.de/wohnberechtigungschein

Die Anträge können auch in allen Bürger-ServiceCentern abgegeben werden. Eine Beratung findet dort nicht statt.

Personalausweise und sonstige Dokumente

Personalausweise, Reisepässe und sonstige Urkunden sind in diesen behördlichen Einrichtungen erhältlich:

BürgerServiceCenter-Mitte

Pelzerstraße 40, 28195 Bremen
 Tel. 0421 · 361-88666

BürgerServiceCenter-Stresemannstraße

Stresemannstraße 48, 28207 Bremen
 Tel. 0421 · 361 - 88696

BürgerServiceCenter-Nord

Gerhard-Rohlf's-Straße 62
 28757 Bremen, Tel. 0421 · 361-7222

Orientierungshilfen und Terminvergaben sind über das Bürgertelefon **115** möglich.

Schwerbehindertenausweis

Menschen mit Behinderungen sind Menschen, die körperliche, seelische, geistige oder Sinnesbeeinträchtigungen haben, die sie in Wechselwirkung mit einstellungs- und umweltbedingten Barrieren an der gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft mit hoher Wahrscheinlichkeit länger als sechs Monate hindern können. Eine Beeinträchtigung nach Satz 1 liegt vor, wenn der Körper- und Gesundheitszustand von dem für das Lebensalter typischen Zustand abweicht. Menschen sind von Behinderung bedroht, wenn eine Beeinträchtigung nach Satz 1 zu



erwarten ist. Dabei ist unerheblich, ob die Behinderung angeboren, durch Unfall erlitten oder altersbedingt entstanden ist.

Das Vorliegen und der Grad der Behinderung werden durch das Amt für Versorgung und Integration Bremen festgestellt. Anträge auf Feststellung und Grad einer Behinderung sind dorthin zu richten. Im Antrag sind die gesundheitlichen Beeinträchtigungen und Beschwerden sowie die behandelnden Ärzt:innen und Kliniken anzugeben. Das Amt für Versorgung und Integration setzt sich anschließend mit diesen Ärzt:innen und Kliniken in Verbindung und bewertet deren Stellungnahmen zum Antrag. Je nach Art und Grad der Behinderung besteht Anspruch auf Hilfen und Vergünstigungen nach dem II. Sozialgesetzbuch und anderen Rechtsvorschriften. Sogenannte »Nachteilsausgleiche« sind z.B. steuerliche Vergünstigungen, Ermäßigung oder Befreiung von der Kraftfahrzeugsteuer, Befreiung von der Rundfunkgebührenpflicht, unentgeltliche Beförderung im öffentlichen Personenverkehr und andere. Jede und jeder anerkannte Schwerbehinderte sollte sich vom Amt für Versorgung und Integration einen amtlichen Schwerbehindertenausweis ausstellen lassen, um die damit verbundenen Vergünstigungen in Anspruch nehmen zu können. Informationen und Anträge sind erhältlich beim Amt für Versorgung und Integration.

Auskünfte erteilen auch die Sozialzentren und Pflegestützpunkte in Bremen.

Amt für Versorgung und Integration Bremen – AVIB

Doventorscontrescarpe 172 D
28195 Bremen, Tel. 0421 · 361-55 41
Sprechzeiten: Mo.–Do. 9–12:30 Uhr
Do. 13:30–17 Uhr
und nach Vereinbarung
www.avib.bremen.de

Rechtsberatung

Wem eine wichtige Rechtslage unklar ist und wer finanziell nicht in der Lage ist, einen Rechtsanwalt zu befragen, hat Anspruch auf öffentliche Rechtsberatung. Rechtsrat wird an Ort und Stelle gegeben. Die finanzielle Bedürftigkeit braucht nicht zuvor amtlich bescheinigt zu werden. Jedoch muss das Bruttofamilieneinkommen angegeben werden. Beratung erhält, wer im Land Bremen wohnt oder arbeitet. Die öffentliche Rechtsberatung erfolgt auf fast allen Rechtsgebieten, mit Ausnahme arbeitsrechtlicher, sozialversicherungsrechtlicher und steuerrechtlicher Fragen, durch Auskunft und Unterstützung in Rechtsangelegenheiten. Die Berater sind sog. Volljuristen und sind wie folgt zu erreichen:

Arbeitnehmerkammer Bremen

Bürgerstraße 1 (Ecke Violentstraße)
28195 Bremen, Tel. 0421 · 36 301-0/-89
info@arbeitnehmerkammer.de
www.arbeitnehmerkammer.de



Geschäftsstelle Bremen Nord

Lindenstraße 8, 28755 Bremen
Tel. 0421 · 66 950-0

Verbraucherzentrale Bremen e. V.

Altenweg 4, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 16 0777

Schuldnerberatung

Wer hohe Schulden hat und nicht mehr weiß, wie es finanziell weitergehen soll, kann sich kostenlos beraten lassen. Das Ziel einer solchen Beratung ist, sich mittel- oder langfristig zu entschulden, ggf. mittels einer sogenannten Privat-Insolvenz. Schuldnerberatung leisten:

Die Schuldnerberater e. V.

Gröpelinger Heerstr. 193, 28237 Bremen
Tel. 0421 · 69 19 17-00, kontakt@adn-sb.de

Hanseatische Schuldnerberatung e. V.

Rembertistraße 28, 28203 Bremen
sowie Kapitän-Dallmann-Str. I
28779 Bremen, Tel. 0421 · 36 48 123
e-mail@hanseatische-schuldnerberatung.de

Schuldnerhilfe Bremen e.V.

Breitenweg 3, 28195 Bremen
Tel. 8718476, Corinna Lechner

a conto bremen gemeinnützige GmbH (ein korporatives Mitglieder der AWO)

Lindenstraße 1A, 28755 Bremen
Tel. 0421 · 66 99 580
schuldnerberatung@aconto-bremen.de
Sprechstunden gibt es auch in den
AWO-DLZ Gröpelingen und Vahr

Schuldnerberatung der Caritas Bremen

Georg-Gröning-Straße 55, 28209 Bremen
Tel. 0421 · 33 573-0
info@caritas-bremen.de

Schuldnerberatung der Diakonie

Am Brill 2–4, 28195 Bremen
Tel. 0421 98 96 62-10
schuldnerberatung
@inneremission-bremen.de

Solidarische Hilfe e. V.

Kornstraße 13, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 50 40 36

VerbraucherHilfe Bremen e. V.

Pieperstraße 7, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 40 89 23 30
info@vhb-bremen.de

Und wenn
es ein
Job mit
Menschen
würde?



www.caritas-jobportal.de



Vorsorge in Bremen

Jede und jeder kann durch eine Krankheit, einen Unfall oder im Alter in die Lage kommen, die eigenen Angelegenheiten nicht mehr regeln zu können. Dann ist es notwendig, dass jemand da ist, der Entscheidungen im Sinne der betroffenen Person trifft. Ehe- oder Lebenspartner:innen sowie An- und Zugehörige können dieses nur tun, wenn sie als rechtliche Betreuer:innen vom Gericht bestellt werden oder eine entsprechende Vollmacht vorliegt. Zur Vorsorge kann man eine Person des Vertrauens bevollmächtigen und eine Verfügung erteilen, damit die eigenen Wünsche zur Gestaltung des weiteren Lebens bekannt sind und berücksichtigt werden können. Wenn keine Vollmacht vorliegt, kann das Betreuungsgericht für Erwachsene, die aufgrund einer psychischen Krankheit, einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung ihre Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht selbst besorgen können, einen rechtlichen Betreuer bzw. eine rechtliche Betreuerin bestellen. Hierbei werden An- und Zugehörige bevorzugt, wenn sie für die Aufgabe geeignet und zur Übernahme der Aufgabe bereit sind. Eine Betreuung kann aber nur eingerichtet werden, wenn andere Hilfen – private oder öffentliche – nicht ausreichend vorhanden sind und es wichtige Angelegenheiten zu regeln gibt. Das Betreuungsgericht entscheidet, in wel-

chem Umfang die hilfebedürftige Person Unterstützung braucht. Ziel ist es, das Selbstbestimmungsrecht der Person zu wahren, ihr aber gleichzeitig die benötigte Unterstützung und notwendigen Schutz zu gewährleisten. Aufgabenbereiche, die die betroffene Person eigenständig erledigen kann, dürfen dem/der Betreuer:in nicht übertragen werden. Die Tätigkeit der Betreuer:innen wird vom Betreuungsgericht überwacht, Wünsche und Vorstellungen der betroffenen Personen sind so weit wie möglich zu berücksichtigen. Das Gericht und der/die Betreuer:in müssen aber von den Wünschen und Vorstellungen der betroffenen Person Kenntnis haben, insbesondere in den Fällen, wo die Person sich nicht mehr verständlich machen kann. Diese Wünsche und Vorstellungen kann man in Patienten- und Betreuungsverfügungen festlegen.

Betreuungsverfügung

Die Betreuungsverfügung ist eine vorsorgende Verfügung für den Betreuungsfall. Eine Betreuungsverfügung verhindert nicht das gerichtliche Verfahren. Sie ist eine Willensäußerung für den Fall der Betreuung. In einer Betreuungsverfügung kann man festlegen, welche Person/en das Betreuungsgericht im Bedarfsfall zum Betreuer oder zur



Betreuerin bestellen oder in keinem Fall einsetzen soll. Es kann auch alles aufgenommen werden, was der zukünftige Betreuer bzw. die zukünftige Betreuerin zu beachten hat und wie gehandelt werden soll. Dieses kann die Lebensgewohnheiten, die Auswahl einer Senioren-Wohneinrichtung, Anordnungen zur Vermögensverwaltung und vieles mehr betreffen. Eine Betreuungsverfügung ist ebenso wie die Vollmacht nicht an eine bestimmte Form gebunden. Aber sie sollten schriftlich verfasst und unterschrieben werden. Das empfiehlt sich insbesondere, wenn man niemanden hat, dem man eine Vollmacht anvertrauen möchte oder auch auf die Kontrolle des Betreuungsgerichts nicht verzichten möchte.

Patientenverfügung

Eine Patientenverfügung enthält eine Entscheidung über die Einwilligung oder Nichteinwilligung in eine bestimmte, noch nicht unmittelbar bevorstehende ärztliche Maßnahme. Erwachsene können im Voraus festlegen, ob und wie sie später medizinisch behandelt werden möchten, wenn sie ihren Willen nicht mehr äußern können. Eine Patientenverfügung muss schriftlich verfasst und eigenhändig unterschrieben sein. Es empfiehlt sich eine Aktualisierung, z. B. beim Auftreten einer schweren Erkrankung, da sich die in der Patientenverfügung beschriebene Situation auf die konkrete Le-

bens- und Behandlungssituation beziehen muss. Trifft dies nicht zu oder wurde keine Patientenverfügung verfasst, haben Betreuer:innen wie auch Bevollmächtigte die Behandlungswünsche oder den mutmaßlichen Willen der betroffenen Person festzustellen und auf dieser Grundlage zu entscheiden.

Weitere Informationen zum Betreuungsrecht und zu vorsorgenden Verfügungen sowie zu Beratungsangeboten finden Sie auf den Internetseiten des Bundesjustizministeriums (www.bmj.de) und der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport in Bremen (www.soziales.bremen.de).

Vorsorgevollmacht

Wer bereit ist, einer Vertrauensperson eine Vollmacht zu erteilen, kann ohne Beteiligung des Betreuungsgerichts Vorsorge treffen. In einer Vorsorgevollmacht benennt man eine oder mehrere Vertrauenspersonen, die bereit sind, im Bedarfsfall zu handeln. Die bevollmächtigte Person wird in die Lage versetzt, in den benannten Aufgabenbereichen und für die festgelegte Zeit zu handeln. Eine gerichtliche Aufsicht erfolgt nicht. Bevollmächtigte sind dem Gericht nicht zur Rechenschaft verpflichtet. Zur Erteilung einer Vollmacht ist die Geschäftsfähigkeit Voraussetzung. Soll die Vollmacht auch die Wahrnehmung von Bankangelegenheiten beinhalten, empfiehlt es sich, das eigene Formular der Bank und Sparkasse zu benutzen. Für



bestimmte Maßnahmen, wie z. B. die Einwilligung in schwerwiegende ärztliche Eingriffe, muss die Vollmacht schriftlich erteilt sein und sich ausdrücklich auf die Maßnahmen beziehen. Eine Generalvollmacht ist für diese Maßnahmen nicht ausreichend. Sofern Bevollmächtigte auch Grundstücksangelegenheiten abwickeln sollen, ist eine öffentliche Beglaubigung der Unterschrift durch die Betreuungsbehörde oder einen Notar erforderlich. Dabei wird ausschließlich die Gültigkeit der eigenhändigen Unterschrift bestätigt.

Für den Fall, dass Zweifel an der Geschäftsfähigkeit der vollmachtgebenden Person zu befürchten sind, empfehlen wir die notarielle Beurkundung der Erklärung. Dabei erklärt der/die Notar:in den Inhalt der Vollmacht und stellt fest, dass keine Bedenken hinsichtlich der Geschäftsfähigkeit der vollmachtgebenden Person bestehen.

Sowohl bei der Beurkundung als auch bei der Beglaubigung fallen Kosten an, deren Höhe beim/bei der Notar:in erfragt werden

kann. Die Betreuungsbehörde hat für die Beglaubigung einer Unterschrift zehn Euro zu nehmen.

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung können kostenpflichtig bei der Bundesnotarkammer hinterlegt werden.

Die örtliche Betreuungsbehörde berät bei allgemeinen betreuungsrechtlichen Fragen über Vorsorgevollmachten und andere Hilfen zur Vermeidung einer gesetzlichen Betreuung. Sie wirkt mit in Verfahren, in denen das Betreuungsgericht über die Einrichtung einer Betreuung und die Bestellung eines/einer Betreuer:in als gesetzliche Vertretung zu entscheiden hat.

Außerdem berät die örtliche Betreuungsbehörde bei Fragen zu Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen. Informationsbroschüren über Patientenverfügungen und Betreuungsvermachten – auch in leichter Sprache – können Sie kostenlos anfordern oder persönlich abholen.

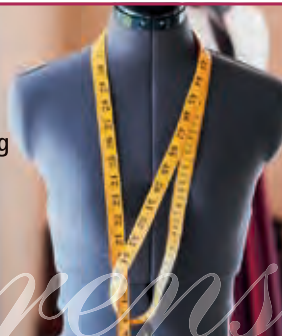
Wenn Sie ehrenamtlicher Betreuer:in werden möchten, Sie bereits als Betreuer:in tätig

Das passt ja wie angegossen.

Die Bestattungsvorsorge.

Wir helfen Ihnen bei der Umsetzung Ihrer persönlichen Vorstellungen.

1/12



AHRENS
BESTATTUNGEN

Familienbetrieb seit 1903

Tel. 0421 45 14 53

Bremen-Hemelingen
Bremen-Osterholz

www.ahrens-bestattungen.de



sind und Unterstützung benötigen, sprechen Sie uns gerne an. Die örtliche Betreuungsbehörde berät Sie und hilft Ihnen gerne weiter.

Betreuungsbehörde

Hans-Böckler-Straße 9
28217 Bremen
Tel. 0421 · 361-19530



Gudrun Winkelmann
RECHTSANWÄLTIN

Trägerin des
Trommelpreises
2015

Allgemeinanwältin
Testamentsvollstreckung – zertifiziert

Schwerpunkte:

Vertragsrecht - Erbrecht
Testamente – Patchworkfamilien
Nachlassregelung – Pflichtteile
Vorsorge- / Patientenverfügungen
Hilfe im Alltag als Bevollmächtigte

Hamburger Str. 222/224
28205 Bremen

T 0421 - 40 95 700
F 0421 - 40 95 701

mail@winkelmann-recht.de
www.winkelmann-recht.de

Informationen zu den Themen Betreuungsrecht und über Vorsorge finden Sie im Internet unter www.soziales.bremen.de.

Betreuungsverein Deutsches Rotes Kreuz Referat Betreuungsrecht

Wachmannstr. 9
28209 Bremen
Tel. 0421 · 3403 140
Fax: 0421 · 3403 144
Betreuungsrecht@drk-bremen.de

Betreuungsverein Hilfswerk Bremen für Menschen mit Beeinträchtigungen e. V.

Vegeacker Str. 59
28217 Bremen
Tel. 0421 · 222 15 23
Fax: 0421 · 222 15 259
betreuungsverein@hilfswerk-bremen.de

Betreuungsverein Bremerhaven e. V.

Stedinger Str. 2, 27568 Bremerhaven
Tel. 0471 · 95 45 9-0
Fax: 0471 · 95 45 9-70
info@betreuungsverein-bremerhaven.de



Leistungen der Pflegekassen bei Pflegebedürftigkeit

Die Pflegegrade

Die Feststellung der Pflegebedürftigkeit erfolgt auf Antragstellung der oder des Versicherten bei seiner oder ihrer Pflegekasse. Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst (MD) dazu, ein Gutachten zu erstellen (bei einer privaten Pflegeversicherung übernimmt dies der Dienst Medicoprof). Im Begutachtungsverfahren werden die gesundheitlich bedingten Beeinträchtigungen in der Selbstständigkeit und/oder der Fähigkeiten in den verschiedenen Lebensbereichen beurteilt. Eine Beeinträchtigung in der Selbstständigkeit bedeutet, dass in diesen Lebensbereichen eine regelmäßige und dauerhafte, d. h. mindestens sechs Monate andauernde, personelle Unterstüt-

zung notwendig ist, sei es durch An- und Zugehörige, Hilfs- oder Pflegefachkräfte. Das Ergebnis dieser Feststellungen ist die Zuordnung zu einem Pflegegrad. Es gibt fünf Pflegegrade.

Alle Pflegebedürftigen erhalten einen gleichberechtigten Zugang zu den Leistungen der Pflegeversicherung, unabhängig davon, ob sie von körperlichen, geistigen oder psychischen Beeinträchtigungen betroffen sind. Wem ein Pflegegrad zugeordnet wird, der gilt im Sinne der Pflegeversicherung als pflegebedürftig und kann Leistungen der Pflegeversicherung erhalten. Der Umfang der Leistungen ist abhängig vom zugeordneten Pflegegrad.

Alle Leistungen im Überblick

Pflegegrade	Geldleistung	Sachleistung	Entlastungsbetrag	Leistungsbetrag
	ambulant	ambulant	ambulant (zweckgebunden)	vollstationär
Pflegegrad 1			125 Euro	125 Euro
Pflegegrad 2	316 Euro	724 Euro	125 Euro	770 Euro
Pflegegrad 3	545 Euro	1.363 Euro	125 Euro	1.262 Euro
Pflegegrad 4	728 Euro	1.693 Euro	125 Euro	1.775 Euro
Pflegegrad 5	901 Euro	2.095 Euro	125 Euro	2.005 Euro



Bei Menschen, die dem Pflegegrad I zugeordnet sind, ist die Beeinträchtigung in der Selbstständigkeit gering. Vom Gesetzgeber sind im häuslichen Bereich keine Geld- und Sachleistungen vorgesehen, sondern lediglich Teilhilfen bei der Selbstversorgung (zweckgebundener Entlastungsbetrag). Deshalb stehen hier insbesondere beratende Leistungen im Vordergrund. Leistungen für den Pflegegrad I sind:

- Pflegeberatung
- Beratung in der eigenen Häuslichkeit, beispielsweise zu Betreuungsleistungen
- Pflegehilfsmittel
- Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes
- zusätzliche Leistungen in ambulant betreuten Wohngruppen
- zusätzliche Betreuung und Aktivierung in stationären Pflegeeinrichtungen
- zusätzliche Leistungen bei Pflegezeit
- Pflegekurse
- digitale Pflegeanwendungen
- Entlastungsbetrag bis zu 125 € (auch f. pflegerische Unterstützung durch Pflegedienste)

Pflegegeld

Geldleistungen bei ambulantem Hilfebedarf (Pflegegeld) kann in Anspruch genommen werden, wenn Angehörige oder Ehrenamtliche die Pflege übernehmen. Das Pflegegeld kann auch mit ambulanten Pflegesachleistungen kombiniert werden.

Pflegesachleistungen

Mit den Pflegesachleistungen können Versicherte die Hilfe eines ambulanten Pflegedienstes in Anspruch nehmen. Ambulante Pflegesachleistungen können auch mit dem Pflegegeld kombiniert werden.

Pflegehilfsmittel

Grundsätzlich werden unter dem Begriff Pflegehilfsmittel Geräte und Sachmittel verstanden, die zur häuslichen Pflege notwendig sind, sie erleichtern oder dazu beitragen, die Beschwerden der pflegebedürftigen Person zu lindern oder ihr eine selbstständigere Lebensführung zu ermöglichen. Technische Pflegehilfsmittel werden in der Regel teilweise oder gegen eine Zuzahlung zur Verfügung gestellt. Die Kosten für Verbrauchsprodukte in Höhe von bis zu 40 € pro Monat werden von der Pflegekasse erstattet. Dazu gehören z. B. Einmalhandschuhe oder Betteinlagen.

Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson

Pflegebedürftigkeit in Graden	Verhinderungspflege max. Leistungen pro Jahr
Pflegegrad I	
Pflegegrad 2–5	1.612 Euro für Kosten einer notwendigen Ersatzpflege bis zu sechs Wochen



Ist die private Pflegeperson im Urlaub oder ist sie durch Krankheit vorübergehend an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten einer Ersatzpflege. Diese sogenannte Verhinderungspflege kann etwa in einem Pflegeheim, durch einen ambulanten Pflegedienst, durch Einzelpflegekräfte, ehrenamtlich Pflegende oder nahe Angehörige erfolgen. Pro Kalenderjahr ist eine Ersatzpflege von bis zu sechs Wochen möglich. Die Leistung der Verhinderungspflege kann um bis zu 50 Prozent aus nicht in Anspruch genommenen Leistungen für Kurzzeitpflege erhöht werden (das sind bis zu 806 €).

Der für die Verhinderungspflege in Anspruch genommene Erhöhungsbetrag wird auf den Leistungsbetrag für eine Kurzzeitpflege angerechnet.

Kurzzeitpflege

Pflegebedürftigkeit in Graden	Kurzzeitpflege max. Leistungen pro Jahr
Pflegegrad I	bis zu 125 Euro einsetzbarer Entlastungsbetrag
Pflegegrad 2–5	1.774 Euro Kosten der Kurzzeitpflege bis zu acht Wochen

Viele Pflegebedürftige sind nur für eine begrenzte Zeit auf vollstationäre Pflege angewiesen, insbesondere zur Bewältigung von

Krisensituationen bei der häuslichen Pflege, zur Entlastung der Angehörigen oder Übergangsweise im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt. Für sie gibt es die Kurzzeitpflege in entsprechenden stationären Einrichtungen.

Der im Kalenderjahr bestehende, noch nicht verbrauchte Leistungsbetrag für Verhinderungspflege kann auch für Leistungen der Kurzzeitpflege eingesetzt werden. Dadurch kann der Leistungsbetrag der Kurzzeitpflege maximal **verdoppelt** (dann bis zu 3.386 €) werden. Der für die Kurzzeitpflege in Anspruch genommene Erhöhungsbetrag wird auf den Leistungsbetrag für eine Verhinderungspflege angerechnet.

Ebenso besteht bei Inanspruchnahme einer Kurzzeitpflege für acht Wochen im Jahr ein Anspruch auf Weiterzahlung des hälftigen Pflegegeldes. Diese Ansprüche gelten für Pflegebedürftige der Pflegegrade 2 bis 5. Pflegebedürftige Personen mit dem Pflegegrad I können den Entlastungsbetrag in Höhe von 125 € pro Monat einsetzen, um Leistungen der Kurzzeitpflege in Anspruch zu nehmen.

Bitte beachten Sie, dass unabhängig vom Pflegegrad die genannten Beträge lediglich für die Pflege selbst gelten. Die Kosten für die Unterkunft und Verpflegung sind dadurch nicht gedeckt und müssen zusätzlich erbracht werden durch die Patient:innen oder Ihre Angehörigen.



Zusätzliche Leistungen für Pflegebedürftige in ambulant betreuten Wohngruppen

Pflegebedürftigkeit in Graden	Wohngruppen-Anschubfinanzierung einmaliger Höchstbetrag
Pflegegrad I	2.500 Euro pro Person
	10.000 Euro pro Wohngruppe
Pflegegrad 2–5	2.500 Euro pro Person
	10.000 Euro pro Wohngruppe

Neue Wohnformen wie Senior:innen- oder Pflege-Wohngemeinschaften bieten die Möglichkeit, zusammen mit Menschen in derselben Lebenssituation zu leben und Unterstützung zu erhalten – ohne auf Privatsphäre und Eigenständigkeit zu verzichten. Für die Gründung von ambulant betreuten Wohngruppen, sogenannten Pflege-WGs, sieht die Pflegeversicherung eine Anschubfinanzierung vor (auch für Pflegebedürftige im Pflegegrad I).

Pflegebedürftigkeit in Graden	Wohngruppenzuschlag max. Leistungen/Monat
Pflegegrad I	214 Euro
Pflegegrad 2–5	214 Euro

Pflegebedürftige in ambulant betreuten Wohngruppen, die bestimmte Mindestanforderungen erfüllen, haben unter bestimmten Voraussetzungen zusätzlich zu den anderen Leistungen Anspruch auf einen monatlichen Wohngruppenzuschlag. Damit kann eine Person finanziert werden, die in der Pflege-WG zum Beispiel organisatorische, betreuende oder hauswirtschaftliche Tätigkeiten übernimmt.

Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen

Pflegebedürftigkeit in Graden	Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen max. Zuschuss je Maßnahme
Pflegegrad I	4.000 Euro
Pflegegrad I wenn mehrere Antragsberechtigte zusammenwohnen	16.000 Euro
Pflegegrad 2–5	4.000 Euro
Pflegegrad 2–5 wenn mehrere Antragsberechtigte zusammenwohnen	16.000 Euro

Wenn Versicherte zu Hause gepflegt und betreut werden, kann es hilfreich sein, das Wohnumfeld an die besonderen Bedarfe der Versicherten anzupassen. Hierfür leistet die Pflegeversicherung unter bestimmten Voraussetzungen Zuschüsse.

Teilstationäre Leistungen der Tages-/Nachtpflege

Pflegebe- dürftigkeit in Graden	Teilstationäre Tages-/Nachtpflege max. Leistungen pro Monat
Pflegegrad 1	bis zu 125 Euro einsetz- barer Entlastungsbetrag
Pflegegrad 2	689 Euro
Pflegegrad 3	1.298 Euro
Pflegegrad 4	1.612 Euro
Pflegegrad 5	1.995 Euro

Unter Tages- und Nachtpflege (teilstationäre Versorgung) versteht man die zeitweise Betreuung im Tagesverlauf in einer Pflegeeinrichtung. Die Leistungen der Tages- und Nachtpflege können neben der ambulanten Pflegesachleistung oder dem Pflegegeld in vollem Umfang in Anspruch genommen werden, eine Anrechnung der Leistungen erfolgt nicht.

Leistungen bei vollstationärer Pflege

Durch Leistungen der vollstationären Pflege werden Pflegebedürftige, die in einem Pflegeheim leben, unterstützt.

Seit 1. Januar 2017 ist ein Eigenanteil der Versicherten in vollstationärer Pflege für die Pflegegrade 2 bis 5 festgeschrieben, der sich von Pflegeheim zu Pflegeheim unterscheiden kann. Seit dem 1. Januar 2022 wird in Abhängigkeit der individuellen Wohndauer

des/der Pflegebedürftigen ein Zuschuss zu dem Eigenanteil seitens der Pflegeversicherung gewährt. Die Leistungen der Pflegeversicherung bei vollstationärer Pflege können der Tabelle »alle Leistungen seit 2017 im Überblick« entnommen werden.

Angebote zur Unterstützung im Alltag – Entlastungsbetrag

Pflegebedürftige, die zu Hause gepflegt werden, können sogenannte pflegerische Betreuungs- und Entlastungsleistungen in Anspruch nehmen. Diese sollen die Pflegebedürftigen und pflegenden Angehörigen unterstützen, zum Beispiel zur Sicherstellung einer Betreuung im Alltag oder zur Unterstützung bei der hauswirtschaftlichen Versorgung oder der Organisation des Pflegealltags.

Pflegebedürftige aller Pflegegrade (1 bis 5), die ambulant gepflegt werden, erhalten einen einheitlichen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 125 € monatlich. Dieser Entlastungsbetrag ist keine pauschale Geldleistung, sondern zweckgebunden. Er kann zur (Ko-)Finanzierung einer teilstationären Tages- oder Nachtpflege, einer vorübergehenden vollstationären Kurzzeitpflege oder von Leistungen ambulanter Pflegedienste (in den Pflegegraden 2 bis 5, jedoch nicht von Leistungen im Bereich der körperbezogenen Pflegemaßnahmen) verwendet werden (Personen mit dem Pflegegrad 1 können körperbezogene Pflegemaßnahmen als Sachleistung verwenden, z. B.



duschen oder baden). Außerdem kann er für Leistungen, die nach Landesrecht anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag darstellen, eingesetzt werden.

Der Entlastungsbetrag wird zusätzlich zu den sonstigen Leistungen der Pflegeversicherung bei häuslicher Pflege gewährt. Er wird mit den anderen Leistungsansprüchen nicht verrechnet. Nicht (vollständig) ausgeschöpfte Beträge können innerhalb des jeweiligen Kalenderjahres in die Folgemonate übertragen werden. Ebenso können am Ende des Kalenderjahres noch nicht verbrauchte Beträge in das darauffolgende Kalenderhalbjahr übertragen werden.

Pflege in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen

<p>Pflege in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen max. Leistungen pro Monat</p>

<p>266 Euro</p>

Wenn Pflegebedürftige sich in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen bzw. in sogenannten besonderen Wohnformen aufhalten, beteiligt sich die Pflegeversicherung in Anlehnung an die in den Einrichtungen erbrachten Pflegeleistungen pauschal in Höhe von zehn Prozent des Heimentgeltes, höchstens jedoch mit 266 € monatlich an den Einrichtungskosten.

Anspruch auf diese Leistung haben Pflegebedürftige der Pflegegrade 2 bis 5.

Ambulante Pflege für Menschen ohne Pflegegrad oder mit Pflegegrad I (nach dem SGB V)

Wenn ein Patient nach einer Operation oder aufgrund einer schweren Erkrankung bei der Entlassung aus einem Krankenhaus noch pflegebedürftig ist, aber keinen Pflegegrad oder Pflegegrad I hat, kann die Krankenkasse ambulante Pflege bewilligen. Für gesetzlich Krankenversicherte können nach Antrag bis zu vier Wochen Grundpflege und Haushaltshilfe gewährt werden, bei Bedarf auch zusätzliche medizinische Behandlungspflege. Zusätzlich zu den Leistungen der Krankenkasse kann eine Haushaltshilfe gewährt werden, wenn Kinder unter zwölf Jahren im Haushalt zu versorgen sind oder die Kinder behindert sind.

Stationäre Kurzzeitpflege bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit

Ist die Pflegebedürftigkeit so stark, dass eine Rückkehr nach einem Krankenhausaufenthalt in die eigene Häuslichkeit nicht möglich ist, kann die Krankenkasse anteilig die Kosten für die Aufnahme in der Kurzzeitpflegeeinrichtung übernehmen. Der Anspruch besteht für bis zu vier Wochen je Kalenderjahr, für Pflegebedürftige mit Pflegegrad I für bis

zu acht Wochen. Der Zuschuss der Krankenkasse für die Kurzzeitpflegeeinrichtung beträgt jährlich 1.774 € für die Grund- und Behandlungspflege sowie für die Betreuung. Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sind als Eigenleistung zu tragen. Der von der Krankenkasse gewährte Festbetrag ist ein Zuschuss, sodass die übersteigenden Kosten für die Kurzzeitpflege selbst finanziert werden müssen. Um zu klären, welche Versorgungsform nach dem Krankenhaus geeignet ist und wie die Finanzierung geregelt werden kann, ist eine Beratung durch die Sozialdienste der Krankenhäuser zu empfehlen.

Alle Leistungen der Pflegeversicherung zum Nachschlagen in der Broschüre des Bundesministeriums für Gesundheit: »Ratgeber Pflege. Alles, was Sie zum Thema Pflege und zu den Pflegestärkungsgesetzen wissen müssen«.

Weitere Hinweise zu den Leistungen der Pflegekassen

Schnellere Bescheide

Wer Pflegeleistungen beantragt, muss spätestens nach 25 Arbeitstagen ab Antragstellung von seiner Pflegekasse einen Bescheid erhalten. In bestimmten Sachverhalten, z. B. Aufenthalt in einem Krankenhaus, sind verkürzte Begutachtungsfristen geregelt. Wird die Frist bei Antragstellung versäumt, müssen die Pflegeversicherungen 70 € je angefangene Versäumniswoche an die/den Versichert:en zahlen. Dieses gilt nicht, wenn die Pflegekasse die Verzögerung nicht zu vertreten hat.

Beratung

Pflegebedürftige und ihre Angehörigen können sich zwecks Beratung an die Pflegestützpunkte (siehe ab Seite 18) und die Beratungsstellen der Pflegekassen wenden. Sie haben darüber hinaus Rechtsanspruch auf individuelle Beratung und Begleitung durch eine:n Pflegeberater:in. Diese informieren, organisieren Hilfen und Unterstützung. Sie stehen über die gesamte Dauer der Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.





Begutachtung durch den Medizinischen Dienst (MD Bremen)

Der Medizinische Dienst oder ein anderer gutachterlicher Dienst wird von den Pflegekassen beauftragt, die Pflegebedürftigkeit festzustellen. Die Gutachter:innen des Medizinischen Dienstes beurteilen vor Ort, welche Beeinträchtigungen in der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten vorliegen, also welche regelmäßigen personellen Hilfen auf Dauer notwendig sind. Daraus ergibt sich der Pflegegrad, der für die Leistungen der Pflegekassen grundlegend ist. Die Pflegekassen folgen in der Regel den Empfehlungen des MD.

Sollte bei Ihnen eine Prüfung durch den Medizinischen Dienst bevorstehen, zeigen Sie bitte ehrlich, was Sie können und was nicht! Weder für Sie noch für Ihre Pflegekasse ist es von Nutzen, wenn Sie keine wahrheitsgemäßen Angaben machen (das kann sogar strafbar sein). Lassen Sie sich während des Besuchs des MD gern von Menschen Ihres Vertrauens begleiten. Das können Angehörige sein, aber auch der Sie betreuende Pflegedienst. Mit einem Pfl egetagebuch kann Ihr täglicher Hilfebedarf detailliert festgehalten werden. Die von Ihnen eingetragenen Aufzeichnungen sind eine wertvolle Unterstützung zur Feststellung Ihrer Pflegebedürftigkeit und zu deren Einstufung.

Weitere Hinweise erhalten Sie auch unter: www.md.de/versicherte/pflegebegutachtung/.

Medizinischer Dienst Bremen

Falkenstraße 9, 28195 Bremen
Pflegehotline 0511 · 8785 2750
info@md-bremen.org

Medizinischer Dienst Bremen GB Pflege

Otto-Lilienthal-Str. 29
28199 Bremen
Pflegehotline 0511 · 8785 2750
info@md-bremen.org

Medizinischer Dienst Niedersachsen

Standort Bremen

Otto-Lilienthal-Straße 29
28199 Bremen
Pflegehotline 0511 · 8785 2750
bremen@md-niedersachsen.de

Tagespflege als teilstationäre Leistung

Zur zeitweiligen Entlastung von Angehörigen, als Ergänzung zur häuslichen Pflege und zur Vermeidung einer Unterbringung in einer Pflegeeinrichtung hat sich die sogenannte Tagespflege als teilstationäre Leistung etabliert. Ein Fahrdienst holt die Tagespflegegäst:innen zu Hause ab und bringt sie nachmittags zurück. In der Einrichtung erfolgt je nach Bedarf die erforderliche Pflege, Betreuung und Gesundheitsvorsorge. Auch gehören gemeinschaftliche Aktivitäten dazu. Zuschüsse der Pflegekassen zusätzlich zum bereits gezahlten Pflegegeld bzw. bereits vorhandenen Sachleistungen erleichtern die Nutzung dieser Hilfe. Die Höhe der Leistung ist abhängig von dem Pflegegrad der/des Be-

troffenen. Wer Unterstützung für die Tagespflege bekommt, verliert dadurch nicht das Anrecht auf Sach- und Geldleistungen aus der Pflegeversicherung: Die Leistungen der Tagespflege können neben der ambulanten Pflegesachleistung und dem Pflegegeld in vollem Umfang in Anspruch genommen werden. Eine wie früher erfolgte Anrechnung der Leistungen erfolgt nicht mehr. Betroffene der Pflegegrade 2 bis 5 haben einen Anspruch auf Tagespflege. Personen mit Pflegegrad 1 können ihren Entlastungsbetrag einsetzen.

Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Referat Ältere Menschen
Iris Hinrichsen, Tel. 0421 · 361-16181
iris.hinrichsen@soziales.bremen.de

Folgende Tagespflegen gibt es in Bremen (sortiert nach Postleitzahlen):

Tagespflege in der DKV-Residenz in der Contrescarpe

Am Wandrahm 40–43, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 32293001

Tagespflege Stiftungsdorf Rablinghausen

Rablinghauser Landstr. 51 e
28197 Bremen, Tel. 0421 · 5207149
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Neustadt

Große Johannisstr. 135, 28199 Bremen
Tel. 0421 · 506090
info@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege St. Michael

Kornstr. 371, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 8779393
info@caritas-bremen.de

Stadtteilhaus St. Remberti Tagespflege

Hoppenbank 2/3, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 3602-0

Tagespflege im Haus am Osterdeich

Osterdeich 136, 28205 Bremen
Tel. 0421 · 4996200, info@asb-bremen.de

mission:ambulant gGmbH

Blumenthalstraße 10/11, 28209 Bremen
info@mission-ambulant.de

Tagespflege Landhaus Horn

Schwachhauser Heerstr. 264
28213 Bremen, Tel. 0421 · 2468170

Tagespflege Walle

Karl-Peters-Str. 76, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 3016105

vacances Tagespflege Überseestadt

Konsul-Smidt-Straße 34, 28217 Bremen

Tagespflege Gröpelingen

Gröpelinger Heerstr. 228
28237 Bremen, Tel. 0421 · 17513799

Tagespflege Gröpelingen Ella-Ehlers-Haus

Dockstr. 20, 28237 Bremen
Tel. 0421 · 6187-0

Tagespflege Ohlenhof

Schwarzer Weg 92 D, 28239 Bremen
Tel. 6190185, info@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege Oslebshausen

Oslebshausen Landstr. 18
28239 Bremen, Tel. 0421 · 3360750
info@sozialwerk-bremen.de

**Tagespflege Kattenturm**

Robert-Koch-Str. 68–70
28277 Bremen, Tel 0421 · 69663577

Tagespflege Stadtteilhaus Kattenesch

Alfred-Faust-Str. 115
28277 Bremen, Tel. 0421 · 8402148

Tagespflege Arsten

Heukämpendamm 56, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 55904570

Tagespflege Arberger Mühle

Vor dem Esch 7 a, 28307 Bremen
Tel. 0421 · 69695999

Tagespflege Haus Sonnenschein

Mahndorfer Heerstr. 20 b
28307 Bremen, Tel. 0421 · 4854645

Tagespflege Stiftungsdorf Hemelingen

Diedrich-Wilkens-Str. 18, 28309 Bremen
Tel. 0421 · 4104140

Tagespflege Egestorff

Stiftungsweg 2, 28325 Bremen
Tel. 0421 · 4272121, info@egestorff.de

Tagespflege 2 Egestorff

Stiftungsweg 2, 28325 Bremen
Tel. 0421 · 4272155

Tagespflege OTe

Ludwigshafener Str. 12
28325 Bremen, Tel. 0421 · 69667632

Tagespflege Schweizer Viertel

Graubündener Str. 10
28325 Bremen, Tel. 0421 · 69906863

Tagespflege Stiftungsdorf Osterholz

Ellener Dorfstr. 3, 28325 Bremen
Tel. 0421 · 42880
info@bremer-heimstiftung.de

AWO Tagespflege Vahr

Kurt-Schumacher-Allee 5 a
28329 Bremen, Tel. 0421 · 2772131

Tagespflege Convivo Park Oberneuland

Rockwinkeler Landstr. 1 e
28355 Bremen, 0421 · 6963550

Tagespflege Stiftungsresidenz Ichon-Park

Oberneulander Landstr. 70
28355 Bremen, Tel. 0421 · 25770

Tagespflege Stiftungsdorf Hollergrund

Im Hollergrund 61, 28357 Bremen
Tel. 0421 · 2785151
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege 2 Stiftungsdorf Hollergrund

Im Hollergrund 61, 28357 Bremen
Tel. 0421 · 27850
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Borgfeld

Daniel-Jacobs-Allee 1, 28357 Bremen
Tel. 0421 · 69685577

Tagespflege Stiftungsresidenz Riensberg

Riekestr. 2, 28359 Bremen
Tel. 0421 · 23860
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Stiftungsresidenz Luisental

Brucknerstr. 15, 28359 Bremen
Tel. 0421 · 2382220
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Stiftungsresidenz Marcusallee

Marcusallee 39, 28359 Bremen
Tel. 23850, info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Friedehorst

Rotdornallee 64, 28717 Bremen
Tel. 0421 · 6381-345

vacances Tagespflege Lesum

Charlotte-Wolff-Allee 9
28717 Bremen, Tel. 0421 · 706077

Tagespflege Grambke

Ellerbuschort 16, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 64900-0
info@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege MarBel

Helsingborger Str. 2, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 69679690

Integrative Tagespflege Vegesack

Zur Vegesacker Fähre 49
28757 Bremen, Tel. 0421 · 9599-795
info@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege Stiftungsdorf Fichtenhof

Schönebecker Kirchweg 33
28757 Bremen, Tel. 0421 · 6269134
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Stiftungsdorf Blumenkamp

Billungstr. 21, 28759 Bremen
Tel. 0421 · 62680
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Stiftungsresidenz St. Ilsabeen

Billungstr. 31–33, 28759 Bremen
Tel. 0421 · 62640

Tagespflege Stiftungsdorf Rönnebeck

Dillener Str. 69–71, 28777 Bremen
Tel. 0421 · 6094714
info@bremer-heimstiftung.de

Pflegezeit und Familienpflegezeit

Arbeitnehmer:innen erhalten bis zu zehn Tage unbezahlten Urlaub, wenn ein:e Angehörige:r akut pflegebedürftig wird. Hierfür gibt es von der Pflegekasse Lohnersatzleistungen (Pflegeunterstützungsgeld). Außerdem haben sie einen Anspruch auf ein halbes Jahr unbezahlte Pflegezeit und bis zu 24 Monate Familienpflegezeit. Auf die Pflege- und Familienpflegezeit besteht ein Rechtsanspruch und Kündigungsschutz. Ausgenommen sind Arbeitnehmer:innen in kleinen Betrieben mit 25 und weniger Beschäftigten. Als Ausgleich für entfallenen Lohn kann ein zinsloses Darlehen beim Bundesamt für Familie beantragt werden.

Leistungen der Sozialhilfe bei Pflegebedürftigkeit/Hilfe zur Pflege

Vorrangig erhalten pflegebedürftige Menschen, die kranken- bzw. pflegeversichert sind, finanzielle Leistungen zur Pflege und zur hauswirtschaftlichen Versorgung von ihrer Pflegekasse nach den gesetzlichen Bestimmungen des Sozialgesetzbuch XI (SGB XI). Ist keine Pflegeversicherung vorhanden oder sind die Leistungen der Pflegekasse nicht ausreichend, kann ein Anspruch auf Hilfe zur Pflege nach dem Sozialgesetzbuch XII (SGB XII – Sozialhilfe) in Betracht kommen. Dazu zwei Beispiele:





Ambulante Pflege

Es besteht Pflegebedürftigkeit und der vorliegende Pflegegrad ist mindestens Pflegegrad 2. Die notwendige Pflege wird durch einen ambulanten Pflegedienst geleistet. Die Zahlungen der Pflegekasse sind jedoch nicht ausreichend. Im Rahmen der Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII ist es nach Prüfung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse möglich, den Differenzbetrag als Sozialhilfeleistung zu übernehmen.

Stationäre Pflege

Es besteht die Notwendigkeit der Pflege und Betreuung in einer stationären Einrichtung. Die Leistungen der Pflegekasse nach dem SGB XI sind nicht ausreichend und es verbleibt ein Eigenanteil. Dann können weitere Leistungen im Rahmen der Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII in Frage kommen, wenn mindestens der Pflegegrad 2 vorliegt und die Prüfung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse die Sozialhilfeleistung rechtfertigt. Die Kosten der stationären Einrichtung für Unterkunft, Verpflegung und Investitionskosten müssen die pflegebedürftigen Menschen selbst zahlen, da die Pflegeleistungen der Pflegekassen diese Kosten nicht beinhaltet. Auch diese Kosten können, wenn die sozialhilferechtlichen Voraussetzungen gegeben sind, im Rahmen der Hilfe zur Pflege übernommen werden.

Voraussetzung: Die Leistungen nach dem SGB XII sind von der Höhe des Einkommens

und des Vermögens abhängig. Bei der Pflege in einer stationären Einrichtung erfolgt neben dem Einsatz des eigenen Einkommens und Vermögens die Heranziehung von einem »Elternunterhalt«. Volljährige Kinder sind gegenüber ihren Eltern grundsätzlich unterhaltspflichtig. Durch das Angehörigengentlastungsgesetz erfolgt dieses seit dem 1. Januar 2020 aber erst, wenn das zu versteuernde Jahreseinkommen des Kindes mehr als 100.000 € jährlich beträgt.

Zuständige Stellen:

Die Sozialzentren in den Stadtteilen (siehe ab Seite 12) sind zuständig für die Beratung und Bearbeitung von SGB XII-Anträgen und -Fragen in Bezug auf die ambulante Pflege (auch nach dem Asylbewerberleistungs- und Landespflegegeldgesetz). Für die stationäre Pflege ist der »Fachdienst Stationäre Leistungen« für ganz Bremen zentral zuständig.

Amt für Soziale Dienste Bremen

Sozialzentrum Hemelingen/Osterholz

Fachdienst Stationäre Leistungen
Pfalzburger Straße 69a, 28207 Bremen
sozialzentrum-hemelingen@
afsd.bremen.de

Sprechzeiten nach Vereinbarung

Auch erreichbar über

Tel. 0421 · 361-3035, -3976

Bürgertelefon Tel. 115

Ambulante und stationäre Hospiz- und Palliativdienste

Der Tod gehört zum würdevollen Leben dazu. Menschen, die schwerstkrank sind und im Sterben liegen, werden von ambulanten und stationären Hospiz- und Palliativdiensten dabei unterstützt, eine würdevolle und selbstbestimmte letzte Lebensphase zu verbringen. Ambulante Hospizdienste betreuen dabei die von schwerer Krankheit Betroffenen und ihre An- und Zugehörigen zu Hause, in Pflegeheimen und im Krankenhaus. Für die besondere palliative Versorgung kommen Palliativdienste (SAPV) zu schwerstkranken Menschen nach Hause oder in Pflegeheime. Palliativstationen und stationäre Hospize begleiten den sterbenskranken Menschen und dessen An- und Zugehörige außerhalb der eigenen Häuslichkeit. Beide bieten eine palliative Versorgung, mit der Schmerzen und Symptome gelindert werden können, sowie eine fachliche Begleitung am Lebensende für den schwerstkranken Menschen selber und auch für dessen An- und Zugehörige an.

Ambulante Hospizdienste

- Hospizverein Bremen e. V.
Tel. 0421 · 4092828
- Hospizhilfe Bremen e. V.
Tel. 0421 · 324072
- Hospiz Horn e. V., Tel. 0421 · 235235
- Hospiz Bremen-Nord e. V.
Tel. 0421 · 6586108

- Hospizdienst der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz e. V.
Tel. 0421 · 5229222

Palliativstationen

- Am Klinikum Links der Weser
Tel. 0421 · 8791650
- Am AMEOS Klinikum Bremerhaven
Tel. 0471 · 182-1256

Ambulante Palliativversorgung

Ambulanter Palliativdienst Bremen
Tel. 0421 · 8791545

Stationäre Hospize

- Hospiz Brücke
Lange Reihe 102, 28219 Bremen
Tel. 0421 · 380240
- Hospiz Lilge-Simon-Stift
Feldberg 1, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 6267070
- Hospiz Sirius
In der Laake 14, 28279 Bremen
Tel. 0421 · 4304110
- Andreas-Hospiz
Werner-von-Siemens-Straße 55
28357 Bremen
Tel. 0421 · 349672500
- Laurentius Hospiz in Falkenburg
Hauptstraße 32, 27777 Ganderkesee
Tel. 04222 · 947020

Bei grundsätzlichen Fragen steht Ihnen der Hospiz- und PalliativVerband zur Verfügung.

Hospiz- und PalliativVerband Bremen e. V.

www.HPV-Bremen.de
Tel. 0421 · 7949457



Die UN-Behindertenrechtskonvention

Deutschland hat 2009 die UN-Behindertenrechtskonvention ratifiziert und sich damit verpflichtet die Regelungen bei der Ausgestaltung von Recht und Lebenslagen von Menschen mit Behinderung als Leitlinie zu berücksichtigen.

Bremen hat einen Landesaktionsplan in Kooperation mit den Interessenvertretungen der Menschen mit Behinderungen entwickelt, der Handlungsfelder und Maßnahmen benennt, um die Teilhabe der Menschen mit Behinderung zu verbessern wie z. B. die Forderung nach barrierefreien Begegnungsräumen. Der Landesteilhabebeirat, in dem Menschen mit Behinderung vertreten sind, soll überprüfen, ob der Plan wirklich umgesetzt wird. Es ist ein Grundprinzip der UN-BRK, dass die Betroffenen in alle Prozesse einbezogen sind. Aktuell wird der Landesaktionsplan weiterentwickelt.

Leistungen der Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderung (SGB IX)

Seit dem 1. Januar 2020 werden Leistungen für Menschen mit Behinderung im neu geschaffenen Teil 2 SGB IX geregelt. Diese Leistungen werden als »Leistungen der Eingliederungshilfe« bezeichnet. Sie sollen unter Beachtung der UN-Behindertenrechtskonvention Menschen mit Behinderung eine individuelle Lebensführung ermöglichen, um

Hospiz- und Palliativverband Bremen e.V.

Gestorben
wird immer.

Darüber
gesprächen
zu wenig.

Informieren Sie sich
frühzeitig
über **Möglichkeiten** der
Versorgung und **Unterstützung**
am **Lebensende**



Infos

Veranstaltungen

Hinweise

Hospiz- und Palliativ-Wegweiser

www.HPV-Bremen.de



damit ihre volle, wirksame und gleichberechtigte Teilhabe am Leben in der Gesellschaft zu fördern. Mit den Leistungen soll eine möglichst selbstbestimmte und eigenverantwortliche Lebensplanung und -führung ermöglicht werden.

Voraussetzung ist das Vorhandensein von wesentlichen Teilhabeeinschränkungen am Leben in der Gesellschaft. Mit dem neuen Bedarfsermittlungsinstrument BENi-Bremen wird die Lebenssituation eines Menschen umfassend in den Blick genommen.

Für die Leistungen wurde in Bremen ein eigener Fachdienst im Amt für Soziale Dienste eingerichtet.

Dort können die Anträge in Bremen gestellt werden.

Amt für Soziale Dienste

Fachdienst Teilhabe
Hansator 11, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 361-426 94,



Wohnen in Bremen

Die Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau

Das Referat Wohnungswesen der Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau hat sich zum Ziel gesetzt, die Rahmenbedingungen für den Wohnungsbau zu verbessern und dabei die Bedürfnisse von Haushalten mit kleinen und mittleren Einkommen in besonderer Weise zu berücksichtigen. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der Verbesserung der Wohnsituation von älteren und behinderten Menschen. Aus diesem Grund sehen die Förderungsbestimmungen für alle geförderten Wohnungen vor, dass sie barrierefrei zu errichten sind.

Die Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau

Referat 73 – Wohnungswesen
Contrescarpe 72, 28195 Bremen
(ehem. Siemens-Hochhaus)

Wohngeld

siehe Finanzen und Rechtliches (S. 70)

Wohnberechtigungsschein

siehe Finanzen und Rechtliches (S. 71)

Amt für Soziale Dienste – Zentrale Fachstelle Wohnen

Die Mitarbeiter:innen der Zentralen Fachstelle Wohnen (ZFW) sind zuständig für die Vermittlung sozial geförderter altengerechter Wohnungen und Wohnungsanpassungsmaßnahmen in der Stadt Bremen.

Amt für Soziale Dienste

Zentrale Fachstelle Wohnen
Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen

Zentraler Service der ZFW

Tel. 0421 · 361-2620
serviceZFW@afsd.bremen.de

Ansprechpartner:in Wohnungsanpassungs- maßnahmen/ altersgerechtes Wohnen

Uta Reinke
Tel. 0421 · 361-13834
uta.reinke@afsd.bremen.de





Für die Suche nach barrierefreien Wohnungen in Bremen

Die Nachfrage nach barrierefreien Wohnungen wird immer größer. Eine stufenlose Erreichbarkeit, möglichst mit Fahrstuhl oder im Erdgeschoss gelegen, mit breiten Türen und einem gut zugänglichen und niedrigschwelligem Bad sind die Wünsche, die häufig bei einer Wohnungssuche von älteren Menschen und Menschen mit Behinderungen genannt werden. Für diese Menschen ist es häufig sehr schwer, im Wohnungsbestand eine geeignete Wohnung zu finden. Neubauten, die diese Ausstattungsmerkmale aufweisen, sind für diesen Personenkreis häufig kaum bezahlbar. Auch bei den größeren Wohnungsunternehmen in Bremen gehen vermehrt solche Anfragen ein.

kom.fort e.V. (siehe Seiten 100/101)

Die agWohnen und die zentrale Möglichkeit zur Suche nach einer barrierefreien Wohnung auf bremen.barrierefrei.de

Die agWohnen – ein Zusammenschluss von 13 Wohnungsunternehmen im Land Bremen – bietet vermietbare barrierefreie Wohnungen zentral auf den Seiten von bremen.barrierefrei.de an. Dabei handelt es sich um vollständig barrierefreie bzw. eingeschränkt barrierefreie Wohnungen. Wichtige Merk-

male zur Erreichbarkeit und Nutzbarkeit der Wohnungen sind ebenso wie weitere Ansprechpartner:innen übersichtlich dargestellt. Dieses Angebot ist ein weiterer Baustein in dem Portal Bremen barrierefrei – Bremen für Alle. Siehe auch im Internet: www.barrierefrei-wohnen-bremen.de
<https://www.bremen.de/barrierefrei/leben-arbeit/wohnen/wohnungsangebote>

Die Koordinierungsstelle für Baugemeinschaften bei der Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau

Alle reden vom demografischen Wandel und viele interessieren sich zunehmend für eine Wohnform, die unser ehemaliger Bürgermeister Henning Scherf erfolgreich seit vielen Jahren praktiziert: gemeinsam mit gleichgesinnten Menschen unter einem Dach leben. Die Vorstellungen vom Wohnen im Alter haben sich in den vergangenen Jahrzehnten deutlich geändert. Mittlerweile gibt es auch bei der »Generation 50plus« andere Vorstellungen vom Wohnen. Mobilität, gegenseitige Unterstützung und gemeinsame Aktivitäten sind Attribute, die das spätere Leben kennzeichnen sollen. Bevorzugt wird oftmals das gemeinschaftliche Wohnen in einer Hausgemeinschaft, jedoch selbstständig in einer eigenen Wohnung. Viele können sich deshalb auch im Alter vorstellen, noch



einmal ein Eigenheim zu bauen – diesmal allerdings gemeinsam mit anderen Menschen. Im Idealfall mündet dies in Mehrgenerationenprojekten, die gekennzeichnet sind von gegenseitiger Hilfestellung im Alltag und die sich gegen ein anonymisiertes und vereinssames Wohnen im Alter wenden. Das Thema des gemeinschaftlichen Wohnens ist allerdings so bunt und vielfältig, dass wichtige Schritte und Entscheidungen rechtzeitig und gut überlegt werden sollten. Die Koordinierungsstelle für Baugemeinschaften im Bauressort unterstützt selbstorganisierte Gruppen bei der Suche nach geeigneten Grundstücken und informiert zum Thema gemeinschaftliches Wohnen in Bremen.

Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau

Referat 73 – Wohnungswesen

Contrescarpe 72, Tel. 0421 · 361-4028

Weitere Infos unter www.bau.bremen.de/info/baugemeinschaften

Wohnen für Hilfe

In vielen Häusern oder Wohnungen, die früher von ganzen Familien bewohnt wurden, lebt heute nur noch ein einzelner, zumeist älterer Mensch oder ein älteres Paar. Ehemalige Kinder-, Gäste- oder Arbeitszimmer bleiben ungenutzt. Das leere Zuhause zu beleben und dazu Unterstützung beispielsweise im Haushalt, beim Einkaufen oder im Garten zu erhalten, das wünschen sich diese Menschen zumeist. Auf der anderen Seite suchen jedes Jahr viele Student:innen preiswerten Wohnraum – jung, neugierig, ohne Scheu vor Begegnungen, mit ganz neuen An- und Einsichten, jedoch zumeist mit wenig Geld ausgestattet, aber mit viel Engagement und Interesse. Es bietet sich daher an, beide Generationen zusammenzuführen und sie in eine Wohnpartnerschaft zu vermitteln. Mietfrei für den jungen Menschen, der bereit ist, stattdessen mit anzupacken, Gesellschaft zu leisten oder die neuen Medi-



Wohnen für Hilfe vermittelt

Zwei Generationen unter einem Dach

- Sie haben ein oder mehrere Zimmer, die Sie nicht mehr nutzen, z.B. weil die Kinder ausgezogen sind.
- Sie haben das Gefühl, dass es in Ihrem Zuhause zu still geworden ist und wünschen sich mehr Leben und Freude in den eigenen vier Wänden.
- Sie wünschen sich Unterstützung im Alltag, sei es im Haushalt, im Garten, für Besorgungen, zur Begleitung, bei den neuen Medien oder für anderes, auch zum geselligen Miteinander.

Mit dem Projekt Wohnen für Hilfe bietet sich für Sie die Chance, in einer Wohnpartnerschaft mit einer/einem Studierenden die gewünschten Unterstützungen zu erhalten. Sie stellen der/dem Studierenden mietfrei Wohnraum zur Verfügung und erhalten dafür je Quadratmeter monatlich eine Stunde die gewünschten Unterstützungsleistungen (bis max. 25 Stunden). Pflegeleistungen sind ausgeschlossen. Die Nebenkosten für Wasser, Strom und Heizung sind anteilig pauschal zu zahlen. Sie werden sehen, der regelmäßige Austausch mit einem jungen Menschen wird Ihr Leben bereichern.



**Wohnen für Hilfe /
Michael Siemer**

Tel.: 0159 0631 0007

E-Mail: wohnenfuerhilfe.bremen@gmail.com

wohnenfuerhilfe.bremen@gmail.com

www.netzwerk-selbsthilfe.com



en zu erklären. Nur pflegerische Leistungen sind ausgeschlossen.

»Wohnen für Hilfe« heißt ein Vermittlungsangebot, das sich in vielen deutschen Universitätsstädten bereits seit Jahren bewährt hat. Aufgeschlossenheit, Toleranz, Neugier, vielleicht ein wenig Abenteuerlust und vor allem beiderseitige Rücksicht, das sind gute Voraussetzungen für eine gelungene Wohnpartnerschaft.

Wer sich darauf einlassen möchte, sollte sich auf die jungen Menschen freuen. Diese Wohnform wird seit ein paar Jahren auch in Bremen angeboten. Menschen, die jungen Studierenden auf diese Weise Wohnraum zur Verfügung stellen, haben die Chance, Ihrem Leben ganz neue Perspektiven zu geben und es auf schönste Weise zu bereichern.

Interessierte wenden sich bitte an:

Wohnen für Hilfe

Michael Siemer

Tel. 0159 · 06 31 0007

wohnenfuerhilfe.bremen@gmail

www.netzwerk-selbsthilfe.com/

wohnen-fuer-hilfe



Seriöse Schlüsseldienste



Bevor Sie einbruch-sichere Umbauten oder Nachrüstungen an Ihrer Wohnung oder Ihrem Haus vornehmen,

sollten Sie sich von der Integrität der beauftragten Firmen überzeugen. Über die Homepage der bundesweiten Öffentlichkeitskampagne K-EINBRUCH können Sie auf der Internetseite <https://www.k-einbruch.de/fachbetriebsuche/bundesweit> polizeilich empfohlene Errichterunternehmen von mechanischen Sicherungseinrichtungen für Überfall- und Einbruchmeldeanlagen, sowie Videoüberwachungsanlagen für Ihr Vorhaben finden. Hier finden Sie unter dem Stichwort »Errichterunternehmen für mechanische Sicherungseinrichtungen« auch Schlüsseldienste mit einem 24-Stunden-Notdienst.

Hinsichtlich der Möglichkeiten eine Strafanzeige zu erstatten sowie der Korrektur der Adressen/Öffnungszeiten der Polizeireviere wenden Sie sich bitte an das Postfach office@polizei.bremen.de

Präventionszentrum der Polizei

Am Wall 195, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 362-19003



Probleme durch die Energiekrise

Die Klimakrise macht Energiesparen notwendiger als je zuvor. Wir alle können dazu beitragen – von zu Hause aus!

Die mit Abstand meiste Energie wird im Haushalt für Heizung, Warmwasser und Strom verbraucht.

Tipps zum Energiesparen

1. Heizung

Schon ein Grad weniger spart bis zu 6 % Energie. Darum ist es empfehlenswert, die Heizung vor dem Schlafengehen herunterzudrehen – auch im Schlafzimmer. Dies senkt ebenfalls die Energiekosten. Positiver Nebeneffekt: nachweislich ein erholsamerer Schlaf.

Damit die Heizkörper energiesparend heizen, sollte auch Folgendes beachtet werden:

- nicht verdecken,
- kein Sofa direkt vor den Heizkörper stellen,
- keine Vorhänge vor dem Heizkörper.

Wer dies beachtet, kann bis zu 12 % einsparen!

Achtung: Regelmäßiges Entlüften bedeutet ebenfalls, Heizenergie zu sparen! Es kann die jährlichen Heizkosten sogar um 1,5 % senken!

Ideal sind programmierbare Thermostate, um die optimale Raumtemperatur sowie die gewünschten Heizzeiten einzustellen. Für den tatsächlichen Bedarf zu heizen, re-

duziert damit dauerhaft die Energiekosten. Diese smarten Thermostate sind auch für Laien schnell installiert, ihr Einsatz jedoch abhängig von den Wohnverhältnissen.

Undichte Fenster und Türen: Abdichtungen in unbeheizten Räumen, wie zum Keller oder Dachboden, aber auch an der Wohnungstür zum kalten Treppenhaus, bringen Kosteneinsparungen. Wer Rollos oder Jalousien vor den Fenstern hat, kann nicht nur die Hitze im Sommer, sondern auch die nächtliche Kälte im Winter aussperren.

Effizient lüften: Heizung kurz ausschalten und Fenster weit öffnen. Dabei auch die Innentüren weit aufmachen und fünf bis zehn Minuten durchlüften. Wenn die Fenster den ganzen Tag gekippt werden, kühlen die Möbel aus, und die Heizung braucht abends mehr Energie.

Effizient leben: Türen zu – ist ein einfacher Energiespartipp mit großer Wirkung für den Alltag. Bis zu 5 % Heizkosten im Haus oder in der Wohnung werden vermieden, wenn alle Türen während der Heizperiode geschlossen sind. So kann die Wärme nicht entweichen.

2. Warmwasser

Wasser zu erhitzen stellt einen hohen Energieverbrauch dar. Aber auch hier gibt es Tricks zum Sparen.

Energiesparend duschen: Der Duschkopf und die Duschzeit machen den Unterschied!



Wassersparende Duschköpfe haben einen kleinen Kopf und bündeln somit das Wasser, im Gegensatz zu Regenduschen. Bis zu dreißig Prozent kann dabei an Warmwasserkosten gespart werden. Wird die Duschzeit auf höchstens fünf Minuten reduziert, wird nicht nur Warmwasser und damit Energie eingespart, sondern wir tun auch der Umwelt und unserer Haut etwas Gutes.

Spül- und Waschmaschinen: Bei Spül- und Waschmaschinen nicht von der Laufzeit täuschen lassen!

Kurzprogramme verbrauchen mehr Wasser und Strom, da das Wasser in kürzerer Zeit auf höhere Temperaturen gebracht werden muss. Wer den Energiesparmodus Eco vorzieht, statt des Schnellprogramms, spart bis zu 40 % Strom ein. In die Jahre gekommene Waschmaschinen sind Stromfresser. Mit modernen Maschinen kann der Stromverbrauch nachhaltig reduziert werden. Sie passen die benötigte Energie- und Wassermenge automatisch die in der Trommel befindliche Wäsche an und haben meist viele Spezialprogramme, die die verschiedenen Materialien berücksichtigen.

3. Strom

Energiesparen beim Kochen und Backen: Oft sind es die kleinen Dinge, die einen großen Unterschied machen:

- Deckel auf den Topf! Reduziert den Energieverbrauch bis zu zwei Drittel.

- Elektroherd (außer Induktionsherd) früher ausschalten. Die Restwärme ist stärker als angenommen.
- Klimafreundlich backen mit Umluft. Das kann bis zu 15 % Energie einsparen.
- Auf Vorheizen verzichten. Ersparnis bis zu 8 %!
- Mit niedriger Temperatur backen, wobei mehrere Ebenen im Ofen gleichzeitig genutzt werden können.

Kühlschrank: 7 °C im Kühlschrank reichen aus, um Lebensmittel und Getränke zu kühlen. Damit werden die Stromkosten um 6 % gesenkt. Im Gefrierfach des Kühlschranks sind –18 °C vollkommen ausreichend.

Fernseher: Großer Fernseher – große Stromrechnung! Mit jedem zusätzlichen Zoll steigt auch der Stromverbrauch. Wie auch bei der Waschmaschine gilt: Altgeräte sind Stromfresser. Bei Neugeräten auf hochklassige Energieeffizienz-Werte achten.

Beleuchtung: Der Einsatz von neuen LEDs anstelle alter Glüh- und Halogenlampen bringt eine Ersparnis von bis zu 80 % des Verbrauchs an Energie. Dabei beim Kauf immer auf das EU-Energielabel achten!

Homeoffice: Laptop statt Desktop: Im Arbeitsalltag Strom sparen. Wie das geht? Je kleiner ein Gerät, desto weniger Energie. So ist ein Laptop kleiner als ein Desktop-PC, ein Tablet kleiner als ein Laptop. Was tatsächlich gebraucht wird, ist eine Überlegung wert.



Kaffeemaschine, Toaster, Mikrowelle, Stereoanlage: Viele Geräte im Haushalt laufen auf Stand-by, einer Art Leerlaufmodus. Das bedeutet, dass diese Geräte zu jeder Zeit aktiv sind und nur durch eine Taste angeschaltet werden müssen. Die Stromzufuhr ist also nicht komplett unterbrochen. Dies kostet auf Dauer viel Energie und Strom. Ein Zweipersonenhaushalt könnte Recherchen zufolge jährlich ungefähr 65 € durch einen ausgeschalteten Stand-by-Modus einsparen.

Mittelfristige Einsparmöglichkeiten – Tipps für Mieterinnen und Mieter: Wer Strom sparen möchte, ob in der Mietwohnung oder im gemieteten Haus, kann sich bei der Verbraucherzentrale telefonisch, online oder im persönlichen Gespräch vor Ort beraten lassen. Sie geben Auskunft in Sachen Energieberatung, Energiebudgetberatung und stationäre Energieberatung. Wer in einem Einfamilienhaus zur Miete wohnt, kann auch eine umfangreiche Beratung des Gebäudes in Anspruch nehmen, und die Energiespartipps mit der Vermieterin oder dem Vermieter besprechen.

Kostenpunkt: Für Haushalte mit geringem Einkommen, bei entsprechendem Nachweis (z. B. Wohngeld), ist die individuelle Beratung kostenlos.

Verbraucherzentrale Bremen

Altenwall 4, 28195 Bremen Tel.
0421 · 160777

Mietschulden

Es gibt verschiedene Möglichkeiten, Hilfe in Anspruch zu nehmen.

Mieterverein:

An vier Standorten werden Beratung und Unterstützung bei allen Mietrechtsangelegenheiten angeboten. Alleinige Voraussetzung ist, Mitglied zu sein. Der Mitgliedsbeitrag ist niedrig und für Menschen mit geringem Einkommen ermäßigt.

Beratungsstellen: info@mhm-bremen.de

Bremen Innenstadt:

Doventorsteinweg 45
Tel. 0421 · 16 53 789

Bremen Hastedt:

Stresemannstraße 54
Tel. 0421 · 69 67 58 713

Bremen Neustadt:

Kornstraße 13, Tel. 0421 · 53 60 808

Bremen Nord:

Gerhard-Rohlf's-Str. 16
Tel. 0421 · 66 70 64

Amt für Soziale Dienste

Die zuständigen Stellen nehmen, entsprechend dem zugehörigen Wohnbezirk (Postleitzahl), Anträge auf Sozialleistung entgegen. Adressen siehe Seite 12.

Schuldnerberatungsstellen

Siehe Seite 73.



Ein Wohlfühlort im Bremer Osten

Wer an der Ludwig-Roselius-Allee ins Stadtleben Ellener Hof abbiegt, entdeckt: Hier entsteht etwas, das anders ist. Fuß- und Radverkehr haben in diesem Quartier Vorrang. Die Mehrzahl der Gebäude ist aus Holz, einige – wie beispielsweise ein Hindu-Tempel – sind noch im Bau. Doch mittendrin sorgen bereits ein Gästehaus mit Dorfladen und Bistro sowie die Kultur-Aula für Leben.

Damit sind diese Einrichtungen nicht allein, denn als sozial-ökologisches Modellquartier bieten das Stadtleben und die zahlreichen Akteure vor Ort Wohn- und Lebensraum für alle Generationen. Einfamilienhäuser, Wohnen mit Service, eine Pflegeeinrichtung, ein Studierendenwohnheim, Kitas oder Wohnungen unterschiedlichen Zuschnitts – Platz ist für verschiedene Lebensmodelle und Bedürfnisse.

Eines jedoch eint die Menschen im Ellener Hof, der Klima- und Fahrradquartier ist: der Gedanke, ihren Alltag gemeinschaftlich sowie umweltschonend zu gestalten. Die Angebote reichen vom Ellener Hof Garten über einen Boule-Treff bis hin zu einer Fahrrad- oder Elektro-Selbsthilfe-Werkstatt und mehr. Neue Ideen sind willkommen. Vielleicht schauen Sie vorbei?

Weitere Informationen:

www.stadtleben-ellenerhof.de



Offen für alle Generationen, Kulturen und nachhaltige Konzepte: das entstehende Stadtleben Ellener Hof im Oktober 2022.

Im Sommer gern draußen: Das Stadtleben Ellener Hof bietet nicht nur Wohnraum, sondern auch viel Grün und Orte der Begegnung.



Beide Fotos: Bremer Heimstiftung, Rainer Geue



Sicher wohnen mit neuer Technik im Alter – was kann smarte Beleuchtung?

Zur Sicherheit in den eigenen vier Wänden gehört nicht nur die Beseitigung von Schwellen und Stolperfallen, sondern insbesondere in der dunklen Jahreszeit auch eine optimale Beleuchtung. Neue Technologien sorgen für mehr Sicherheit, Wohlbefinden und Energieeffizienz.

Eine ausreichend helle, doch blendfreie Beleuchtung ist nicht nur fürs Raumklima entscheidend, sondern vor allem für die Vermeidung von Stürzen, wenn Balancegefühl und Gangsicherheit nachlassen. Laut Untersuchungen stürzen im Jahr mehr als 30 % der über 65-Jährigen und ca. 40 % der über 80-Jährigen. Die meisten Stürze passieren in der Nacht oder am frühen Morgen auf dem Gang zur Toilette, z. T. mit gravierenden Folgen.

Doch so weit muss es nicht kommen. Schon die gezielte Beleuchtung vom Bett zum Bad kann das Sturzrisiko erheblich mindern, ob in der einfachen Variante als Nachtlicht oder LED-Lichtstreifen mit Bewegungsmelder oder in der smarteren Form z. B. über Sprachsteuerung.

Mehr Wohlbefinden mit technisch gesteuerter Beleuchtung

Doch auch tagsüber kann der Einsatz von smarter Lichtsteuerung positive Effekte auf

die Leistungsfähigkeit, Stimmung und den Entspannungsgrad haben. Dabei simulieren sogenannte biodynamische Leuchtmittel mittels unterschiedlicher Lichtintensitäten und -farben den natürlichen Tagesablauf. So erleichtert die Imitation des Sonnenaufgangs mit sanft ansteigender Helligkeit nachweislich das morgendliche Aufwachen. Eine spezielle Lichtzusammensetzung am Abend regt die Ausschüttung des Schlafhormons Melatonin an und fördert somit Entspannung und Müdigkeit. Die Steuerung über Smartphone oder Tablet oder aber über Sprache bietet dabei insbesondere für Menschen mit Bewegungseinschränkungen große Vorteile.

Smarte Technik und Einbruchschutz

Auch zum Thema Sicherheit durch Einbruchschutz kann die smarte Lichtsteuerung einen Beitrag leisten. So simulieren bestimmte Einstellungen durch zufälliges Ein- und Ausschalten von Lampen oder das Lichtspiel eines Fernsehgerätes die Anwesenheit der Bewohner:innen, während diese sich im Urlaub befinden.

Im Zusammenhang mit dem Thema Einbruchschutz sollten auch smarte Tür- und Fensterkontakte erwähnt werden. Ihre Sensoren erkennen, wenn ein Fenster oder eine



Tür geöffnet wird und senden daraufhin ein Signal aufs Smartphone oder Tablet. So können sich dann z. B. Feuermelder oder Lampen zur Abschreckung einschalten.

Energiesparen und Alltagserleichterung mit smarten Geräten

Dank smarter Technologien können Alltagsbewältigung und ein selbstbestimmtes Leben merkbar erleichtert werden, angefangen bei Klingeln und Rauchmeldern mit zusätzlichem optischem Signal, Smartwatches, sensorgesteuerter Sturzprophylaxe oder technischen Hilfen bei Demenz.

Einen besonderen Komfort bieten automatische Tür- und Fensteröffner, die über Sprache oder eine App gesteuert werden. Zur Steigerung der Energie-Effizienz können sie mit smarten Heizungsthermostaten verbunden werden, die sich automatisch abschalten, sobald ein Fenster geöffnet wird. Sollen beim technisch unterstützten Wohnen mehrere smarte Geräte miteinander vernetzt werden, wird eine Basisstation sowie ggf. eine Internetverbindung benötigt. Außerdem sollten die Geräte verschiedener Hersteller miteinander kompatibel sein.

Informationen hierzu, zu weiteren technischen Hilfen und Finanzierungsmöglichkeiten gibt es bei kom.fort, der unabhängigen Beratungsstelle für barrierefreies Bauen und Wohnen in der Landwehrstr. 44 (Walle, Haltestelle Haferkamp). In der Ausstellung können verschiedene Hilfsmittel auspro-



biert werden, angefangen vom klassischen Treppenlift und Notrufsystem bis hin zur seniorengerechten Smart-Watch mit Notruffunktion. »Damit Digitalisierung kein Fremdwort bleibt, möchten wir älteren Menschen und ihren Angehörigen die Möglichkeit geben, hilfreiche Geräte selbst in die Hand zu nehmen und auszutesten«, so der Technikberater von kom.fort, Simon Breul.

Darüber hinaus beraten die Wohnberater:innen zum Thema seniorengerechte Wohnungsanpassung auch telefonisch oder persönlich in der Ausstellung (kostenlos) bzw. per Hausbesuch.

**Weitere Infos bei kom.fort e.V.,
Tel. 790 110 oder info@kom-fort.de,
www.kom-fort.de**



Pflege- und Betreuungseinrichtungen

Wohn- und Unterstützungsangebote

In den letzten Jahrzehnten haben sich sehr unterschiedliche »unterstützende Wohnformen« für ältere Menschen entwickelt, für die der alte Begriff »Heim« nicht mehr passend ist. Das Bremische Wohn- und Betreuungsgesetz (BremWoBeG) hat daher neue Begriffe eingeführt:

- Service-Wohnen,
 - Wohngemeinschaften mit Unterstützungsleistungen,
 - Gasteinrichtungen,
 - Pflege- und Betreuungseinrichtungen.
- Service-Wohnen.

Im Service-Wohnen werden eigenständige Wohnungen für Menschen angeboten, die ihr Leben noch überwiegend selbstständig gestalten können und je nach Bedarf einzelne Hilfsleistungen, auch pflegerische Hilfen, buchen können. Für alle verbindlich angeboten werden im Service-Wohnen lediglich der Notruf und die Vermittlung von weiteren Hilfsleistungen. Angebote des Service-Wohnens unterliegen einer Anzeigepflicht nach dem Bremischen Wohn- und Betreuungsgesetz.

Wohngemeinschaften mit Unterstützungsleistungen

In Wohngemeinschaften leben mehrere ältere Menschen (meist 8 bis 12) mit unterschiedlichen Pflegebedarfen in einer Wohnung mit einem gemeinsamen Haushalt zusammen. Ihnen werden je nach Bedarf von einem oder mehreren Dienstleistern Unterstützung, z. B. Betreuung, pflegerische oder hauswirtschaftliche Hilfen, angeboten.

Solche Wohngemeinschaften mit Unterstützungsleistungen können selbstorganisiert oder von einem Leistungsanbieter organisiert sein.

In selbstorganisierten Wohngemeinschaften leben zwar Menschen, die der Pflege und/oder Betreuung bedürfen, sie organisieren aber ihren Alltag selbstbestimmt und selbstständig oder mit zuverlässiger persönlicher Unterstützung und entscheiden alle Angelegenheiten des Wohnens selbst und können die unterschiedlichen Hilfen frei wählen.

In anbieterorganisierten Wohngemeinschaften dagegen bietet ein Leistungsanbieter eine Wohnung an, in der dieser Anbieter mehreren älteren Menschen im Unterschied zu den selbstorganisierten Wohngemeinschaften - »das Leben in einem gemeinsamen Haushalt« ermöglicht.



Nutzerinnen und Nutzer haben mit dem Anbieter einen individuellen Mietvertrag und können unabhängig davon entscheiden, von welchem Dienstleister sie pflegerische und andere Hilfen in Anspruch nehmen. In der Regel entscheiden sich die Nutzerinnen und Nutzer einer Pflege-WG gemeinsam für einen Pflegedienst, weil der für die individuellen Leistungen der Pflegeversicherung und die Eigenleistungen der Nutzerinnen und Nutzer dann eine umfassendere Präsenz von Pflegekräften in der Wohnung anbieten kann. Die Wohngemeinschaften für pflegebedürftige Menschen werden auch mit Leistungen der Pflegeversicherung (z. B. § 38a SGB XI) unterstützt. Hier bestimmt der Wohnungsanbieter über den Neueinzug der Nutzerinnen und Nutzer. Im laufenden Betrieb übernimmt er auf Wunsch der Nutzerinnen und Nutzer die Abstimmung der verschiedenen dort erbrachten Hilfen. Den Nutzerinnen und Nutzern bleibt jedoch mindestens in Bezug auf einen wesentlichen Teil der Unterstützungsleistungen die freie Wahl, von welchen Anbietern sie diese abnehmen.

Anbieterorganisierten Wohngemeinschaften unterliegen, im Gegensatz zu den selbstorganisierten Wohngemeinschaften, dem BremWoBeG und haben grundlegende Qualitätsstandards zu erfüllen. Bei Beschwerden über Qualitätsmängel werden sie von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht überprüft.

Gasteinrichtungen

Viele Pflegebedürftige sind nur für eine begrenzte Zeit auf Pflege in einer Einrichtung angewiesen, insbesondere zur Bewältigung von Krisensituationen bei der häuslichen Pflege oder übergangsweise im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt. Gasteinrichtungen sind:

- Kurzzeitpflegeeinrichtungen
- Tagespflege- oder Nachtpflegeeinrichtungen
- Hospize

Gasteinrichtungen unterliegen den Anforderungen des BremWoBeG. Sie haben die grundlegenden Qualitätsstandards für Wohn- und Unterstützungsangebote zu erfüllen. Bei Beschwerden über Qualitätsmängel werden sie von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht überprüft. Zusätzlich werden Kurzzeitpflegeeinrichtungen unabhängig von Beschwerden einmal im Jahr von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht geprüft.

Pflege- und Betreuungseinrichtungen

Pflege- und Betreuungseinrichtungen bieten für pflegebedürftige ältere Menschen und für erwachsene Menschen mit Behinderung das Wohnen, die Pflege und Betreuung sowie alle hauswirtschaftlichen Leistungen in einem Paket an. Diese Leistungen sind in einem einheitlichen Vertrag geregelt, die Nutzerinnen



und Nutzer haben in der Regel keine Wahl bzgl. der Anbieter der einzelnen Leistungen. Die Pflege- und Betreuungseinrichtungen unterliegen daher auch den weitestgehenden Anforderungen des BremWoBeG und werden auch unabhängig von Beschwerden einmal im Jahr von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht geprüft. Die Nutzerinnen und Nutzer leben dort überwiegend in Ein- oder Zweibettzimmern. Das Bewohnerentgelt setzt sich zusammen aus den Pflegekosten, von denen je nach Pflegegrad ein Teil von der Pflegeversicherung übernommen wird, sowie aus den Hotelkosten (Unterkunft und Verpflegung) und den Investitionskosten. Vor der Aufnahme in der Einrichtung muss der Pflegegrad festgesetzt sein.

Auskünfte bei der:

**Senatorin für Soziales, Jugend,
Integration und Sport
Referat 32 Pflege, Heimrecht,
Wohn- und Betreuungsaufsicht**

Iris Hinrichsen, Tel. 0421 · 361-161 81
iris.hinrichsen@soziales.bremen.de
www.soziales.bremen.de (Bremische
Wohn- und Betreuungsaufsicht)

Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Wechsel in eine Pflege- oder Betreuungseinrichtung?

Diese Fragen stellen sich viele Senior:innen, insbesondere Pflegebedürftige und ihre An-

gehörigen. Eine objektive Beantwortung ist jedoch kaum möglich. Zu unterschiedlich sind die individuellen Bedingungen, sowohl bei den Pflegebedürftigen als auch bei den unterstützenden Angehörigen. Nachstehend soll dennoch versucht werden, ein paar grundlegende Kriterien für eine Entscheidungsfindung aufzustellen.

Der Wechsel in eine stationäre Pflegeeinrichtung kann erfolgen,

- wenn die/der Betroffene sich in ihrem/seinem gewohnten Wohnumfeld nicht mehr zurechtfindet und kein tragfähiges persönliches Umfeld vorhanden ist,
- wenn die/der Betroffene im Krankheitsverlauf die Tendenz entwickelt, sich unkontrolliert zu verhalten, beispielsweise unbeaufsichtigt das Haus verlässt und herumirrt, elektrische und andere Geräte nicht sachgemäß handhabt, d. h. mit seinem Verhalten sich und andere gefährdet,
- wenn ambulante Pflege und ergänzende Tagespflege nicht mehr ausreichen, die Versorgung und Betreuung der/des Pflegebedürftigen sicherzustellen, und insbesondere,
- wenn die unterstützenden Angehörigen körperlich und psychisch nicht mehr in der Lage sind, den/die Betroffene/n bei seinen/ihren täglichen Verrichtungen zu unterstützen und mittels eines ambulanten Pflegedienstes diese Leistungen nicht ersetzt werden können,



- wenn die unterstützenden Angehörigen durch die aufwändige Versorgung und Betreuung ihre eigene Gesundheit gefährden. Werten Sie diesen Schritt keinesfalls als »persönliches Versagen«, sondern als konsequente Weiterführung der Pflege und Versorgung durch dafür speziell geschultes Personal in einer Einrichtung.

Nutzerbeirat und Nutzer:innenförsprecher:innen

Der Nutzer:innenbeirat ist eine Interessenvertretung der Nutzer:innen von Pflegeeinrichtungen und Unterstützungsangeboten gegenüber dem Leistungsanbieter und stärkt die Wahrnehmung der Mitwirkungs- und zum Teil der Mitbestimmungsrechte der Nutzer:innen.

Interessenvertretung für mehr Selbstbestimmung und Verbraucherschutz

Einrichtungslleitung und Pflege- und Betreuungskräfte prägen oft die Atmosphäre von Wohn- und Unterstützungsangeboten. Von Nutzer:innen wird das manchmal als fremdbestimmt empfunden. Sie und ihre Angehörigen föhlen sich oft von Einrichtungsleitungen, Einrichtungsträgern und Pflegekräften abhängig. Sie scheuen sich, Kritik oder Verbesserungsvorschläge zu äußern. Mit dem Heimvertrag regeln sie nicht nur ein Konsumgeschäft, sondern ihre Lebensumstände.

Teilweise sind sie alters- und/oder krankheitsbedingt in ihren Kräften und Möglichkeiten eingeschränkt und benötigen daher besonderen Schutz. Hier soll der Nutzer:innenbeirat oder der/die Nutzer:innenförsprecher:in als unabhängige Interessenvertretung helfen. Sie sollen die Nutzer:innen darin unterstützen, ihre Vorstellungen und Wünsche in die Gestaltung des Einrichtungslebens einzubringen.

Aufgaben der Interessenvertretung

Die Interessenvertretung nimmt Anregungen und Beschwerden von Nutzer:innen entgegen und sorgt für die Umsetzung und Bearbeitung der Anliegen. Ebenso soll die Eingliederung neuer Bewohner:innen oder neuer Tagespflegegäste gefördert werden. An der Aufstellung bzw. Änderung des Heim- oder Tagespflegevertrags, bei Maßnahmen der Unfallverhütung, bei Änderungen am Bewohnerentgelt sowie bei baulichen Veränderungen des Hauses besteht für die Interessenvertretung ein Mitwirkungsrecht.

Ein Mitbestimmungsrecht besteht für die Gestaltung der Hausordnung, der Aufenthaltsräume, des Außenbereiches für Veranstaltungen und für die Grundsätze der Verpflegungsplanung. Einrichtungslleitung und Einrichtungsträger sind verpflichtet, bei bestimmten Entscheidungen rechtzeitig und unaufgefordert die Interessenvertretung einzubeziehen.



Die Formen der Interessenvertretung

A.) Nutzer:innenbeirat

Der Nutzer:innenbeirat besteht aus Nutzer:innen sowie externen Mitgliedern. Er wird in regelmäßigen Abständen gewählt.

B.) Vertretungsgremium

In Wohn- und Unterstützungsangeboten, deren Nutzer:innen keinen Nutzer:innenbeirat wählen können oder wollen, kann die Wohn- und Betreuungsaufsicht anstelle des Nutzer:innenbeirates ein Vertretungsgremium anerkennen, bestehend aus Angehörigen oder aus anderen Personen, die das Vertrauen der Nutzer:innen haben.

C.) Nutzer:innenfürsprecher:innen

Nutzer:innenfürsprecher:innen werden von der zuständigen Behörde in solchen Fällen bestellt, in denen weder ein Nutzer:innenbeirat gewählt werden kann noch ein Vertretungsgremium zur Verfügung steht. In Tagespflegeeinrichtungen ist die Interessenvertretung immer durch eine Nutzer:innenfürsprecher:in gewährleistet. Informationen zu dieser Aufgabe erhalten Sie im Internet auf der Homepage:

www.soziales.bremen.de/info/heimmitwirkung

**Senatorin für Soziales, Jugend,
Integration und Sport
Referat 32 Pflege, Heimrecht,
Wohn- und Betreuungsaufsicht**

Meike Winkelmann, Tel. 0421 · 361-68 95
meike.winkelmann@soziales.bremen.de

Checkliste Wohnstätten

Auswahl einer Pflege- und Betreuungseinrichtung

- Lage des Hauses
(ländlich, Stadtrandlage, zentral?)
- Größe des Hauses, Zahl der Gebäude,
der Einzel-, Doppel- und Mehrbett-
zimmer, Zahl der Wohnplätze
- Anzahl der Bewohner:innen
- Größe der Zimmer und Wohnungen
- Ausstattung der Zimmer und Wohnun-
gen (Können bzw. müssen die Bewoh-
ner:innen eigene Möbel, Teppiche,
Gardinen usw. mitbringen?)
- Ausstattung mit Bad und Toilette
(Wie viele Bewohner:innen müssen sich
diese Nebenräume teilen?)
- Klimaanlage (Gibt es eine Klimaanlage
bzw. wie kann bei hohen Außentempe-
raturen die Temperatur im Wohnraum
in Grenzen gehalten werden, z. B. mit
Wärmeschutzscheiben, Jalousien?)
- Übernahme von Schönheitsreparaturen
(Maler- und Tapezierarbeiten)
- Aufenthalts-, Speise-, Hobby-
und Fernsehräume, Teeküchen
- Reinigung der Räume (Wie oft?)



- Anzahl der täglichen Mahlzeiten und die Möglichkeit, Diät- und Schonkost zu erhalten (Nebenkosten?)
- Speisesaal bzw. Restaurant und Essenszeiten (Kann zwischen verschiedenen Gerichten gewählt werden? Gibt es eine Nachverpflegung, wenn ein:e Bewohner:in die Essenszeiten nicht einhält, und zu welchen Mehrkosten?)
- Getränkeangebot und Zimmerservice (Nebenkosten?)
- Gibt es Probewohnen?
- Wäsche und Textilreinigung (Was wird von der Einrichtung gestellt? Was können bzw. müssen die Bewohner:innen mitbringen? Welche Leistungen der Wäsche und Reinigung sind im Grundpreis enthalten, welche werden zusätzlich berechnet? Wird die Wäsche gekennzeichnet? Wenn ja, wie wird diese Leistung berechnet?)
- Besuche (Gibt es Einschränkungen und warum?)
- Radio, TV und Internet (Welche technischen Voraussetzungen für den Empfang von Radio und Fernsehen sind im Bewohner:innenzimmer vorhanden? Welche Möglichkeiten der Internetnutzung bestehen? Welche Gebühren werden für Radio- und Fernsehempfang sowie für die Internetnutzung berechnet?)
- Bus- und Bahnverbindungen zur Einrichtung (Wann geht abends der letzte Bus von der Innenstadt zur Einrichtung? Was kostet eine Fahrt zum nächsten Bahnhof?)
- Können alle Bewohner:innen jederzeit eigenständig kommen und gehen?
- Können gegebenenfalls Tiere mit ins Haus genommen werden? Welche Kosten entstehen dafür?
- Einrichtungsvertrag (Gibt es einen Wohn- und Betreuungsvertrag, der den Bestimmungen des Wohn- und Betreuungsvertragsgesetzes – WBVG – entspricht? Erfüllt der Anbieter seine Informationspflichten vor Vertragsabschluss nach § 3 WBVG? Wird über Regel- und Zusatzkosten informiert?)
- Hausordnung (Enthält die Hausordnung Einschränkungen für ein selbstbestimmtes Leben, und können diese akzeptiert werden?)
- Betreuung der Bewohner:innen (Welche besonderen Angebote der Betreuung der Bewohner:innen gibt es? Wann hat die Wohn- und Betreuungsaufsicht zuletzt die Personalausstattung geprüft? Steht das Ergebnis der Prüfung zur Einsicht zur Verfügung? Kann man sich weiter von den niedergelassenen Ärzt:innen betreuen lassen, die bisher betreut haben? Mit welchen Ärzt:innen hat die Einrichtung eine besondere Kooperation?)



NEU

Pflege-Portal-Bremen.de

Die Suche nach einem Pflegeplatz in Bremen und Bremerhaven ist nun deutlich einfacher.

Die Suche nach einem Platz in einem der rund 100 Pflegeheime in Bremen und Bremerhaven konnte bislang zum Telefon- oder Mail-Marathon werden. Mit dem »Pflege-Portal-Bremen« hat das Land nun erstmals eine Internetplattform eingerichtet, die

auf einem Blick und tagesaktuell Auskunft geben kann, in welcher Einrichtung noch Plätze frei sind. »Das Angebot erleichtert die Suche ganz erheblich«, sagte Anja Stahmann, Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport. »Für Angehörige und die älteren Menschen selbst ist das eine enorme Erleichterung.«

Die Suche nach einem Platz ist nach den drei Kategorien stationäre Pflege, Kurzzeitpflege und Tagespflege gegliedert. In der

Detailsuche lassen sich zudem viele Kriterien von Anfang an filtern, wie die Suche nach einer Einrichtung im Umkreis einer Postleitzahl.

Verantwortlich für die Eingabe der Daten sind die Träger selbst. Noch geschieht das auf freiwilliger Basis, künftig sollen die Träger zur tagesaktuellen Eingabe verpflichtet werden. »Diese Pflicht ist ein zusätzlicher Aufwand für die Träger«, sagte Senatorin Stahmann. »Aber eine gut gepflegte, ständig aktualisierte Datenbank erspart nicht nur Menschen in einer ohnehin angespannten Lebenslage unendlich viel Lauferei, sondern auch in den Einrichtungen viele unnötige Telefonate und Mails. Unterm Strich ist die Datenbank damit für alle Seiten ein Gewinn.«

Die Seite finden Sie unter der Adresse: <https://pflege-portal-bremen.bremen.de>

Freie Hansestadt Bremen DIE SENATORIN FÜR SOZIALES, JUGEND, INTEGRATION UND SPORT IMPRESSUM DATENSCHUTZ ANMELDEN Sie sind eingeloggt als: Gast (new)

START EINRICHTUNGEN DETAILSUCHE

Liebe Besucherinnen und liebe Besucher!

Als Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport möchte ich Sie auf dem Pflege-Portal-Bremen herzlich willkommen heißen!

Pflege in Anspruch zu nehmen, ist häufig ein großer Schritt für die Betroffenen, für ihre Angehörige oder Freunde. Daneben noch den geeigneten Pflegeplatz zu finden, war bisher mit großem Aufwand verbunden. Angehörigen oder Mitarbeiterinnen / Mitarbeiter von Pflegeberatungen, der Pflegestützpunkte oder von Kliniken mussten freie Plätze in den unterschiedlichen Einrichtungen unseres Bundeslandes erfragen.

Wir wollen, dass es für Sie leichter wird!

Das Pflege-Portal-Bremen ist ein Angebot meines Ressorts, um sich zentral über die verfügbaren Plätze in der stationären Pflege, der Kurzzeitpflege oder der Tagespflege zu informieren.

Auf dieser Webseite stellen sich Pflegeeinrichtungen aus Bremen und Bremerhaven vor und stellen eigenverantwortlich ihre freien Plätze ein:

- nach Art der Pflege: Tagespflege, Kurz- oder Langzeitpflege
- nach verfügbaren Pflegeplätzen für Männer, Frauen oder Diverse
- nach Umkreis bzw. Standort
- nach unterschiedlichen Merkmalen für Angebote, die die Einrichtungen vorhalten

Aufgrund Ihrer persönlichen Suchkriterien werden passende und Wohnortnahe Einrichtungen übersichtlich angezeigt. Mit einem Klick auf das Profil der jeweiligen Einrichtung erhalten Sie nähere Informationen und Einblicke über das Angebot und die Arbeitsweise der Einrichtung. Darüber hinaus können Sie sich den genauen Standort auf einer Karte anzeigen lassen. Auf der Seite können Sie außerdem sehen, wann ein freier Platz gemeldet wurde, und die entsprechenden Einrichtungen dann gezielt anrufen oder anschreiben.

Ich wünsche Ihnen viel Erfolg bei der Suche!

Ihre
Anja Stahmann
Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Bremer Wohnstättenverzeichnis

Unterstützende Wohnformen

Inhalt:

Bremer Norden S. 110

Bremer Süden S. 114

Bremer Mitte S. 119

Bremer Westen S. 120

Bremer Osten & Östliche Vorstadt S. 124

Erläuterung **Wohnen:** Senior:innenwohnungen und Einrichtungsplätze. **Wohnen mit Service (Service-Wohnen):** Wohnungen mit abrufbaren Zusatzleistungen und Notrufdienst. Zum Teil auch in Wohngruppen möglich. **Pflege:** Pflegewohnplätze. **WG-PI:** Wohnplätze in Senior:innenwohngemeinschaften. **Kosten:** Die genannten Preise verstehen sich als tägliches Entgelt (soweit nicht anders gekennzeichnet). **Pflegegrade 1–5:** Die genannten Preise verstehen sich als Gesamtkosten vor Abzug der Pflegeversicherung für Unterkunft und Verpflegung, Betreuung sowie einschl. Investitionskosten. **Sonstige Info:** Jedes Haus verfügt über ein mehr oder weniger großes Angebot an Zusatzleistungen, an baulichen, personellen oder auch persönlichen Vorzügen, die hier aus Platzgründen nur teilweise genannt werden können. Bitte informieren Sie sich direkt bei den Wohnstätten bzw. Residenzen darüber. **App.:** Apartments. **EBK:** Einbauküche. **EZ:** Einzelzimmer. **MZ:** Mehrbettzimmer. **NK:** Nebenkosten. **Zi:** Zimmer.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
NORD						
Blumenthal						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rönnebeck Dillener Straße 69–71 28777 Bremen Tel. 6094-0, Fax 6094-119 Leitung: Frau Ulrich info@bremer-heimstiftung.de	122 Whg.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, teilweise mit B-Schein, Wohnrechtserwerb, Whg. und App. sind individuell zu möblieren, Pflegezi.- Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Tagesbetreuung
HANSA Seniorenzentrum Haus Flethe Kapitän-Dallmann-Straße 24 28779 Bremen						
Burglesum / St. Magnus / Grambke						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Blumenkamp Billungstraße 21 28759 Bremen Tel. 6268-0, Fax 6268-119 Leitung: Frau Groth info@bremer-heimstiftung.de	51 Whg.	MS- Wohn- gruppe	Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, öffentlich gefördert, Woh- nungen sind individuell zu möblieren, Pflegezim- mer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Park, Minigolfan- lage, Kindergruppe
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Cigarrenmanufactur Stader Landstr. 46, 28719 HB Tel. 6268-108, Fax 6268-119 Leitung: Frau Fiedler	31 Whg.		Pflege- Wohnge- meinschaft	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Mehrgenerationen- wohnen, Gemeinschafts- räume, wechselnde kulturelle Angebote im 'Köksch un Qualm'
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz St. Ilsabeen Billungstraße 31–33 28759 Bremen Tel. 6264-0, Fax 6264-119 Leitung: Frau Hoven info@bremer-heimstiftung.de	100 App. 8 Wohn- pflege- app.		16 Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Residenz- und Wohnpfle- geapp. sind individuell zu möblieren, Wohnrechts- erwerb, Park, Restaurant, Computer-Treff, Vital-Treff mit Sauna und Schwimm- bad, Kindergruppe



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Marßel Helsingborger Straße 2 28719 Bremen Tel. 6268-108, Fax 6268-119 Tel. Tagespflege 6967-9690, Fax 6967-9689 Leitung: Frau Fiedler			18 Tages- pflege		Auf Nachfrage	1- und 2-Zimmerwoh- nungen sind individuell zu möblieren, Nachbar- schaftstreff
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Servicewohnen Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-345, Fax 6381-651 Geschäftsführung: Dr. Hans-Jürgen Wilhelm altenpflege@friedehorst.de	79		284 in versch. Einrich- tungen, 29 Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Servicewohnen, Tages- pflege, Kurzzeitpflege, vollstationäre Pflege mit eigenen angestell- ten Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Logopäden, Seelsorge, Wohnen im Parkgelände von Friedehorst
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Via Vita Rotdornallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-235, Fax 6381-8811 Leitung: Carsten Wenke carsten.wenke.dsp@friedehorst.de			80	Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Schwerstpflege, Beat- mungspflege im Alter von 20 bis 60 Jahren, eigenes Therapeuten- Team
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Da Vinci Rotdornallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-814, Fax 6381-8814 Leitung: Claudia Bahr claudia.bahr.dsp@friedehorst.de			70	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Eigene angestellte Therapeuten, modernes Gebäude
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Haus Promente Rotdornallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-387, Fax 6381-42070 Leitung: Frank Köhler frank.koehler.dsp@friedehorst.de			74	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Spezialisiert auf die Pflege von Menschen mit Demenz, eigene ange- stellte Therapeuten



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
HANSA Seniorenwohnpark an der Ihle Hindenburgstr. 7, 28717 Bremen						
HANSA Seniorenwohnpark an der Lesum Am Burgplatz 2, 28719 Bremen						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Grambker See Hinterm Grambker Dorfe 3 28719 Bremen Tel. 64900-373, Fax 64900399 Leitung: Tatjana Kinast heimstaettegrambke@sozialwerk-bremen.de			80 42 Pflege 38 Gerontopsychiatrische Pflege	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Neubaustandard, Einzelzimmer, WLAN, Garten, christliche Angebote, Friseur, Service-Wohnen und Tagespflege am Standort
Wohnen mit Service im Caritas-Haus St. Birgitta Göteborgerstr. 34 28719 Bremen Tel. 66080, Fax 6608181 Leitung: Frau Cloppenburg st.birgitta@caritas-bremen.de	4 Whg.				Auf Nachfrage	Friseur im Haus, Garten nutzbar
Caritas-Haus St. Birgitta Göteborgerstr. 34 28719 Bremen Tel. 66080, Fax 6608181 Leitung: Frau Kuzmin st.birgitta@caritas-bremen.de			68 Plätze	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Eigene Möbel können mitgebracht werden, großer Garten, helles und freundliches Haus, verschiedene Dachterrassen, Friseur, eingestreute Kurz- und Langzeitpflege
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Grambke Hinterm Grambker Dorfe 3 28719 Bremen, Tel. 64900-453, Fax 64900-399 Ansprechpartnerin: Nadine Deimel sw-grambke@sozialwerk-bremen.de	40 Whg.				42–60 qm für 1–2 Personen. Miete kalt 5,50–9,00 €/qm + NK + Grundservice 92,14€/134,64€. B-Schein erforderlich	Standort: Ellerbuschort 14+14a, 16, 18a, 20+20a Wohnungen überwiegend mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Notrufanlage in der Wohnung



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Wohn- & Pflegeheim Lesmona Blauholzmühle 32 28717 Bremen						
Aumund / Vegesack						
Senioren- und Pflegeheim Leeßem Barg Lesumstraße 1 28759 Bremen, Tel. 33020040						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Fichtenhof Schönebecker Kirchweg 33 28757 Bremen Tel. 6269-0, Fax 6269-119 Leitung: Frau Fiorucci info@bremer-heimstiftung.de	27 Whg. (Service- Wohnen)		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tagespfle- ge	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service mit B-Schein, Whg. und Wohnpflegeapp. sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer-Einrich- tung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, großzügiger Gartenpark, Kindergarten
Bremer Heimstiftung Vier Deichgrafen Zum Alten Speicher 6 28759 Bremen Tel. 4095-0, Fax 4095-119 Leitung: Frau Egbers info@bremer-heimstiftung.de	59 Whg.				Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, frei- finanziert, Wohnrechtser- werb, Whg. sind individuell zu möblieren, Gemein- schaftsraum, Wellnessbe- reich, Garten, direkt am Lesumufer gelegen
Christopher-Haus II Hammersbecker Str. 203/205 28755 Bremen						
Haus Raphael Löhstraße 44, 28755 Bremen						
Residenz am Löhpark (am Klinikum HB-Nord) Kuhstraße 3, Löhstraße 44 a 28755 Bremen						

Da die Preise laufenden Änderungen unterliegen, kann hierfür keine Gewähr übernommen werden.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
SÜD Arsten / Kattenturm / Kattenesch / Obervieland						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenesch Alfred-Faust-Straße 115 28277 Bremen Tel. 8402-0, Fax 8402-119 Leitung: Frau Ritter info@bremer-heimstiftung.de	39 Whg.		Pflege in Hausgem., Kurzzeitpflege, Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Whg. sind individuell zu möblieren, Wohnrechtserwerb, Demenz-Pflegegruppe, Pflegezimmer kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Garten, Kindergarten
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenturm Robert-Koch-Straße 70 28277 Bremen Tel. 56342398, Fax 56342438 Leitung: Frau Sasse info@bremer-heimstiftung.de	62 Whg.	Pflege-WG	Tagespflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Nachbarschaftstreff
Christliches Reha-Haus e. V. Kattenturmer Heerstraße 156 28277 Bremen						
Paritätische Dienste Bremen gGmbH Haus Obervieland Alfred-Faust-Straße 19 28277 Bremen, Tel. 2774280 Leitung: Frithjof Natho haus-obervieland@pd-bremen.de	27 Whg.		Pflege-rische Leistungen können vereinbart werden	Kein Versorgungs-vertrag für stationäre Pflege – ambulante Leistungen können vereinbart werden	Auf Nachfrage	Barrierefreie Wohnungen für Senior:innen und körperlich behinderte Menschen, 24 Stunden erreichbare Pflege-zentrale im Haus. Die Passage Kattenturm vermietet die Wohnungen, die Paritätischen Dienste übernehmen auf Wunsch Pflege und Betreuung
Residenz-Gruppe Pflegezentrum Arsten Heukämpendamm 54 28279 Bremen						
Residenz-Gruppe Haus Rotbuche Hinter dem Vorwerk 32 28279 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Senioren gem. Kattenturm Convivo Unternehmensgruppe Kattenturmer Heerstraße 139 28277 Bremen						
Haus O'Land Convivo Unternehmensgruppe Alfred-Faust-Straße 1 28277 Bremen						
Wohnanlage CASA VITA Arsten August-Hagedorn-Allee 1 28279 Bremen Tel. 809543, Fax 8095455 Leitung: Wiebke Beenenga und Elke Gasowski info@zfpf.de, www.zfpf.de	51 Whg.			Pflegebüro im Haus	54–94 qm, 670,- € bis 1.140,- € Kaltmiete	Wohnen mit Service, Miete zzgl. NK und Betreuungspauschale, Gemeinschafts- und Veranstaltungsraum (auch für private Nutzung)
Habenhausen						
Seniorenresidenz Weserbogen Convivo Unternehmensgruppe Habenhauser Dorfstraße 70 28279 Bremen						
Huchting						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Huchting Tegeler Plate 23 28259 Bremen Tel. 5722-0, Fax 5722-119 Leitung: Frau Weber info@bremer-heimstiftung.de	124 Whg.		Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, teilweise mit B-Schein, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Garten, Kindergruppe
Haus Invita Kirchhuchtinger Landstraße 79/81, 28259 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 1 Delfter Straße 25 28259 Bremen						
Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 2 Zwischen Dorpen 1 28259 Bremen						
Neustadt / Woltmershausen / Rablinghausen						
Wohnen mit Service für Senioren St. Pauli-Stift St.-Pauli-Deich 1 28199 Bremen						
Alten- und Pflegeheim der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz gGmbH St.-Pauli-Deich 26 28199 Bremen Tel. 5599392, Fax 809317809						
Bremer Heimstiftung Haus Stadtwerder Tanzwerder 20 28199 Bremen Tel. 2445-0 Fax 2434-20120 Leitung: Frau Helmke		Pflege- WG		Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Exklusive, zentrale Lage in Wesernähe
Bremer Heimstiftung Haus in der Neustadt Wohnen an der Zionskirche Hermannstraße 37–41 28201 Bremen Tel. 2445-0, Fax 2434-20120 Leitung: Frau Helmke info@bremer-heimstiftung.de	37 Whg.	WG für Men- schen mit De- menz			Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohn- rechtserwerb, Wohn- ungen sind individuell zu möblieren, Gemein- schaftsraum, Garten

Da die Preise laufenden Änderungen unterliegen, kann hierfür keine Gewähr übernommen werden.



Einrichtung/Adress	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rablinghausen Rablinghauser Landstraße 51 a–e, 28197 Bremen Tel. 5207-0, Fax 5207-119 Leitung: Frau Paul info@bremer-heimstiftung.de	56 Whg.			Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohnrechtserwerb, Whg. sind individuell zu möbl., Pflegezimmer kann mit eig. Möbeln ergänzt werden, dörtl. Charakter mit großzügiger Grünanlage, am Weserdeich, öffentl. Restaurant
Wohnen mit Service im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371, 28201 Bremen Tel. 8779-350, Fax 8779-345 Leitung: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@caritas-bremen.de	Service-Wohnen: 43 Whg.				Auf Nachfrage	Balkon, Friseur im Haus, Praxis für Physio- und Ergotherapie, großer Garten, ambulanter Pflegedienst
Ambulante Seniorenwohngemeinschaft im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371 28201 Bremen Tel. 8779-350, Fax 8779-345 Leitung: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@caritas-bremen.de		5 WG-Plätze			Auf Nachfrage	Eigenes Bad, gemeinschaftliche Wohnküche, Hauswirtschaftsraum, Terrasse, Friseur, ambulanter Pflegedienst, Praxis für Physio- und Ergotherapie im Haus, großer Garten
Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371 28201 Bremen Tel. 8779-0, Fax 8779-345 Leitung: Frau Nitzpon n.nitzpon@caritas-bremen.de			76 Plätze	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Barrierefrei bis in den großen Garten, eigene Möbel, Terrasse, helles und freundliches Haus, Demenzbereich, Friseur, Physiotherapie, Langzeitpflege und eingestreute KZP, Räumlichkeiten für Familienfeiern, Café



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
HANSA Seniorenzentrum Neustadt I Westerstr. 19–31 28199 Bremen						
HANSA Seniorenzentrum Neustadt II Heinrich-Bierbaum-Straße 9 28199 Bremen						
CASA Reha »Weserhof« Hermann-Ritter-Straße 111 28197 Bremen						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Neustadt Große Johannisstr. 131–147 28199 Bremen Tel. 163393-20 Fax 163393-22 Ansprechpartnerin: Daniela Hahlweg sw-neustadt@sozialwerk-bremen.de	40 Whg				34–52 qm, 2 Zimmer, Miete kalt 8,05–10,00 €/qm + NK + Grundservice 92,14 / 134,64 € Teilweise B-Schein erforderlich	Standort: Große Johannisstr. 131–147 Barrierefreie Wohnungen mit Balkon oder Terras- se, EBK, Duschbad, Notrufanlage in der Wohnung
Wohnanlage CASA VITA Neustadt Langemarckstraße 212–222 28199 Bremen Tel. 5977770 Fax 5977771 Leitung: Peter Niemeyer info@zfpf.de www.zfpf.de	24 Whg.			Pflegebüro im Haus	43–94 qm, 490,– € bis 990,– € Kaltmiete	Wohnen mit Service, Miete zzgl. NK und Betreuungspauschale, Gemeinschafts- und Veranstaltungsraum (auch für private Nutzung)

Da die Preise laufenden Änderungen unterliegen, kann hierfür keine Gewähr übernommen werden.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Mitte						
Haus am Dobben Convivo Unternehmensgruppe Am Dobben 67–68 28203 Bremen						
Hoffnungstaler Stiftung Lobetal Pflegezentrum am Doventor Doventorsdeich 3–15 28195 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus St. Remberti Hoppenbank 2–3 28203 Bremen Tel. 3602-0, Fax 3602-119 Leitung: Frau Middelberg info@bremer-heimstiftung.de	57 App.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	App. sind individuell zu möblieren, Pflegezim- mer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Tagesbetreuung für Bewohner:innen aus dem Wohnbereich, PC- Treff, Praxis für Physio- therapie, Kindergarten
DKV-Residenz in der Contrescarpe Am Wandrahm 40–43 28195 Bremen Tel. 3229-0 Geschäftsführer: Sven Beyer info@dkv-rc.de www.dkv-rc.de	138 App. 53–92 qm (2- und 3- Zimmer)		28 Plätze (Einzel- zimmer)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Individuelle Möblierung möglich, Service- Wohnen, ambulanter Pflegedienst, Friseur, Arztpraxis, Laden, Café, Physiotherapie, Schwimmbad, Sauna, Tagespflege auch für externe Gäste, persönl. Besichtigungstermin unter Tel. 3229-3300

Erläuterung **Wohnen:** Senior:innenwohnungen und Einrichtungsplätze. **Wohnen mit Service (Service-Wohnen):** Wohnungen mit abrufbaren Zusatzleistungen und Notrufdienst. Zum Teil auch in Wohngruppen möglich. **Pflege:** Pflegewohnplätze. **WG-Pl:** Wohnplätze in Senior:innenwohngemeinschaften. **Kosten:** Die genannten Preise verstehen sich als tägliches Entgelt (soweit nicht anders gekennzeichnet). **Pflegegrade 1–5:** Die genannten Preise verstehen sich als Gesamtkosten vor Abzug der Pflegeversicherung für Unterkunft und Verpflegung, Betreuung sowie einschl. Investitionskosten. **Sonstige Info:** Jedes Haus verfügt über ein mehr oder weniger großes Angebot an Zusatzleistungen, an baulichen, personellen oder auch persönlichen Vorzügen, die hier aus Platzgründen nur teilweise genannt werden können. Bitte informieren Sie sich direkt bei den Wohnstätten bzw. Residenzen darüber. **App.:** Apartments. **EBK:** Einbauküche. **EZ:** Einzelzimmer. **MZ:** Mehrbettzimmer. **NK:** Nebenkosten. **Zi:** Zimmer.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
WEST Findorff						
Zentrum für Betreuung und Pflege, Curanum Findorff Walsroder Straße 1 28215 Bremen						
Curanum Betriebs GmbH Curanum Seniorenstift Ricarda-Huch-Str. 1 28215 Bremen						
Convivo Park Findorff Hemmstraße 345 28215 Bremen						
K&S Seniorenresidenz Bremen-Findorff Rudolf-Alexander-Schröder-Straße 2 28215 Bremen Tel. 27 63 -0, Fax 27 63 -100 bremen-findorff@ks-residenz.de bremen-findorff.ks-gruppe.de			118 Plätze (88 EZ, 15 DZ)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Die aktuellen Preise finden Sie auf unserer Homepage	Cafeteria und Bibliothek, Gartenbereich mit Terrasse und Dachterrasse, hauseigene Küche, Wäscherei, Friseur und Fußpflege, Sole-Oase, eigener Sanitärbereich, Wohlfühlbad
Paritätische Dienste Bremen gGmbH Haus Weidedamm Ricarda-Huch-Straße 29 28215 Bremen Tel. 3795632 Leitung: Katy Koch haus-weidedamm@pd-bremen.de	29 Whg.		pflegerische Leistungen können vereinbart werden	kein Versorgungsvertrag für stationäre Pflege – ambulante Leistungen können vereinbart werden	Auf Nachfrage	Barrierefreie Wohnungen für Senior:innen und körperlich behinderte Menschen, 24 Stunden erreichbare Pflegezentrale im Haus
Seniorenhaus Ansbacher Straße Convivo Unternehmensgruppe Ansbacher Straße 18 28215 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Gröpelingen / Oslebshausen						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Ella-Ehlers-Haus Dockstraße 20 28237 Bremen Tel. 61870, Fax 6187103 Leitung: Annette Zarnitz Annette.Zarnitz@awo-bremen.de			95 stationäre Plätze 5 Plätze Kurzzeit- pflege	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Selbstmöblierung mög- lich, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Gröpelingen Alte Feuerwache Elbinger Straße 6 28237 Bremen Tel. 3804-0, Fax 3804-119 Leitung: Frau Meinking info@bremer-heimstiftung.de	67 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, teilweise mit B-Schein, Wohnungen sind indi- viduell zu möblieren, Tiefgarage, »café brand«, Kindergruppe, Begeg- nungsstätte von ZIS
Haus Emmaus gGmbH Adelenstraße 68 28239 Bremen Tel. 6102 3600 Fax 6102 3699 info@haus-emmaus-bremen.de www.haus-emmaus-bremen.de			85 Plätze stationäre Langzeit- pflege: aus- schließlich Einzelzim- mer	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	26 Pflegeplätze für Men- schen mit Demenz, Große Parkanlage mit eigener Kirche, Evangelische Seelsorge und wöchentliche Gottesdienste, Essen auf Rädern für den Bremer Westen
DIAKO Kurzzeitpflege gGmbH Gröpelinger Heerstr. 406–408 28239 Bremen						
Haus Seewenje Convivo Unternehmensgruppe Gnesener Straße 6 28237 Bremen						

Da die Preise laufenden Änderungen unterliegen, kann hierfür keine Gewähr übernommen werden.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Seniorenhaus Oslebshausen Convivo Unternehmens- gruppe Am Oslebshausener Bahnhof 2 28239 Bremen						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde, Heimstätte Ohlenhof Schwarzer Weg 98 28239 Bremen Tel. 6190-20, Fax 6190299 Leitung: Vera Strech heimstaette-ohlenhof@ sozialwerk-bremen.de			63 (Pflege und Geronto- psychi- atrische Pflege)	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Zimmer überwiegend mit Balkon, Garten mit Teichanlage, eigene Möbel willkommen, regel- mäßige Gottesdienste, Demenstation mit 22 Plätzen vorhanden, Service-Wohnen und Tagespflege am Standort
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Oslebshausener Park Oslebshausener Landstraße 20 28239 Bremen Tel. 3360-6, Fax 3360-799 Leitung: Michael Strauch heimstaette-oslebshausen@ sozialwerk-bremen.de			70	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Einzelzimmer mit Bad, Schwerpunkt liegt auf Beschäftigungs- und Gemeinschaftsaktivi- täten, Service-Wohnen und Tagespflege am Standort
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Ohlenhof Humannstraße 69 28239 Bremen Tel. 6190-269 Fax 6190-299 Ansprechpartnerin: Ilona Jade sw-ohlenhof@sozialwerk- bremen.de	10 Whg.				47–59 qm, 2 Zimmer, Miete kalt 7,40 €/qm + NK + Grund- service 92,14 € /134,64 €. B-Schein erforderlich	Barrierefreie Wohnungen mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Neubau 2010, Notrufanlage in der Wohnung

Da die Preise laufenden Änderungen unterliegen, kann hierfür keine Gewähr übernommen werden.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Sozialwerk der Freien Christengemeinde, Service-Wohnen am Oslebshausen Park Oslebshausen Landstraße 20 28239 Bremen Tel. 33 60-742 Fax 33 60-799 Ansprechpartnerin: Frau Hildegard Kußerow sw-oslebshausen@sozialwerk-bremen.de	60 Whg.				42–72,5 qm, 2–3 Zimmer, Miete kalt 9,50–10,00 €/qm +NK + Grundservice 92,14€/ / 134,64 €	Standort: Oslebshausen Landstr. 18, Menkenkamp 10+22 Barrierefreie Wohnungen mit Balkon und Terrasse, EBK, Duschbad, Baujahr 2005–2007, Notrufanlage in der Wohnung
Walle						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Walle Reuterstraße 23–27 28217 Bremen Tel. 39020, Fax 3902191 Leitung: Gabriele Becker Gabriele.Becker@awo-bremen.de			58	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Ein Haus für jüngere und ältere Menschen, Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Walle Karl-Peters-Straße 74 28217 Bremen Tel. 33637110, Fax 33637-119 Leitung: Frau Dunker info@bremer-heimstiftung.de	77 Whg.	Pflege-WG	Tagespflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsraum, Kindergruppe, Arztpraxen, Physiotherapiepraxis
Stiftung Friedehorst, Dienste für Senioren und Pflege Almata-Stift Almatastraße 1–9 28219 Bremen Tel. 988 96-531 Fax 988 96-509 Leitung: Ulrike Vogt almatastift@friedehorst.de			60	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnküche und gemütlicher Speisesaal, Selbstmöbl. möglich, Haustiere nach Absprache möglich, Kapelle für regelm. Andachten, Garten und Wintergarten, liegt direkt am Waller Grünzug, Einkaufsmöglichkeit im WalleCenter



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
OST Borgfeld						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Borgfeld Daniel-Jacobs-Allee 1 28357 Bremen Tel. 69624696, Fax 69624695 Leitung: Frau Nowak info@bremer-heimstiftung.de	69 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individu- ell zu möblieren, Gemein- schaftsräume, großzügige Gartenanlage, Kinder- gruppe, Café, Restaurant, Arztpraxen, Bankfiliale
Arbergen / Hemelingen / Hastedt						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Rosmarie- Nemitz-Haus Hermann-Osterloh-Straße 117 28307 Bremen Tel. 489080, Fax 48908144 Leitung: Katarzyna Göbel Katarzyna.Goebel@ awo-bremen.de			80 stationäre Plätze	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Gelegen in der Nähe des Rodensees, Bushalte- stelle vor der Haustür, Selbstmöblierung mög- lich, Haustiere nach Absprache, Balkon, DLZ und Begegnungsstätte im Haus
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Arberger Mühle Vor dem Esch 7 28307 Bremen Tel. 69695999 Fax 69695998 Leitung: Frau Bonjer info@bremer-heimstiftung.de	53 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		Auf Nachfrage	Pflege-Wohngemein- schaft mit 9 Plätzen, Wohnen mit Service, 2- bis 4-Zimmer-Woh- nungen, Größen: 46–130 qm, Wohnrechtserwerb, Kindergarten, Betreuung und Pflege durch Pflegeimpulse
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hemelingen Diedrich-Wilkens-Straße 18 28309 Bremen Tel. 4104-0, Fax 4104-119 Leitung: Frau Wente info@bremer-heimstiftung.de	53 Whg. öffentlich gefördert 9 Whg. Wohnen mit Ser- vice	jüdische Pflege- WG	53 Pflege in Haus- gemein- schaften, Tagespfle- ge		Auf Nachfrage	Wohnungen sind indi- viduell zu möblieren. Pflegezimmer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden. Garten, Kindergarten



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Residenz-Gruppe Seniorenresidenz am Rosenberg Am Rosenberg 33 a 28207 Bremen Tel. 6267090, Fax 62670920 Leitung: Frau Steffens	75 Whg.		vollstationäre Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	
Residenz-Gruppe Seniorenresidenz Ellmers Neustadtstr. 4 28309 Bremen Tel. 5664990, Fax 56649920 Leitung: Frau Kamermann	43 Whg.		vollstationäre Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Komfortzimmer und Komfort-Light-Zimmer für besonderen Wohnkomfort
Horn-Lehe						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hollergrund Im Hollergrund 61 28357 Bremen Tel. 2785-0, Fax 2785-119 Leitung: Frau Hartwich info@bremer-heimstiftung.de	72 Whg.		Pflege in Hausgemeinschaften, Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohnrechtserwerb, Wohnungen und Wohnpflegeapp. sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, parkähnliches Dorfgelände, Gemeinschaftsräume, Begegnungsstätte, Kindergarten

Erläuterung **Wohnen:** Senior:innenwohnungen und Einrichtungsplätze. **Wohnen mit Service (Service-Wohnen):** Wohnungen mit abrufbaren Zusatzleistungen und Notrufdienst. Zum Teil auch in Wohngruppen möglich. **Pflege:** Pflegewohnplätze. **WG-Pl:** Wohnplätze in Senior:innenwohngemeinschaften. **Kosten:** Die genannten Preise verstehen sich als tägliches Entgelt (soweit nicht anders gekennzeichnet). **Pflegegrade 1–5:** Die genannten Preise verstehen sich als Gesamtkosten vor Abzug der Pflegeversicherung für Unterkunft und Verpflegung, Betreuung sowie einschl. Investitionskosten. **Sonstige Info:** Jedes Haus verfügt über ein mehr oder weniger großes Angebot an Zusatzleistungen, an baulichen, personellen oder auch persönlichen Vorzügen, die hier aus Platzgründen nur teilweise genannt werden können. Bitte informieren Sie sich direkt bei den Wohnstätten bzw. Residenzen darüber. **App.:** Appartements. **EBK:** Einbauküche. **EZ:** Einzelzimmer. **MZ:** Mehrbettzimmer. **NK:** Nebenkosten. **Zi:** Zimmer.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Luisental Brucknerstraße 15 28359 Bremen Tel. 2382-0, Fax 2382-119 Leitung: Frau Hillmann info@bremer-heimstiftung.de	88 App. 22 Wohn- pflege- app.		Tages- pflege		Auf Nachfrage	Residenz- und Wohnpfle- geapp. sind individuell zu möblieren, Wohnrechtser- werb, Park, Restaurant, Computer-Treff, Vital-Treff mit Sauna und Schwimm- bad
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Marcus- allee mit Villa am Deliusweg Marcusallee 39 28359 Bremen Tel. 2385-0, Fax 2385-119 Leitung: Frau Slopinski info@bremer-heimstiftung.de	57 App.	12 App. im Domizil	Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, Resi- denzapp. sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Park, Pfl- ege-Domizil – exklusives Leben mit Demenz, Res- taurant, Computer-Treff, Vital-Treff mit Schwimm- bad, Sauna, Kindergruppe
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Riensberg Riekestraße 2 28359 Bremen Tel. 2386-0, Fax 2386-119 Leitung: Frau Okun info@bremer-heimstiftung.de	120 App. 19 Wohn- pflege- app.	10 De- menten- Domizil	Pflege in Haus- gemein- schaften, Kurzzeit- pflege, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, Resi- denz und Wohnpflege- app. sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer- Einr. kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden. Lür-Oltmann-Domizil – exklusives Leben mit Demenz. Computer-Treff, Vital-Treff, Restaurant, Kindergruppe
Johanniter Bremen gGmbH Johanniterhaus Bremen Seiffertstraße 95 28359 Bremen Tel. 2040-0, Fax 2040-500 Leitung: Frau Kewitz-Schubert info-bremen@jose.johanniter.de www.johanniter.de/johanniter- seniorenhaeuser/standorte/ johanniterhaus-bremen.de	67 Whg.		84	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Aktuelle Preise auf Nachfrage und auf der Homepage	Auch Betreutes Wohnen, moderne EZ im Pfl- gebereich, zertifizierte hauseigene Küche, schöne Gartenanlage, Cafébetrieb sowie Begegnungsstätte direkt am Haus



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Parkresidenz Bremen Residenz-Gruppe Marcusallee 2 28359 Bremen						
Seniorenresidenz Sonnenbogen Convivo Unternehmensgruppe Luisental 5 28359 Bremen						
Oberneuland						
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Ichon-Park Oberneulander Landstraße 70 28355 Bremen Tel. 2577-0 Fax 2577-119 Leitung: Herr Hubig info@bremer-heimstiftung.de	56 App. 28 Wohn- pflege- app.		Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Residenz- und Wohn- pflegeapp. sind indi- viduell zu möblieren, Wohnrechtserwerb, großzügiger Park, Computer-Treff, Vital- Treff mit Sauna und Schwimmbad, Restau- rant, Emma-Holler- Domizil – exklusives Leben mit Demenz
Seniorenhaus Rockwinkeler Park Convivo Unternehmensgruppe Rockwinkeler Landstraße 3 28355 Bremen						
K&S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland Mühlenfeldstraße 38 28355 Bremen Tel. 3301-4, Fax 3301-999 bremen-oberneuland@ ks-residenz.de bremen-oberneuland. ks-gruppe.de	38 App. im Woh- nen mit Service		80 Plätze (66 EZ 7 DZ)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Die aktu- ellen Preise finden Sie auf unserer Homepage	Behüteter Wohnbereich für Menschen mit De- menz, Cafeteria und Bibli- othek, Atriumgarten und Dachterrasse, hauseige- ne Küche, Wäscherei, Friseur und Fußpflege, Sole-Oase, eigener Sani- tärbereich, Wohlfühlbad



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Wohnanlage CASA VITA Oberneuland Rockwinkeler Heerstraße 119 28355 Bremen, Tel. 5663941 Ansprechpartnerin: Maria Braunagel info@zfpf.de, www.zfpf.de	33 Whg.				50–99 qm, 640,- € bis 1.450,- € Kaltmiete	Wohnen mit Service, Miete zzgl. NK und Betreuungspauschale, Gästeappartement, parkähnlicher Garten
Osterholz						
Haus der Blinden gGmbH Am Hahnenkamp 6 c 28325 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Blockdiek Mülheimer Straße 1–3 28327 Bremen Tel. 4379088, Fax 4379107 Leitung: Frau Kuls info@bremer-heimstiftung.de	50 Whg.	Pflege- WG			Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff Blockdiek, großer Garten
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Osterholz Ellener Dorfstraße 3 28325 Bremen Tel. 4288-0, Fax 4288-119 Leitung: Frau Besser info@bremer-heimstiftung.de	101 Whg.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Kurzzeit- pflege, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, tw. mit B-Schein, Wohn- rechtserwerb, Wohn- ungen sind individuell zu möblieren, Einrich- tung der Pflegezimmer kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, ökolo- gisches Dorf, Gartenge- lände, Kindergarten
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus OTe Ludwigshafener Straße 6 28325 Bremen Tel. 6961250, Fax 6961251 Leitung: Frau Munck info@bremer-heimstiftung.de	24 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff OTE



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung MGH Bremen-Schweizer Viertel Graubündener Straße 10 28325 Bremen Tel. 43819010 Leitung: Frau Aydt		Pflege- WG für De- menz- kranke	Tages- pflege		Auf Nachfrage	
Egestorff im Alter zuhause gGmbH Stiftungsweg 2 28325 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Ellener Hof Ludwig-Roselius-Allee 181 28327 Bremen Tel. 407451 Leitung: Frau Drinnhaus	70 Whg.				Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohn- rechtserwerb, Wohn- nungen sind individuell zu möblieren, Gemein- schaftsräume, Parkan- lage, gute Infrastruktur und Verkehrsanbindung
HANSA Forum Ellener Hof Ludwig-Roselius-Allee 183 28327 Bremen						
Seniorenpflegeheim Haus Holter Fleet Osterholzer Heerstraße 73 28307 Bremen						

Erläuterung **Wohnen:** Senior:innenwohnungen und Einrichtungsplätze. **Wohnen mit Service (Service-Wohnen):** Wohnungen mit abrufbaren Zusatzleistungen und Notrufdienst. Zum Teil auch in Wohngruppen möglich. **Pflege:** Pflegewohnplätze. **WG-Pl:** Wohnplätze in Senior:innenwohngemeinschaften. **Kosten:** Die genannten Preise verstehen sich als tägliches Entgelt (soweit nicht anders gekennzeichnet). **Pflegegrade 1–5:** Die genannten Preise verstehen sich als Gesamtkosten vor Abzug der Pflegeversicherung für Unterkunft und Verpflegung, Betreuung sowie einschl. Investitionskosten. **Sonstige Info:** Jedes Haus verfügt über ein mehr oder weniger großes Angebot an Zusatzleistungen, an baulichen, personellen oder auch persönlichen Vorzügen, die hier aus Platzgründen nur teilweise genannt werden können. Bitte informieren Sie sich direkt bei den Wohnstätten bzw. Residenzen darüber. **App.:** Appartements. **EBK:** Einbauküche. **EZ:** Einzelzimmer. **MZ:** Mehrbettzimmer. **NK:** Nebenkosten. **Zi:** Zimmer.



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Östliche Vorstadt						
ASB Altenwohn- und Pflegeheim GmbH Haus am Osterdeich Osterdeich 136 28205 Bremen Tel. 4996105, Fax 4996107 Leitung: Herr Grewe Bodo.Grewe@asb-bremen.de www.asb-bremen.de			88	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	70,13 € 77,11 € 93,29 € 110,15 € 117,71 €	Zimmer können individuell gestaltet werden, Wintergarten, Gemeinschaftsräume, Garten, hauseigene Küche, Kurzzeit- und Verhinderungspflege, Tagespflege, Service-Wohnen
ASB-Seniorenresidenz Schierker Str. 36 28205 Bremen Tel. 499610, Fax 4996107 Leitung: Herr Grewe mail@asb-bremen.de www.asb-bremen.de	30	Pflege-WG			48–88 qm, Miete ab 1.030,- €	siehe www.asb-bremen.de
Bremer Heimstiftung Haus im Viertel Auf der Kuhlen 1 b 28203 Bremen Tel. 3349-0, Fax 3349-119 Leitung: Frau Halder info@bremer-heimstiftung.de	87 Whg.	Pflege-WG			Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Garten, Kindergarten
Paritätische Dienste Bremen gmbH, Wohngemeinschaft im Alten Fundamt (Viertel) Seilerstraße 13 28203 Bremen Tel. 7948296 Leitung: Franziska Knappheide wohngemeinschaft@ pd-bremen.de		Pflege-WG für Menschen mit Demenz mit 8 EZ (Größe zw. 12 und 14 qm), große Wohnküche und Dachterrasse	Rund-um- die-Uhr- Betreuung und Pflege	Pflege- rische Leistungen werden individuell vereinbart und als ambulante Leistung erbracht/ abgerech- net	Auf Nachfrage	Die WG liegt im Haus im Viertel der Bremer Heimstiftung. Die Bremer Heimstiftung vermietet die Räumlichkeiten, die Paritätischen Dienste übernehmen die Pflege und Betreuung. Das Zusammenleben in der WG wird durch ein Gremium aus Angehörigen und Mitarbeiter:innen des Pflegedienstes begleitet



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Senioren-Zentrum »Schöne Flora« Hermine-Berthold-Straße 30 28205 Bremen						
Seniorenhaus am Klinikum Mitte Convivo Unternehmensgruppe Friedrich-Karl-Straße 22 28205 Bremen						
Schwachhausen						
AWOAmbulant gGmbH, Pflegeheim Sparer Dank Kulenkampffallee 142 a 28213 Bremen Tel. 22070 Fax 2207106 Leitung: Fatameh Bücking Fatameh.Buecking@awo-bremen.de			70	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern, viele Veranstaltungen und Angebote
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Landhaus Horn Schwachhauser Heerstr. 264 28213 Bremen Tel. 2468-0 Fax 2468-119 Leitung: Frau Rotgeri-Nunnemann info@bremer-heimstiftung.de	84 App.		Tagespflege		Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, Residenz-App. sind individuell zu möblieren, großer Gartenpark mit Outdoorgeräten, großzügige Gesellschaftsräume, Computer-Treff, Vital-Treff, Restaurant, Kindergruppe
Haus St. Elisabeth Reinthalerstraße 17 28213 Bremen Tel. 2100100 Fax 21001022 Leitung: Frau Butt st.elisabeth@caritas-bremen.de			66	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Eigene Möbel möglich, flexible Frühstückszeiten, Friseursalon, Garten mit Terrasse, Räume für Feierlichkeiten



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Caritas-Haus St. Franziskus Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen Tel. 33573-0, Fax 33573380 Leitung: Herr Sinjo st.franziskus@caritas-bremen.de			76	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Balkon, Friseur im Haus, Garten nutzbar, große Dachterrasse
Wohnen mit Service St. Franziskus Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen Tel. 8779350, Fax 8779345 Leiterin: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@ caritas-bremen.de	21 Whg.				Auf Nachfrage	Balkon, Friseur und Physiotherapie im Haus, Garten nutzbar
Vahr						
AWOPflege gGmbH, Pflegeheim Heinrich-Albertz-Haus Kurt-Schumacher-Allee 5 a 28329 Bremen Tel. 2772-101, Fax 2772111 Leitung: Juliana Bohlen Juliana.Bohlen@awo-bremen.de			105 stationäre Plätze	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich
Caritas-Haus St. Laurentius Stellichter Straße 8 28329 Bremen Tel. 42780, Fax 4278130 Leiter: Heiko Baro st.laurentius@caritas-bremen.de				Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Möbliering individuell möglich, flexible Frühstückszeiten, Kapelle, Garten
Pflegeimpulse GmbH Wohngemeinschaft Vahr Gustav-Radbruch-Straße 29-31 28329 Bremen						

Ein Sonntag ohne **BINGO!**

ist wie
Kaffee ohne
Kuchen.



Sonntags um
17 Uhr im
NDR Fernsehen

**SPAR
PAKET**
3 Lose
nur 10 €

Spielen beim Original.

In Deutschland lizenzierter Glücksspielveranstalter
(White List). Spielen ab 18. Spielen kann süchtig machen.
Infos: check-dein-spiel.de oder 0800 1372700

 **LOTTO®**

Bremen



Vereinbaren
Sie jetzt Ihren
kostenlosen
Probetag!

Tagespflege

In netter Gesellschaft, gut betreut
den Tag verbringen.

24 Standorte mit Tagespflege in ganz Bremen.

Bremer Heimstiftung · Marcusallee 39 · 28359 Bremen · Tel. 0421 24340

www.bremer-heimstiftung.de/tagespflege