

# Älter werden in Bremen



Freie  
Hansestadt  
Bremen

Mit Bremer Wohnstättenverzeichnis

2021/22

**Kostenlos  
zum Mitnehmen**



Ein Wegweiser nicht nur für ältere Menschen

# pflegestützpunkt

Land Bremen

Wir bitten um telefonische  
Terminvereinbarung

**Kostenlose Pflegeberatung durch Spezialisten –  
persönlich, verlässlich, kompetent.**

## Bremen

Berliner Freiheit  
Berliner Freiheit 3  
28327 Bremen  
Telefon 0421 696242-0

## Bremen Nord

Breite Str. 12 d  
28757 Bremen  
Telefon 0421 696241-0

## Bremerhaven

Bürgermeister-Smidt-  
Str. 29/31  
27568 Bremerhaven  
Telefon 0471 309779-0

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr, Mo, Di, Do 13.30-16 Uhr

Telefonische Erreichbarkeit: Fr 13.30-16 Uhr

[info@bremen-pflegestuetzpunkt.de](mailto:info@bremen-pflegestuetzpunkt.de) · [www.bremen-pflegestuetzpunkt.de](http://www.bremen-pflegestuetzpunkt.de)



## Die Glocke in Bremen –

begeisternde Fotografien

150 großformatige farbige Aufnahmen machen diesen prächtigen Bildband zu einem einmaligen Erlebnis.

*Ein Fotoprojekt von Ullrich Altmann, Patric Leo und Jan Büttner*

**Die Glocke. Das Bremer Konzerthaus**

160 Seiten, großformatiger farbiger Bildband im Hardcover  
ISBN 978-3-95651-281-0, 29,90 Euro

# Älter werden in Bremen

*Mit Bremer Wohnstättenverzeichnis*



Freie  
Hansestadt  
Bremen

2021/22



Ein Wegweiser nicht nur für ältere Menschen





# Inhaltsverzeichnis

## Die Herausgeber ..... 4

Grußwort.....	5
Referat Ältere Menschen .....	6
Referat Wohnungswesen.....	7
Seniorenvertretung Bremen .....	7
Seniorenbüro e. V. Bremen.....	9

## Beratung und Unterstützung..... 12

Bürgertelefon und Bürgerberatung.....	12
Beratung in den Sozialzentren.....	12
Sozialdienst Erwachsene.....	13
Dienstleistungszentren (DLZ).....	14
Beratung im Pflegestützpunkt.....	18
Pflegeberatung für Privatversicherte .....	19
Demenz Info- und Koordinationsstelle.....	20
Help-Line.....	20
Unabhängige Patientenberatung .....	20
PatientInnenstelle im Gesundheitsladen ...	21
Sozialdienst im Krankenhaus .....	21
Ambulante Versorgungsbrücken e. V. ....	22
Kommunale Selbsthilfeförderung .....	23
Selbsthilfegruppen .....	24
Netzwerk Selbsthilfe .....	24
Zentrum für Migranten und interkulturelle Studien .....	25
Migrationsberatung für Erwachsene .....	28
Bremer Rat für Integration .....	29
Diversity im Alter .....	30
Präventionszentrum der Polizei.....	31
Beratungsangebote .....	34

## Begegnungen und Beistand..... 36

Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte.....	36
--	----

Die Lampendreher.....	42
Repair-Café.....	43
Der aktivierende Hausbesuch.....	44
Besuchs- und Begleitdienste .....	44

## Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit..... 46

Die Freiwilligen-Agentur .....	47
Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs..	48
Weitere Ansprechpartner .....	49

## Bildung und Kultur, Hobby, Sport... 51

Sport .....	51
Fitness.....	52
Digitale Medien.....	54
Senioren Internet Club Bremen (SICB)....	57
Netzwerk Digitalambulanzen .....	57
Internet-Adressenliste .....	57
Die Bremer Volkshochschule.....	58
Weiterbildung für Senioren.....	58
Bibliotheken.....	59
Bibliotheksbus.....	60
Bibliotheksvereine.....	60
Kulturatelier .....	60
Kultur- u. Bildungsangebot – forum Kirche..	61

## Bremer Seniorenreisen ..... 62

Seniorenreisenbüro Bremen e. V.....	62
Deutsches Rotes Kreuz (DRK) .....	62
Zuschuss zu Senioren-Erholungsreisen.....	62
Reisen mit Hilfe der Bahnhofsmision.....	63

## Gesundheit und Ernährung in Zeiten von Corona..... 64

Rehabilitation (Reha).....	64
Adressen ambulanter Rehamaßnahmen...	65
Medizinische Versorgung/Geriatrie .....	65
FAQ Coronavirus .....	66



Menübringdienste.....	68
Mittagstisch.....	69
Wochenmärkte .....	69
<b>Finanzen und Rechtliches.....</b>	<b>71</b>
Grundsicherung im Alter .....	71
Rente.....	71
Wohngeld .....	72
Wohnberechtigungsschein.....	72
Personalausweise und Dokumente.....	72
Schwerbehindertenausweis .....	73
Rechtsberatung.....	73
Schuldnerberatung.....	74
<b>Vorsorge in Bremen .....</b>	<b>75</b>
Betreuungsverfügung.....	76
Patientenverfügung .....	76
Vorsorgevollmacht .....	77
Vererben und verschenken .....	78
<b>Leistungen der Pflegekassen bei Pflegebedürftigkeit .....</b>	<b>80</b>
Die Pflegegrade.....	80
Alle Leistungen im Überblick .....	81
Pflegegeld, Pflegesachleistungen.....	81
Pflegehilfsmittel.....	81
Verhinderung der Pflegeperson.....	82
Kurzzeitpflege .....	82
Zusätzliche Leistungen für Pflegebedürftige in ambulant betreuten Wohngruppen.....	83
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen ..	84
Teilstationäre Leistungen .....	84
Leistungen bei vollstationärer Pflege.....	84
Angebote zur Unterstützung im Alltag.....	85
Pflege in vollstationären Einrichtungen .....	85
Übergangspflege für Menschen ohne Pflegegrad oder mit Pflegegrad I .....	86

## Weitere Hinweise zu den Leistungen der Pflegekassen..... 87

Schnellere Bescheide, Beratung.....	87
Begutachtung durch den MDK.....	87
Tagespflege als teilstationäre Leistung .....	88
Pflegezeit und Familienpflegezeit .....	93
Leistungen der Sozialhilfe.....	93
Hospiz- und Palliativdienste.....	94
Die UN-Behindertenrechtskonvention .....	95
Das Bundesteilhabegesetz.....	95

## Wohnen in Bremen .....

Zentrale Fachstelle Wohnen.....	96
Für die Suche nach barrierefreien Wohnungen in Bremen, Die agWohnen..	96
Die Koordinierungsstelle für Baugemeinschaften bei der Senatorin .....	97
Wohnen für Hilfe.....	97
Seriöse Schlüsseldienste .....	98
Maßnahmen der Wohnungsanpassung...	100

## Pflege-/Betreuungseinrichtungen... 102

Service-Wohnen.....	102
Anbietersverantwortete Wohngemeinschaft.	102
Gasteinrichtungen.....	103
Pflege- und Betreuungseinrichtungen.....	103
Seniorenwohnheim.....	103
Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Wechsel?.....	104
Nutzerbeirat und Nutzerfürsprecher .....	104
Checkliste Wohnstätten .....	106

## Wohnstättenverzeichnis..... 109



Mit diesem Zeichen markierte Einrichtungen  
verfügen über einen barrierefreien Zugang.



## Die Herausgeber

- 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

© 2021 **Klaus Kellner Verlag**

Inhaber: Manuel Dotzauer e.K.  
verantwortlich: Manuel Dotzauer  
St.-Pauli-Deich 3, 28199 Bremen  
Tel. 0421 · 778 66, Fax 0421 · 704 058  
aelterwerden@kellnerverlag.de  
www.kellnerverlag.de



**Layout:** Lisa Berens

**Fotos:** siehe Bildverzeichnis auf Seite 108

**Gesamtherstellung:** DruckKellner, Bremen

Liebe Leserinnen und Leser,



jedes Jahr müssen etwa  
20 Prozent des Inhalts  
dieser Broschüre  
aktualisiert werden.  
Deshalb ist immer nur  
die neueste Auflage  
korrekt.

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 Inserenten, 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, liebe Leser,

mit dieser Ausgabe von »Älter werden in Bremen« wollen wir, die Sozial- und Wohnungsbaubehörde, Ihnen die »neue« Normalität erleichtern. Das Coronavirus hat einiges durcheinandergeworfen und verschiedenste Veränderungen bewirkt. Um Ihnen den Alltag ein wenig zu erleichtern, haben wir es uns zum Ziel gesetzt, in dieser Ausgabe Hilfestellung zu geben und für ältere Menschen relevante und interessante Angebote in Bremen und in Ihrer direkten Nähe zu finden.

Das Coronavirus wird uns mit einigen Neuerungen wie Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner für Nachbarschaftshilfe oder für ärztlichen Rat auch durch diese Broschüre begleiten. Nichtsdestotrotz werden wie gewohnt Orte vorgestellt, an denen Sie kompetenten Rat zu allen Fragen im Alter bekommen. Seien es finanzielle Themen, Adressen für verschiedenste Aktivitäten oder Informationen zu Gesundheit und Pflege oder Wohnen im Alter.

In allen Phasen des Älterwerdens möchten wir Sie unterstützen, Ihr Leben bestmöglich leben zu können. Wir hoffen, dass Sie weiterhin gesund bleiben und durch die fortwährende Pandemie nicht an Lebensfreude einbüßen. Verlieren Sie durch die aktuellen Herausforderungen nicht den Mut, und genießen Sie die schönen und kleinen Dinge des Alltags.

Mit dieser Broschüre ist der Wunsch verbunden, dass Sie sich in Ihrer Nachbarschaft wohlfühlen und solange wie möglich selbstständig in Ihrem Zuhause leben können. Deshalb fördern wir beispielsweise den öffentlichen Nahverkehr, damit Sie auch ohne Auto mobil bleiben, oder viele Treffpunkte und Beratungsstellen in den Stadtteilen Bremens. Dort können Sie auch selbst aktiv werden.

Besonders bedanken möchten wir uns bei den vielen älteren Ehrenamtlichen, die sich unentgeltlich engagieren und bereitwillig ihre »Wissensschätze« teilen, um das Leben im Alter angenehmer zu gestalten. Sie machen u. a. Hausbesuche, organisieren Kaffee- oder Gesprächsrunden, Ausflüge oder Kurse. Von vielen wissen wir, dass ihnen ihr Ehrenamt als Hilfe von Mensch zu Mensch sehr viel gibt. Sie haben eine neue Aufgabe gefunden, nehmen am Leben aktiv teil und machen viele neue, belebende Erfahrungen. Vielleicht ist ein solches Ehrenamt auch für Sie interessant?

Wir wünschen Ihnen viel Freude beim Stöbern in dieser Broschüre!

*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

## Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

---

Das *Referat Ältere Menschen* der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport entwickelt und finanziert Leistungen für Seniorinnen und Senioren. 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 Seniorinnen und Senioren erbringen.

### Referatsleitung/Hospiz/Fachkräftesicherung

Sabine Nowack

E-Mail: [sabine.nowack@soziales.bremen.de](mailto:sabine.nowack@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-2886, Fax 496-2886

### Ambulante Pflege/ Sozialdienst im Krankenhaus

Heike Ulrich

E-Mail: [heike.ulrich@soziales.bremen.de](mailto:heike.ulrich@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-4015, Fax 496-4015

### Offene und ambulante Altenhilfe/ Bürgerschaftliches Engagement, Selbsthilfeförderung

Doris Mohr

E-Mail: [doris.mohr@soziales.bremen.de](mailto:doris.mohr@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-14413, Fax 496-2766

### »Netzwerk Digitalambulanzen«

#### Projektkoordination

Sebastian Dargel

E-Mail: [sebastian.dargel@soziales.bremen.de](mailto:sebastian.dargel@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-19758

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

Corinna Möller

E-Mail:

[corinna.moeller@soziales.bremen.de](mailto:corinna.moeller@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-89929, Fax 496-89929

### Projektförderung ambulante Pflege/ ältere Migranten/Selbsthilfeförderung/ Hospiz ambulant

Verena Harter

E-Mail: [verena.harter@soziales.bremen.de](mailto:verena.harter@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-59308, Fax 496-59308

### Hilfe zur Pflege/Angebote zur Entlastung im Alltag/Wohnen für Hilfe/ Dienstleistungszentren

Uta Kallweit-Görlich

E-Mail:

[uta.kallweit-goerlich@soziales.bremen.de](mailto:uta.kallweit-goerlich@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-7457, Fax 496-7457

### Unterstützende Wohnformen/Heimrecht

Martina Timmer

E-Mail: [martina.timmer@soziales.bremen.de](mailto:martina.timmer@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-89545, Fax 496-89545



## Leitung Wohn- und Betreuungsaufsicht/Tagespflegen

Iris Hinrichsen

E-Mail: [iris.hinrichsen@soziales.bremen.de](mailto:iris.hinrichsen@soziales.bremen.de)

Tel. 0421 · 361-161 81, Fax 496-161 81

Den »Altenplan« der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport finden Sie unter:  
[www.soziales.bremen.de/Altenplan](http://www.soziales.bremen.de/Altenplan)

Die MitarbeiterInnen des Referates Ältere Menschen finden Sie im 6. Stock des Tivoli-Hochhauses:

 Bahnhofplatz 29, 28195 Bremen.

## 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 ehem. Siemens-Hochhaus, Contrescarpe 72, 28195 Bremen. 

## SeniorenVertretung in der Stadtgemeinde Bremen

### Das sind wir

Wir sind die parteipolitisch und konfessionell nicht gebundene, vom Senat der Freien Hansestadt Bremen anerkannte Interessenvertretung aller Seniorinnen und Senioren in Bremen. Wir werden in der Mehrzahl aus den Beiratsgebieten entsendet. Dabei entfällt auf je 4.000 SeniorInnen im Alter von 60+ ein Delegierter. Hinzu kommen Delegierte von verschiedenen sozialen und gesellschaftlichen Organisationen – wie Wohlfahrtsverbänden, Kirchen, Gewerkschaften und anderen. Sie zusammen bilden die Delegiertenversammlung. Diese wählt den Vorstand für die Dauer der Legislaturperiode. In Arbeitskreisen werden seniorenpolitische Fachthemen behandelt, zurzeit bestehen die Arbeitskreise »Gesundheit und Pflege«, »Bauen, Wohnen, Verkehr und Umwelt« sowie »Seniorenpolitik und Soziales«. Weiterhin werden in Arbeitsgruppen Lösungen für Detailprobleme entwickelt. Die Delegiertenversammlung der Seniorenvertretung wird jeweils nach den Bürgerschaftswahlen neu zusammengesetzt und ist parallel zur Amtszeit der Bürgerschaft tätig.

### Das machen wir

Wir nehmen die Angelegenheiten der ca. 170.000 Menschen über 60 Jahre in der Stadtgemeinde Bremen sehr ernst. Wir mischen





uns ein, weisen auf Missstände hin und fordern deren Abstellung.

Wir äußern uns zu Gesetzen, Bestimmungen und beziehen Position, wenn wir nicht einverstanden sind.

Gegenüber den zahlreichen Firmen und Verbänden aus der Wirtschaft, die uns mit Produkten und Dienstleistungen versorgen, beziehen wir Stellung und achten darauf, dass unsere Bedürfnisse angemessen berücksichtigt werden. Informieren Sie uns, wenn Sie von Ungerechtigkeiten in Ihrem Alltag erfahren. Wir werden versuchen, Ihnen zu helfen. Nur zusammen sind wir stark.

### ***Das wollen wir***

Wir wollen, dass es Ihnen in Ihrem Wohnquartier gut geht.

Wir wollen, dass die Verwaltung Ihre Bedürfnisse berücksichtigt.

Wir wollen das Miteinander und das Füreinander der Generationen.

Wir wollen, dass Sie ein selbstbestimmtes Leben im Alter führen können und dass wir unsere Kraft in die Entwicklung der Gesellschaft einbringen können.

### ***Die Seniorenvertretung***

wird vertreten durch ihren gewählten Vorstand und arbeitet schwerpunktbezogen.

Unser zweimonatlich erscheinendes Mitteilungsblatt »**Durchblick**« informiert über die seniorenpolitischen Aktivitäten der

Seniorenvertretung. Der »Durchblick« wird kostenlos als gedruckte Ausgabe in kleiner Auflage an verschiedenen Stellen in Bremen ausgelegt und wird auf Wunsch auch gerne digital per Mail als PDF-Datei versandt. Halbjährlich erscheint der »Durchblick« zusammen mit dem Magazin »rostfrei«

Auf unserem Internetportal »**Seniorenlotse Bremen**« [www.seniorenlotse.bremen.de](http://www.seniorenlotse.bremen.de) ist der »Durchblick« ebenfalls eingestellt und archiviert.



Darüber hinaus finden Sie auf unserem Portal allgemeine Informationen zur Organisation der Seniorenvertretung Bremen, vertiefende Informationen und Texte zu den aktuellen seniorenpolitischen Themen, Links zu weiteren Senioren-Organisationen, zum Beispiel 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.



## SeniorenVertretung Bremen

Bahnhofplatz 29, Zimmer 4.14,  
28195 Bremen  
Tel. 0421 · 361-6769  
Mo.–Do. 9–12 Uhr  
E-Mail:  
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 Potential 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 Seniorinnen und Senioren 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 Sozial-

amt durchgeführten, begleiteten Altererholungsreisen und -tagesfahrten dem Seniorenbüro. Mit dem erweiterten Aufgabenspektrum wechselte das Seniorenbüro in die Innenstadt. Am 30.06.1998 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 Seniorinnen und Senioren, 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 teilnehmerbezogene 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, teilnehmerbezogen geförderte Seniorenenerholungsreisen sowie Kulturreisen 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, wobei auch der Klönschnack nicht zu kurz kommt. Das Seniorenbüro stellt damit einen weiteren zentralen Treffpunkt in der Stadt Bremen vergleichbar mit einem Senioren-Zentrum dar.

Die nunmehr 70 Ehrenamtlichen, die das Seniorenbüro mit ihrem Engagement tragen, möchten sich gern erweitern. Neue Seniorinnen und Senioren, auch mit eigenen Interessen und Themen, die sich einbringen und mitgestalten möchten, werden ständig gesucht. Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung von SeniorInnen für SeniorInnen, das mit sehr viel Herz und Freude betrieben wird.

Das Seniorenbüro e. V. in Bremen ist nach wie vor eines der größten selbst-

**DIAKO**  
  
**KURZZEITPFLEGE**  
... in besten Händen

## Menschlich – nah – verlässlich

Im Ärztehaus am DIAKO bieten wir Menschen mit Pflegebedarf vorübergehend ein Zuhause, individuelle Pflege und Betreuung.

Unsere Angebote: Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege und rehabilitative Kurzzeitpflege.

▶ **Bitte rufen Sie uns an Telefon (04 21) 6102-5100 oder besuchen Sie uns.**

**DIAKO KURZZEITPFLEGE** ▶ Gröpelinger Heerstr. 406-408 · 28239 Bremen  
gemeinnützige GmbH [www.diako-kurzzeitpflege.de](http://www.diako-kurzzeitpflege.de)





ständigen 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.–Do. 9–12 Uhr

Tel. 0421 · 32 05 49

E-Mail: [info@seniorenbuero-bremen.de](mailto:info@seniorenbuero-bremen.de)

[www.seniorenbuero-bremen.de](http://www.seniorenbuero-bremen.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

Wir beraten  
Sie gern:  
[gewoba.de/serviceberater](http://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

# Beratung und Unterstützung



## Bürgertelefon

Das Bürgertelefon ist unter den Rufnummern **115** oder 361-0 erreichbar. Als Servicecenter ist es die erste Kontaktstelle für Bürgerinnen und Bürger 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.

Zudem bietet das Bürgertelefon die Möglichkeit eines »Formularservice«. Benötigte Formulare werden per Post zugesandt.

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 Bürgerinnen und Bürger. 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

Heike Rohde, Tel. 0421 · 361-44 55

### Bürgerberatung im Amt für Soziale Dienste Bremen

Breitenweg 29–33, 28195 Bremen

Petra Brennecke, Tel. 0421 · 361-8802

E-Mail: [buergerbeauftragte@afsd.bremen.de](mailto:buergerbeauftragte@afsd.bremen.de)

## Beratung in den Sozialzentren

Der Sozialdienst Erwachsene in den sechs Sozialzentren ist Ansprechpartner für alle volljährigen in Bremen lebenden Bürgerinnen und Bürger. Die MitarbeiterInnen des Sozialdienstes Erwachsene beraten Sie und Ihre Angehörigen in allen sozialen und wirtschaftlichen Fragen, insbesondere in allen schwierigen Lebenslagen und Krisen, zum Beispiel bei

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



Der Sozialdienst Erwachsene plant mit den Beteiligten die notwendigen Hilfen, regelt deren Finanzierung und hilft bei der Antragstellung. Die Beratung erfolgt in den Sozialzentren oder bei Bedarf auch bei den Betroffenen zu Hause. Ihren Sozialdienst Erwachsene finden Sie in den folgenden Sozialzentren:

## Sozialdienst Erwachsene des Amtes für Soziale Dienste

### Sozialzentrum Nord

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

### Sozialzentrum Ost

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

### Sozialzentrum Süd

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

### Sozialzentrum Mitte/West

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



### Fachdienst Teilhabe

Hansator II  
28217 Bremen  
Tel. 0421 · 361- 426 94, E-Mail:  
fachdienst-teilhabe@afsd.bremen.de

### Amt für Soziale Dienste

#### Amtsleitung

Breitenweg 29–33  
28195 Bremen  
Tel. 0421 · 361- 89 72 6  
E-Mail: office@afsd.bremen.de



## Dienstleistungszentren (DLZ)

Insgesamt 17 Dienstleistungszentren verteilen sich über das Stadtgebiet Bremens. Im Idealfall ist das nächste DLZ schnell erreicht und kann bei Fragen rund ums Älterwerden kontaktiert werden. SozialberaterInnen 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 Bürgerinnen und Bürger 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 NachbarschaftshelferInnen oder AlltagsassistentInnen 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 Alltagsassistentenz wird mit den Trägern der DLZ ein Vertrag abgeschlossen. Die KundInnen der DLZ zahlen dafür eine monatliche Servicepauschale von 26 € bzw. 30 €. Die pauschale Aufwandsentschädigung für die ehrenamtlichen HelferInnen zahlen die KundInnen in der Regel direkt. Diese Aufwandsentschä-

## UNSERE ANGEBOTE FÜR SIE!

- Service Wohnen
- Tagespflege
- Pflegeeinrichtungen

Bei uns finden auch Menschen mit Demenz ein Zuhause.



SOZIALWERK  
DER FREIEN  
CHRISTENGEMEINDE

### Hier finden Sie uns:

Neustadt | Gröpelingen  
Oslebshausen | Grambke | Vegesack



Besuchen Sie uns im Internet oder rufen Sie uns an! Tel.: 0421 - 64 90 00 | [www.sozialwerk-bremen.de](http://www.sozialwerk-bremen.de)



digung beträgt 8,50 € 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](http://www.dlz-bremen.de)

### Mitte/West

#### Findorff

AWO Soziale Dienste gGmbH  
Herbststraße 118, 28215 Bremen  
Tel. 0421 · 3 77 89-0  
E-Mail: [dlz-findorff@awo-bremen.de](mailto: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  
E-Mail: [dlz-mitte@drk-bremen.de](mailto:dlz-mitte@drk-bremen.de)  
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr  
und nach Vereinbarung  
Einzugsbereich: Steintor, Ostertor, Altstadt, Fesenfeld  
Besonderheiten: »Aktivierender Hausbesuch – Bewegung und Gespräch«, Validationsanwendung nach Naomi Feil

#### Walle

AWO Soziale Dienste gGmbH  
Wartburgstraße 11, 28217 Bremen  
Tel. 0421 · 38 89 8-0  
E-Mail: [dlz-walle@awo-bremen.de](mailto: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 · 6 91 42-66  
E-Mail:  
[dlz-groepelingen@awo-bremen.de](mailto:dlz-groepelingen@awo-bremen.de)  
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr  
und nach Vereinbarung  
Einzugsbereich: Lindenhof, Gröpelingen, Ohlenhof, In den Wischen, Oslebshausen, Industriehafen





## Süd

### Huchting

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste  
Tegeler Plate 23 a, 28259 Bremen  
Tel. 0421 · 58 20-11  
E-Mail: [dlzhuchting@paritaet-bremen.de](mailto:dlzhuchting@paritaet-bremen.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  
E-Mail: [dlz@caritas-bremen.de](mailto: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

E-Mail: [dlzobervieland@paritaet-bremen.de](mailto:dlzobervieland@paritaet-bremen.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 · 598 14-11, E-Mail: [dlz-neustadt@awo-bremen.de](mailto: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  
E-Mail: [dlz-hastedt@drk-bremen.de](mailto:dlz-hastedt@drk-bremen.de)  
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr und nach Vereinbarung  
Einzugsbereich: Hastedt, Peterswerder, Hulsberg, Östliche Vorstadt  
Besonderheiten: Gruppe für pflegende Angehörige von an Demenz erkrankten Menschen, »Aktivierender Hausbesuch – Bewegung und Gespräch«



## Horn

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

## Osterholz

AWO Soziale Dienste gGmbH  
St.-Gotthard-Straße 31, 28325 Bremen  
Tel. 0421 · 42 98 4-40  
E-Mail: 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, E-Mail:  
dlz-schwachhausen@drk-bremen.de  
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr  
und nach Vereinbarung  
Einzugsbereich: Bahnhofsvorstadt, Gete-  
viertel, Barkhof, vorderes Schwachhau-  
sen, Bürgerpark  
Besonderheiten: offener Gesprächskreis  
für pflegende Angehörige von Menschen

mit einer Demenzerkrankung, Validati-  
onsanwendung nach Naomi Feil

## Schwachhausen-Nord

Paritätische Gesellschaft für  
soziale Dienste  
Kulenkampffallee 65 a, 28213 Bremen  
Tel. 0421 · 21 57 59  
E-Mail:  
dlzschwachhausen@paritaet-bremen.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  
E-Mail: dlz-vahr@  
awo-bremen.de  
Erreichbarkeit:  
Mo.–Fr. 9–13 Uhr  
und nach Vereinba-  
rung  
Einzugsbereich:  
Gartenstadt Vahr,  
Neue Vahr, Block-  
diek, Sebaldsbrück



**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**

## Nord

### **Vegesack**

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste  
Kirchheide 18, 28757 Bremen  
Tel. 0421 · 66 24 99  
E-Mail:  
dlzvegesack@paritaet-bremen.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 · 6021 99  
E-Mail: dlzblumenthal@paritaet-bremen.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  
E-Mail: dlzlesum@paritaet-bremen.de  
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr  
und nach Vereinbarung  
Einzugsbereich: Burglesum, Burgdamm, St. Magnus, Lesum, Marßel, Burg-Grambke

## Beratung im Pflegestützpunkt

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

- Pflege zu Hause oder in einer stationären Pflegeeinrichtung,
- andere Unterstützungsangebote und Wohnformen,
- Angebote zur hauswirtschaftlichen Versorgung
- Finanzierung der Unterstützungsleistungen

Authentisch bleiben –  
bis zuletzt.  
Bestattungsvorsorge  
Alles geregelt.



**AHRENS**

**BESTATTUNGEN**

Familienbetrieb seit 1903

Tel. 0421 45 14 53

Bremen-Hemelingen  
Bremen-Osterholz

[www.ahrens-bestattungen.de](http://www.ahrens-bestattungen.de)



- 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 bei Bedarf zu Hause erfolgen. In den Pflegestützpunkten finden regelmäßig Veranstaltungen zu den Themen Ehrenamt, Selbsthilfe, gesetzliche Betreuung, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung statt. Die aktuellen Veranstaltungshinweise finden Sie auch unter: [www.bremen-pflegestuetzpunkt.de](http://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

#### **Bremen-Nord**

Breite Str. 12 d, 28757 Bremen  
Tel. 0421 · 69 62 41-0

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 Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter eine Pflegeberatung vor Ort. Die aufsuchende Pflegeberatung reicht von einem einmaligen Gespräch bis hin zu einer umfassenden Begleitung.

#### **compass private pflegeberatung GmbH**

Servicenummer 0800 101 88 00  
(bundesweit gebührenfrei)  
[www.compass-pflegeberatung.de](http://www.compass-pflegeberatung.de)  
Zentrale: Gustav-Heinemann-Ufer 74 c,  
50968 Köln



## Demenz Informations- und Koordinationsstelle – DIKS

Unter dem Begriff Demenz sind verschiedene Demenzarten zusammengefasst. Alle Arten bringen eine Beeinträchtigung bei der Bewältigung des Alltags mit sich. Die häufigste Demenzart ist die Demenz vom Typ Alzheimer. Die von Demenz Betroffenen leiden am Beginn unter Gedächtnisstörungen, Orientierungsschwierigkeiten und Wortfindungsstörungen. Es gibt sowohl für Menschen mit Demenz als auch für ihre Angehörigen vielfältige Unterstützungsangebote, die ihnen bei der Alltagsbewältigung helfen können. Neben den ganz alltagspraktischen Unterstützungsmöglichkeiten gibt es auch Selbsthilfegruppen für Menschen mit beginnender Demenz, und auch für die Angehörigen gibt es spezielle Gruppen.

Die DIKS e. V. ist eine von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport geförderte Beratungsstelle für Angehörige und für Menschen mit Demenz. Die DIKS e. V. berät kostenlos zu allen Themen rund um Demenz.

## Demenz Informations- und Koordinationsstelle – DIKS

Sögestr. 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 Angehörige – auf Wunsch auch anonym – über belastende Situationen bei der Pflege sprechen. Gerade in Krisensituationen ist es wichtig, mit jemandem zu sprechen, 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.

## Die Help-Line

 Erreichbarkeit: Mo.–Do. 14–17 Uhr und Fr. 10–13 Uhr, Tel. 0421 · 98 99 52 80  
E-Mail: 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 Ärzte und

### 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



Kliniken, zu Ihren Rechten als Patientin und Patient, 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](http://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  
E-Mail: [info@patientenberatung.de](mailto:info@patientenberatung.de)

## PatientInnenstelle im Gesundheitsladen Bremen

---

### *Mitglied der BundesArbeitsGemeinschaft der PatientInnenstellen | BAGP*

Die PatientInnenstelle des Gesundheitsladens Bremen e. V. versteht sich seit über

25 Jahren als unabhängige Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle zu allen Fragen im Gesundheitssystem, des gesundheitlichen Verbraucherschutzes und als Anlaufstelle für Menschen, die sich engagieren wollen. Die PatientInnenstelle ist parteilich im Sinne der Patientinnen und Patienten und bietet Unterstützung und Ermutigung nach dem Prinzip: Hilfe zur Selbsthilfe. Arbeitsschwerpunkte sind: Beratung für Betroffene, Patientenvertretung, Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit, Informationsveranstaltungen zu Zahnersatz, Patientenrechten, Vorsorgevollmacht und aktuellen Gesundheitsthemen.

### PatientInnenstelle im Gesundheitsladen Bremen e. V.

Braunschweiger Straße 53 b  
28205 Bremen, Tel. 0421 · 49 35 21  
Ansprechpartnerin: Edeltraud Paul-Bauer,  
erreichbar Di. und Fr. 10–12 Uhr  
E-Mail: [info@gesundheitsladen-bremen.de](mailto:info@gesundheitsladen-bremen.de)  
[www.gesundheitsladen-bremen.de](http://www.gesundheitsladen-bremen.de)

## Sozialdienst im Krankenhaus

---

### *Für die nachstationäre Versorgung*

Für die Zeit nach einem Krankenhausaufenthalt ist häufig einiges zu regeln. Patientinnen und Patienten haben einen gesetzlichen Anspruch auf ein umfassendes Entlassungsmanagement. Schon während des Aufenthaltes in der Klinik sollten Sie daher den Sozialdienst im Krankenhaus ansprechen. Ein Sozialdienst,



ggf. auch eine Pflegeüberleitung, ist in jedem Krankenhaus vorhanden. Die MitarbeiterInnen 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 MitarbeiterInnen arbeiten Hand in Hand mit den Ärzten, Pflegefachkräften, Seelsorgern und Physiotherapeuten der Klinik. Gemeinsam mit Patient und Angehörigen organisieren und koordinieren sie die Weiterversorgung bereits in der Klinik und klären die Kostenübernahme mit den jeweiligen Kostenträgern. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter 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 Erkrankung zusammenhängen, besprechen die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter 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? Die Ambulanten Versorgungsbrücken informieren u. a. zur Vor- und Nachbereitung von Krankenhausaufenthalten, Pflegebedürftigkeit, Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung. Wenn Sie digital durchstarten möchten und der Generation »60 plus« angehören, können Sie bei uns den sicheren Umgang mit Tablet und Smartphone lernen. Mit unseren Wohlfühlrufen »besuchen« wir Sie zudem gerne per Telefon zu Hause und hören Ihnen zu. Sie wollen den interkulturellen Dialog fördern? Unser Patenschaftsprojekt »Alt für Jung« führt ältere Bremerinnen und Bremer und junge Geflüchtete zusammen. Wir sind an Ihrer Seite – mit kompetenter Beratung, Vernetzung



und Hilfe zur Selbsthilfe –, gleichermaßen für Betroffene wie für Angehörige.

### Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Ricarda Möller

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen

Tel. 0421 · 69 64 200

Mo.–Fr. 9–13 Uhr

[www.ambulante-versorgungsbruecken.de](http://www.ambulante-versorgungsbruecken.de)

## Kommunale Selbsthilfeförderung im Gesundheitsamt Bremen

Wer an einer Krankheit leidet, als Angehörige oder Angehöriger 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 ausgebautes 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

Petra Nachtigal, Tel. 0421 · 361-151 63

E-Mail: [selbsthilfefoerderung@](mailto:selbsthilfefoerderung@gesundheitsamt.bremen.de)

[gesundheitsamt.bremen.de](mailto:gesundheitsamt.bremen.de)

[www.gesundheitsamt.bremen.de](http://www.gesundheitsamt.bremen.de)

„Leben ist das was passiert, während du eifrig dabei bist, andere Pläne zu machen.“ (John Lennon)



### Für Ihr selbstbestimmtes Leben im Alter

- › Beratung zu Gesundheit & Pflege
- › Infos zu Vorsorgevollmacht
- › Patientenverfügung
- › Vor- und Nachbereitung des Krankenhausaufenthaltes



Ambulante  
Versorgungsbrücken e.V.

Mitglied in der Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenbüros B.a.S.

Humboldtstraße 126 | 28203 Bremen | Tel: 0421 - 69 64 200 | [info@ambulante-versorgungsbruecken.de](mailto:info@ambulante-versorgungsbruecken.de)

Mo. bis Fr. 9-13 Uhr, Termine nach Absprache | [www.ambulante-versorgungsbruecken.de](http://www.ambulante-versorgungsbruecken.de)



## Selbsthilfegruppen – Referat Ältere Menschen

Wir fördern das ehrenamtliche Engagement auch von kleinen Gruppen mit dem Ziel der Teilhabeförderung von älteren Menschen. Überlegen Sie, sich in einer ehrenamtlichen Initiative zu engagieren, oder möchten Sie selbst eine Interessengruppe bilden? Das **Referat Ältere Menschen** berät Sie gern.

### Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Referat Ältere Menschen  
Selbsthilfeförderung älterer Menschen  
Verena Harter  
Tel. 0421 · 361-59 308  
E-Mail: [verena.harter@soziales.bremen.de](mailto:verena.harter@soziales.bremen.de)

## Netzwerk Selbsthilfe

Seit über 30 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. Wir vermitteln in Selbsthilfegruppen und Beratungseinrichtungen aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. Selbsthilfegruppen unterstützen wir bei der Gründung und auch während ihrer laufenden Arbeit. In Krisensituationen zeigen wir Betroffenen und Angehörigen neue Wege auf. 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 gern bei uns, wenn Sie sich engagieren möchten oder sich Besuch wünschen.

Als »**VermittlerInnen für Selbsthilfegruppen Pflegender Angehöriger**« begleiten und unterstützen von uns geschulte

Und wenn  
es ein  
Job mit  
Menschen  
würde?

[www.caritas-jobportal.de](http://www.caritas-jobportal.de)





ehrenamtliche Selbsthilfegruppen mehrere Stadtteile. Melden Sie sich gern bei uns, wenn Sie Interesse an diesem Projekt haben.

### Netzwerk Selbsthilfe e. V.

Faulenstraße 31, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 70 45 81

E-Mail: [info@netzwerk-selbsthilfe.com](mailto:info@netzwerk-selbsthilfe.com)

[www.netzwerk-selbsthilfe.com](http://www.netzwerk-selbsthilfe.com)

[www.selbsthilfe-wegweiser.de](http://www.selbsthilfe-wegweiser.de)

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

Bremen verzeichnet wachsende Zahlen älterer Migrantinnen und Migranten, 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 Migrantinnen und Migranten ein. So wurde neben der Integrationskursarbeit die Arbeit mit älteren MigrantInnen entwickelt.



Umgesetzt wird dies durch die Kontaktstelle für ältere Migrantinnen und Migranten – »Köprü« und die Freiwilligen Seniorenbegleiter und -begleiterinnen sowie die Unterstützung von Selbsthilfegruppen älterer MigrantInnen in mehreren Stadtteilen.

### Kontaktstelle für pflegebedürftige ältere Migrantinnen und Migranten sowie deren Angehörige in Bremen (Köprü)

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

Gefördert durch die Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport werden seit 2012 folgende Ziele verfolgt und Leistungen angeboten:

- Kostenlose Beratung für ältere Menschen und deren Angehörige
- Unterstützung pflegender Angehöriger
- Planung und Durchführung von Informationsveranstaltungen
- Kooperationen mit Trägern der Altenhilfe und Weiterentwicklung der Interkulturelle Öffnung durch Erfahrungsaustausch
- Initiierung und Unterstützung von Selbsthilfegruppen älterer MigrantInnen und deren pflegender Angehöriger
- Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit, um die Situation und Bedarfe älterer Migrantinnen und Migranten der Gesellschaft zugänglich zu machen



### Beratung für ältere MigrantInnen und Angehörige

Mo. und Mi. von 9–12 Uhr in türkischer und deutscher Sprache  
 telefonische Beratung  
 Telefon: 0156 • 78 31 44 73  
 Oder nach Terminvereinbarung in der Kontaktstelle »Köprük«  
 Gröpelinger Heerstraße 228,  
 28237 Bremen  
 Kontakt: Hatice Turan und Gudrun Münchmeyer-Elis  
 Telefon: 0421 • 83 94 79 36  
 E-Mail: kontaktstelle@zis-tdi.de

Informationsveranstaltungen:  
 Wo bekommen wir Hilfe im Alter?

Unsere 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 finden Sie auf unserer Internetseite [www.zis-bremen.de](http://www.zis-bremen.de) oder können über die Kontaktstelle für ältere Migrantinnen und Migranten erfragt werden.

Haben Sie Wunschthemen?  
 Dann sprechen Sie uns an!

### Selbsthilfegruppen für ältere Migranten und Migrantinnen

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 Mitbürgerinnen und Mitbürgern 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 Seniorengruppen und die Beteiligung an Stadtteilaktivitäten statt.

Kommen Sie vorbei und lernen Sie Ihre Nachbarn aus dem Stadtteil kennen!

#### 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**  
 DEMENZ INFORMATIONEN-  
 UND KOORDINATIONSSTELLE

Sögestraße 55/57 (Eingang  
 Herdentorswallstraße)  
 28195 Bremen

0421 9899 5299

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



Aktuelle Hinweise zu Zeit und Ort finden Sie auf unserer Internetseite [www.zis-bremen.de](http://www.zis-bremen.de) unter Kontaktstelle für Ältere → Gruppenangebote



Die Freiwilligen SeniorenbegleiterInnen in Vegesack, Gröpelingen und Kattenturm unterstützen ältere pflegebedürftige MigrantInnen, die auf Hilfen angewiesen sind.

Das machen die SeniorenbegleiterInnen:

- 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 Gudrun Münchmeyer-Elis, Tel: 0421 • 83947936

E-Mail an: [gudrunelis@zis-tdi.de](mailto:gudrunelis@zis-tdi.de)

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





## Migrationsberatung für Erwachsene (einschließlich ältere Menschen)

karşılama	Bienvenue	환영	स्वागत
أهلا بك	Vitajte	Bienvenido	
soo dhaweyn		歡迎	добро запрашаем
	Πηγηνύι	Tervetuloa	Velkommen
			Dobrodošli
Accoglienza	Καλωσόρισμα	Welkom	
मुआगज वै	ласкаво просимо	Vítejte	
Bine Ati Venit	добро пожаловать	i mirëpritur	
Powitanie	selamat datang		

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 nachstehenden Einrichtungen und Personen kostenlos und vertraulich.

### Mitte

#### **AWO Soziale Dienste gem. GmbH**

Julian Mönxelhaus, Tel. 0421 · 337 71 86

E-Mail: [j.moenxelhaus@awo-bremen.de](mailto:j.moenxelhaus@awo-bremen.de)

Esra Bezgin, Tel. 0421 · 337 71 89

E-Mail: [e.bezgin@awo-bremen.de](mailto:e.bezgin@awo-bremen.de)

Cevahir Cansever, Tel. 0421 · 337 71 88

E-Mail: [c.cansever@awo-bremen.de](mailto:c.cansever@awo-bremen.de)

Zülal Müfettişoğlu, Tel. 0421 · 337 71 83

E-Mail: [z.muefettisoglu@awo-bremen.de](mailto:z.muefettisoglu@awo-bremen.de)

Valentina Tuchel, Tel. 0421 · 337 71 87

E-Mail: [v.tuchel@awo-bremen.de](mailto:v.tuchel@awo-bremen.de)

### **Caritasverband Bremen e. V.**

Anna Urbaniak, Tel. 0421 · 335 73-111

E-Mail: [a.urbaniak@caritas-bremen.de](mailto:a.urbaniak@caritas-bremen.de)

Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51

E-Mail: [a.zergani@caritas-bremen.de](mailto:a.zergani@caritas-bremen.de)

Nino Adam, Tel. 0421 · 200 74 37 17

E-Mail: [n.adam@caritas-bremen.de](mailto:n.adam@caritas-bremen.de)

Stefan Sandmann, Tel. 0421 · 200 74 37 16

E-Mail: [s.sandmann@caritas-bremen.de](mailto:s.sandmann@caritas-bremen.de)

### **DRK Kreisverband Bremen e. V.**

Nejla Özdemir, Tel. 0421 · 98 88 25 12

E-Mail: [meb@drk-bremen.de](mailto:meb@drk-bremen.de)

### **Ost**

#### **AWO Soziale Dienste gem. GmbH**

Valentina Tuchel, Tel. 0421 · 468 03 36

E-Mail: [v.tuchel@awo-bremen.de](mailto:v.tuchel@awo-bremen.de)

### **Caritasverband Bremen e. V.**

Anna Urbaniak, Tel. 0421 · 33 57 31 11

E-Mail: [a.urbaniak@caritas-bremen.de](mailto:a.urbaniak@caritas-bremen.de)

Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51

E-Mail: [a.zergani@caritas-bremen.de](mailto:a.zergani@caritas-bremen.de)



## Diakon. Werk/Verein für Innere Mission

Jessica Hotze, Tel. 0421 · 247 72 91

E-Mail: hotze@inneremission-bremen.de

## Bremer Rat für Integration

Der Bremer Rat für Integration, der sich 2005 konstituierte, arbeitet ehrenamtlich. Das Gremium hat 30 Mitglieder und genauso viele StellvertreterInnen, die für diese Aufgabe von zahlreichen Institutionen und Gruppen delegiert wurden.

Die Bremische Bürgerschaft und die Landesregierung haben den Bremer Rat für Integration ins Leben gerufen, damit er sie dabei unterstützt, die Voraussetzungen für eine möglichst schnelle und weitgehende Integration von Zuwanderinnen und Zuwanderern zu verbessern. Zumal im Rat viele Zugewanderte sitzen, können die Probleme vor Ort erkannt und diskutiert werden, bevor daraus ein Vorschlag entsteht, wie die Probleme gelöst werden könnten. Zwar hat der Rat kein politisches Mitbestimmungsrecht, aber alle wichtigen politischen Parteien im Land Bremen haben erklärt, dass sie Vorschläge aus dem Rat bei ihren Entscheidungen so weit wie möglich berücksichtigen werden.

Damit möglichst alle Integrationsprobleme auf den Tisch des Bremer Rates für Integration gelangen, ist es wichtig, dass Betroffene sich auch an den Rat 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 Bürgern und der Politik zu unterstützen.

### West

#### AWO Soziale Dienste gem. GmbH

Zülal Müfettişođlu, Tel. 0421 · 69 14 57

E-Mail: z.muefettisoglu@awo-bremen.de

#### Caritasverband Bremen e. V.

Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51

E-Mail: a.zergani@caritas-bremen.de

### Süd

#### Caritasverband Bremen e. V.

Aicha Zergani, Tel. 0421 · 52 40 93 75

E-Mail: a.zergani@caritas-bremen.de

Nino Adam, Tel. 0421 · 200 74 37 17

E-Mail: n.adam@caritas-bremen.de

### Nord

#### AWO Soziale Dienste gem. GmbH

Tatiana Halle, Tel. 0421 · 98 88 24 11

E-Mail: t.halle@awo-bremen.de

#### Caritasverband für das

#### Dekanat Bremen-Nord e. V.

Claudia Schmücker

Tel. 0421 · 660 77

E-Mail:

c.schmuecker@caritas-bremen-nord.de



### **Bremer Rat für Integration**

Melikşah Şenyürek, Büromanagement  
Carl-Ronning-Str. 2, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 361- 26 94  
E-Mail: bremer.rat@soziales.bremen.de  
www.bremer-rat-fuer-integration.de  
www.bremen-ist-bunt.de

### **Diversity im Alter – Lesben, Schwule, Bisexuelle, Trans\*, Inter\* und Queere Menschen in der Pflege**

Im Pflegeinfrastrukturbericht für das Land Bremen heißt es, die Inhalte und Ausrichtung der Altenarbeit solle dem Wandel der Lebensformen und Lebensstile in unserer Gesellschaft Rechnung tragen. Das gilt für alle in Bremen lebenden Menschen. Auch Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans\*- und 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 von Unterstützungsleistungen stehen vor der Herausforderung, sich auf eine Vielfalt von Identitäten und Bedürfnislagen einstellen zu müssen.

Gesetzlich sind Bremer Leistungsanbieter 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. In der Altenpflegeausbildung werden die Themen »Lebenswelten älterer Menschen« und »Sexualität im Alter« behandelt, mit dem Ziel der Sensibilisierung für vielfältige Wertvorstellungen und Lebensformen sowie der Förderung von Respekt vor individuellen Bedürfnissen im Pflegealltag.

Darüber hinaus bietet das Rat&Tat Zentrum für queeres Leben Fachveranstaltungen zum Thema »Vielfalt in der Pflege – LSBTIQ\* als KlientInnen 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  
Theodor-Körner-Straße 1  
28203 Bremen, Tel. 0421 · 70 41 70  
Mi. 11–13 Uhr  
E-Mail: beratung@ratundtat-bremen.de  
www.ratundtat-bremen.de

### **Lesbentelefon Bremen**

Ehrenamtlicher Besuchsdienst speziell von und für ältere Lesben in Bremen  
Lesbian Line  
- Besuchsdienst -  
Heinrichstraße 21  
28203 Bremen, Tel. 0177 · 89 191 47  
E-Mail: 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

E-Mail:

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)

### Mitte

#### Polizeikommissariat Mitte

##### Zentrale Anzeigenaufnahme

Am Wall 200, 28195 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Sa. 8–20 Uhr,

So. 10–18 Uhr

**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 per-  
sönliche Lösung entschei-  
den 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](http://www.asb-ambulante-pflege.de)

Wir helfen  
hier und jetzt.

**ASB**  
Arbeiter-Samantar-Bund  
Ambulante Pflege

### Polizeirevier Steintor

Hoyaer Straße 11, 28205 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und Fr. 10–12

Uhr, Do. 15–17 Uhr



## Nord

### Polizeikommissariat Nord

#### Zentrale Anzeigenaufnahme

Kirchheide 51, 28757 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–20 Uhr  
Sa. 8–16 Uhr

### Polizeirevier Lesum

Hindenburgstraße 32, 28717 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

### Polizeirevier Blumenthal

Heidbleek 10, 28779 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr



### KerVita Senioren-Zentrum „Schöne Flora“

- Versorgung aller Pflegegrade
- Urlaubs- und Kurzzeitpflege
- Palliativpflege
- Pflege bei neurologischer Rehabilitation der Phase F
- Geräumige Ein- und Zweibettzimmer
- Physio- und Ergotherapie
- Täglich sechs schmackhafte Mahlzeiten
- Großzügige Aufenthaltsräume

Hermine-Berthold-Straße 30  
28205 Bremen  
☎ 0421 - 467 280  
✉ sfl@kervita.de

Mit Sicherheit sorglos leben

Wir freuen  
uns auf  
Sie!



## Ost

### Polizeikommissariat Ost I

#### Zentrale Anzeigenaufnahme

In der Vahr 76, 28329 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Sa. 8–20 Uhr  
So. 10–18 Uhr

### Polizeikommissariat Ost II

#### Zentrale Anzeigenaufnahme

Osterholzer Heerstr. 100, 28325 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Sa. 8–20 Uhr

### Polizeirevier Schwachhausen

Parkallee 160, 28213 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

### Polizeirevier Horn

Lilienthaler Heerstr. 259, 28357 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

### Polizeirevier Hemelingen

Christernstraße 16, 28309 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

## West

### Polizeikommissariat West

#### Zentrale Anzeigenaufnahme

Waller Heerstr. 97, 28219 Bremen

Öffnungszeiten: Mo.–Sa. 8–20 Uhr,  
So. 10–18 Uhr



### Polizeirevier Gröpelingen

Gohgräfenstraße 49, 28237 Bremen  
 Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
 Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

### Polizeirevier Findorff

Fürther Straße 43, 28215 Bremen  
 Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
 Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

### Süd

#### Polizeikommissariat Süd

##### Zentrale Anzeigenaufnahme

Otto-Lilienthal-Str. 15/17, 28199 Bremen,  
 Öffn.: Mo.–Sa. 8–20 Uhr, So. 10–18 Uhr

#### Polizeirevier Obervieland

Gorsemannstraße 24, 28277 Bremen  
 Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
 Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

#### Polizeirevier Woltmershausen

Woltmershauser Str. 71, 28197 Bremen  
 Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
 Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

#### Polizeirevier Huchting

Franz-Löbert-Platz 1, 28259 Bremen  
 Öffnungszeiten: Mo.–Mi. und  
 Fr. 10–12 Uhr, Do. 15–17 Uhr

**Bremer Pflegekreis**  
 Betreuung der Menschen

**Immer ein bisschen mehr als Pflege!**

Wir sind ein ambulanter Pflegedienst, der seit 15 Jahren seinen Kunden täglich rund um die Uhr zur Seite steht. Es ist in jedem Haushalt möglich, bis zum letzten Tag in den eigenen vier Wänden zu bleiben. Deswegen unterstützen wir Sie von Anfang an.

**Unsere bereits erreichten Qualifikationen:**

- Behandlungspflege bei Diabetes
- Wundexperten ICW
- Kompressionstherapeuten
- Palliative Care
- Praxisanleiter/ Mentoring

**Wir versorgen und beraten Sie...**

- Medizinische Pflege nach ärztlicher Verordnung
- Häusliche Pflege
- Verhinderungspflege
- Hauswirtschaftliche Versorgung/Betreuung
- Beratungsgespräche
- Hilfe bei Antragstellung & Vermittlung

**... und sind für Sie da, wenn Sie uns brauchen!**

**Bremer Pflegekreis**  
 Eislebenerstr. 62-86  
 28329 Bremen

Tel. 0421-430 84 86  
 Fax. 0421-467 10 68  
 E-mail: kontakt@bremer-pflegekreis.de

[www.bremer-pflegekreis.de](http://www.bremer-pflegekreis.de)



## Beratungsangebote

---

### Sozialverband Deutschland e. V. (SoVD)

Landesverband Bremen  
Breitenweg 10–12, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 163 84 90  
E-Mail: [info@sovd-hb.de](mailto:info@sovd-hb.de)  
[www.sovd-hb.de](http://www.sovd-hb.de)

### Sozialverband VdK

#### Niedersachsen-Bremen e. V.

Kreisgeschäftsstelle Bremen  
Am Wall 196 a, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 165 48 17  
E-Mail: [gs-bremen@vdk.de](mailto:gs-bremen@vdk.de)  
[www.vdk.de/kv-bremen](http://www.vdk.de/kv-bremen)

### Arbeitnehmerkammer Bremen Bremen-Stadt

Bürgerstraße 1, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 36 301-0  
[www.arbeitnehmerkammer.de](http://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  
E-Mail: [Angelika.Fischer@asb-bremen.de](mailto:Angelika.Fischer@asb-bremen.de)  
[www.asb-bremen.de](http://www.asb-bremen.de)

### Bremer Pflegekreis GmbH & Co. KG

Eislebener Straße 62–86, 28329 Bremen  
Tel. 0421 · 430 84 86  
[www.bremer-pflegekreis.de](http://www.bremer-pflegekreis.de)

### Brücke Bremen-Mitte Hoppenbank e. V.

Selbsthilfegruppe für Menschen  
in Lebenskrisen, Ostertorswallstraße 31,  
28195 Bremen, Tel. 0421 · 33 31 37 6  
E-Mail: [korte.brueckebremen@online-home.de](mailto:korte.brueckebremen@online-home.de), [www.hoppenbank.info](http://www.hoppenbank.info)

### Caritasverband Bremen e. V.

Allgemeine Soziale Beratung  
Georg-Gröning-Straße 55  
28209 Bremen, Tel. 0421 · 33 57 30  
E-Mail: [info@caritas-bremen.de](mailto:info@caritas-bremen.de)  
[www.caritas-bremen.de](http://www.caritas-bremen.de)

### Deutsches Sozialwerk e. V. (DSW)

Kultur, Gemeinschaft und Hilfe  
Schwachhauser Heerstraße 264  
28213 Bremen, Tel. 0421 · 34 35 33  
E-Mail: [dswbremen@dsw-ev.de](mailto:dswbremen@dsw-ev.de)  
[www.dsw-ev.de](http://www.dsw-ev.de)

### Familien- und Lebensberatung der Bremischen Evangelischen Kirche

Domsheide 2, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 33 35 63  
E-Mail: [bek-lebensberatung@kirche-bremen.de](mailto:bek-lebensberatung@kirche-bremen.de), [www.kirche-bremen.de](http://www.kirche-bremen.de)



### Forum Kirche, Fachstelle Alter

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

### Kapitel 8 – Ev. Informationszentrum

Auskünfte zum Betreuten Wohnen,  
Workshops, Unterhaltung  
Domsheide 8, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 33 78 220  
E-Mail: kapitel8@kirche-bremen.de  
www.kirche-bremen.de

### Fatih Moschee Bremen

Stapelfeldtstr. 9, 28237 Bremen  
Tel. 0421 · 61 00 602  
www.fatih-moschee.de

### »Nebenan – Gute Nachbarschaft«

Ehrenamtliche Hilfen für Nachbarn in  
der Neustadt. Vereinigte Ev. Gemeinde  
Bremen-Neustadt, Große Krankenstr. 11,  
28199 Bremen, Tel. 0421 · 69 66 56 00  
E-Mail: 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  
E-Mail: 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  
E-Mail: info@inneremission-bremen.de  
www.inneremission-bremen.de

### Caritasverband Bremen e. V.

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

### kom.fort e. V.

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

### SHS Hausnotruf

Hausnotrufsysteme in den Sprachen  
Deutsch und Türkisch  
Oslebshauer Heerstr. 146  
28239 Bremen  
Tel. 0421 · 380 19 170  
E-Mail: info@shsnord.de  
www.shsnord.de



# Begegnungen und Beistand

## Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Seniorentreffpunkte

### *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. Nachbarn 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. Mit der Förderung sind Schwerpunktsetzungen verbunden, insbesondere für die Zentren. Männer, die bisher kaum in Begegnungsstätten anzutreffen waren, sollen bei der zukünftigen Programmgestaltung stärkere Berücksichtigung finden. Gleiches gilt für

die vielen älteren Menschen aus anderen Sprach- und/oder Kulturkreisen, die ebenso zahlreich in den Stadtteilen leben. Sie sollen verstärkt angesprochen und in die Angebote einbezogen werden. Angestrebt wird die Entwicklung inklusiver Einrichtungen und Angebote, um auch Menschen mit Handicap die Mitwirkung und Teilhabe zu ermöglichen. In diesem Zusammenhang soll auch das oftmals größte Handicap, die begrenzten finanziellen Möglichkeiten der oder des Einzelnen, besondere Beachtung finden und mittels niedriger Preise jedem Menschen die Teilnahme und/oder Mitwirkung ermöglicht werden.

Der Besuch der Begegnungs-Zentren und -Treffs ist ohnehin kostenlos.

Begegnungs-Zentren, -Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte sind für Senioren und/oder Nachbarn offene Orte, an denen Menschen zusammenkommen, sich z. B. bei Kaffee und Kuchen austauschen oder auch selbst aktiv sein können. Die Begegnungseinrichtungen 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 Musikkreisen
- 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 Besucherinnen und Besuchern gestaltet. Freiwillig mitwirkende, engagierte Menschen, auch mit eigenen Ideen und Angeboten, sind herzlich willkommen. Die LeiterInnen freuen sich über Anregungen und Unterstützung. Sie unterstützen 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, E-Mail:  
begegnungsstaette@martin-luther-findorff.de

### Begegnungs-Zentrum im

#### Bürgerhaus Oslebshausen

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



### Begegnungs-Zentrum im Bürgerhaus

#### Weserterrassen – östliche Vorstadt

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

### Begegnungs-Zentrum im Nachbarschafts-

#### haus Helene Kaisen – Gröpelingen

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

### Begegnungs-Zentrum plus Haferkamp –

#### Utbremen/Walle

Deutsches Rotes Kreuz  
Haferkamp 8, 28217 Bremen  
Tel. 0421 · 2405-199  
E-Mail: BZ-Haferkamp@drk-bremen.de

 **Begegnungs-Zentrum plus – Mitte**  
 Lange Aktiv Bleiben (LAB)  
 Hoppenbank 2–3, 28203 Bremen  
 Tel. 0421 · 32 60 49  
 E-Mail: info@lab-bremen.de

**Begegnungs-Zentrum Schwachhausen**  
 Deutsches Rotes Kreuz  
 Wachmannstraße 9a, 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  
 E-Mail: info@seniorenbuero-bremen.de

## Ost

**Begegnungs-Treff »des Guten Hirten« – Hemelingen**  
 Forbacher Str. 18, 28309 Bremen  
 Tel. 0421 · 45 22 33  
 E-Mail: guter.hirte@kirche-bremen.de

**Begegnungs-Treff Die Brücke – Sebaldsbrück**  
 Ev. Versöhnungskirche Sebaldsbrück  
 Seebaldsbrücker Heerstraße 52,  
 28309 Bremen, Tel. 0421 · 45 16 05  
 E-Mail: begegnungsstaette@  
 versoehnungsgemeinde-bremen.de

 **Begegnungs-Treff Horn-Lehe**  
 Aktive Menschen Bremen e. V.  
 Im Hollergrund 61, 28357 Bremen  
 Tel. 0421 · 69 64 29 81  
 E-Mail: bgst-hornlehe@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Am Siek – Osterholz**  
 Aktive Menschen Bremen e. V.  
 Am Siek 43, 28325 Bremen  
 Tel. 0421 · 42 07 50  
 E-Mail: aktivemenschenamsiek@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Arbergen**  
 Aktive Menschen Bremen e. V.  
 Hermann-Osterloh-Straße 117  
 28307 Bremen, Tel. 0421 · 48 80 97

 **Begegnungs-Zentrum Johanniterhaus – Horn**  
 Seiffertstraße 95, 28359 Bremen  
 Tel. 0421 · 204 05 65  
 E-Mail: 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  
 E-Mail: ameb-sudwalder@web.de

 **Begegnungs-Zentrum plus Hemelingen**  
 Ev.-luth. Kirchengemeinde Hemelingen  
 Christernstraße 18, 28309 Bremen  
 Tel. 0421 · 45 11 16, E-Mail: begegnung.  
 hemelingen@kirche-bremen.de



 **Begegnungs-Zentrum Sparer Dank – Schwachhausen**

Aktive Menschen Bremen e. V.  
Biermannstraße 15  
28213 Bremen  
Tel. 0421 · 21 22 17  
E-Mail: bgst.sparerdank@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Vahrer See**

Aktive Menschen Bremen e. V.  
Berliner Freiheit 9c, 28327 Bremen  
Tel. 0421 · 46 803-30/-32

**BiSPi Nachbarschaftstreff e. V./  
Gartenstadt Vahr**

Gartenstadt Vahr  
Bispinger Straße 14a, 28329 Bremen  
Tel. 0421 · 46 73 695  
E-Mail: info@bispi-bremen.de  
www.bispi-bremen.de

 **Bürgerhaus Hemelingen**

Godehardstraße 4, 28309 Bremen  
Tel. 0421 · 45 61 98  
E-Mail: info@buergerhaus-hemelingen.de  
www.buergerhaus-hemelingen.de

 **Bürgerhaus Mahndorf**

Mahndorfer Bahnhof 10  
28307 Bremen, Tel. 0421 · 48 58 15  
E-Mail: info@buergerhaus-mahndorf.de  
www.buergerhaus-mahndorf.de

**Familienzentrum MOBILE**

Mehrgenerationenhaus  
Hinter den Ellern I A, 28309 Bremen  
Tel. 0421 · 361-166-01/-02  
E-Mail: conny.nerz@afsd.bremen.de  
www.familienzentrum-mobile.de

 **Familien- und Quartierszentrum/  
Neue Vahr Nord**

August-Bebel-Allee 284, 28329 Bremen  
Tel. 0421 · 673 284 31, E-Mail:  
info@fqz-bremen.de  
www.fqz-bremen.de

 **Löwentreff (am Fuße des Olymp)  
Gartenstadt Vahr**

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

**Senioren-Werkstatt Egestorff-Stiftung/  
Osterholz**

Stiftungsweg 2, 28325 Bremen  
Tel. 0421 · 42 72 114

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

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



# Ein Sonntag ohne **BINGO!**

ist wie Torte  
ohne Sahne.

Sonntags um  
17 Uhr im  
NDR Fernsehen



VON  **LOTTO**<sup>®</sup>



**SPAR  
PAKET**  
3 Lose  
nur 10 €

***Spielen beim  
Original.***

 **LOTTO**<sup>®</sup>  
Bremen

Spielen kann süchtig machen · Infos: Annahmestellen und [lotto-bremen.de](http://lotto-bremen.de)  
Beratung: BZgA 0800 1372700 · Spielteilnahme ab 18



## 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 · 69673020  
E-Mail: 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 · 58 33 75  
E-Mail: bgst-huchtingl@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum Woltmershausen**  
Aktive Menschen Bremen e. V.  
Woltmershauser Straße 310  
28197 Bremen, Tel. 0421 · 54 62 70  
E-Mail: bgst-woltmershausen@web.de
-  **Bürgerhäuschen/Kattenturm**  
Bürgerh. Obervieland, Willy-Hundt-Str. 2,  
28277 Bremen, Tel. 0421 · 69673024  
E-Mail: info@bgo-bremen.de
- Bürger- und Sozialzentrum – Huchting/Sodenmatt**  
Amersfoorter Straße 8  
28259 Bremen  
Tel. 0421 · 83009200  
E-Mail: info@bus-huchting.de  
www.bus-huchting.de
- Café Carl – Huchting/Kirchhuchting**  
Carl-Hurtzig-Straße 30  
28259 Bremen, Tel. 0421 · 98 88 57 88
- Café Rosengarten – Huchting/Mittelshuchting**  
Antwerpener Str. 22  
28259 Bremen, Tel. 0421 · 69 61 660
- Klönhof – Huchting/Sodenmatt**  
Nimweger Straße 11, 28259 Bremen  
Tel. 0421 · 2 58 42 10
- Rosencafé/Gartenstadt Süd**  
Thedinghauser Straße 115 a  
28201 Bremen, Tel. 0421 · 69 69 99 99
-  **Treff Gesunde Nachbarschaft – Huchting/Kirchhuchting**  
Kirchhuchtinger Landstraße 143  
28259 Bremen  
Tel. 0421 · 69 93 173  
E-Mail: g.guttchen@paritaet-bremen.de

**Nord**

 **Begegnungs-Zentrum Blumenthal**  
 Martin-Luther-Gemeinde  
 Wigmodistraße 33, 28779 Bremen  
 Tel. 0421 · 60 96 902  
 E-Mail: martin-luther-senioren@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Farge**  
 Aktive Menschen Bremen e. V.  
 Farger Straße 136, 28777 Bremen  
 Tel. 0421 · 68 23 85  
 E-Mail: bgst-farge@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Luise Morgenthal – Grambke**  
 Aktive Menschen Bremen e. V.  
 Grönlandstraße 8, 28719 Bremen  
 Tel. 0421 · 64 17 16  
 E-Mail: bgst-grambke@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Rönnebeck**  
 Aktive Menschen Bremen e. V.  
 Bgm.-Dehnekamp-Straße 24  
 28777 Bremen, Tel. 0421 · 60 00 20  
 E-Mail: bgst-roennebeck@web.de

 **Begegnungs-Zentrum St. Magnus**  
 Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Magni  
 Unter den Linden 24, 28759 Bremen  
 Tel. 0421 · 62 16 01  
 E-Mail: bgst.st.magni@kirche-bremen.de

**Haus der Zukunft – Mehrgenerationenhaus – Quartierzentrum**

Lüssumer Heide 6, 28777 Bremen  
 Tel. 0421 · 36 17 92 93  
 E-Mail: heike.binne@afsd.bremen.de

 **Senioren-Kreativ-Treff (Zentrum plus) SKT im Bürgerhaus Gustav Heinemann Vegesack**  
 Kirchheide 49, 28757 Bremen  
 Tel. 0421 · 65 99 722  
 E-Mail: info@buergerhaus-vegesack.de  
 www.buergerhaus-vegesack.de

**Die Lampendreher**

Ein nicht mehr ganz neues Projekt sind die Lampendreher. Ehrenamtliche Helferinnen und Helfer kommen ins Haus und erledigen kleine handwerkliche Arbeiten für Seniorinnen und Senioren. 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 der Neustadt und in Gröpelingen angeboten, doch in vielen anderen Stadtteilen von den dort lebenden Seniorinnen und Senioren 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:

Für den Bereich Neustadt:

#### **Senioren-Zentrum Buntentor**

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

Für den Bereich Gröpelingen/Oslebshausen:

#### **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 37).

Weitere Adressen sind unter [www.repair-cafe-bremen.de](http://www.repair-cafe-bremen.de) zu finden.

E-Mail: [info@repaircafe-bremen.de](mailto:info@repaircafe-bremen.de)

Tel. 0421 221 05 66 (Fr. 9–13 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 ÜbungsleiterInnen besucht die älteren Menschen zu Hause. Zugeschnitten auf die individuellen Bedürfnisse werden unter kompetenter Anleitung vielseitige Übungen gezeigt, zusammen ausprobiert und geübt. Ziel ist es unter anderem, 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 und Silke Heitmann  
Wachmannstr. 9, 28209 Bremen  
Tel.: 3403-100/101  
E-Mail: westermann@drk-bremen.de  
oder heitmann@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 KoordinatorInnen vorbereitet und durch engagierte Freiwillige fortgeführt.

Das Angebot finden Sie auch im Internet unter: [www.aufsuchende-altenarbeit.de](http://www.aufsuchende-altenarbeit.de)  
Aufsuchende Altenarbeit wird angeboten in:

### Mitte

Viertelfreunde,  
c/o Stadtteilhaus Remberti-Stift  
Hoppenbank 2-3, 28203 Bremen  
Tel. 0421 · 43 48 39 46  
E-Mail: [m.wilkens@viertelfreunde.de](mailto:m.wilkens@viertelfreunde.de)

### Neustadt

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche  
c/o Caritasverband Bremen e.V.  
Kornstr. 371, 28201 Bremen  
Tel.: 0421 · 87 79-352  
E-Mail: [aufsuchende.altenarbeit@caritas-bremen.de](mailto:aufsuchende.altenarbeit@caritas-bremen.de)



## Hemelingen

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche  
c/o Familienzentrum Mobile  
Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen  
Tel. 0421 · 36 11 66 06, E-Mail:  
gaby.doenselmann@afsd.bremen.de

## Vahr

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

## Gröpelingen

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

## Marßel

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche  
c/o Nachbarschaftshaus Marßel  
Helsingborgerstr. 36, 28719 Bremen  
Tel. 0421 · 63 60 699  
E-Mail: 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,  
E-Mail: Ov.aufsuchende-altenarbeit@  
kirche-bremen.de

## Blumenthal

Aufsuchende Altenarbeit der  
Ev. Kirchengemeinde Blumenthal  
Wigmodistr. 33, 28779 Bremen  
Tel. 0421 · 69 67 64 58  
E-Mail: aufsuchende-altenarbeit.blumen-  
thal@kirche-bremen.de

## Osterholz

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche  
c/o Arbeitslosenzentrum (ALZ) Tenever  
Wormserstr. 9, 28325 Bremen  
Tel. 0421 · 40 20 68  
E-Mail: aufsuchende-altenarbeit.tenever@  
kirche-bremen.de

## PflegeIMPULSE



### AMBULANTER PFLEGEDIENST & PFLEGE-WOHNGEMEINSCHAFTEN

Der Pflegedienst "PflegeImpulse" ist seit 1995 Ihr zuverlässiger  
Partner für individuelle, umfassende und kompetente Pflege  
Zuhause.

#### UNSERE ZIELE

PflegeImpulse hat es sich zur Aufgabe gemacht, Menschen, die  
durch Krankheit oder Behinderung Hilfe benötigen, so umfassend  
und kompetent zu unterstützen, dass eine Krankenhauseinweisung  
oder ein Umzug in ein Pflegeheim vermieden werden kann.

#### HILFEN AUF EINEN BLICK

- Ambulante Pflege
- Umfassende Beratung
- Zusätzliche Betreuungsleistungen
- Verhinderungspflege
- Hauswirtschaftliche Hilfen
- Pflege in unseren Wohngemeinschaften Arberger Mühle & Vahr

#### Wir beraten Sie gerne !

**Geschäftsstelle MITTE**  
Pflegedienstleitung Ute Dreyer  
Außer der Schleifmühle 36  
28203 Bremen  
Tel. 0421 325550  
E-Mail: info@pflegeimpulse.de

**Geschäftsstelle OST**  
Ansprechpartnerin Alexandra Henke  
Züricher Straße 5  
28325 Bremen  
Tel. 0421 4093023  
E-Mail: ost@pflegeimpulse.de



# 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.buergerengagement.bremen.de](http://www.buergerengagement.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 von der Internetseite [www.buergerengagement.bremen.de](http://www.buergerengagement.bremen.de) heruntergeladen 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, Selbsthilfe, Familienförderung und -politik und Gleichgeschlechtliche Lebensweisen

Bahnhofplatz 29, 28195 Bremen

Mehmet Büyükgöncü

Tel. 0421 · 361-41 07

E-Mail:

mehmet.büyükgöncü@soziales.bremen.de

Referat 32 – Bürgerschaftliches

Engagement u. a.

Doris Mohr

Tel. 0421 · 361-144 13, Fax: 496-27 66

E-Mail: doris.mohr@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 BeraterInnen überlegen ge-

meinsam mit den InteressentInnen, 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 FreiwilligenkoordinatorInnen 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 MentorInnenprogramm *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 · 34 20 80,  
E-Mail: [info@freiwilligen-agentur-bremen.de](mailto: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. und Sa. 11–12:30 Uhr  
[www.freiwilligen-agentur-bremen.de](http://www.freiwilligen-agentur-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 37) 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.**

Frau Kruse, Tel. 0421 · 691 45-80  
E-Mail: [ameb\\_08@web.de](mailto:ameb_08@web.de)

**Deutsches Rotes Kreuz**

Frau Bankowski  
Tel. 0421 · 436 70 16  
E-Mail: [bankowski@drk-bremen.de](mailto:bankowski@drk-bremen.de)

**Nachbarschaftshaus Helene Kaisen**

Frau Kruse  
Tel. 0421 · 69 145-80  
E-Mail: [nachbarschaftshaus@web.de](mailto:nachbarschaftshaus@web.de)

**Bürgerhaus Weserterrassen**

Frau Maaß  
Tel. 0421 · 54 949-0  
E-Mail: [kontakt@weserterrassen.com](mailto:kontakt@weserterrassen.com)

**Bürgerhaus Oslebshausen**

Herr Jonas  
Tel. 0421 · 6451 22  
E-Mail: [jonas@bghosl.de](mailto:jonas@bghosl.de)

**Bürgerhaus Obervieland**

Herr Markus  
Tel. 0421 · 69 67 3020  
E-Mail: [info@bgo-bremen.de](mailto:info@bgo-bremen.de)

**Bürgerhaus Gustav Heinemann Vegesack**

Frau Winter  
Tel. 0421 · 65 99 72 2  
E-Mail: [info@buergerhaus-vegesack.de](mailto:info@buergerhaus-vegesack.de)

**Senioren-Zentrum plus/Mitte  
Lange Aktiv Bleiben (LAB)**

Frau Wilkens  
Tel. 0421 · 32 60 49  
E-Mail: [info@lab-bremen.de](mailto:info@lab-bremen.de)

**Seniorenbüro e. V. Bremen**

Herr Janz  
Tel. 0421 · 32 05 49  
E-Mail: [info@seniorenbuero-bremen.de](mailto:info@seniorenbuero-bremen.de)

**Vahrer Löwen e. V.**

Frau Kusen, Tel. 0421 · 959 1348  
E-Mail: [info@vahrer-loewen.de](mailto:info@vahrer-loewen.de)

**Weitere AnsprechpartnerInnen  
zur freiwilligen Mitwirkung  
sind zum Beispiel:**

---

**Seniorenbüro e. V. Bremen**

Breitenweg 12, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 32 05 49  
Mo.–Do. 9–12 Uhr  
E-Mail: [info@seniorenbuero-bremen.de](mailto:info@seniorenbuero-bremen.de)  
[www.seniorenbuero-bremen.de](http://www.seniorenbuero-bremen.de)

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

(siehe ab Seite 44)

** Begegnungsstätte für sehbehinderte  
und blinde Menschen**

Biermannstraße 15–17, 28213 Bremen  
Tel. 0421 · 743 42  
E-Mail: [info@verein-fuer-blinde.de](mailto:info@verein-fuer-blinde.de)

**Bremer Suppenengel**

Kirchweg 55, 28201 Bremen  
Tel. 0421 · 1491 88 75  
E-Mail: [info@suppenengel.de](mailto:info@suppenengel.de)

**Bremer Tafel e. V.**

Brauerstraße 13, 28309 Bremen  
Tel. 0421 · 43 41 95  
Bremer Heerstraße 8 e, 28719 Bremen  
Tel. 0421 · 69 67 58 86  
Luxemburger Straße 50, 28259 Bremen  
Tel. 0421 · 699 18 61

**Bremer Tierschutzverein e. V.**

Hemmstraße 491, 28357 Bremen  
Tel. 0421 · 35 22 14  
E-Mail: [info@bremer-tierschutzverein.de](mailto:info@bremer-tierschutzverein.de)

**Die Freiwilligen der Bremer vhs**

Faulenstraße 69, 28195 Bremen  
Kordinatorin: Monika Brück  
E-Mail: [freiwillige@vhs-bremen.de](mailto:freiwillige@vhs-bremen.de)  
Tel. 0421 · 361-59522

**Gehörlosen-Freizeitheim**

Schwachhauser Heerstraße 266  
28359 Bremen, Tel. 0421 · 22 31 131  
E-Mail: [info@villa-bremen.de](mailto:info@villa-bremen.de)

**Fachstelle Alter, forum Kirche**

Hollerallee 75, 28209 Bremen  
Tel. 0421 · 346 15 58  
E-Mail: [bettina.schuerg@kirche-bremen.de](mailto:bettina.schuerg@kirche-bremen.de)

**Heim-Mitwirkung**

Rembertstraße 9, 28203 Bremen  
Tel. 0421 · 33 65 91 20  
E-Mail: [info@heim-mitwirkung.de](mailto:info@heim-mitwirkung.de)



### **hospiz: Brücke**

Lange Reihe 102, 28219 Bremen  
Tel. 0421 · 38 02 40  
E-Mail: [k.schnelle@hospiz-bruecke.de](mailto:k.schnelle@hospiz-bruecke.de)

### **Hospizhilfe Bremen e. V.**

Außer der Schleifmühle 35/37  
28203 Bremen, Tel. 0421 · 32 40 72  
E-Mail: [info@hospiz-bremen.de](mailto:info@hospiz-bremen.de)

### **Hospizverein Bremen**

#### **Lebens- und Sterbebegleitung e. V.**

St.-Jürgen-Str. 160  
28203 Bremen  
Tel. 0421 · 40 92 828  
E-Mail: [info@hospizverein-bremen.de](mailto:info@hospizverein-bremen.de)

### **Landessportbund Bremen**

Hutfilterstr. 16-18  
28195 Bremen  
Tel. 0421 · 79 28 70  
E-Mail: [info@lsb-bremen.de](mailto:info@lsb-bremen.de)

### **Nachbarschaftsinitiative Grohner Düne e. V.**

Bydolekstraße 5, 28759 Bremen  
Christian Ganske  
Tel. 0421 · 659 3714  
E-Mail: [christian.ganske@afsd.bremen.de](mailto:christian.ganske@afsd.bremen.de)

### **Oma- und Opa-Hilfsdienst**

Mahndorfer Bahnhof 10, 28307 Bremen  
Tel. 0421 · 53 01 53  
E-Mail: [post@oma-opa-hilfsdienst.de](mailto:post@oma-opa-hilfsdienst.de)

### **Seniorenvertretung Bremen**

Bahnhofplatz 29, 4. Etage, Zimmer 4.14  
28195 Bremen, Tel. 0421 · 36 16 769  
E-Mail: [seniorenvertretung@soziales.bremen.de](mailto:seniorenvertretung@soziales.bremen.de)

### **St. Stephani – Sonntagstreff**

Stephanikirchhof 8, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 171753  
E-Mail: [info@kulturkirche-bremen.de](mailto:info@kulturkirche-bremen.de)

### **Treff Gesunde Nachbarschaft**

Kirchhuchtinger Landstraße 143  
28259 Bremen, Tel. 0421 · 699 31 73  
Gerd Guttchen  
E-Mail: [g.guttchen@paritaet-bremen.de](mailto:g.guttchen@paritaet-bremen.de)

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

## **Hospiz- und PalliativVerband Bremen e.V.**

*Gestorben  
wird immer.*

*Darüber  
gesprachen  
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](http://www.HPV-Bremen.de)





# Bildung und Kultur, Hobby und Sport

»Rentner 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 vorstehend) ist für viele Seniorinnen und Senioren 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

- Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit (siehe ab Seite 46)
- Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte (siehe ab Seite 48) 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 Seniorinnen und Senioren 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  
E-Mail: [verband@erlebnis-tanz.de](mailto:verband@erlebnis-tanz.de)

#### **Bremer Bäder GmbH**

Beim Ohlenhof 14  
28239 Bremen  
Tel. 0421 · 69 15 10, Fax 69 15 140  
E-Mail: [info@bremer-baeder.de](mailto: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  
E-Mail: [office@sportamt.bremen.de](mailto:office@sportamt.bremen.de)  
[www.sportamt.bremen.de](http://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.



### **Vital- und Fitclub**

Martini Str. 61, 28195 Bremen  
Tel. 0172 · 63 97 462

### **Der aktivierende Hausbesuch des DRK**

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

### **Eisenhauer Training**

In der Vahr 55, 28329 Bremen  
Tel. 0421 · 4 36 65 77  
E-Mail: bremen2@eisenhauer-training.de

### **Fitx Bremen Oslebshausen**

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

### **Bremen 1860**

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

### **Bremer Turnvereinigung v. 1877**

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

### **Corana Vita**

Bürgermeister-Spitta-Allee 3  
28329 Bremen  
Tel. 0421 · 3306330  
E-Mail: info@corana-vita.de

### **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  
E-Mail: kontakt@sg-findorff.de

### **Studio Am Stern**

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

### **Turnverein Bremen-Walle 1875 e. V.**

Hans-Böckler-Str. 1 a, 28217 Bremen  
Tel. 0421 · 38 07 73 3  
E-Mail: info@tv1875.de

### **Tura Sportplus- und Gesundheitsstudio**

Lissaer Str. 60, 28237 Bremen  
Tel. 0421 · 61 34 10  
E-Mail: info@tura-bremen.de

### **TV Eiche Horn**

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

### **Vital-Training**

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



## 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 Menschen machen Geldgeschäfte nur noch »online« und die Geldinstitute reagieren, indem sie Filialen in den Stadtteilen reduzieren. 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!

## Netzwerk Digitalambulanzen

Das Thema Digitalisierung ist nicht nur bezogen auf moderne Lernformen für junge Menschen in Schulen, sondern gerade auch in Bezug auf die große Gruppe der Senioren und Seniorinnen in aller Munde.

Vor allem ältere Menschen stehen vor großen Herausforderungen, um an der Digitalisierung teilhaben zu können. In Kontakt bleiben mit Familie und Bekannten, einkaufen, das Konto führen, Arzttermine vereinbaren und vieles mehr sind Themen, die nicht für jeden selbstverständlich sind. Daraus resultiert eine der wichtigsten sozialen Aufgaben: die digitale Integration älterer Menschen.

Um diese Aufgabe zu erfüllen und die Befähigung älterer Menschen an der digitalen Teilhabe zu stärken, wurde das Projekt »Netzwerk Digitalambulanzen« ins Leben gerufen. Die PartnerInnen im Netzwerk erarbeiten gemeinsame Lösungen für die Gegenwart, um eine Zukunft zu erarbeiten, in der jeder ältere Mensch, gleich in welcher finanziellen, körperlichen oder kognitiven Situation er sich befindet, die Möglichkeit hat, digitale Medien auf die für sich nützlichste Weise nutzen zu können.

Die NetzwerkpartnerInnen erarbeiten gemeinsam im regelmäßigen Austausch innovative Lösungen, um neue und bedarfsgerechte Angebote für verschiedenste Anforderungen zu entwickeln und zu erproben.



Denn so unterschiedlich wie die Menschen sind, so passend müssen die Lernangebote sein. Zu den PartnerInnen im Netzwerk gehören u. a. Wohlfahrtsverbände, Bürgerhäuser in den Bremer Stadtteilen und Vereine wie die Ambulanten Versorgungsbrücken e. V.

In den ersten Monaten des Projektes wurden bereits Smartphone und Tablet-Kurse, Eins-zu-eins-Schulungen mit Trainern und auch eine Hotline angeboten, bei der DigitalisierungseinsteigerInnen ihre Fragen an fachkundige HelferInnen stellen und so Ihre Endgeräte besser kennenlernen konnten. Mit den Erkenntnissen aus diesen ersten Angeboten können über die nächsten Jahre gemeinsame Dienste aufgebaut werden, welche in möglichst allen Quartieren der Städte durchgeführt werden sollen. So wird eine professionelle, nachhaltige und persönliche Unterstützung für alle älteren Menschen und ihren Einstieg in die digitale Welt ermöglicht.

Bei Fragen zur Nutzung von digitalen Endgeräten wie Smartphones oder Tablets und Lernangeboten in Ihrer Nachbarschaft wenden Sie sich gerne (möglichst telefonisch) an eines der Bürgerhäuser, Begegnungsstätten oder Dienstleistungszentren in ihrem Stadtteil. Sollten Sie noch kein Endgerät besitzen, so zögern Sie bitte nicht nach möglichen Leihgeräten anzufragen. Alle Informationen zum Netzwerk werden im Laufe des Jahres im Internet sowie als Broschüre bei unsern Partnern vor Ort zur Verfügung gestellt.

## Projektkoordination

### Für die Stadt Bremen

Sebastian Dargel  
Senatorin für Soziales,  
Jugend, Integration und Sport  
Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 361 197 58

### 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

## NetzwerkpartnerInnen

### Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen  
Tel. 0421 · 696 42 00

### Aktive Menschen Bremen e. V.

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

### Arbeitsförderungs-Zentrum im Lande Bremen GmbH

Erich-Koch-Weser-Platz 1, 27568  
Bremerhaven, Tel. 0471 · 98 39 90

### AWO Bremen

Auf den Häfen 30-32, 28203 Bremen  
Tel. 0421 · 790 20

### Bremer Heimstiftung

Marcusallee 39, 28359 Bremen  
Tel. 0421 · 790 99 80



**Bremer Volkshochschule**

Breitenweg 2, 282195 Bremen  
Tel. 0421 · 36 11 23 45

**Bürgerhaus Gemeinschaftszentrum  
Obervieland e. V.**

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

**Caritas Verband Bremen e. V.**

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

**DRK Begegnungszentrum Plus**

Haferkamp 8, 28217 Bremen  
Tel. 0421 · 247 44 79

**Diakonisches Werk Bremen e. V.**

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

**DIKS e. V.**

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

**Freiwilligenagentur Bremen**

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

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.****Begegnungsstätte Buntentorsteinweg**

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

**Paritätische Gesellschaft für  
soziale Dienste Bremen mbH**

Außer der Schleifmühle 55-61, 28203  
Bremen, Tel. 0421 · 791 99 16

**SelbstBestimmt Leben e. V.**

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

**SeniorenVertretung der  
Stadtgemeinde Bremen**

Bahnhofplatz 29, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 361 57 00

**SOLIDAR e. V.**

Johann-Wichels-Weg 2, 27574  
Bremerhaven, Tel. 0471 · 80 01 80

**Stadtbibliothek Bremen**

Am Wall 201, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 3615 98 75

**Stadtbibliothek Bremerhaven**

Bürgermeister-Smidt-Str. 10, 27568  
Bremerhaven, Tel. 0471 · 590 25 86

**Vahrer Löwen – Verein für nachbar-  
schaftliches Zusammenleben e. V.  
in Zusammenarbeit mit Vacances**

Heideplatz 1, 28329 Bremen  
Tel. 0421 · 69 90 81 92

**ResonanzpartnerInnen****Kommunalverbund Niedersachsen/  
Bremen e. V.**

Delmegarten 9, 27749 Delmenhorst  
Tel. 04221 · 98 12 40

**Regionalforum Unterweser**

Barkhausenstraße 22, 27568  
Bremerhaven, Tel. 0471 · 590 33 89



## Metropolregion Bremen-Oldenburg im Nordwesten e. V.

Bahnhofsstraße 37, 27749 Delmenhorst  
Tel. 04221 · 99 19 01

### Senioren Internet Club Bremen (SICB)

Der Senioren Internet Club Bremen (SICB) im Seniorenbüro Bremen bietet PC- und Internetkurse für Seniorinnen und Senioren an. Selbst absolute Anfängerinnen und Anfänger haben hier die Möglichkeit, die neuen Informationstechnologien für sich zu erobern und nutzen zu lernen. Unabhängig von den Vorkenntnissen kann jede/r den Einstieg oder die Erweiterung seines/ihrer Kenntnisstandes hier erreichen.

Angeboten werden:

- PC-Grund- und Aufbaukurse (Windows, Word u. a.)
- Smartphone- und Tablet-Kurse
- Einführungs- und Aufbaukurse zum Internetzugang

### SICB im Seniorenbüro Bremen

Breitenweg 12, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 32 05 49  
Mo.–Do. 9–12 Uhr  
E-Mail: [info@seniorenbuero-bremen.de](mailto:info@seniorenbuero-bremen.de)  
[www.seniorenbuero-bremen.de](http://www.seniorenbuero-bremen.de)



## Internet-Adressenliste

### Seniorenportale

[www.seniorenlotse.bremen.de](http://www.seniorenlotse.bremen.de)  
[www.selbsthilfe-wegweiser.de](http://www.selbsthilfe-wegweiser.de)  
[www.senioren.verdi.de](http://www.senioren.verdi.de)  
[www.altersdiskriminierung.de](http://www.altersdiskriminierung.de)  
[www.seniorenaufstand.de](http://www.seniorenaufstand.de)

### Bildung und Verkehr

[www.vhs-bremen.de](http://www.vhs-bremen.de)  
[www.dvr.de](http://www.dvr.de) (Deutscher Verkehrssicherheitsrat)

### Wohnen und Gesundheit

[www.patientenberatung.de](http://www.patientenberatung.de)  
[www.heimmitwirkung.de](http://www.heimmitwirkung.de)  
[www.kom-fort.de](http://www.kom-fort.de)  
[www.gesundheitsladen-bremen.de](http://www.gesundheitsladen-bremen.de)  
[www.dlz-bremen.de](http://www.dlz-bremen.de)

### Reisen

[www.kellnerverlag.de/senioren/reisen.html](http://www.kellnerverlag.de/senioren/reisen.html)  
[www.seniorenbuero-bremen.de](http://www.seniorenbuero-bremen.de)  
[www.booking.com](http://www.booking.com)  
[www.die-reisemedizin.de](http://www.die-reisemedizin.de)

### Sozialverbände

[www.awo-bremen.de](http://www.awo-bremen.de)  
[www.asb-bremen.de](http://www.asb-bremen.de)  
[www.caritas-bremen.de](http://www.caritas-bremen.de)  
[www.diakonie-bremen.de](http://www.diakonie-bremen.de)  
[www.drk-bremen.de](http://www.drk-bremen.de)  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)  
[www.malteser-bremen.de](http://www.malteser-bremen.de)

### Sonstiges

[www.kellnerverlag.de/senioren](http://www.kellnerverlag.de/senioren)  
[www.soziales.bremen.de](http://www.soziales.bremen.de)



## 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 · 361-12345  
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 · 361-3566

### **Regionalstelle Süd**

Theodor-Billroth-Straße 5  
28277 Bremen, Tel. 0421 · 361-11911

### **Regionalstelle West**

Gröpelinger Heerstraße 226  
28237 Bremen, Tel. 0421 · 361-8208

### **Regionalstelle Nord**

Gustav-Heinemann-Bürgerhaus  
Kirchheide 49, 28757 Bremen  
Tel. 0421 · 361-7319

## 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 · 218-61616  
E-Mail: senioren@uni-bremen.de  
Mo.–Fr. 9–12 Uhr und 13–15 Uhr

### **Universität der 3. Generation (AWO Bremen)**

Bruno Steinmann  
Auf den Häfen 30–32, 28203 Bremen  
Tel. 0421 · 790257  
E-Mail: uni-der-dritten-generation@  
awo-bremen.de



## Bibliotheken

Lebenslanges Lernen muss nicht aushäusig an Universitäten, Schulen oder in Kursen erfolgen. Auch zu Hause, in der heimischen Gemütlichkeit, lässt sich vortrefflich Neues erschließen. Wer noch nicht oder nicht ständig auf das Internet zugreifen möchte und Neuanschaffungen aus finanziellen oder anderen Gründen vermeiden möchte, findet umfassenden Lesestoff in den Bremer Bibliotheken. Neben Fachliteratur, insbesondere in der Staats- und Universitätsbibliothek sowie der zentralen Stadtbibliothek, finden sich in allen Bibliotheken klassische und moderne Literatur, Bildbände, Anleitungen, Videofilme und CDs der verschiedensten Musikrichtungen – und, nicht zuletzt, auch das Bilderbuch für den Enkel. Es lohnt sich folglich, bei der Bibliothek in Ihrer Nähe einmal vorbeizuschauen, dort zu stöbern, das Gewünschte oder Entdeckte, ggf. kostenlos, auszuleihen und zu Hause in Ruhe zu genießen.

Übrigens, die Bibliotheken bieten auch einen kostenlosen Internetzugang. Hier kann man auch einmal ausprobieren, wie das mit dem Internet so geht.

### Staats- und Universitätsbibliothek

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

### Stadtbibliothek Zentralbibliothek

Am Wall 201, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 36 14 465  
Öffn.: Mo., Di. und Fr. 10–19, Mi. 13–19,  
Do. 9–19 und Sa. 10–17 Uhr

### Stadtteilbibliothek Hemelingen

Im Stiftungsdorf Hemelingen  
Diedrich-Wilkens-Straße 18  
28309 Bremen, Tel. 0421 · 36 15 98 75  
Öffnungszeiten: Do. 12–18 Uhr

### Stadtteilbibliothek Huchting

Im ›Roland-Center‹, 28259 Bremen  
Tel. 0421 · 36 11 66 70  
Öffnungszeiten: Mo., Di. und Fr. 11–18,  
Do. 11–19 und Sa. 10–14 Uhr

### Stadtteilbibliothek Lesum

Hindenburgstraße 31, 28717 Bremen  
Tel. 0421 · 361 71 42  
Öffnungszeiten: Di. und Do. 11–18  
Fr. 10–17 und Sa. 10–13 Uhr

### Stadtteilbibliothek Osterholz

Walliser Straße 125, 28325 Bremen  
Tel. 0421 · 361 36 32, Öffn.: Mo. und  
Do. 12–18, Di. und Fr. 12–17 Uhr

### Stadtteilbibliothek Vahr

Im Einkaufszentrum ›Berliner Freiheit‹  
28327 Bremen, Tel. 0421 · 36 15 98 75  
Öffnungszeiten: Mo., Do. und Fr. 11–18  
Di. 11–19 und Sa. 10–14 Uhr



### **Stadtteilbibliothek Vegesack**

Aumunder Heerweg 87, 28757 Bremen  
Tel. 0421 · 3 61 72 44  
Öffnungszeiten: Mo., Di. und Fr. 11–18  
Do. 9–18 und Sa. 10–14 Uhr

### **Stadtteilbibliothek Gröpelingen**

Gröpelinger Bibliotheksplatz  
28237 Bremen, 0421 · 36 11 46 70  
Öffnungszeiten: Mo., Di., Do., Fr. 11–18  
und Sa. 10–13 Uhr

## **Bibliotheksbus**

---

Wenn die genannten Standorte der Stadtbibliothek für Sie nicht erreichbar sind, kommt der Bibliotheksbus mit seinen Haltestellen vielleicht auch in Ihre Nähe. Im Bibliotheksbus finden Sie ebenso ein reichhaltiges Angebot vor. Zudem können Bücher und andere Medien bestellt und beim nächsten Stopp abgeholt werden.

Die aktuellen Haltestellen und Fahrpläne erhalten Sie unter **[www.stabi-hb.de](http://www.stabi-hb.de)** oder telefonisch bei den vorstehenden Stadtbibliotheken.

## **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 · 361-79 684

### **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 6804

## **Kulturatelier – Freiraum für Menschen mit Demenz und ihren 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 kennen lernen. 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, Telefon: 016097701429,  
E-Mail: [b.ehlers@kirche-bremen.de](mailto: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](http://www.kirche-bremen.de/themen/aeltere_menschen.php) oder zu bestellen bei [bettina.schuerg@kirche-bremen.de](mailto:bettina.schuerg@kirche-bremen.de)

# PFLEGE WOHNEN

& BETREUUNG FÜR SUCHTKRANKE



Christliches  
Reha-Haus  
Bremen e.V.

EIN NEUES ZUHAUSE IN ABSTINENZ

### Christliches Reha-Haus in Kattenturm

Als Einrichtung für pflegebedürftige, ältere, suchtkranke Menschen erfüllt das Haus in Bremen-Kattenturm alle Voraussetzungen nach SGB XI. Der Umgang mit den Bewohnern zeichnet sich durch Würde und Respekt aus.

In Kenntnis der Bedürfnisse von Sucht-Erkrankten wird dort ein weitgehend eigenständiges Leben ermöglicht.

Im Christlichen Reha-Haus gibt es gemütliche Gemeinschaftsräume, individuelle Beschäftigungen, geselliges Zusammensein und Ausflüge. Ein Computer mit Internetzugang, Zeitschriften und Bücher stehen zur Verfügung. Auch individuelle therapeutische Maßnahmen, Gottesdienste, Seelsorge und Bibelstunden.



Näheres gerne unter:  
 Christliches Reha-Haus Bremen e. V.  
 Kattenturmer Heerstr. 156  
 28277 Bremen  
 Tel. 0421 / 69 67 25 314



# Bremer Seniorenreisen

## Bremer Seniorenreisen Seniorenbüro e. V. Bremen

---

Das Seniorenbüro in Bremen bietet seit vielen Jahren begleitete Erholungs- und Kulturreisen als Gruppenreisen sowie begleitete Tagesgruppenfahrten an. Besucht werden Erholungsgebiete, Sehenswürdigkeiten und Kulturveranstaltungen in Deutschland. Alle Reisen und Tagesfahrten werden von MitarbeiterInnen des Seniorenbüros begleitet, sodass auch Menschen mit Einschränkungen teilnehmen können.

### Seniorenbüro e. V. Bremen

Breitenweg 12, 28195 Bremen

Mo.–Do. 9–12 Uhr

Tel. 0421 · 32 05 49

E-Mail: [info@seniorenbuero-bremen.de](mailto:info@seniorenbuero-bremen.de)

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

## Deutsches Rotes Kreuz (DRK)

---

Seit vielen Jahren bietet das Deutsche Rote Kreuz begleitete Erholungs- und Urlaubsreisen für SeniorInnen mit dem Bus in beliebte Kur- und Badeorte in Deutschland an. Das Angebot richtet sich insbesondere an Menschen, die aufgrund ihres Alters und ihrer gesundheitlichen Einschränkungen nicht mehr eigenständig reisen mögen. Komfor-

tables Reisen von Anfang an, mit DRK-Reisebegleitung und Taxiservice innerhalb von Bremen zur Abfahrtsstelle des Reisebusses.

### DRK-Kreisverband Bremen e. V. Erholungs- und Kurreisen

Hastedter Heerstr. 250, 28207 Bremen

Tel. 0421 · 43 670 43

Mo.–Do. 9–15 Uhr

E-Mail: [reisen@drk-bremen.de](mailto:reisen@drk-bremen.de)

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

## Zuschuss zu Senioren-Erholungsreisen

---

Senioren-Erholungsreisen des Seniorenbüros und des DRK werden von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport gefördert. Die Förderung ist einkommensabhängig und erfolgt auf Antrag über das Amt für Soziale Dienste. Antragsformulare und Beratung erhalten Sie beim Seniorenbüro und beim DRK Reise-Service.





Der ReiseKellner veranstaltet seit 2004 Gruppenreisen für ältere Menschen. Ziele waren bisher Riga und Tallinn, Schottland, Paris (auf den Spuren von Paula Moder-sonn-Becker), Ischia (auf den Spuren von Lisel Ooppel), Berlin, Kreta und insbesondere England »**Auf den Spuren von Inspector Barnaby**«, wobei die Drehorte der beliebten Krimiserie besucht werden. Dabei werden außerdem Brügge, Gent und Oxford besichtigt.

Einige Reisen finden mit dem Bus, andere mit dem Zug oder Flugzeug statt. Zumeist sind die Nachmittage frei von Veranstaltungen und bieten genügend **Freizeit** zum Flanieren und Kaffeisieren. Aktuelle Reisen finden Sie stets auf der Homepage: [www.kellnerverlag.de/senioren/reisen.html](http://www.kellnerverlag.de/senioren/reisen.html)

St.-Pauli-Deich 3, 28199 Bremen

Tel. 0421 · 77866

E-Mail: [reisekellner@kellnerverlag.de](mailto:reisekellner@kellnerverlag.de)



## Reisen mit Hilfe der Bahnhofsmision

Geliebte Verwandte in die Arme zu schließen, wichtige Termine wahrzunehmen oder einfach mal wieder rauszukommen, ist für viele ältere Menschen mit Unterstützungsbedarf ein Problem. Die freiwilligen Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der »**Mobilien Bahnhofsmision**« unterstützen Reisende individuell auch während der Zugfahrt. Geschulte Ehrenamtliche begleiten ältere Menschen sicher bis zum Zielbahnhof. Sie unterstützen bei der Reiseplanung, beim Einstieg in den Zug, bei der Suche nach dem Abteil, geleiten zum Taxistand oder zum vereinbarten Treffpunkt: kostenlos, aber auf den Nahverkehr in Bremen, Niedersachsen und Hamburg beschränkt. Der Unterstützungswunsch muss eine Woche zuvor angemeldet werden. Die begleiteten Personen müssen grundsätzlich in der Lage sein, den Waschraum eigenständig zu benutzen. Weitere Informationen bei:

### Bahnhofsmision Bremen

Donia Piehler, Bahnhofplatz 15

28195 Bremen, Tel. 0421 · 302595

E-Mail: [bremen@bahnhofsmision.de](mailto:bremen@bahnhofsmision.de)

[mobilbremen@bahnhofsmision.de](mailto:mobilbremen@bahnhofsmision.de)

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

*Die TeilnehmerInnen einer der Reisen auf den Spuren von »Inspector Barnaby«.*

# Gesundheit und Ernährung in Zeiten von Corona

## 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 durchgeführt wird, sie muss immer vom behandelnden Arzt 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 Patient nach dem Krankenhausaufenthalt so selbstständig, dass er allein zu Hause gut zurechtkommt, kann er 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 Patientinnen und Patienten 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 18).

### 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 7444

### Medizinische Versorgung für ältere Menschen/Geriatrie

Ältere Menschen leiden oft an mehreren sehr unterschiedlichen, meist chronischen Krankheiten und sind bei diversen Fachärzten in Behandlung. Die Geriatrie ist eine medizinische Spezialdisziplin, die sich mit den körperlichen, geistigen, funktionalen und sozialen Aspekten in der Versorgung älterer Patientinnen und Patienten 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 Haus- oder Facharzt 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



## Mögliche Adressen bei Fragen zu dem neuen Coronavirus

### Wichtige Telefonnummern

- Coronavirus Bürgertelefon: 115
- Bremer Gesundheitsamt: 0421 · 361 15 113 (s. S. 23)
- Ärztlicher Bereitschaftsdienst: 116 117

### Nützliche Internetseiten

- [www.gesundheit.bremen.de](http://www.gesundheit.bremen.de)
- [www.bremen.de/corona](http://www.bremen.de/corona)
- [www.rki.de](http://www.rki.de)

Corona beeinflusst unser Leben in verschiedenster Weise. Nicht nur medizinische Fragen zu dem neuen Coronavirus werden relevant, sondern es entstehen auch neue Hürden im Alltag: Wo kann ich Unterstützung erhalten? Wie reduziere ich Infektionsrisiken? Wie kann ich mir Einkäufe oder Essen liefern lassen?

Neben Angeboten zu Rehabilitation oder medizinischer Versorgung sowie für Ernährung relevante Adressen sollen auch Initiativen, die im Zuge des Coronavirus entstanden sind und besonders für ältere Menschen relevant sein könnten, vorgestellt werden.

### ***Ideen gegen die Einsamkeit***

In diesen Zeiten verbringen viele Menschen mehr Zeit zu Hause, um das Risiko zu minimieren, sich und andere mit dem neuen Coronavirus zu infizieren. Aber dadurch sieht man vielleicht Familie und Freunde weniger und die Situation kann vor allem bei Alleinlebenden schnell zu Einsamkeit führen. Es gibt viele kulturelle, religiöse und soziale Angebote, die der Einsamkeit (digital) entgegenwirken. Einige davon sollen nun vorgestellt werden.

Was würden wir heute nur ohne das Telefon machen? Gerade wenn soziale Kontakte vermieden werden sollen, ist es schön, mit Familie und Freunden telefonieren zu können. Aber vielleicht verspüren Sie das Bedürfnis nach einem Gespräch genau dann, wenn niemand da ist. In diesen Fällen kann auch die »TelefonSeelsorge« weiterhelfen.

Die Seelsorge dort ist nicht nur per Telefon oder vor Ort möglich, sondern es gibt auch die Möglichkeit zur Onlineseelsorge per Mail oder Chat.

### **Die TelefonSeelSorge**

[www.telefonseelsorge.de](http://www.telefonseelsorge.de)  
Tel. 0800 · 1110 1111 oder  
0800 · 1110 222

Sie möchten auch aktuell nicht auf Kultur verzichten? Wie wäre es mit einer digitalen Stadtführung oder einer digitalen Führung durch die Kunsthalle oder das Übersee-Museum? Viele Einrichtungen ermöglichen kulturelle Angebote für zu Hause. Anregungen finden Sie unter: [www.bremen.de/tourismus/bremen-zuhause-erleben](http://www.bremen.de/tourismus/bremen-zuhause-erleben). Schauen Sie gern



vorbei, ob auch für Sie etwas Interessantes aus Bereichen wie Literatur, Musik, Wissen oder Theater dabei ist.

Auch die Kirchen bieten verschiedene Onlineangebote wie Video-Andachten oder Telefonseelsorge an. Schauen Sie einfach auf der Internetseite Ihrer Kirchengemeinde, um dort aktuelle Informationen zu finden.

### **Unterstützung im Alltag**

Gerade in diesen Zeiten haben Netzwerke und Initiativen an Bedeutung gewonnen, die dazu beitragen, dass Menschen sich gegenseitig unterstützen und Unterstützung erhalten – sei es beim Einkaufen oder spazieren gehen mit dem Hund. Es gibt verschiedenste Organisationen, die Nachbarschaftshilfe leisten.

Viele soziale Einrichtungen, Kirchengemeinden, Pflegedienste oder Parteien organisieren Hilfen für Seniorinnen und Senioren sowie für Risikogruppen. Hier kommt nur eine kurze Auswahl

#### **Diakonie Bremen**

[www.diakonie-bremen.de/corona/nachbarschaftshilfe-fuer-risikogruppen/](http://www.diakonie-bremen.de/corona/nachbarschaftshilfe-fuer-risikogruppen/)  
Tel. 0421 · 16384-25

E-Mail: [gehrke@diakonie-bremen.de](mailto:gehrke@diakonie-bremen.de)

#### **Freiwilligen-Agentur**

Tel. 0421 · 342080

[info@freiwilligen-agentur-bremen.de](mailto:info@freiwilligen-agentur-bremen.de)

#### **Nachbarschaftsnetzwerk nebenan.de**

[www.nebenan.de](http://www.nebenan.de)

Corona-Hotline:

0800 · 8665544

#### **»Mobiler Einkaufswagen« der Malteser Bremen**

Tel. 0174 · 8302647

E-Mail:

[einkaufswagen@](mailto:einkaufswagen@malteser-bremen.de)

[malteser-bremen.de](mailto:malteser-bremen.de)

#### **Die Bremer Suppenengel e. V.**

Kirchweg 55, 28201  
Bremen

Tel. 421 · 1491 8875

E-Mail: [info@suppenengel.de](mailto:info@suppenengel.de)



### **Gesundheitsschutz**

Schutz gegen Corona bietet die Corona-Schutzimpfung. Nutzen Sie die Chance, sich impfen zu lassen, wenn Sie postalisch eine Einladung erhalten. Für die kostenlose Impfung müssen Sie einen Termin mit dem Impfzentrum in der Halle 7 vereinbaren.

Zudem können Sie das Risiko, sich mit dem Coronavirus zu infizieren, minimieren, wenn Sie sich an bestimmte Regeln halten wie das Reduzieren Ihrer Kontakte, das Einhalten der Abstandsregelungen sowie der Hygienemaßnahmen.

## 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, sodass ein schmackhaftes, ausreichend warmes und wechselndes Menü angeliefert werden kann. »Essen auf Rädern« kann man sich zunächst auch auf Probe bestellen. So lässt sich ausprobieren, wie die Menüs eines Anbieters schmecken und wie sich die Lieferungen 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](http://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](http://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](http://www.gloria-menue.de)

### Meyer Menü

Paul-Feller-Straße 9  
28199 Bremen, Tel. 0800 · 15 01 505  
[www.meyer-menue.de](http://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/](http://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 5,69 € pro Menü

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

Menüservice apetito AG in Kooperation mit:  
**Rufen Sie uns an: 0421-48441610**

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine



Leckere Menüs auf der Fahrt  
zu Ihnen frisch zubereitet.

**BREMER ESSEN AUF RÄDERN**








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

## Mittagstisch

---

Mittagstischangebote findet man in verschiedenen Stadtteilen, in Begegnungs- und Familienzentren sowie Senioren-Wohnrichtungen. 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 und Universitäten, 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 13).

## 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](http://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, Universität, Vahr, Vegesack, Walle;  
Neustadt: Delmestraße

#### Mittwochs:

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

#### Donnerstags:

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



Schwachhausen: Slevogtstraße;  
Universität, Vahr, Vegesack, Walle

**Freitags:**

Arbergen, Blockdiek, Blumenthal,  
Bremen-Mitte: Domshof, Liebfrauen-  
kirchhof, Papenstraße Marktpavillon, Am  
Fangturm; Großer Kurfürst, Huchting,  
Hermine-Berthold-Str., Lesum, Mar-  
bel, Neustadt: Gottfried-Menken-Str.,  
Delmestraße, Huckelriede; Obervieland,  
Oslebshausen, Piepenmarkt, Schwach-

hausen: Hermann-Heinrich-Meier-Allee;  
Steintor, Woltmershausen

**Samstags:**

Borgfeld, Bremen-Mitte: Domshof,  
Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Markt-  
pavillon; Burgdamm, Findorff, Gröpe-  
lingen, Horn-Lehe, Huchting, Neustadt:  
Gottfried-Menken-Str., Delmestraße;  
Osterholz, Schwachhausen: Benqueplatz,  
Steintor, Vahr, Vegesack, Walle

## Wir bewerten Ihre Immobilie – **kostenlos!**

Eine wichtige Entscheidung braucht eine solide Grundlage:

- ☛ wir schätzen den Marktpreis Ihrer Immobilie
- ☛ wir begutachten die Gebäudesubstanz
- ☛ wir beurteilen die Lage
- ☛ wir klären die Fragen zu einem möglichen Verkauf
- ☛ persönlich – kompetent – diskret – Tüv zertifiziert



#wir-immobilien

**0421 - 6950 6666**  
[www.immobilienberatung-bremen.de](http://www.immobilienberatung-bremen.de)

**Immo**bilienberatung Bremen  
Beratung und Vermittlung für Ihre Immobilien



# 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 nicht getrennt lebenden Ehepartners oder eheähnlichen Lebenspartners bestreiten können.

Wohin wendet man sich, um einen Anspruch auf Grundsicherung prüfen zu lassen? Zu Fragen der Grundsicherung berät der

Fachdienst Soziales in den sechs 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 · 3407-0  
Lindenstraße 74, 28755 Bremen  
Tel. 0421 · 6585 20



**mission ambulante**  
| zuhause | betreut | sein |

Doventorsteinweg 49  
Fon: (0421) 98 96 58-0  
info@mission-ambulante.de

[www.mission-ambulante.de](http://www.mission-ambulante.de)



## Wohngeld

---

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

### Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau, Referat Wohngeld

Contrescarpe 73, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 361-6021

E-Mail: [wohngeld@bau.bremen.de](mailto:wohngeld@bau.bremen.de)

[www.bauumwelt.bremen.de/wohngeld](http://www.bauumwelt.bremen.de/wohngeld)

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

## Wohnberechtigungsschein

---

Ein Wohnberechtigungsschein ist für den Bezug einer mit öffentlichen Mitteln geförderten mietgünstigen Mietwohnung erforderlich. Bei geringem Einkommen oder Sozialleistungsbezug besteht die Möglichkeit, dass Sie Anspruch auf einen Wohnberechtigungsschein. Informationen und Antragsformulare sind erhältlich bei der

### Senatorin für Klimaschutz, Umwelt, Mobilität, Stadtentwicklung und Wohnungsbau, Referat Wohnungswesen

Contrescarpe 73, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 361-4324

[www.bauumwelt.bremen.de/wohnberechtigungsschein](http://www.bauumwelt.bremen.de/wohnberechtigungsschein)

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-Rohlfs-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 Ärzte und Kliniken anzugeben. Das Amt für Versorgung und Integration setzt sich anschließend mit diesen Ärzten 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 11. 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 Bremen – AVIB

Doventorscontrescarpe 172 D  
28195 Bremen, Tel. 0421 · 361-5541  
Sprechzeiten: Mo.–Do. 9–12:30 Uhr  
Do. 13:30–17 Uhr und nach Vereinbarung  
[www.avib.bremen.de](http://www.avib.bremen.de)

Auskünfte erteilen auch die Sozialzentren und Pflegestützpunkte in Bremen.

## 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 Rechtsbera-

tung 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 Violenstraße)  
28195 Bremen, Tel. 0421 · 36 301-0/-89  
E-Mail: [info@arbeitnehmerkammer.de](mailto:info@arbeitnehmerkammer.de)  
[www.arbeitnehmerkammer.de](http://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 07 77

## **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 17-01  
E-Mail: [info@dieschuldnerberaterrev.de](mailto:info@dieschuldnerberaterrev.de)

### **Hanseatische Schuldnerberatung e. V.**

Rembertistraße 28, 28203 Bremen  
sowie Kapitän-Dallmann-Str. 1, 28779 Bremen  
Tel. 0421 · 36 48 123  
E-Mail:  
[e-mail@hanseatische-schuldnerberatung.de](mailto:e-mail@hanseatische-schuldnerberatung.de)

### **Schuldnerberatung der AWO**

Am Rabenfeld 10, 28757 Bremen  
Tel. 0421 · 66 99 580  
E-Mail:  
[schuldnerberatung@awo-bremen.de](mailto:schuldnerberatung@awo-bremen.de)

### **Schuldnerberatung der Caritas Bremen**

Georg-Gröning-Straße 55, 28209 Bremen  
Tel. 0421 · 33 573-102

### **Schuldnerberatung der Diakonie**

c/o Verein für Innere Mission  
Am Brill 2–4, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 989662-10  
E-Mail: [schuldnerberatung@innere-mission-bremen.de](mailto:schuldnerberatung@innere-mission-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 · 4089 2330  
E-Mail: [info@vhb-bremen.de](mailto:info@vhb-bremen.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 LebenspartnerInnen sowie Angehörige können dieses nur tun, wenn sie als rechtliche BetreuerInnen vom Gericht bestellt werden oder eine entsprechende Vollmacht vorliegt. Zur Vorsorge kann man eine Person des Vertrauens bevollmächtigen und eine Verfügung treffen, 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 oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung ihre Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht selbst besorgen können, einen rechtlichen Betreuer oder eine rechtliche Betreuerin bestellen. Hierbei werden Angehörige 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 gewähren. Aufgabenbereiche, die die betroffene Person eigenständig erledigen kann, dürfen dem Betreuer oder der Betreuerin nicht übertragen werden. Die Tätigkeit der BetreuerInnen



Sind Sie in guten Händen?

»Danke in den besten.«

- ▶ Häusliche Pflege
- ▶ Wohnen mit Service
- ▶ Hausnotruf
- ▶ Physiotherapie
- ▶ 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](http://www.zfpf.de)



Zentrale für Private Fürsorge  
Häusliche Krankenpflege seit 1897



wird vom Betreuungsgericht überwacht, Wünsche und Vorstellungen der betroffenen Personen sind so weit wie möglich zu berücksichtigen. Das Gericht und die Betreuerin oder der Betreuer 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.

ordnungen 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.

### 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, An-

### Patientenverfügung

Eine Patientenverfügung enthält eine Entscheidung über die Einwilligung oder Nicht-einwilligung 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 Lebens- und Behandlungssituation beziehen muss. Trifft dies nicht zu oder wurde keine Patientenverfügung verfasst, haben BetreuerInnen wie auch Bevollmächtigte die Behandlungswünsche oder den mutmaßlichen Willen der betroffenen Person festzustellen und auf dieser Grundlage zu entscheiden.

## LAURENTIUS HOSPIZ IN FALKENBURG

Ein Ort der Geborgenheit  
und Sicherheit für  
Menschen mit einer  
schweren unheilbaren  
Erkrankung.

[www.hospizfalkenburg.de](http://www.hospizfalkenburg.de)  
[info.falkenburg@  
mission-lebenshaus.de](mailto:info.falkenburg@mission-lebenshaus.de)  
Fon 04222-94 70 20

#### Spendenkonto:

mission:lebenshaus gGmbH  
IBAN: DE07 2512 0510 0004 4724 00  
BIC: BFSWDE33HAN  
Stichwort „Falkenburg“



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

mächtigte 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.

## BeVOR Sie sich SORGEN



### Unsere Bestattungsvorsorge:

nach eigenen Vorstellungen geregelt · vorausschauend entschieden  
gibt Ihnen ein gutes Gefühl · Entlastung für Ihre Angehörigen · auf  
Wunsch finanziell abgesichert · Preisgarantie unter bestimmten  
Voraussetzungen

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



10x in Bremen  
und umzu

Für den Fall, dass Zweifel an der Geschäftsfähigkeit der vollmachtgebenden Person zu befürchten sind, empfehlen wir die notarielle Beurkundung der Erklärung. Dabei erklärt der Notar 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 Notar erfragt werden kann. Die Betreuungsbehörde hat für die Beglaubigung einer Unterschrift 10 € zu nehmen.

Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung können kostenpflichtig bei der Bundesnotarkammer hinterlegt werden.

Informationen zu den Themen Betreuungsrecht und über Vorsorge finden Sie im Internet unter

[www.soziales.bremen.de](http://www.soziales.bremen.de).

**Informationsbroschüren über Vorsorgevollmachten – auch in leichter Sprache – können bei der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport, Referat 30, Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen, kostenfrei angefordert oder persönlich abgeholt werden.**

### Vererben und verschenken

Seit Anfang 2010 sind die Neuerungen des Erbrechts und Erbschaftssteuerrechts in Kraft getreten. Bei Erstellung eines Testaments ist so manches zu bedenken: u. a. das Pflichtteilsrecht gegenüber Ehepartnerin und Ehepartner, Kindern, Enkelkindern, sofern die Kinder verstorben sind, Stundung des Pflichtteilsanspruchs gegenüber gesetzlichen Erben und Erbinnen, Verjährung von Pflichtteilsansprüchen, Ausgleichung von



Wir beraten Sie  
gern.

[www.friedehorst.de](http://www.friedehorst.de)

Friedehorst 

**Wir bieten Ihnen:  
ambulante Pflege, Wohngemeinschaft,  
Servicewohnen und Dauerpflege**

Altenhilfe-Angebote in Friedehorst

mit Einrichtungen in Lesum und Walle  
Tel. 0421 6381-0 · [dsp@friedehorst.de](mailto:dsp@friedehorst.de)



Pflegeleistungen eines gesetzlichen Erben, Anrechnung von Schenkungen zu Lebzeiten auf Erb- und Pflichtteil, Stufenmodell für die Anrechnung von Schenkungen, Übertragung von selbstgenutzten Eigenheimen, Neuerungen für die Bewertung von Immobilien und Betrieben usw.

Wenn für diejenigen, die ein Testament errichten, umfangreiche Pflegeleistungen notwendig werden, so können auch große Vermögen zu Lebzeiten der ErblasserInnen – nach Testamentserrichtung – vermehrt aufgebraucht werden. Das so reduzierte Erbe passt häufig nicht mehr zur Anordnung im Testament, sofern Erben oder Vermächtnisnehmern feste Beträge zugewendet werden sollten. Hier sollte anwaltlicher Rat in Anspruch genommen werden.

Sogenannte Patchwork-Familien finden sich häufig konfrontiert mit dem Pflichtteilsrecht von Kindern und Ehegatten bzw. Ehegattinnen, wenn es um »meine Kinder, deine Kinder, unsere Kinder« geht. Eine gute Testamentsgestaltung kann hier helfen. Dies gilt ebenso, wenn ErblasserInnen lange gepflegt wurden. Ist die pflegende Person ein anspruchsberechtigter Erbe, so kann dieser nach dem Tode einen Ausgleich von den übrigen Erben beanspruchen.

Ist die pflegende Person jedoch kein Erbe, sollte bereits im Testament ein Ausgleich für die Pflege vorgesehen werden. Wenn unverheiratete Paare in eheähn-

licher Gemeinschaft zusammenleben, ist die Einrichtung eines Testaments besonders wichtig. Ebenso wenn keine Familie vorhanden ist. Möglicherweise sollte sogar eine Person als Testamentsvollstrecker eingesetzt werden, damit alles später seine Richtigkeit hat.

Deshalb kümmern Sie sich um Ihr Erbe, bevor es andere tun, ein sorgfältig errichtetes Testament erspart manchen Ärger und Kummer, und Sie müssen sich bei Erbstreitigkeiten und Ungerechtigkeiten nicht vor Ärger »im Grab umdrehen«. Für Laien ist das Erbrecht nicht leicht zu überblicken, deshalb sollte anwaltlicher und steuerlicher Rat in Anspruch genommen werden, wenn ein Testament errichtet oder eine Schenkung veranlasst werden soll.

### **Gudrun Winkelmann, Rechtsanwältin**



Trägerin des  
Trommelpreises  
2015

## Gudrun Winkelmann

RECHTSANWÄLTIN

**Allgemeinwältin**  
**Testamentsvollstreckung – zertifiziert**

**Schwerpunkte:**  
 Vertragsrecht - Erbrecht  
 Testamente – Patchworkfamilien  
 Nachlassregelung – Pflichtteile  
 Vorsorge-/ Patientenverfügungen

**Allgemeinanwalt** in Anstellung: Nicolai Badenhoop

Hamburger Str. 222/224  
28205 Bremen

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

mail@winkelmann-recht.de  
www.winkelmann-recht.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 der Krankenversicherung (MDK) dazu, ein Gutachten zu erstellen (bei einer privaten Pflegeversicherung übernimmt dies der Dienst Medicproof). 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 dauerhaf-

te, d. h. mindestens sechs Monate andauernde, personelle Unterstützung notwendig ist, sei es durch Angehörige, 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.



## Pflege- und Betreuungskräfte für zuhause

Für die Region Bremen und das nördliche Niedersachsen

Heidi Göldenitz

Am Kiebitzmoor 32, 28816 Stuhr

✉ [bremen@brinkmann-pflegevermittlung.de](mailto:bremen@brinkmann-pflegevermittlung.de)

☎ 0421 - 69 64 27 45

**Liebevoll.  
Zuhause.  
Betreut.**

[www.brinkmann-pflegevermittlung.de](http://www.brinkmann-pflegevermittlung.de)

**Brinkmann®**  
PFLEGEVERMITTLUNG



## Alle Leistungen im Überblick

Pflegegrade	Geldleistung ambulant	Sachleistung ambulant	Entlastungsbetrag ambulant (zweckgebunden)	Leistungsbetrag vollstationär
Pflegegrad 1			125 Euro	125 Euro
Pflegegrad 2	316 Euro	689 Euro	125 Euro	770 Euro
Pflegegrad 3	545 Euro	1.298 Euro	125 Euro	1.262 Euro
Pflegegrad 4	728 Euro	1.612 Euro	125 Euro	1.775 Euro
Pflegegrad 5	901 Euro	1.995 Euro	125 Euro	2.005 Euro

Bei Menschen, die dem Pflegegrad 1 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 1 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
- 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 Bettunterlagen.

### Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson

Pflegebedürftigkeit in Graden	Verhinderungspflege max. Leistungen pro Monat
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 Monat
Pflegegrad I	bis zu 125 Euro einsetzbarer Entlastungsbetrag
Pflegegrad 2–5	1.612 Euro für 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. Da-



durch kann der Leistungsbetrag der Kurzzeitpflege maximal **verdoppelt** (dann bis zu 3.224 €) 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.

### 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 Senioren- oder Pflege-Wohngemeinschaften bieten die Möglichkeit, zusammen mit Frauen und Männern 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	Wohngruppen-zuschlag max. Leistungen pro 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

Pflegebedürftigkeit in Graden	Teilstationäre Tages-/Nachtpflege max. Leistungen pro Monat
Pflegegrad I	bis zu 125 Euro einsetzbarer 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. 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 ambulanten 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 Pflegemaßnahme 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**

#### **Pflege in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen**

max. Leistungen pro Monat

266 Euro

Wenn Pflegebedürftige sich in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen 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.



## Übergangspflege 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 Übergangspflege bewilligen. Für gesetzlich Krankenversicherte können nach Antrag bis zu vier Wochen Grundpflege und Haushaltshilfe gewährt werden. 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.

Ist die Pflegebedürftigkeit so stark, dass eine Rückkehr 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 1.612 € 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 Versicherte oder den Versicherten 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 der Krankenversicherung (MDK)

---

Der MDK oder ein anderer gutachterlicher Dienst wird von den Pflegekassen beauftragt, die Pflegebedürftigkeit festzustellen. Die GutachterInnen des MDK 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 MDK.

Sollte bei Ihnen eine Prüfung durch den MDK 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 MDK gern von Menschen Ihres Vertrauens begleiten. Das können Angehörige sein, aber auch der Sie betreuende Pflegedienst. Mit einem Pflegetagebuch 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.mdk.de/versicherte/pflegebegutachtung/](http://www.mdk.de/versicherte/pflegebegutachtung/).

### MDK im Land Bremen

Falkenstraße 9, 28195 Bremen  
 Pflegehotline 0511 8785 2750  
 E-Mail: [info@mdk-bremen.de](mailto:info@mdk-bremen.de)

### MDK im Land Bremen Pflege

Otto-Lilienthal-Str. 29, 28199 Bremen  
 Pflegehotline 0511 8785 2750  
 E-Mail: [Postmaster@mdk-bremen.de](mailto:Postmaster@mdk-bremen.de)

### MDK Niedersachsen

Standort Bremen  
 Otto-Lilienthal-Straße 29, 28199 Bremen  
 Pflegehotline 0511 8785 2750  
 E-Mail: [Bremen@mdkn.de](mailto:Bremen@mdkn.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 Tagespflegegäste 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 er-

leichtern die Nutzung dieser Hilfe. Die Höhe der Leistung ist abhängig von dem Pflegegrad der/des Betroffenen. 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  
 E-Mail: [iris.hinrichsen@soziales.bremen.de](mailto:iris.hinrichsen@soziales.bremen.de)

## *Folgende Tagespflegen gibt es in Bremen:*

### *Mitte*

#### Tagespflege am Klinikum Mitte

Friedrich-Karl-Straße 22  
 28205 Bremen, Tel. 0421 · 43 77-20  
 E-Mail: [tagespflege@haus-am-klinikum.de](mailto:tagespflege@haus-am-klinikum.de)

#### ASB Haus am Osterdeich

Tagespflege, Osterdeich 136, 28205 Bremen  
 Tel. 0421 · 49 96-200, E-Mail:  
[tagespflege@asb-bremen-altenpflegeheime.de](mailto:tagespflege@asb-bremen-altenpflegeheime.de)

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege im Stadtteilhaus St. Remberti  
Hoppenbank 2/3, 28203 Bremen  
Tel. 0421 · 360 20, E-Mail:  
bhs-remberti@bremer-heimstiftung.de

**Tagespflege in der DKV-Residenz**

Am Wandrahm 40–43, 28195 Bremen  
Tel. 0421 · 3229-3001, s.beyer@dkv-rc.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege Stadtwerder  
Tanzwerder 22, 28199 Bremen  
Tel. 0421 · 67347476, E-Mail:  
Birgit.riekens@bremer-heimstiftung.de

**West****AWO Tagespflege**

Ella-Ehlers-Haus  
Dockstraße 20, 28237 Bremen  
Tel. 0421 · 61 87-105

**Sozialwerk der Freien Christengemeinde**

Tagespflege Ohlenhof  
Schwarzer Weg 92 d, 28239 Bremen  
Tel. 0421 · 61 90-186  
E-Mail: tap-o@sozialwerk-bremen.de

**Sozialwerk der Freien Christengemeinde**

Tagespflege Oslebshausen  
Oslebshausen Landstraße 18  
28239 Bremen, Tel. 0421 · 33 60-750  
E-Mail: tap-op@sozialwerk-bremen.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege Gröpelingen  
Gröpelinger Heerstr. 228, 28237 Bremen  
Tel. 0421 · 17 51 37 99  
E-Mail:  
bhs-groepelingen@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege Waller Wasserturm  
Karl-Peters-Str. 76, 28217 Bremen  
Tel. 0421 · 51 84 19 56  
E-Mail: bhs-walle@bremer-heimstiftung.de

**Ost****AWO Tagespflege Vahr**

Kurt-Schumacher-Allee 5, 28329 Bremen  
Tel. 0421 · 27 72-131  
E-Mail: tapf-vahr@awopflege-bremen.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflegen in der  
Stiftungsresidenz Riensberg  
Riekestraße 2, 28359 Bremen  
Tel. 0421 · 23 86-0  
E-Mail:  
bhs-riensberg@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflegen im Stiftungsdorf  
Hollergrund, Im Hollergrund 61  
28357 Bremen, Tel. 0421 · 27 85-0  
E-Mail:  
bhs-hollergrund@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege im Stiftungsdorf Hemelingen  
Dietrich-Wilkens-Str. 18, 28309 Bremen  
Tel. 0421 · 41 04-0, E-Mail:  
bhs-hemelingen@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege im Stiftungsdorf Borgfeld  
Daniel-Jacobs-Allee 1 a, 28357 Bremen  
Tel. 0421 · 69 62 46 94/69 68 55 77  
E-Mail: bhs-borgfeld@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege in der Stiftungsresidenz  
Ichon-Park  
Oberneulander Landstr. 70  
28355 Bremen  
Tel. 0421 · 2577-133, E-Mail:  
bhs-ichon-park@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege in der  
Stiftungsresidenz Luisental  
Brucknerstr. 15, 28359 Bremen  
Tel. 0421 · 23 82 0  
E-Mail:  
bhs-luisental@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege im Stiftungsdorf Osterholz  
Ellener Dorfstraße 3,  
28325 Bremen  
Tel. 0421 · 42 88-130, E-Mail:  
bhs-osterholz@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege im Stadtteilhaus OTe  
Ludwigshafener Straße 6  
28325 Bremen  
Tel. 0421 · 30 16-208  
E-Mail:  
bhs-ote@bremer-heimstiftung.de

**Egestorff-Stiftung Tagespflegen**

Stiftungsweg 2  
28325 Bremen  
Tel. 0421 · 4272-121  
E-Mail: tagespflege@egestorff.de

**Tagespflege Haus Sonnenschein**

Mahndorfer Heerstraße 20b  
28307 Bremen  
Tel. 0421 · 48 54 645  
E-Mail: s.gawron@gmx.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege in der  
Stiftungsresidenz Marcusallee  
Marcusallee 39  
28359 Bremen  
Tel. 0421 · 23 85-0, E-Mail:  
bhs-marcusallee@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege Landhaus Horn  
Stiftungsresidenz Landhaus Horn  
Schwachhauser Heerstraße 264  
28213 Bremen, Tel. 0421 · 64 68 110  
E-Mail: bhs-horn@bremer-heimstiftung.de



## Süd

### Sozialwerk der Freien Christengemeinde

Tagespflege Neustadt  
Große Johannisstraße 135–139  
28199 Bremen, Tel. 0421 · 50 60 90  
E-Mail: tap-n@sozialwerk-bremen.de

### Tagespflege im Caritas- Stadtteilzentrum St. Michael

Kornstraße 371, 28201 Bremen  
Tel. 0421 · 87 79-393  
E-Mail: tagespflege@caritas-bremen.de

### Bremer Heimstiftung

Tagespflege im  
Stiftungsdorf Rablinghausen  
Rablinghauser Landstr. 51 e  
28197 Bremen, Tel. 0421 · 52 07-130  
E-Mail: bhs-rablinghausen@  
bremer-heimstiftung.de

### Bremer Heimstiftung

Tagespflege im Stadtteilhaus Huchting  
Tegeler Plate 23, 28259 Bremen  
Tel. 0421 · 57 22-0  
E-Mail:  
marina.duessmann@bremer-heimstiftung.de

### Bremer Heimstiftung

Tagespflege Kattenturm  
Robert-Koch-Str. 68/70, 28277 Bremen  
Tel. 0421 · 69 66 14 33, E-Mail:  
bhs-kattenturm@bremer-heimstiftung.de

### Bremer Heimstiftung

Tagespflege Kattenesch  
Alfred-Faust-Straße 115, 28277 Bremen  
Tel. 0421 · 84 02-748, E-Mail:  
bhs-kattenesch@bremer-heimstiftung.de

### Tagespflege Arsten

Heukämpendamm 56, 28279 Bremen  
Tel. 0421 · 55 90-45 70  
E-Mail:  
tagespflege-arsten@wohnpark-weser.de

## Nord

### Bremer Heimstiftung

Tagespflege im Stiftungsdorf Blumenkamp  
Billungsstraße 21, 28759 Bremen  
Tel. 0421 · 62 68-0, E-Mail:  
bhs-blumenkamp@bremer-heimstiftung.de

### Bremer Heimstiftung

Tagespflege im  
Stiftungsdorf Rönnebeck  
Dillener Straße 69–71, 28777 Bremen  
Tel. 0421 · 60 94-0, E-Mail:  
bhs-roennebeck@bremer-heimstiftung.de

### Bremer Heimstiftung

Tagespflege im  
Stiftungsdorf Fichtenhof  
Schönebecker Kirchweg 33  
28757 Bremen, Tel. 0421 · 62 69-0  
E-Mail: bhs-fichtendorf@  
bremer-heimstiftung.de

**Tagespflege Friedehorst**

Rotdornallee 64, 28717 Bremen

Tel. 0421 · 63 81-206, E-Mail:

malte.schnitzler.dsp@friedehorst.de

**Sozialwerk der Freien Christengemeinde**

Tagespflege Grambke

Ellerbuschort 16, 28719 Bremen

Tel. 0421 · 64 900-385

E-Mail: tap-g@sozialwerk-bremen.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege Marßel

Helsingborger Str. 2, 28719 Bremen

Tel. 0421 · 69 67 96 90, E-Mail:

bhs-marssel@bremer-heimstiftung.de

**Bremer Heimstiftung**

Tagespflege in der

Stiftungsresidenz St. Ilsabeen

Billungstr. 31–33

28759 Bremen

Tel. 0421 · 62 64-0, E-Mail:

bhs-ilsabeen@bremer-heimstiftung.de

**Sozialwerk der Freien Christengemeinde**

Tagespflege Vegesack

Zur Vegesacker Fähre 47–51

28757 Bremen

Tel. 0421 · 95 99-795

E-Mail: tap-v@sozialwerk-bremen.de

**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*Wir freuen  
uns auf Sie!***K&S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland**  
Mühlenfeldstraße 38 | Telefon: 0421 / 33 01 4  
bremen-oberneuland.ks-gruppe.de**K&S Seniorenresidenz Bremen-Findorff**  
Rudolf-Alexander-Schröder-Straße 2 | Telefon: 0421 / 27 63 0  
bremen-findorff.ks-gruppe.de



## **Pflegezeit und Familienpflegezeit**

ArbeitnehmerInnen erhalten bis zu zehn Tage unbezahlten Urlaub, wenn ein Angehöriger 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 ArbeitnehmerInnen 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 dem Sozialgesetzbuch XI (SGB XI). Besteht keine Pflegeversicherung oder sind die Leistungen der Pflegekasse nicht ausreichend, kommt Hilfe zur Pflege nach dem Sozialgesetzbuch XII (SGB XII – Sozialhilfe) in Betracht.

### **Dazu zwei Beispiele:**

Es besteht Pflegebedürftigkeit nach einem festgestellten Pflegegrad (ab Pflegegrad 2 möglich). Die notwendige Pflege wird durch

einen ambulanten Pflegedienst geleistet. Die Zahlungen der Pflegekasse sind jedoch nicht ausreichend. Dann sind Leistungen im Rahmen der Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII möglich.

Es besteht die Notwendigkeit der Pflege und Betreuung in einem Heim. Die Leistungen der Pflegekasse sind nicht ausreichend und es verbleibt ein Eigenanteil. Dann sind weitere Leistungen im Rahmen der Hilfe zur Pflege nach dem SGB XII (ab Pflegegrad 2) möglich. Die Kosten für Unterkunft, Verpflegung und Investitionskosten müssen die pflegebedürftigen Menschen selbst zahlen (leistet die Pflegekasse nicht). Auch diese Kosten können 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 »Elternunterhalt«. Volljährige Kinder sind gegenüber ihren Eltern grundsätzlich unterhaltspflichtig. Nach § 94 SGB XII erfolgt dieses seit dem 01.01.2020 aber erst, wenn das zu versteuernde Jahreseinkommen mehr als 100.000 € 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  
Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen  
Tel. 0421 · 361-168 92  
E-Mail: sozialzentrum-groepelingen@  
afsd.bremen.de  
Sprechzeiten nach Vereinbarung  
Auch erreichbar über  
Tel. 0421 · 361-0, Bürgertelefon Tel. 115

### **Ambulante und stationäre Hospiz- und Palliativdienste**

---

Der Tod gehört zum würdevollen Leben. Sterbenskranke Menschen werden von ambulanten und stationären Hospiz- und Palliativdiensten dabei unterstützt, eine würdevolle und selbstbestimmte letzte Lebensphase zu verbringen. Ambulante Hospizdienste betreuen sterbenskranke Menschen und ihre Angehörigen zu Hause, in Pflegeheimen und im Krankenhaus. Für die besondere palliative Versorgung kommen Palliativdienste (SAPV) zu den Sterbenskranken nach Hause oder in Pflegeheime. Palliativstationen und

stationäre Hospize begleiten den sterbenskranken Menschen und dessen Angehörige außerhalb der eigenen Häuslichkeit. Beide bieten eine palliative Versorgung, mit der Schmerzen und Symptome gelindert werden können, sowie eine fachliche Begleitung am Lebensende des sterbenskranken Menschen und dessen Angehöriger 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 e. V.  
Tel. 0421 · 5229222

#### **Palliativstationen**

Palliativstation am Klinikum  
Links der Weser  
(0421 · 8791650)  
Palliativstation am AMEOS Klinikum  
Bremerhaven  
(0471 · 48053640)

#### **Ambulante Palliativversorgung**

Ambulanter Palliativdienst Bremen  
(0421 · 8791545)



## Stationäre Hospize

Hospiz Brücke (0421 · 380240)

Hospiz Lilje-Simon-Stift (0421 · 62 67 070)

Laurentius Hospiz in Falkenburg  
(Tel. 04222 · 94 70 20)

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

### Hospiz- und PalliativVerband Bremen e. V.

[www.HPV-Bremen.de](http://www.HPV-Bremen.de)

Tel. 0421 · 79 49 457

## Die UN-Behindertenrechtskonvention

2009 ist die UN-Behindertenrechtskonvention in Deutschland in Kraft getreten. Die Menschenrechte sollen auf die Lebenslagen von Menschen mit Behinderung angewendet werden. Ein für Bremen entwickelter Aktionsplan beinhaltet verschiedene Handlungsfelder mit Maßnahmen, wie z. B. die Forderung nach barrierefreien Begegnungsstätten. 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. Im Jahr 2019 wurde überprüft, ob und wie der Aktionsplan überarbeitet werden sollte. Danach wird der Aktionsplan mit seinen Maßnahmen fortgeschrieben.

## Das Bundesteilhabegesetz (BTHG)

Mit dem Inkrafttreten des BTHG soll vor dem Hintergrund der UN-Behindertenrechtskonvention die Lebenssituation der Menschen mit Behinderungen verbessert werden. Vorrangiges Ziel ist es nach dem Willen des Gesetzgebers, die Eingliederungshilfe personenzentriert weiterzuentwickeln und aus dem Fürsorgesystem der Sozialhilfe herauszuführen.

Die Umsetzung dieses Gesetzes erfolgt in vier Reformstufen. Die ersten beiden Stufen sind bereits zum 01.01.2017 und zum 01.01.2018 in Kraft getreten. Dadurch gibt es zum Beispiel einen höheren Schonbetrag bei angespartem Vermögen. Mit der Umsetzung der dritten Stufe wurde ab dem 01.01.2020 die »Eingliederungshilfe« aus dem Sozialhilferecht (SGB XII) herausgenommen und ein eigenes entsprechendes Leistungsrecht im SGB IX begründet. Mit der vierten Umsetzungsstufe des BTHG wird zum 01.01.2023 der leistungsberechtigte Personenkreis neu definiert.

Anträge auf Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderungen können in Bremen beim zuständigen Amt für Soziale Dienste im Fachdienst Teilhabe gestellt werden. Die Adresse des Fachdienstes Teilhabe und die Sozialzentren des Amtes für Soziale Dienste finden Sie auf Seite 13.



# Wohnen in Bremen

## Amt für Soziale Dienste – Zentrale Fachstelle Wohnen

---

Die MitarbeiterInnen 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

Uta Reinke  
Tel. 0421 · 361-13824  
E-Mail: [serviceZFW@afsd.bremen.de](mailto:serviceZFW@afsd.bremen.de)

### Ansprechpartner/in:

Uta Reinke  
Tel. 0421 · 361-13834  
E-Mail: [uta.reinke@afsd.bremen.de](mailto: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 niedrig-

schwelligem 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.

## Die agWohnen

---

Die agWohnen – ein Zusammenschluss von 13 Wohnungsunternehmen im Land Bremen – bietet alle freien Wohnungen auf einem eigens dafür geschaffenen Internetportal an, die auf dem Mietwohnungsmarkt zur Verfügung stehen. Dabei handelt es sich um vollständig barrierefreie bzw. eingeschränkt barrierefreie Wohnungen. Über Suchfilter sind Besonderheiten zu den Wohnungen einzugeben und – sofern vorhanden – die Angebote und weitere Ansprechpartner einsehbar. Die Nachfrage nach diesen Wohnungen ist zurzeit leider immer noch größer als das Angebot auf dem Wohnungsmarkt. Siehe auch im Internet:

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



## 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 vereinamtes 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

Contrescarpe 72, Tel. 0421 · 361-4028

*Weitere Infos unter [www.bau.bremen.de/info/baugemeinschaften](http://www.bau.bremen.de/info/baugemeinschaften)*

## Wohnen für Hilfe

---

In vielen Wohnungen oder Häusern, die früher von ganzen Familien bewohnt wurden, lebt heute nur noch ein einzelner älterer Mensch oder ein älteres Paar. Ehemalige Kinderzimmer, Gäste- oder Arbeitszimmer bleiben ungenutzt. Das leere Haus zu beleben und dazu etwas Unterstützung bei kleineren Besorgungen oder im Garten zu erhalten, das wünschen sich diese Menschen. Auf der anderen Seite suchen jedes Jahr viele Studentinnen und Studenten preiswerten Wohnraum – jung, neugierig, ohne Scheu vor Begegnungen, mit ganz neuen An- und Einsichten, mit wenig Geld zumeist, aber mit viel Engagement und Interesse. Es bietet sich daher an, beide Generationen zusammenzuführen und ihnen eine Wohnpartnerschaft zu vermitteln.



Mietfrei für den jungen Menschen, der bereit ist, ein wenig im Haushalt, Garten und bei Besorgungen mit anzupacken oder vielleicht als Unterstützung am Computer – jedoch nicht bei pflegerischen Leistungen. »Wohnen für Hilfe« heißt ein Vermittlungsangebot, das sich in einigen deutschen Universitätsstädten mit angespanntem Wohnungsmarkt bereits bewährt hat. Aufgeschlossenheit, Toleranz, Neugier, ein wenig Abenteuerlust und Rücksicht, das sind gute Voraussetzungen für ein Gelingen. Wer sich darauf einlassen möchte, sollte sich auf die jungen Menschen freuen. Diese Wohnform wird jetzt auch in Bremen angeboten. Menschen, die jungen Menschen auf diese Weise Wohnraum zur Verfügung stellen, haben die Chance, Ihrem Leben ganz neue Perspektiven zu geben und es auf schönste Weise zu bereichern.

***Senioren und Seniorinnen mit Wohnraum wenden sich an:***

Bürgertelefon **115**

***Studierende nehmen Kontakt auf:***

Studierendenwerk Bremen

Tel. 0421 · 2201-10 129



## Seriöse Schlüsseldienste

Bevor Sie einbruchssichere Umbauten an Ihrer Wohnung oder Ihrem Haus vornehmen, sollten Sie sich von der Integrität der beauftragten Firmen überzeugen. Das Präventionszentrum der Polizei Bremen hält im Präsidium sowie im Internet als kostenlosen Service eine Liste von Firmen bereit, die über die personelle Voraussetzung und die fachliche Qualifikation für solche Um- und Einbauten verfügen. Das gilt nicht nur für Firmen, die Alarmanlagen und einbruchssichere Fenster installieren, sondern insbesondere für Schlüsseldienste (siehe folgende Adressen). Stets aktuelle Daten finden Sie im Internet unter: [www.polizei.bremen.de](http://www.polizei.bremen.de) Dort können Sie nach der sogenannten »Errichterliste« suchen.

**Präventionszentrum der Polizei**

Am Wall 195, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 362-19003

**Georg Völz GmbH**

Hastedter Heerstraße 121

28207 Bremen, Tel. 0421 · 44 4491





### Schlüssel und mehr GbR

Osterstraße 7–10  
28199 Bremen  
Tel. 0421 · 2477 330

### Sicherheitsfachgeschäft Pättsch

Waller Heerstraße 8  
28217 Bremen  
Tel. 0421 · 3809 424

### Fa. Andreas Sicherheitstechnik

Friedrich-Ebert-Straße 118  
28201 Bremen  
Tel. 0421 · 55 55 62

### SiTec Sicherheit + Technik GbR

Bremerhavener Heerstr. 10  
28717 Bremen  
Tel. 0421 · 63 12 90

### Schlüsselservice Thorsten Menken

Bismarckstraße 10 (und Föhrenstr. 2)  
28203 Bremen  
Tel. 0421 · 69 99 909

### Schloss-Schlüssel-Sicherheitstechniken, PH

Haverbecker Weg 4–5  
28329 Bremen  
Tel. 0421 · 46 50 80



Jetzt  
kostenlose  
Beratung  
und Schnupper-  
training  
vereinbaren!

## Therapie, Training und Gesundheitskurse — mit und ohne Rezept

Wir bieten Ihnen Medizinisches Training, Physiotherapie, Ergotherapie, Präventions- / Rehasportkurse und mehr: in sauberen, modernen, barrierefreien Räumen. Direkt am Krankenhaus – unter ärztlicher Leitung. Besondere Fachschwerpunkte: Orthopädie, Gelenkersatz, Rheumaerkrankungen, Schmerztherapie, Unfall- und Operationsnachsorge. ....

im Forum K / Rotes Kreuz Krankenhaus Bremen gGmbH

Osterstraße 1a  
28199 Bremen  
Tel 0421.55 99-316

Fax 0421.55 99-850  
info@physiok.de  
www.physiok.de

**Physio**   
gesund trainieren



## Kleine Maßnahmen der Wohnungsanpassung für mehr Komfort zu Hause

Wollen Sie auch so lange wie möglich im eigenen Zuhause wohnen bleiben? Dann sind Sie in guter Gesellschaft. 90 % aller befragten Menschen über 65 gaben an, auch im Pflegefall zu Hause versorgt werden zu wollen. Aber man muss nicht erst pflegebedürftig werden, um sich mit dem Thema Wohnungsanpassung zu beschäftigen. Mit zunehmendem Alter lässt die Beweglichkeit nach, das Sehen und das Hören machen zunehmend Probleme. Man kann sich das Leben nun deutlich erleichtern, auch ohne gleich das Haus oder die Wohnung umzubauen und ohne direkt alles barrierefrei anzupassen. Schon kleine »Erste Hilfe«-Maßnahmen haben eine große Wirkung. Hier heißt das Stichwort: Komfort!

Der erste Tipp gilt dem Thema **Sturzprophylaxe**. Die meisten Unfälle passieren tatsächlich zu Hause. Suchen Sie also nach potentiellen Stolperquellen wie losen Teppichkanten, Türschwellen oder Verlängerungskabeln. Auch zu viel an Deko, wie Bodenvasen oder Beistelltischchen, kann die Bewegungsfreiheit einschränken. Überlegen Sie, wo ein zusätzlicher Handlauf helfen kann, und verbessern Sie die Beleuchtungssituation. Das fängt vor der Haustür bereits an. Wird im Notfall die Hausnummer erkannt? Gibt es einen Bewegungsmelder, um auch im Dunkeln eine sichere Zuwegung zu garantieren? Sind die Plattenwege übersät mit Stolperkanten? Spätestens wenn der Rollator mit ins Spiel kommt,

werden Sie Ihre Einrichtung mit anderen Augen betrachten.

Weitere »Erste Hilfe«-Maßnahmen sind die sogenannten **Alltagshilfen**. Hierunter fallen zum Beispiel die Greifhilfe, Schlüsseldrehhilfe, Deckelöffner, Schuhanzieher und noch vieles mehr. Auch technische Helfer unterstützen bei der selbständigen Haushaltsführung und verhelfen zu mehr Lebensqualität. Vielen bekannt ist der Klassiker, der Hausnotruf. Mit dem Knopf am Armband oder der Halskette können Sie rund um die Uhr einen Dienstleister erreichen, der im Notfall Hilfe vorbeischiekt. Darüber hinaus gibt es noch viele weitere technische Produkte, die Sie unterstützen. Das wichtigste technische Produkt ist das Smartphone. Ihr Handy kann so viel mehr als nur telefonieren! Es ist gleichzeitig Lupe, Taschenlampe und Sehhilfe.

Nutzen Sie neue **digitale Technik** für sich. Skypen Sie schon mit den Enkelkindern? Oder versenden Sie Bilder per WhatsApp? Wenn Sie die Technik nicht schreckt, eröffnet sie Ihnen neue Welten. Nutzen Sie vielleicht schon einen Rasenmäherroboter oder einen





Staubsaugerroboter? Dann sind Sie ja bereits mitten im Thema. Wenn Sie jetzt aber denken, das sollte ich unbedingt mal angehen, dann erkundigen Sie sich nach Schulungen für die Anwendung von Handy und Computer.

Noch lange nicht muss teuer umgebaut werden, denn noch kommen Sie die Treppe hoch und in die Dusche rein? Und doch wissen viele nicht, welche Produkte zu diesem Zeitpunkt schon das Leben erleichtern können und wer diese Produkte bezahlt. Auch wenn noch kein Pflegegrad vorhanden ist, können Sie sich **Hilfsmittel** von Ihrem Hausarzt verordnen lassen. Zum Beispiel den Haltegriff, um in die Dusche zu kommen. Oder den Badewannenlifter, wenn Sie lieber baden. Lässt die Kraft in den Beinen nach? Dann wäre eine Aufstehhilfe für den Sessel und die Toilettenerhöhung das Richtige für Sie. Komforthöhen beim Bett erleichtern das Aufstehen am Morgen. Angenehm ist auch ein Dusch-WC. Gerade die benötigte Hilfe bei der täglichen Körperhygiene entscheidet oft, ob ein Wohnen zu Hause langfristig möglich ist. Die Kosten der Wohnungsanpassung gegen die monatlichen Heimkosten gerechnet, lassen diese direkt in einem günstigeren Licht erscheinen.

Besonderes Augenmerk sollten Sie auf das **Badezimmer** richten. Gerade hier passieren viele Stürze. Badematten können beim Aussteigen aus der Dusche zur Rutschbahn werden. Der nächtliche Toilettengang ist ein ganz eigenes Thema. Viele wollen ganz bewusst kein Licht anmachen, um den Partner nicht zu

wecken oder um im Halbschlaf zur Toilette zu gehen und nachher schnell wieder einschlafen zu können. Ein Nachtlicht in der Steckdose oder unter der Bettkante bietet die nötige Orientierung, ohne gleich das Deckenlicht einschalten zu müssen. Eine größere Sache ist dann der Badezimmerumbau. Hier gibt es Zuschüsse, auch ohne Pflegegrad. Der Staat gibt Ihnen über die KfW Bank 10 % der Investition bis maximal 5.000 € als Anreiz zur barrierefreien Anpassung dazu.

Bedenken Sie immer: Was bereits heute ohne Einschränkungen ein Mehr an Komfort bietet, erleichtert den Alltag bei ersten Alterserscheinungen und ermöglicht bei einem Handicap den Verbleib in der eigenen Häuslichkeit. Haben Sie sich in der einen oder anderen Situation wiedererkannt? Dann lassen Sie sich beraten und erleichtern Sie sich den Alltag. Denn das Ziel aller Maßnahmen ist es, so lange wie möglich eigenständig im eigenen Zuhause bleiben zu können. Und das wollen Sie doch auch, oder?

***kom.fort e. V. bietet kompetente und unabhängige Beratung zur Wohnungsanpassung in Bremen mit praktischen Beispielen in der Ausstellung oder in Ihrem Zuhause mit individuellen Lösungsvorschlägen.***

**kom.fort e. V.**

Landwehrstr. 44, 28217 Bremen

Di.–Do. 10–13 Uhr und Mi. 15–17 Uhr,

Tel. 0421 · 790 110, E-Mail: [info@kom-fort.de](mailto:info@kom-fort.de)



# Pflege- und Betreuungseinrichtungen

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 hat daher neue Begriffe eingeführt:

- Service-Wohnen,
- Anbieterverantwortete Wohngemeinschaften,
- 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 (BremWoBeG).

## Anbieterverantwortete Wohngemeinschaft

---

Diese Wohnform ist auch als Pflege-WG bekannt. Ein Pflegedienstleister oder ein Wohnungsanbieter bietet eine Wohnung an, in der er/sie mehreren (meistens 8–12) älteren Menschen mit unterschiedlichen Pflegebedarfen »das Leben in einem gemeinsamen Haushalt« ermöglicht. Bewohnerinnen und Bewohner 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 BewohnerInnen einer Pflege-WG gemeinsam für einen Pflegedienst, weil der für die individuellen Leistungen der Pflegeversicherung und die Eigenleistungen der BewohnerInnen 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.

Anbieterverantwortete Wohngemeinschaften unterliegen 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 Pflege- und Betreuungseinrichtungen 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

BewohnerInnen 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 unabhängig von Beschwerden einmal im Jahr von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht geprüft. Die BewohnerInnen 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.

## Seniorenwohnheim

---

Hier leben Menschen mit einer relativ hohen Selbstständigkeit in Apartments, in denen in der Regel auch die Möglichkeit des Kochens besteht. Sie haben aber auch die Möglichkeit, am Mittagstisch der Einrichtung teilzunehmen sowie an weiteren kulturellen und sozialen Angeboten. Mit dem Mietvertrag werden Kosten für die Vorhaltung der Mahlzeitenangebote, anteilige Kosten für die Einrichtungsverwaltung, Instandhaltung der Gemeinschaftsflächen und die Pforte geregelt. BewohnerInnen können Wahlleistungen, auch pflegerische Hilfen, festlegen oder



spontan nutzen, die dann zusätzlich abgerechnet werden. Auskünfte bei der:

### **Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport**

Referat Ältere Menschen, Leitung Wohn- und Betreuungsaufsicht/Tagespflegen  
Iris Hinrichsen, Tel. 0421 361-16181  
E-Mail: iris.hinrichsen@soziales.bremen.de

### **Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Wechsel in eine Pflege- oder Betreuungseinrichtung?**

---

Diese Fragen stellen sich viele Seniorinnen und Senioren, insbesondere Pflegebedürftige und ihre Angehörigen. 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, beispielweise

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 NutzerfürsprecherInnen**

---

Interessenvertretung für Menschen, die in Pflegeeinrichtungen oder Eingliederungseinrichtungen leben oder die Gäste einer Tagespflegeeinrichtung sind (hier als NutzerInnen bezeichnet).



### **Interessenvertretung für mehr Selbstbestimmung und Verbraucherschutz**

Einrichtungsleitung und Betreuungskräfte prägen oft die Atmosphäre von Wohn- und Unterstützungsangeboten. Von NutzerInnen wird das manchmal als fremdbestimmt empfunden. Sie und ihre Angehörigen fühlen sich oft von Einrichtungsleitungen, Einrichtungsträgern und Pflegekräften abhängig. Sie scheuen sich, Kritik oder Verbesserungsvorschläge zu äußern. Mit dem Bewohnervertrag 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 Nutzerbeirat oder der/die NutzerfürsprecherIn als unabhängige Interessenvertretung helfen. Sie sollen die NutzerInnen darin unterstützen, ihre Vorstellungen und Wünsche in die Gestaltung des Einrichtungslebens einzubringen.

### **Aufgaben der Interessenvertretung**

Die Interessenvertretung nimmt Anregungen und Beschwerden von NutzerInnen entgegen und sorgt für die Umsetzung und Bearbeitung der Anliegen. Ebenso soll die Eingliederung neuer BewohnerInnen oder neuer Tagespflegegäste gefördert werden. An der Aufstellung bzw. Änderung des Bewohnervertrages, der Hausordnung sowie bei Maßnahmen der Unfallverhütung, bei Änderungen am Bewohnerentgelt, bei

der Planung von Veranstaltungen sowie der Alltags- und Freizeitgestaltung, bei der Gestaltung der Einrichtung, der Betreuung und Verpflegung sowie bei baulichen Veränderungen des Hauses besteht für die Interessenvertretung ein Mitwirkungsrecht. Einrichtungsleitung und Einrichtungsträger sind verpflichtet, bei bestimmten Entscheidungen rechtzeitig und unaufgefordert die Interessenvertretung einzubeziehen.

### **Die Formen der Interessenvertretung**

#### **A.) Nutzerbeirat**

Der Nutzerbeirat besteht aus Nutzerinnen und Nutzern sowie externen Mitgliedern. Er wird in regelmäßigen Abständen gewählt.

#### **B.) Vertretungsgremium**

In Wohn- und Unterstützungsangeboten, deren NutzerInnen keinen Nutzerbeirat wählen können oder wollen, kann die Wohn- und Betreuungsaufsicht anstelle des Nutzerbeirates ein Vertretungsgremium anerkennen, bestehend aus Angehörigen oder aus anderen Personen, die das Vertrauen der NutzerInnen haben.

#### **C.) NutzerfürsprecherInnen**

NutzerfürsprecherInnen werden von der zuständigen Behörde in solchen Fällen bestellt, in denen weder ein Nutzerbeirat gewählt werden kann noch



Alltagsbegleitung  
und persönliche  
Betreuung für  
Senioren zu Hause

Unsere Leistungen für Sie in Bremen:

- Betreuung zu Hause
- Hilfen im Haushalt
- Entlastung pflegender Angehöriger
- Begleitungsdienste
- Grundpflege
- Demenzbetreuung
- Familienbetreuung

0421 430 376-28 rund um die Uhr  
bremen@homeinstead.de

Senioren- und Familienberatung Hanöckel GmbH & Co. KG  
Kurfirstenallee 35a · 28211 Bremen

Home Instead  
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt  
www.homeinstead.de

ein Vertretungsgremium zur Verfügung steht. In Tagespflegeeinrichtungen ist die Interessenvertretung immer durch eine Nutzerfürsprecherin oder einen Nutzerfürsprecher gewährleistet.

Informationen zu dieser Aufgabe erhalten Sie im Internet auf der Homepage:  
**[www.soziales.bremen.de/info/heimmitwirkung](http://www.soziales.bremen.de/info/heimmitwirkung)**  
oder bei der

### Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Referat Ältere Menschen  
Wohn- und Betreuungsaufsicht  
Meike Winkelmann  
Tel. 0421 · 361-6895  
E-Mail:  
[meike.winkelmann@soziales.bremen.de](mailto: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 Bewohnerinnen  
und Bewohner
- Größe der Zimmer und Wohnungen
- Ausstattung der Zimmer und Wohnun-  
gen (Können bzw. müssen die Bewoh-  
nerinnen und Bewohner eigene Möbel,  
Teppiche, Gardinen usw. mitbringen?)
- Ausstattung mit Bad und Toilette  
(Wie viele Bewohner 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 eine Bewohnerin oder ein Bewohner 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 Bewohnerinnen und Bewohner 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 Bewohnerzimmer 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 Bewohnerinnen und Bewohner jederzeit das Haus eigenständig verlassen und betreten?
- 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 (Welche besonderen Angebote der Betreuung der Bewohnerinnen und Bewohner 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 Ärzten betreuen lassen, die bisher betreut haben? Mit welchen Ärzten hat die Einrichtung eine besondere Kooperation?)



## Bildimpresum

Die Urheber der Illustrationen in diesem Magazin sind:

Titelbild	Pixabay	Seite 62	KellnerVerlag
Seite 1	Pixabay	Seite 63	Klaus Kellner
Seite 9	Pixelio	Seite 64	Pixabay
Seite 13	Pixabay	Seite 67	Pixabay
Seite 15	Pixabay	Seite 84	Pixabay
Seite 19	Pixabay	Seite 86	Pixabay
Seite 27	Köprü	Seite 98	Pixabay
Seite 42	Pixabay	Seite 100	kom.fort
Seite 51	Pixabay	Seite 109	Klaus Kellner
Seite 57	Pixabay		

# PflegeIMPULSE

## UNSERE LEISTUNGEN

### GRUNDPFLEGE

- An- & Auskleiden
- Hilfe bei der Körperpflege
- Lagern bei Bettlägerigkeit
- Unterstützung bei Nahrungsaufnahme
- Inkontinenzversorgung
- Mobilisation & Prophylaxe

### BEHANDLUNGSPFLEGE

- Medikamentengabe/ Injektionen
- Verbandswechsel/ Dekubitusbehandlung
- Katheterwechsel und -pflege
- Postoperative Behandlung
- Stomaversorgung
- Kompressionsstrümpfe/-wickel
- Parenterale Ernährung
- Blutdruck- und Blutzuckermessung

Ihr ambulanter  
Pflegedienst in Bremen

Weil es Zuhause am  
schönsten ist!

**Pflegeimpulse  
Bremen**

Außer der Schleifmühle 36  
28203 Bremen

**Tel. 0421 325550**

E-Mail: [info@pflegeimpulse.de](mailto:info@pflegeimpulse.de)



# Bremer Wohnstättenverzeichnis

## Unterstützende Wohnformen

### Inhalt:

Bremer Norden S. 110

Bremer Süden & Mitte S. 115

Bremer Westen S. 122

Bremer Osten & Östliche Vorstadt S. 126

**Erläuterung** **Wohnen:** Seniorenwohnungen 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 Seniorenwohngemeinschaften. **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
<b>NORD</b>						
<b>Blumenthal</b>						
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rönnebeck</b> Dillener Straße 69–71 28777 Bremen Tel. 6094-0, Fax 6094-119 Leitung: Frau Groth-Papke 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, Wohnrechts- erwerb, Whg. und App. sind individuell zu möbli- ren, Pflegez.-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Tages- betreuung
<b>HANSA Seniorenzentrum Haus Flethe</b> Kapitän-Dallmann-Straße 24 28779 Bremen						
<b>Burglesum / St. Magnus / Grambke</b>						
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Blumenkamp</b> 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, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Pfl- gezimmer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, großer Park, Minigolfanlage, Kindergruppe
<b>Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Cigarrenmanufactur</b> Stader Landstr. 46 28719 Bremen Tel. 6268-108 Fax 6268-119 Leitung: Frau Fiedler	17 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'



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz St. Ilsabeen</b> Billungstraße 31–33 28759 Bremen Tel. 6264-0, Fax 6264-119 Leitung: Frau Hoven info@bremer-heimstiftung.de	<b>100</b> App. <b>8</b> Wohn- pflege- app.		<b>16</b> Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Residenz- und Wohnpfle- geapp. sind individuell zu möblieren, Wohnrechts- erwerb, großer Park, Re- staurant, Computer-Treff, Vital-Treff mit Sauna und Schwimmbad, Kinder- gruppe
<b>Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Marßel</b> Helsingborger Straße 2 28719 Bremen Tel. 6268-108, Fax 6268-119 Tel. Tagespflege 6967-9690, Fax 6967-9689 Leitung: Frau Fiedler	Wohnen mit Service		<b>18</b> Tages- pflege		Auf Nachfrage	1- und 2-Zimmerwoh- nungen sind individuell zu möblieren, Nachbar- schaftstreff
<b>Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Servicewohnen</b> Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-205, Fax 6381-651 Geschäftsführung: Thomas Schächter altenpflege@friedehorst.de	<b>79</b>		<b>284</b> in versch. Einrich- tungen, <b>29</b> Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Servicewohnen, Tages- pflege, Kurzzeitpflege, vollstationäre Pflege mit eigenen angestellten Ärzten, Physiothera- peuten, Ergothera- peuten und Logopäden, Seelsorge, Wohnen im Parkgelände der Stiftung Friedehorst
<b>Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Via Vita</b> Rotdomallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-235, Fax 6381-8811 Leitung: Carsten Wenke carsten.wenke.dsp@ friedehorst.de			<b>80</b>	Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Schwerstpflege, Beat- mungspflege im Alter von 20 bis 60 Jahren, eigene Ärzte und Therapeuten-Team



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Da Vinci</b> Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-814, Fax 6381-8814 Leitung: Claudia Bahr claudia.bahr.dsp@friedehorst.de			<b>70</b>	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Eigene angestellte Ärzte und Therapeuten, modernes Gebäude
<b>Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Haus Promente</b> Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-387, Fax 6381-42070 Leitung: Frank Köhler frank.koehler.dsp@friedehorst.de			<b>74</b>	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Spezialisiert auf die Pflege von Menschen mit Demenz, eigene angestellte Ärzte und Therapeuten
<b>HANSA Seniorenwohnpark an der Ihle</b> Hindenburgstraße 7 28717 Bremen						
<b>HANSA Seniorenwohnpark an der Lesum</b> Am Burgplatz 2 28719 Bremen						
<b>Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Grambker See</b> Hinterm Grambker Dorfe 3 28719 Bremen Tel. 64900-373, Fax 64900399 Leitung: Tatjana Kinast heimstaettegrambke@ sozialwerk-bremen.de			<b>80</b> <b>42</b> Pflege <b>38</b> Geronto- psychi- atrische Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	106,72 € 95,07 € 95,07 € 95,07 € 95,07 € (Stand 2020)	Neubaustandard, Einzel- zimmer, WLAN, Garten, christliche Angebote, Café, Friseur, Service- Wohnen und Tages- pflege am Standort



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Wohnen mit Service im Caritas-Haus St. Birgitta</b> Göteborgerstr. 34 28719 Bremen Tel. 66080, Fax 6608181 Leitung: Frau Cloppenburg st.birgitta@caritas-bremen.de	4 Whg.				mtl. Miete inkl. NK 428,- € bis 550,- € (je nach qm) + 85,- € Servicepauschale	Frisör im Haus, Garten nutzbar
<b>Caritas-Haus St. Birgitta</b> Göteborgerstr. 34 28719 Bremen Tel. 66080, Fax 6608181 Leitung: Frau Kuzmin st.birgitta@caritas-bremen.de			68	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Eigene Möbel können mitgebracht werden, großer Garten, helles und freundliches Haus, verschiedene Dachterrassen, Frisör, eingestreute Kurz- und Langzeitpflege
<b>Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Grambke</b> 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 85,00 / 127,50 €. B-Schein erforderlich	Standort: Ellerbuschort 14+14a, 16, 18a, 20+20a  Wohnungen überwiegend mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Notrufanlage in der Wohnung. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
<b>Wohn- &amp; Pflegeheim Lesmona</b> Blauholzmühle 32 28717 Bremen						
<b>Aumund / Vegesack</b>						
<b>Senioren- und Pflegeheim Leeßem Barg</b> Lesumstraße 1 28759 Bremen, Tel. 33020040 info@leessem-barg.de						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Fichtenhof</b> Schönebecker Kirchweg 33 28757 Bremen Tel. 6269-0, Fax 6269-119 Leitung: Frau Okun info@bremer-heimstiftung.de	27 Whg. (Service- Wohnen)  Pflege- App. Wohn- pflege		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tagespfle- ge, Kurz- zeitpflege	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
<b>Bremer Heimstiftung Vier Deichgrafen</b> Zum Alten Speicher 6 28759 Bremen Tel. 4095-0, Fax 4095-119 Leitung: Frau Sasse info@bremer-heimstiftung.de	59 Whg.				Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, frei- finanziert, Wohnrechtser- werb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsraum, Wellnessbereich, Garten, direkt am Lesumufer gelegen
<b>Christopher-Haus II</b> Hammersbecker Str. 203/205 28755 Bremen						
<b>Haus Raphael</b> Löhstraße 44 28755 Bremen						
<b>Residenz am Löhpark (am Klinikum HB-Nord)</b> Kuhstraße 3, Löhstraße 44 a 28755 Bremen Tel. 6520170, Fax 650090 info@residenz-amloehpark.de www.residenz-amloehpark.de						

**Erläuterung** **Wohnen:** Seniorenwohnungen 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 Seniorenwohngemeinschaften. **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
<b>SÜD Arsten / Kattenturm / Kattenesch / Obervieland</b>						
<b>Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenesch</b> Alfred-Faust-Straße 115 28277 Bremen Tel. 8402-0, Fax 8402-119 Leitung: Frau Ritter info@bremer-heimstiftung.de	40 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
<b>Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenturm</b> Robert-Koch-Straße 70 28277 Bremen Tel. 56342398, Fax 56342438 Leitung: Frau Karbe info@bremer-heimstiftung.de	57 Whg.	Pflege-WG	Tagespflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Nachbarschaftstreff
<b>Christliches Reha-Haus e. V.</b> Kattenturmer Heerstraße 156 28277 Bremen Tel. 696725310, Fax 696725323 Leitung: Norbert Kuprian norbert.kuprian@chr-reha-haus.de	39	3	80	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	81,24€ 89,52€ 105,70€ 122,56€ 130,12€	Eigene Möbel möglich, Haustiere nach Absprache, ausschl. für ältere Suchtkranke ab 40 Jahren und Menschen mit psychiatrischen Veränderungen, die abstinent leben möchten
<b>Paritätische Dienste Bremen gGmbH Haus Obervieland</b> Alfred-Faust-Straße 19 28277 Bremen, Tel. 2774280 Leitung: Dorothea Grabach haus-obervieland@pd-bremen.de	27 Whg.		Pflegeleistungen können vereinbart werden	Kein Versorgungsvertrag für stationäre Pflege – ambulante Leistungen können vereinbart werden	51–62 qm, Grundm.: 7,60 €/qm NK-Vorausz.: 3,- €/qm monatl. Pauschale für die 24-Std-Rufber. u. d. Grunds.: 85,- € (127,50 € mit Partner)	Barrierefreie Wohnungen für Senioren und körperlich behinderte Menschen, 24 Stunden erreichbare Pflegezentrale im Haus. Die Passage Kattenturm vermietet die Wohnungen, die Paritätischen Dienste übernehmen auf Wunsch Pflege und Betreuung



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Residenz-Gruppe Pflegezentrum Arsten</b> Heukämpendamm 54 28279 Bremen Tel. 620 636-0 Fax 620 636 20 Leitung: Frau Wolf	106 Whg.		vollstationäre Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	demenzieller Bereich, Pflegeapartments
<b>Residenz-Gruppe Haus Rotbuche</b> Hinter dem Vorwerk 32 28279 Bremen Tel. 8989790 Fax 824626 Leitung: Frau Poppe	60 Whg.		vollstationäre Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	
<b>Senioren-gemeinschaft Kattenturm Convivo Unternehmensgruppe</b> Kattenturmer Heerstraße 139 28277 Bremen						
<b>Haus O'Land Convivo Unternehmensgruppe</b> Alfred-Faust-Straße 1 28277 Bremen						
<b>Wohnanlage CASA VITA Arsten</b> August-Hagedorn-Allee 1 28279 Bremen Tel. 809543 Fax 8095455 Leitung: Wiebke Beenenga und Inken Janshen info@zfpf.de, www.zfpf.de	51 Whg.			Pflegebüro im Haus	54–94 qm, 590,- € bis 1.000,- € Kaltmiete	Wohnen mit Service, Miete zzgl. NK und Betreuungspauschale, Gemeinschafts- und Ver- anstaltungsraum (auch für private Nutzung)



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Habenhausen</b>						
<b>Seniorenresidenz Weserbogen Convivo Unternehmensgruppe</b> Habenhauser Dorfstraße 70 28279 Bremen						
<b>Huchting</b>						
<b>Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Huchting</b> Tegeler Plate 23 28259 Bremen Tel. 5722-0, Fax 5722-119 Leitung: Herr Hubig info@bremer-heimstiftung.de	90 Whg.	Pflege- WG für Men- schen mit Demenz	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, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Pfl- gezimmer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Garten, Kindergruppe
<b>Haus Invita</b> Kirchhuchtinger Landstraße 79/81, 28259 Bremen Tel. 69200-0						
<b>Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 1</b> Delfter Str. 25 28259 Bremen Tel. 579536, Fax 5795385 Leitung: Frau Hintz	86 Whg.		vollsta- tionäre Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	
<b>Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 2</b> Zwischen Dorpen 1 28259 Bremen Tel. 579536, Fax 5795385 Leitung: Frau Bastron	56 Whg.		vollsta- tionäre Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	



Einrichtung/Adress	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Neustadt / Woltmershausen / Rablinghausen</b>						
<b>Wohnen mit Service für Senioren St. Pauli-Stift</b> St.-Pauli-Deich 1, 28199 Bremen Tel. 596-7484						
<b>Alten- und Pflegeheim der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz gGmbH</b> St.-Pauli-Deich 26 28199 Bremen Tel. 5599392, Fax 809317809						
<b>Bremer Heimstiftung Haus Stadtwerder</b> Tanzwerder 20, 28199 Bremen Tel. 56342398, Fax 56342438 Tel. Tagespflege 67347576 Fax 67329574 Leitung: Frau Riekens		Pflege-WG	Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Exklusive, zentrale Lage in Wesernähe
<b>Bremer Heimstiftung Haus in der Neustadt Wohnen an der Zionskirche</b> Hermannstraße 37–41 28201 Bremen Tel. 2445-0, Fax 2445-119 Leitung: Frau Bischoff und Frau Helmke info@bremer-heimstiftung.de	37 Whg.	WG für Menschen mit Demenz			Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsraum, Garten
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rablinghausen</b> Rablinghauser Landstraße 51 a–e, 28197 Bremen Tel. 5207-0, Fax 5207-119 Leitung: Frau Paul info@bremer-heimstiftung.de	56 Whg.		Pflege in Hausgemeinschaften, Tagespflege	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



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Wohnen mit Service im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael</b> Kornstraße 371, 28201 Bremen Tel. 8779-350, Fax 8779-345 Leitung: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@caritas-bremen.de	<b>Service-Wohnen:</b> 43 Whg.					Balkon, Frisör im Haus, Praxis für Physio- und Ergotherapie, großer Garten, ambulanter Pflegedienst
<b>Ambulante Seniorenwohngemeinschaft im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael</b> Kornstraße 371 28201 Bremen Tel. 8779-350, Fax 8779-345 Leitung: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@caritas-bremen.de		5 WG-Plätze				Eigenes Bad, gemeinschaftliche Wohnküche, Hauswirtschaftsraum, Terrasse, Frisör, ambulanter Pflegedienst, Praxis für Physio- und Ergotherapie im Haus, großer Garten
<b>Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael</b> 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, Frisör, Physiotherapie, Langzeitpflege und eingestreuete KZP, Räumlichkeiten für Familienfeiern, Café
<b>HANSA Seniorenzentrum Neustadt I</b> Westerstr. 19–31 28199 Bremen						
<b>HANSA Seniorenzentrum Neustadt II</b> Heinrich-Bierbaum-Straße 9 28199 Bremen						
<b>CASA Reha »Weserhof«</b> Hermann-Ritter-Straße 111 28197 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Neustadt</b> Große Johannisstraße 131–147, 28199 Bremen Tel. 163393-20, Fax 163393-22 Ansprechpartner/in: N. N. sw-neustadt@sozialwerk-bremen.de	40 Whg				34–42 qm, 2 Zimmer, Miete kalt 7,40–9,00 €/qm + NK + Grundservice 85,-/127,50 € Teilweise B-Schein erforderlich	Standort: Große Johannisstr. 131–135 Barrierefreie Woh- nungen mit Balkon oder Terrasse, EBK, Dusch- bad, Notrufanlage in der Wohnung. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
<b>Verein für Innere Mission Altenpflegeheim Kirchweg</b> Kirchweg 124–128 28201 Bremen Tel. 52550, Fax 5579244 Leitung: Andrea Bussen aph-kirchweg@ inneremission-bremen.de	15 Whg. (45–74 qm)		111		68,82 € 77,29 € 93,47 € 110,33 € 117,89 €	Kurzzeitpflege, Verhin- derungspflege, Wohnen mit Service, Dementen- bereich, eigene Küche, offener Mittagstisch, Räumlichkeiten für Familienfeiern, Cafeteria
<b>Wohnanlage CASA VITA Neustadt</b> 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, 385,- € bis 721,- € Kaltmiete	Wohnen mit Service, Miete zzgl. NK und Betreuungspauschale, Gemeinschafts- und Veranstaltungsraum (auch für private Nutzung)
<b>Mitte</b>						
<b>Haus am Dobben Convivo Unternehmensgruppe</b> Am Dobben 67–68 28203 Bremen						
<b>Hoffnungstaler Stiftung Lobetal Pflegezentrum am Doventor</b> Doventorsdeich 3–15 28195 Bremen Tel. 0421 478840 Leitung Thomas Dehn amDoventor@lobetal.de			90	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5		Kurzzeitpflege, Verhinde- rungspflege, Bereich für Menschen mit kognitiven Einschränkungen eigene Küche und Wohn- küchen



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Bremer Heimstiftung</b> <b>Stadtteilhaus St. Remberti</b> Hoppenbank 2–3 28203 Bremen Tel. 3602-0, Fax 3602-119 Leitung: Frau Middelberg info@bremer-heimstiftung.de	57 App.		Pflege in Hausgemeinschaften, Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	App. sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Tagesbetreuung für Bewohner aus dem Wohnbereich, PC-Treff, Praxis für Physiotherapie, Kindergarten
<b>DKV-Residenz in der Contrescarpe</b> 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)		29 Plätze (Einzelzimmer)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Individuelle Möblierung möglich, Service-Wohnen, ambulanter Pflegedienst, Frisör, Arztpraxis, Laden, Café, Physiotherapie, Schwimmbad, Sauna, Tagespflege auch für externe Gäste, persönl. Besichtigungstermin unter Tel. 3229-3300
<b>Seniorenhaus am Klinikum Mitte</b> <b>Convivo Unternehmensgruppe</b> Friedrich-Karl-Straße 22 28205 Bremen Tel. 43772-0, Fax 43772-110 Leitung: Johannes Heger info@haus-am-klinikum.de www.haus-am-klinikum.de						

**Erläuterung** **Wohnen:** Seniorenwohnungen 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 Seniorenwohngemeinschaften. **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
<b>WEST</b>						
<b>Findorff</b>						
<b>Zentrum für Betreuung und Pflege, Curanum Findorff</b> Walsroder Straße 1 28215 Bremen, Tel. 35070 findorff@korian.de						
<b>Curanum Betriebs GmbH</b> <b>Curanum Seniorenstift</b> Ricarda-Huch-Str. 1 28215 Bremen, Tel. 37880 weidedamm@korian.de						
<b>Convivo Park Findorff</b> Hemmstraße 345 28215 Bremen						
<b>K&amp;S Seniorenresidenz</b> <b>Bremen-Findorff</b> 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			<b>118 Plätze</b> (88 EZ, 15 DZ)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	80,03 € 89,28 € 105,46 € 122,32 € 129,88 €	Cafeteria und Bibliothek, Gartenbereich mit Terrasse und Dachterrasse, hauseigene Küche, Wäscherei, Frisör und Fußpflege, Sole-Oase, eigener Sanitärbereich, Wohlfühlbad
<b>Paritätische</b> <b>Dienste Bremen gGmbH</b> <b>Haus Weidedamm</b> Ricarda-Huch-Straße 29 28215 Bremen Tel. 3795632 Leitung: Katy Koch haus-weidedamm@pd-bremen.de	<b>29 Whg.</b>		pflegerische Leistungen können vereinbart werden	kein Versorgungsvertrag für stationäre Pflege – ambulante Leistungen können vereinbart werden	48–62 qm Grundmiete: 7,70 €/qm; NK-Vorausz.: 3,- €/qm; mtl. Pausch. für 24-Std.-Rufbereitschaft und Grundservice: 85,- € (127,50 € mit Partner)	Barrierefreie Wohnungen für Senioren und körperlich behinderte Menschen, 24 Stunden erreichbare Pflegezentrale im Haus



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Seniorenhaus</b> <b>Ansbacher Straße</b> <b>Convivo Unternehmensgruppe</b> Ansbacher Straße 18 28215 Bremen						
<b>Gröpelingen / Oslebshausen</b>						
<b>AWO Ambulant gGmbH,</b> <b>Pflegeheim Ella-Ehlers-Haus</b> Dockstraße 20 28237 Bremen Tel. 61870, Fax 6187103 Leitung: Annette Zarnitz a.zarnitz@awo-bremen.de			<b>95</b> stationäre Plätze <b>5</b> Plätze Kurzzeit- pflege	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Selbstmöblierung mög- lich, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern
<b>Bremer Heimstiftung</b> <b>Stiftungsdorf Gröpelingen</b> <b>Alte Feuerwache</b> 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, »cafe brand«, Kindergruppe, Begeg- nungsstätte von ZIS
<b>Ev. Diakonissen-Mutterhaus</b> Adelenstraße 68 28239 Bremen						
<b>DIAKO KURZZEITPFLEGE</b> <b>gGmbH</b> Gröpelinger Heerstraße 406–408 28239 Bremen Tel. 6102-5100, Fax 6102-5199 info@diako-kurzzeitpflege.de www.diako-kurzzeitpflege.de			<b>18</b> EZ, <b>6</b> DZ (Kurzzeit- pflege- plätze)	alle Pflege- grade, § 39c SGB V		Alle Gästezimmer mit eigener Nasszelle, TV, Telefon und Kühl- schrank, kostenloses WLAN
<b>Haus Seewenje</b> <b>Convivo Unternehmensgruppe</b> Gnesener Straße 6 28237 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Seniorenhaus Oslebshausen Convivo Unternehmens- gruppe</b> Am Oslebshausener Bahnhof 2 28239 Bremen						
<b>Sozialwerk der Freien Christengemeinde, Heimstätte Ohlenhof</b> Schwarzer Weg 98 28239 Bremen Tel. 6190-20, Fax 6190299 Leitung: Vera Strech heimstaette-ohlenhof@ sozialwerk-bremen.de			<b>63</b>	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	97,66 € 84,20 € 84,20 € 84,20 € 84,20 € (Stand 2020)	Zimmer überwiegend mit Balkon, Garten mit Teichanlage, eigene Möbel willkommen, regel- mäßige Gottesdienste, Demenstation mit 22 Plätzen vorhanden, Ta- gespflege am Standort. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
<b>Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Oslebshausener Park</b> Oslebshausener Landstraße 20 28239 Bremen Tel. 3360-6, Fax 3360-799 Leitung: Michael Strauch heimstaette-oslebshausen@ sozialwerk-bremen.de			<b>70</b>	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	91,35 € 76,73 € 76,73 € 76,73 € 76,73 € (Stand 2020)	Einzelzimmer mit Bad, Schwerpunkt liegt auf Beschäftigungs- und Gemeinschaftsakti- vitäten, Tagespflege am Standort. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
<b>Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Ohlenhof</b> Humannstraße 69 28239 Bremen Tel. 6190-269, Fax 6190-299 Ansprechpartnerin: Ilona Jade sw-ohlenhof@sozialwerk- bremen.de	<b>10</b> Whg.				47–59 qm, 2–3 Zimmer, Miete kalt 7,40–9 €/qm + NK + Grund- service 85,-/ 127,50 €. B- Schein erforderlich	Barrierefreie Wohnungen mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Neubau 2010, Notrufanlage in der Wohnung. Weitere Informationen über die Hausverwaltung

*Da die Preise laufenden Änderungen unterliegen, kann hierfür keine Gewähr übernommen werden.*



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Sozialwerk der Freien Christengemeinde, Service-Wohnen am Oslebshauer Park</b> Oslebshauer 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 8,05–9,00 €/qm + NK + Grundservice 85,– €/127,50 €. Teilweise B-Schein erforderlich	Standort: Oslebshauer Landstr. 18, Menkenkamp 10+22  Barrierefreie Wohnungen mit Balkon und Terrasse, EBK, Duschbad, Baujahr 2005 – 2007, Notrufanlage in der Wohnung. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
<b>Walle</b>						
<b>AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Walle</b> Reuterstraße 23–27 28217 Bremen Tel. 39020, Fax 3902191 Leitung: Gabriele Becker g.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
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Walle</b> 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
<b>Stiftung Friedehorst, Dienste für Senioren und Pflege Almata-Stift</b> Almatastraße 1–9 28219 Bremen Tel. 6381-900, Fax 6381-9066 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
<b>OST</b>						
<b>Borgfeld</b>						
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Borgfeld</b> Daniel-Jacobs-Allee 1 28357 Bremen Tel. 69624696, Fax 69624695 Leitung: Frau Büge 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
<b>Arbergen / Hemelingen / Hastedt</b>						
<b>AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Rosmarie- Nemitz-Haus</b> Hermann-Osterloh-Straße 117 28307 Bremen Tel. 489080, Fax 48908144 Leitung: Katarzyna Göbel k.goebel@awo-bremen.de			<b>79</b> stationäre Plätze <b>7</b> Plätze Kurzzeit- pflege	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
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Arberger Mühle</b> Vor dem Esch 7 28307 Bremen Tel. 69695999, Fax 69695998 Leitung: Frau Bonjer info@bremer-heimstiftung.de	39 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
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hemelingen</b> 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, Kurz- zeitpflege		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
<b>Residenz-Gruppe Seniorenresidenz am Rosenberg</b> 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	
<b>Residenz-Gruppe Seniorenresidenz Ellmers</b> 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
<b>Horn-Lehe</b>						
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hollergrund</b> Im Hollergrund 61 28357 Bremen Tel. 2785-0, Fax 2785-119 Leitung: Frau Slopinski info@bremer-heimstiftung.de	72 Whg. 12 Wohnpflegeapp.		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, parkähnliche Dorfgelände, Gemeinschaftsräume, Begegnungsstätte, Kindergarten

**Erläuterung** **Wohnen:** Seniorenwohnungen 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 Seniorenwohngemeinschaften. **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
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Luisental</b> 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
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Marcus- allee mit Villa am Deliusweg</b> Marcusallee 39 28359 Bremen Tel. 2385-0, Fax 2385-119 Leitung: Frau Fiorucci 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
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Riensberg</b> Riekestraße 2 28359 Bremen Tel. 2386-0, Fax 2386-119 Leitung: Frau Tebruck 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
<b>Johanniter Bremen gGmbH Johanniterhaus Bremen</b> 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
<b>Pflegezentrum ›Marcusallee‹</b> Marcusallee 2 28359 Bremen						
<b>Seniorenresidenz Sonnenbogen Convivo Unternehmensgruppe</b> Luisental 5 28359 Bremen						
<b>Oberneuland</b>						
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Ichon-Park</b> Oberneulander Landstraße 70 28355 Bremen Tel. 2577-0, Fax 2577-119 Leitung: Frau Scheer info@bremer-heimstiftung.de	56 App. 35 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
<b>Seniorenhaus Rockwinkeler Park Convivo Unternehmensgruppe</b> Rockwinkeler Landstraße 3 28355 Bremen						
<b>K&amp;S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland</b> 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 Bibliothek, Atriumgarten und Dachterrasse, haus- eigene Küche, Wäsche- rei, Frisör und Fußpflege, Sole-Oase, eigener Sani- tärbereich, Wohlfühlbad



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Wohnanlage CASA VITA Oberneuland</b> Rockwinkeler Heerstraße 119 28355 Bremen Tel. 5663941 Ansprechpartnerin: Maria Braunagel info@zfpf.de, www.zfpf.de	27 Whg.				50–99 qm, 611,- € bis 1.025,- € Kaltmiete	Wohnen mit Service, Miete zzgl. NK und Betreuungspauschale, Gästeappartement, parkähnlicher Garten
<b>Osterholz</b>						
<b>Haus der Blinden gGmbH</b> Am Hahnenkamp 6 c 28325 Bremen Tel. 427796-0, Fax 427796-131 Leitung: Herr Zaft info@haus-der-blinden.de						
<b>Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Blockdiek</b> Mülheimer Straße 1–3 28327 Bremen Tel. 4379088, Fax 4379107 Leitung: Frau Schöbel info@bremer-heimstiftung.de	51 Whg.	Pflege- WG			Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff Blockdiek, großer Garten
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Osterholz</b> Ellener Dorfstraße 3 28325 Bremen Tel. 4288-0, Fax 4288-119 Leitung: Frau Drinnhaus info@bremer-heimstiftung.de	85 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



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus OTe</b> Ludwigshafener Straße 6 28325 Bremen Tel. 6961250, Fax 6961251 Leitung: Frau Dimanski info@bremer-heimstiftung.de	33 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff OTE
<b>Egestorff im Alter zuhause gGmbH</b> Stiftungsweg 2 28325 Bremen						
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Ellener Hof</b> Ludwig-Roselius-Allee 181 28327 Bremen Tel. 407451 Leitung: Frau Schöbel	74 Whg.				Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohn- rechtserwerb, Wohn- nungen sind individuell zu möblieren, Gemein- schaftsräume, Parkan- lage, gute Infrastruktur und Verkehrsanbindung
<b>HANSA Forum Ellener Hof</b> Ludwig-Roselius-Allee 183 28327 Bremen						
<b>Seniorenpflegeheim Haus Holter Fleet</b> Osterholzer Heerstraße 73 28307 Bremen						

**Erläuterung** **Wohnen:** Seniorenwohnungen 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 Seniorenwohngemeinschaften. **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
<b>Östliche Vorstadt</b>						
<b>ASB Altenwohn- und Pflegeheim GmbH</b> <b>Haus am Osterdeich</b> Osterdeich 136 28205 Bremen Tel. 4996105, Fax 4996107 Leitung: Herr Grewe Bodo.Grewe@asb-bremen.de www.asb-bremen.de			<b>88</b>	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
<b>ASB-Seniorenresidenz</b> Schierker Str. 36 28205 Bremen Tel. 499610, Fax 4996107 Leitung: Herr Grewe mail@asb-bremen.de www.asb-bremen.de	<b>30</b>	Pflege-WG			48–88 qm, Miete ab 1.030,– €	siehe www.asb-bremen.de
<b>Bremer Heimstiftung</b> <b>Haus im Viertel</b> Auf der Kuhlen 1 b 28203 Bremen Tel. 3349-0, Fax 3349-119 Leitung: Frau Halder info@bremer-heimstiftung	<b>87</b> Whg.	Pflege-WG			Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Garten, Kindergarten
<b>Paritätische Dienste Bremen gGmbH, Wohngemeinschaft im Alten Fundamt (Viertel)</b> Seilerstraße 13, 28203 Bremen Tel. 7948296 Leitung: Cornelia Hübner-Lösch 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/abgerechnet	Miete (inkl. NK) je nach Zimmergröße zw. 419,– € u. 523,– €/mtl. Zusätzlich 200,– €/mtl. Haushaltsgeld sowie eine Betreuungspauschale von 1.500,– €	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 MitarbeiterInnen des Pflegedienstes begleitet



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Senioren-Zentrum ›Schöne Flora‹</b> Hermine-Berthold-Straße 30 28205 Bremen Tel. 46728-0, Fax 46728-1000 Leitung: Frau Kreft infoschoeneflora@kervita.de			<b>133</b>	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Geräumige EZ und DZ mit eig. Bad, zus. Eigenmöbl. wünschenswert, Physio- und Ergotherapie, Urlaubs- und Kurzzeitpflege, Kaminzimmer, Garten und Dachterrasse, Demen-tenbereich, Frisör und Fußpflege im Haus, hauseigene Küche
<b>Schwachhausen</b>						
<b>AWOAmbulant gGmbH, Pflegeheim Sparer Dank</b> Kulenkampffallee 142 a 28213 Bremen Tel. 22070, Fax 2207106 Leitung: Katja Seidel k.seidel@awo-bremen.de			<b>70</b>	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern, viele Veranstaltungen und Angebote
<b>Bremer Heimstiftung Stiftungsres. Landhaus Horn</b> Schwachhauser Heerstr. 264 28213 Bremen Tel. 2468-0, Fax 2468-119 Leitung: Frau Rotgeri-Nunnemann info@bremer-heimstiftung.de	<b>84 App.</b>		Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, Residenz-App. sind individuell zu möblieren, großer Gartenpark mit Outdoorgeräten, großzügige Gesellschaftsräume, Computer-Treff, Vital-Treff, Restaurant, Kindergruppe
<b>Haus St. Elisabeth</b> Reinthalerstraße 17 28213 Bremen Tel. 2100100, Fax 21001022 Leitung: Frau Butt st.elisabeth@caritas-bremen.de			<b>66</b>	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Eigene Möbel möglich, flexible Frühstückszeiten, Frisörsalon, Garten mit Terrasse, Räume für Feierlichkeiten

*Da die Preise laufenden Änderungen unterliegen, kann hierfür keine Gewähr übernommen werden.*



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
<b>Caritas-Haus St. Franziskus</b> Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen Tel. 33573-0, Fax 33573380 Leitung: Herr Sinjo st.franziskus@caritas-bremen.de			<b>76</b>	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Balkon, Frisör im Haus, Garten nutzbar, große Dachterrasse
<b>Wohnen mit Service im Caritas-Haus St. Franziskus</b> Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen Tel. 8779350, Fax 8779345 Leiterin: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@caritas-bremen.de	21 Whg.				Miete 818,- € bis 1.709,- € (je nach qm) + 100,- € Servicepau- schale	Balkon, Frisör und Physiotherapie im Haus, Garten nutzbar
<b>Vahr</b>						
<b>AWOPflege gGmbH, Pflegeheim Heinrich-Albertz-Haus</b> Kurt-Schumacher-Allee 5 a 28329 Bremen Tel. 2772-100, Fax 2772111 Leiter: Uwe Duprée u.dupree@awo-bremen.de			<b>110</b>	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich
<b>Caritas-Haus St. Laurentius</b> Stellichter Straße 8 28329 Bremen Tel. 42780, Fax 4278130 Leiter: Heiko Baro st.laurentius@caritas-bremen.de				Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Möblierung individuell möglich, flexible Frühstückszeiten, Kapelle, Garten, offener Mittagstisch
<b>Pflegeimpulse GmbH Wohngemeinschaft Vahr</b> Gustav-Radbruch-Straße 29-31 28329 Bremen Tel. 325550, Fax 325540 info@pflegeimpulse.de	10 Whg.				Auf Nachfrage	Gemeinschaftliche Wohnküche, 3 Bäder, Terrasse, Hauswirt- schaftsraum



## WIR SIND AUCH IN IHRER NÄHE!



**Pflegezentrum Arsten**  
Heukämpendamm 54  
28279 Bremen-Arsten  
Tel.: 0421/620 63 60

**Haus Rotbuche**  
Hinter dem Vorwerk 32  
28279 Bremen-Arsten  
Tel.: 0421/89 89 79-0

**Seniorenresidenz am Rosenberg**  
Am Rosenberg 33a  
28207 Bremen  
Tel.: 0421/62 67 09-0

**Seniorenresidenz Ellmers**  
Neustadtstr. 4  
28309 Bremen-Hemelingen  
Tel.: 0421/56 64 99-0

**Haus am Sodenmattsee 1**  
Delfter Str. 25  
28259 Bremen-Huchting  
Tel.: 0421/57 95 36

**Haus am Sodenmattsee 2**  
Zwischen Dorpen 1  
28259 Bremen-Huchting  
Tel.: 0421/57 95 3877

## EIN HERZ FÜR PFLEGE IN BREMEN



Verschaffen Sie sich einen persönlichen Eindruck und lernen Sie uns kennen. Vereinbaren Sie noch heute einen Besichtigungstermin!

**Weitere Infos erhalten Sie hier:**

[mail@residenz-gruppe.de](mailto:mail@residenz-gruppe.de) | [www.residenz-gruppe.de](http://www.residenz-gruppe.de)



**Residenz-Gruppe**  
Seniorenresidenzen





Horst Pilster:

### Das Viertel

Historische Spaziergänge durch die Östliche Vorstadt

Verschiedenste Kulturepochen haben in der Östlichen Vorstadt ihre Spuren hinterlassen. Horst Pilster offenbart in diesem Führer, welche beeindruckenden Ereignisse sich hinter den unscheinbaren Fassaden verbergen, und beeindruckt mit detailliertem Fachwissen.

312 Seiten, 13,5 x 21 cm  
durchgehend farbige Fotos  
ISBN 978-3-95651-240-7, 16,90 €



Hans-Peter Mester:

### Findorffer Geschichtsbuch

Von der Feldmark über die Vorstadt zum Stadtteil

Wissen Sie schon, was vorher auf dem Gelände der Messehallen stand und kurze Zeit später wieder abgerissen wurde? Kennen Sie schon die Geschichte hinter der Jan-Reiners-Bahn? Mit historischem Hintergrundwissen und umfangreichem Bildmaterial beantwortet das Buch viele Fragen.

216 Seiten, 13,5 x 21 cm  
ISBN 978-3-95651-275-9, 14,90 €  
Erscheint Mai 2021

## Inserentenverzeichnis

ADAC	17
Ahrens Bestattungen	18
Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	23
Apetito	68
ASB-Ambulante-Pflege	31
AWO Bremen	U3
Bremer Pflegekreis GmbH & Co. KG	33
Bremer Heimstiftung	U4
Bremer Toto und Lotto GmbH	40
Brinkmann Pflegevermittlung	80
Caritasverband Bremen e. V.	24
Christliches Reha-Haus e. V.	61
DIAKO Kurzzeitpflege gGmbH	10
DIKS e. V.	26
Friedehorst gGmbH	78
Friedhofsgärtnerei Hans Tod	4
GE-BE-IN Bestattungsinstitut	77
GEWOBA	11
Helpline	20
HomeInstead	106
Hospiz- und PalliativVerband Bremen e. V.	50
Immobilienberatung Bremen GmbH	70
Kervita	32
K&S Seniorenresidenz	92
mission:ambulant	71
mission:lebenshaus gGmbH	76
P.A.A.R.	11
Pflegelmpulse	45, 108
Pflegestützpunkt Land Bremen	U2
Rechtsanwältin Winkelmann, Gudrun	79
Residenzgruppe	136
Rotes Kreuz Krankenhaus Bremen	99
Sozialwerk der Freien	
Christengemeinde Bremen e. V.	14
Zentrale für Private Fürsorge	75

**Bitte beachten Sie auch die Beilagen der Immobilienberatung Bremen und des SHS Hausnotruf.**



» **Gemeinsam  
geht's besser...**

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

Wohlfühl-Atmosphäre, 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](http://www.awo-bremen.de)



Bremen



BREMER HEIMSTIFTUNG



# GESUCHT: PFLEGEKRÄFTE MIT

Entdecke die Vielfalt und die Möglichkeiten der Bremer Heimstiftung!  
Ob Pflegefach- oder Hilfskraft: Hier gibt es Chancen und Perspektiven für jede(n).

[www.liebedeinenjob.de](http://www.liebedeinenjob.de)