

An elderly man with white hair and glasses, wearing a dark jacket over a light blue shirt, is smiling and looking towards a woman. The woman has short blonde hair, wears glasses and a purple jacket, and is laughing or smiling broadly. They are standing outdoors in a bright, sunny environment with a blue sky and some greenery in the background. A semi-transparent green banner is overlaid on the bottom half of the image, containing text.

Älter werden im Bremer Westen

Beratung | Information | Angebote



Arbeitskreis Älter werden im Bremer Westen

Herausgeber: Arbeitskreis »Älter werden im Bremer Westen«
c/o Gesundheitstreffpunkt West,
Layout/Gestaltung: Nicole Küpke
Fotos: © Nicole Küpke, © Dan Race - Fotolia.com (S. 51)
Auflage: 6.500 Exemplare
Bremen, Juli 2010

Für die finanzielle Unterstützung bedanken wir uns beim Amt für Soziale Dienste Referat Altenhilfe, bei den Stadtteilbeiräten Gröpelingen, Walle und Findorff, bei der GEWOBA, beim GE-BE-IN und bei der Sparkasse Bremen. Darüber hinaus haben viele Einrichtungen durch die Veröffentlichung ihres Logos einen wichtigen finanziellen Beitrag geleistet, der die kostenlose und breite Verteilung dieser Broschüre möglich macht. Auch hierfür einen ganz herzlichen Dank!

Sollte sich an den Informationen etwas ändern, benachrichtigen Sie bitte den Gesundheitstreffpunkt West. Hier befindet sich die Kontaktstelle für den Arbeitskreis. Telefon: 61 70 79

Älter werden im Bremer Westen

Der Arbeitskreis »Älter werden im Bremer Westen« ist ein freiwilliger Zusammenschluss hauptamtlicher und ehrenamtlicher MitarbeiterInnen aus den Bereichen Betreuung und Pflege, Sozialberatung, Gesundheitsförderung, Kirche, Kultur, Bildung und Politik. Es ist ein unabhängiges Forum und setzt sich für ein gesundes und selbstbestimmtes Altern im Stadtteil ein.

Der Arbeitskreis will

- die Kommunikation und Kooperation unter den verschiedenen Institutionen fördern,
- die bestehenden Angebote miteinander vernetzen und Impulse zur Weiterentwicklung geben,
- die Interessen älterer Menschen unterschiedlicher sozialer und kultureller Herkunft durch aktive Einbeziehung aufgreifen und fördern,
- sozial- und gesundheitspolitische Rahmenbedingungen im Interesse älterer Menschen mitgestalten,
- Informationen zugänglich machen und Hilfen aufzeigen.

Der Arbeitskreis trifft sich einmal im Monat zum Informations- und Erfahrungsaustausch, zur Diskussion altersspezifischer und regionaler Themen und zur Planung und Durchführung von Veranstaltungen und Stadtteilaktivitäten.

Dieser Beratungsführer richtet sich – insbesondere – an ältere Menschen im Bremer Westen. Er möchte Ihnen, aber auch Ihren Angehörigen, eine Übersicht über Einrichtungen und Kontaktadressen in den Ortsteilen Gröpelingen, Oslebshausen, Walle und Findorff vermitteln. Vereinzelt sind auch bremenweite Angebote vertreten.

Die Informationen reichen von Beratungs-, über Hilfs-, Pflege und Versorgungsmöglichkeiten bis hin zu Freizeit-, Gesundheits- und Kulturangeboten.

Der Ratgeber möchte Ihnen helfen, sich besser über vorhandene Einrichtungen und Hilfen zu informieren. Verschiedene Einrichtungen berücksichtigen die besonderen Bedürfnisse von Migrantinnen und Migranten und bieten Unterstützung in unterschiedlichen Sprachen an.

Bu danışma broşürü, Batı Bremen`de yaşayan – özellikle yaşlılar içindir. Bu broşürle sizi ve yakınlarınızı Gröpelingen, Oslebshausen, Walle, Findorff semtlerinde ve Bremen düzeyindeki yaşlılar için çalışma yapan bazı kuruluşlar ve bunların iletişim adresleri hakkında bilgilendirmek istiyoruz.

Bu broşür; danışma, yardım, bakım, boş zamanları değerlendirme, sağlık ve kültür imkanlarını içermektedir.

Bu broşür, sizi kuruluşlar ve yardımları hakkında bilgilendirmek amacıyla hazırlandı. Çeşitli kuruluşlar göçmenlerin ihtiyaçlarını dikkate alıyorlar ve farklı dillerde destek veriyorlar.

Этот справочник предназначен - в частности – для пожилых людей, проживающих в западных районах Бремена. Воспользовавшись им, Вы и Ваши члены семьи, сможете получить необходимую информативную помощь, списки учреждений и контактных адресов не только в районах Gröpelingen, Oslebshausen, Walle и Findorff, но и в масштабах города.

Здесь к вашим услугам предоставлена информация различного характера: возможность получить консультацию, помощь и сведения об уходе за больными или пожилыми людьми, а также предложения о проведении своего досуга и о возможности участия в общественно - культурной жизни города.



Freizeit, Kultur und Gesundheit

- Begegnungsstätten
- Kultur und Freizeit
- Gesundheit und Bewegung

Kirchengemeinden

Behördliche Dienste

- Sozialdienst Erwachsene/Wirtschaftliche Hilfen
- Sozialzentren
- Betreuungsbehörde
- Fachstelle Wohnen
- Heimhilfe und Heimplatzfinanzierung
- Behandlungszentrum West

Sozialdienst im Krankenhaus

Hilfen für zu Hause

- Dienstleistungszentren
- Pflegestützpunkte
- Häusliche Pflege
- Essen auf Rädern
- Stationärer Mittagstisch
- Hausnotruf

Seite

- 10
- 10
- 12
- 22
- 27
- 32
- 32
- 33
- 34
- 34
- 35
- 35
- 37
- 38
- 38
- 41
- 39
- 48
- 49
- 51



Wohnen im Alter

Tagespflege-Einrichtungen

Altenpflegeheime

Hospizangebote

Unterstützung und Selbsthilfe bei Krankheit und Behinderung

- Hilfen für pflegende Angehörige
- Selbsthilfegruppen und Verbände
- Weitere Beratungsangebote

Angebote für MigrantInnen

Verschiedenes

- Seniorenvertretung
- Schuldnerberatung
- Angebote für bedürftige Menschen

Nützliche Adressen und Telefonnummern

Seite

- 52
- 62
- 66
- 78
- 83
- 83
- 86
- 89
- 96
- 98
- 98
- 99
- 100
- 102



Für wen sind wir da?

Die Begegnungsstätten sind offen für alle älteren Menschen, die ihre Freizeit gern gemeinsam gestalten wollen und ein geselliges Miteinander suchen.

Was bieten wir Ihnen?

- Feste und Ausflüge
- Gesprächsgruppen und Spieletreffs
- Kultur und Weiterbildung
- Bewegungs- und Gesundheitsangebote
- Information und Beratung
- Möglichkeiten der Mitarbeit und Mitgestaltung

Wir haben viele regelmäßige Angebote wie Gruppen, Kurse und Veranstaltungen, aber jede Begegnungsstätte hat auch eigene Schwerpunkte. Bitte informieren Sie sich direkt vor Ort oder rufen Sie an.

DRK – Begegnungsstätte Haferkamp

Haferkamp 8, 28217 Bremen

Tel. 2 40 51 99, Fax 240 51 98

Sprechzeiten: Do 15-17 Uhr

Öffnungszeiten für Gruppen/Kurse: täglich: 9.30-21.30 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Haferkamp

Begegnungsstätte im Turm der Martin-Luther-Gemeinde

Neukirchstraße 86, 28215 Bremen

Tel. 37 96 922

mail: begegnungsstaette@martin-luther-findorff.de

www.martin-luther-findorff.de

Bus 26/27, Haltestelle Hemmstraße

Zum Angebot der Begegnungsstätte gehören Beratung, regelmäßige Programmtage sowie Gruppen- und Kursangebote. Ein weiterer Schwerpunkt sind Computer- und Internetkurse für ältere Menschen. Die offenen Angebote umfassen Spiel- und Filmnachmittage, ein gemeinsames Frühstück, Theater- und Ausstellungsbesuche. Die Begegnungsstätte ist von Montag bis Freitag geöffnet.



Bürgerhaus Oslebshausen e.V. mit Begegnungsstätte

Am Nonnenberg 40, 28239 Bremen

Tel. 64 51 22, Fax 64 48 387

mail: info@bghosl.de

www.bghosl.de

Sprechzeiten : Mo-Do 9-22 Uhr, Fr 9-18 Uhr

Bus 71, 73, 80, Haltestelle Am Fuchsberg

Das Bürgerhaus Oslebshausen ist ein sozial-kulturelles Zentrum im Bremer Westen. Im Mehrgenerationenhaus begegnen sich alle Altersgruppen unter einem Dach. In der Begegnungsstätte bieten wir u.a. Klönschnackrunden, Musik, Tanz, Ausflüge und vieles mehr.

Einige Gruppen sind selbstorganisiert wie z.B. Kartenspielen, Handarbeiten oder die Theatergruppe die »Kratzbürsten«.

BesucherInnen können mit Unterstützung des Bürgerhaus-Teams initiativ werden und eigene Ideen für Treffpunkte im Bürgerhaus entwickeln.

Nachbarschaftshaus »Helene Kaisen« e.V. mit Begegnungsstätte

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen

Tel. 691 45 80, Fax 691 45 90

mail: nachbarschaftshaus@web.de

www.nachbarschaftshaus-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-22 Uhr

Sa/So nach Vereinbarung und Programm

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Das Nachbarschaftshaus ist eine sozio-kulturelle Einrichtung, in der sich alle Generationen nicht nur begegnen sondern auch gemeinsam aktiv werden. In der Begegnungsstätte gibt es vielfältige Angebote u. a. Theater, Konzerte, Musikvorträge, Ausstellungen, Lesungen, Tagesausflüge, Feste und Gruppen wie Yoga, Gymnastik, Qi Gong, Kartenspielen, Volkstanz und spezielle Computerkurse für Senioren in kleinen Gruppen. Das Nachbarschaftshaus ist behindertengerecht.

Zentrum für Migranten und interkulturelle Studien – ZIS e.V.

Interkulturelle Begegnungsstätte
Gröpelinger Heerstraße 228, 28237 Bremen
Eingang im Hof des Stiftungsdorfes Gröpelingen



Info und Anmeldung:
Elbinger Straße 6, 28237 Bremen
Tel. 38 03 071
Mo-Fr 10-12 Uhr
mail: zis-gl@t-online.de
www.zis-tdi.de
Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Wir setzen uns ein für die Förderung der Integration der in Bremen lebenden Migrantinnen und Migranten bei gleichzeitiger Wahrung kultureller Eigenständigkeiten. Die Arbeit mit älteren Migrantinnen und Migranten hat sich zu einem Schwerpunkt in unserer Einrichtung entwickelt. (siehe auch Seite 96, Angebote für MigrantInnen)

Angebote der Begegnungsstätte: Kreativ – Werkstatt für Ältere, Interkultureller Gesprächskreis mit Frauen, Erzählcafé, Interkultureller Arbeitskreis, weitere Angebote und wechselnde Kunstausstellungen nach Ankündigung.

Kulturhaus Walle – Brodepott e.V.

Schleswiger Straße 4, 28219 Bremen
Tel. 3 96 21 01
mail: kulturhauswalle@brodepott.de
www.kulturhauswalle.de



Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Gustavstraße
Öffnungszeiten: Mo, Mi, Fr 10-13 Uhr, Mo, Di, Mi, Do 14-18 Uhr, Fr 14-17 Uhr

Bibliothek Walle: Mo, Mi und Fr 10-13 Uhr
mit Café: Mo-Do 15-18 Uhr und Fr 15-17 Uhr

Unsere Angebote: Theater, Kleinkunst, Konzerte, Ausstellungen, Vorträge, Kurse, Werkstatt und Atelier

Geschichtskontor (jeden Donnerstag 15-18 Uhr offenes Archiv)
Tel. 388 70 78 / 74

Hafenarchiv im Hafenumuseum Speicher XI
Tel. 800 55 44

Förderverein Bibliothek Walle e.V.
Tel. 388 70 73

Villa am Wasserturm (Generationsübergreifende Kreativwerkstatt)
auf dem Gelände der Bremer Heimstiftung, Karl-Peters-Straße 78

Stadtbibliothek West

Lindenhofstraße 53, 28237 Bremen

Tel. 361-146 70, Fax 361-146 67

mail: west@stadtbibliothek.bremen.de

www.stadtbibliothek-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 11-18 Uhr, Sa 10-13 Uhr

Straßenbahn 3, Haltestelle Use Akschen

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße



Das Angebot der Bibliothek umfasst 330 Medien. Darunter 1500 Hörbücher, 3000 DVDs, 1500 Musik CDs und Computerspiele. Jährlich werden 2500 Medien neu angeschafft. Insbesondere bei den Romanen (auch in Großdruck) und den Sachbüchern wird großer Wert auf Aktualität und Vielfalt gelegt. Ferner stehen 5 PCs zur kostenlosen Internetnutzung zur Verfügung. Die Mitarbeiter der Bibliothek helfen Ihnen gern bei der Benutzung. Bei Interesse können eigene Ausstellungen in der Bibliothek veranstaltet werden.

Die Jahresgebühr beträgt 25,- Euro, bei Anspruch auf Ermäßigung sind 15,- Euro pro Jahr zu zahlen.

Bremer Volkshochschule – Zweigstelle West

Gröpelinger Heerstraße 226, 28237 Bremen

Tel. 361-82 02, Fax 361-593 68

mail: west@vhs-bremen.de

www.vhs-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo, Mi 9-12.30 Uhr, Di 9-15 Uhr, Do 14-18 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße



Die Bremer Volkshochschule bietet zahlreiche Angebote für ältere Menschen, wie z.B. Theater-, Literatur-, Sprach- und Computerkurse an. Angebote für Ältere bieten dabei die Möglichkeit, mit Gleichaltrigen am Vor- oder Nachmittag zu lernen.

Ältere Menschen können darüber hinaus selbstverständlich an allen Veranstaltungen der Bremer Volkshochschule teilnehmen.

Das ausführliche Programm erscheint zweimal jährlich, im Januar und August.

Kultur Vor Ort e.V.

Liegnitzstraße 63, 28237 Bremen

Tel. 619 77 27, Fax 619 77 28

mail: info@kultur-vor-ort.com

www.kultur-vor-ort.com

Sprechzeiten: Mo, Di, Mi 10-14 Uhr, Fr 10-13 Uhr

Straßenbahn 3, Haltestelle Use Akschen

Wir bieten Stadtteilführungen in Gröpelingen, der Überseestadt und der Innenstadt. Moje Weer, Stadtteilzeitung für Gröpelinger Stadtgeschichte(n), regelmäßige Kunstausstellungen im Atelierhaus Roter Hahn und Raum für private Feiern und Gruppen.



ASB – Aktive Freiwilligen- und SeniorenBeratung

Bremerhavener Straße 155, 28219 Bremen

Tel. 386 90 623, Fax 386 90 612

mail: afi@asb-bremen.de

www.asb-bremen.de

Wir bieten Beratung für ältere Bürger und deren Angehörige. Außerdem gibt es alle 14 Tage ein JungSeniorentreffen. Hier haben Senioren die Möglichkeit, neue Leute kennen zu lernen und gemeinsam Unternehmungen zu planen.

Bürgerverein für die westliche Vorstadt e.V.

Vegeacker Straße 21, 28217 Bremen

Tel. 380 82 77, mail: g.hoffmann@nord-com.net

Öffnungszeiten: Do 15.30-17.30 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Wartburgstraße

Jeden 2. Mittwoch im Monat eine Ausflugsfahrt mit unterschiedlichen Zielen. Außerdem 2-3 Tagesfahrten pro Jahr.

Seniorenbüro Bremen e.V.

Breitenweg 1A, 28195 Bremen
 Tel. 32 05 49, Fax 33 79 706
 mail: info@seniorenbuero-bremen.de
www.seniorenbuero-bremen.de
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr
 diverse Busse und Straßenbahnen, Haltestelle Hauptbahnhof



Begleitete Gruppen- Erholungsreisen im Bundesgebiet

(je nach Einkommen kann auf Antrag von der Stadt ein Reisekostenzuschuss gezahlt werden)

- begleitete Kultur-, Programm- und Kurreisen in Deutschland und dem europäischen Ausland
- begleitete Tagesfahrten
- Reise- und Tagesfahrtenplanung auch für Sport- und Freizeitgruppen
- Senioren Internet Club Bremen, Computer- und Internetkurse
- Klön- und Interessengruppen, Vorträge und Besichtigungen
- Möglichkeiten des freiwilligen Engagements

Forum Ältere Menschen Bremen e.V. (FÄMB)

(Kooperationspartner des Amtes für Soziale Dienste)
 Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen
 Tel. 361-86 182
 mail: forumaem@afsd.bremen.de
www.forum-aeltere-menschen-bremen.de
 Öffnungszeiten: Di, Mi und Do 10-12 Uhr
 Straßenbahn 2, Haltestelle Lloydstraße



FÄMB ist eine Agentur für ältere Menschen in Bremen und ein Seniorenbüro. Wir möchten Sie in Ihrem Engagement unterstützen und beraten. Mit Senioren aus dem Bremer Westen und den Aktiven vom »Wilden Westen« möchten wir neue Projekte im Stadtteil Gröpelingen entwickeln. Wir suchen interessierte Senioren für die Mitarbeit.

Als weiteren Service für Senioren bieten wir ermäßigten Kinobesuch für ausgesuchte Filme am letzten Dienstag im Monat in der Schauburg und mit FÄMB-Filmclubausweis sonntags in der Gondel. Auf Anforderung kostenlose und unabhängige mobile Beratung zum Wohnen im Alter bei Ihnen zu Hause.

Gesundheitstreffpunkt West

Lindenhofstraße 53, 28237 Bremen

Tel. 61 70 79, Fax 61 69 147

mail: info@gtp-west.de

www.gtp-west.de

Öffnungszeiten: Mo 13-18 Uhr, Di/Do 11-18 Uhr, Fr 11-17 Uhr

Straßenbahn 3, Haltestelle Use Akschen

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Wir beraten und informieren bei allgemeinen Fragen zur Gesundheit wie z.B. Bewegung, gesunde Ernährung, beim Umgang mit Krankheit und bei Sorgen und Belastungen im Alltag wie Einsamkeit, Partner- und Familienkonflikte oder Lebensbewältigung im Alter. Unsere Beratungen sind kostenlos, anonym und jederzeit während unserer Öffnungszeiten möglich.

Bei uns finden Sie Informationen über bestehende Unterstützungsangebote, Fachberatungsstellen, Selbsthilfegruppen, Gruppen und Angebote im Stadtteil.

Wir organisieren gesundheitsbezogene Veranstaltungen und sind Ansprechpartner für den Arbeitskreis »Älter werden im Bremer Westen«.



Gesundheitstreffpunkt West

DIAKO Gesundheitsimpulse

Seminarhaus im Park

Ev. Diakonie Krankenhaus gGmbH

Gröpelinger Heerstraße 406-408, 28239 Bremen

Tel. 61 02-21 01, Fax 61 02-21 09

mail: gesundheitsimpulse@diako-bremen.de

www.diako-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 9-15 Uhr, Fr 9-12 Uhr

Bus 70, 71, 73 und 80, Haltestelle DIAKO

Verschiedene Kursangebote und Vorträge, unter anderem Nordic Walking und Pilates speziell für Menschen im besten Alter. Außerdem gibt es weitere vielfältige Angebote, die auch für ältere Menschen von Interesse sind.



Christlicher Sportverein »Fit fürs Leben« e.V.

Im Sport- und Veranstaltungszentrum »Petrus-Halle«
Schwarzer Weg 94a, 28239 Bremen
mail: csv@sozialwerk-bremen.de
www.csv-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo 16-19 Uhr, Mi 10-13 Uhr
Straßenbahn 2,3 und 10, Haltestelle Depot Gröpelingen
Bus 71, 73 und 75, Haltestelle Depot Gröpelingen

Freizeit- und Breitensport für die Fitness im besten Alter: Boxen, Fußball,
Badminton, Tischtennis, Volleyball, Gesundheitssport: die neue Rückenschule



SG Findorff e.V. (Sportgemeinschaft Findorff e.V.)

Hemmstraße 357-359, 28215 Bremen
Tel. 35 27 35, Fax 35 43 61
mail: kontakt@sg-findorff.de
www.sg-findorff.de

Sprechzeiten: Di und Fr 10-12 Uhr, Mo und Do 16-19 Uhr
Bus 27 und 28, Haltestelle Innsbrucker Straße

Angebote für Senioren wie Tanzen, Gymnastik, Sitzgymnastik, Wirbelsäulengymnastik, Gesundheitssport: Yoga, Qi Gong, Tai Chi, Krebsnachsorge

Sport-Gemeinschaft-Oslebshausen e.V. – SGO

Sperberstraße 3/5, 28239 Bremen
Tel. 644 93 61, Fax 644 94 59
mail: info@sgo-bremen.de
www.sgo-bremen.de

Sprechzeiten: Mo und Mi 18-20 Uhr, Di und Do 10-12 Uhr
Bus 71, 73, 80, Haltestellen Oslebshausener Landstraße, Ritterhuder Heerstraße

TURA Bremen e.V.

Lissaer Straße 60, 28237 Bremen
Tel. 61 34 10, Fax 61 34 11
mail: info@tura-bremen.de
www.tura-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 10-12 Uhr, Di 17-20 Uhr
Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Altenescher Straße oder Moorstraße

Nordic Walking, Yoga, Gesundheitssport für Senioren, Walking und Entspannung, Aktiv gegen Osteoporose, Wassergymnastik im Goosebad, Fit und Aktiv in der zweiten Lebenshälfte. Rehabilitationssport: Bewegung in der Krebsnachsorge, Sport für Schlaganfall-Betroffene, Herzsport und Herzsportsprechstunde und Lungensport. Kurse im Gesundheitssport: Autogenes Training, Rückentraining, die sanfte Nackenschule und Qi-Gong.



TV Bremen Walle 1875 e.V.

Hans-Böckler-Straße 1a, 28217 Bremen

Tel. 380 77 33, Fax 380 77 63

mail: info@tvbremen-walle1875.de

www.tvbremen-walle1875.de

Sprechzeiten: Mo, Do und Fr 9-12 Uhr,
Di 16-19 Uhr, Mi 10-13, Do 16.30-19 Uhr

Bus 25, Straßenbahn 2, Haltestelle Doventor

Straßenbahn 10, Haltestelle Doventorsteinweg (ca. 7 Min. zu Fuß)

Unsere Kurse und Sportangebote ab 50: Gymnastik für Frauen, Spiel und Sport für Männer, Sitzgymnastik sowie Fit ab 50, außerdem: Folklore und Tanz für Sie&Ihn, Wassergymnastik und Walking. Auch die Ballsportarten Faustball, Prellball, Volleyball und Fußball eignen sich hervorragend für Bewegung bis ins hohe Alter.



Die Kirchengemeinden im Bremer Westen laden zu unterschiedlichen Angeboten ein wie z.B. Senioren-Nachmittage, Gesprächsgruppen zu aktuellen Fragen und zu Glaubensthemen, Frauen- und Männerkreise, Spielnachmittage, Ausflüge und Reisen. Setzen Sie sich bitte mit der Kirchengemeinde vor Ort in Verbindung; die Öffnungszeiten des jeweiligen Gemeindebüros sind angegeben.

Auskünfte geben für die evangelische Kirche das Informationszentrum Kapitel 8, Tel. 337 82 20 und für die katholische Kirche der Treffpunkt Kirche, Tel. 369 43 00.

Evangelische Gemeinde Gröpelingen und Oslebshausen

Evangelische Gemeinde
Gröpelingen und Oslebshausen



Lindenhofstraße 18, 28237 Bremen

Tel. 61 40 01, Fax 61 66 110

mail: buero@evggo.de

www.evggo.de

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 8-13 Uhr, Mi 13 – 18 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Seniorenachmittage, Geburtstagsrunden ab 70 Jahren, Seniorenausflüge, Café Lindenhof, Info: Gemeindeservicebüro Lindenhofstraße 18

Ev. Martin-Luther-Gemeinde

Neukirchstraße 86, 28215 Bremen
 Tel. 37 96 90, Fax 37 96 969
 mail: buero@martin-luther-findorff.de
 www.martin-luther-findorff.de
 Bus 25, 26, 27, 28, Haltestelle Hemmstraße

Offener Treff »Café Klön«, Männerwerkstatt mit Hilfsdienst, Kulturveranstaltungen, Seminare z. B. Literatur, Schneidern, Geschichtswerkstatt, Besuchsdienst, Frauenrunde, Tanzkreis (Gesellschaftstänze) und vieles mehr.

Ev. Wilhadi-Gemeinde zu Bremen

Steffensweg 89, 28217 Bremen
 Tel. 38 45 84, Fax 38 45 29
 mail: buero.wilhadi@kirche-bremen.de
 www.kirche-bremen.de
 Sprechzeiten: Mo 17.30-18.30 Uhr, Mi und Fr 10-12 Uhr
 Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Wartburgstraße
 Straßenbahn 3, Haltestelle Grenzstraße



Ev. Kirchengemeinde Walle

Ritter-Raschen-Straße 41, 28219 Bremen
 Tel. 39 69 55, Fax 396 95 79
 mail: kontakt.walle@kirche-bremen.de
 www.kirche-bremen.de
 Sprechzeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr, Di 16-18 Uhr
 Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Waller Straße
 Straßenbahn 3, Haltestelle Emdor Straße

Ev. Immanuel Gemeinde

Elisabethstraße 17/18, 28217 Bremen
 Tel. 38 31 16, Fax 396 95 79
 mail: buero.immanuel@kirche-bremen.de
 www.immanuel-bremen.de
 Sprechzeiten im Gemeindebüro Ritter-Raschen-Straße 41:
 Mo-Fr 9-12 Uhr, Di 16-18 Uhr

Ev. St. Michaelis-St. Stephani Gemeinde

Doventorsteinweg 51, 28195 Bremen

Tel. 17 17 53, Fax 16 96 896

mail: buero.michaelis-stephani@kirche-bremen.de

www.kirche-bremen.de

Sprechzeiten: Di 15-17 Uhr, Do 9-12 Uhr

St. Michaelis: Straßenbahn 10, Haltestelle Doventorsteinweg,

St. Stephani: Straßenbahn 2, 3 und Bus 25, Haltestelle Radio Bremen/VHS

Regelmäßige Angebote im Gemeindehaus St. Michaelis, Doventorsteinweg 51:

Seniorenfrühstück, Spieletreff, Seniorentanz, Qi Gong

Regelmäßige Angebote im Gemeindehaus St. Stephani, Stephanikirchhof 8:

Erzählcafé, Seniorennachmittag mit Fahrdienst

Kath. Kirche St. Marien

St. Magnusstraße 2, 28217 Bremen

Tel. 62 00 90 20, Fax 62 00 90 29

mail: pfarrbuero@st-marien.de

www.st-marien.de

Öffnungszeiten: Di und Fr 9-12 Uhr

Straßenbahn 3, Haltestelle Grenzstraße, Bus 28, Haltestelle St.-Magnus-Straße

Kath. Kirche St. Bonifatius

Leipziger Straße 29, 28215 Bremen

Tel. 62 00 90 60

Öffnungszeiten: Mo und Do 9-12 Uhr, Di 15-18 Uhr

Bus 26, Haltestelle Eickedorfer Straße

Bus 25 und 28, Haltestelle Hemmstraße

Kath. Kirche St. Nikolaus

Beim Ohlenhof 19, 28237 Bremen

Tel. 62 00 90 80

Sprechzeiten: Di und Mi 9-12 Uhr, Do 9.30-11 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Kath. Kirche St. Josef

Alter Heerweg 37, 28239 Bremen

Tel. 62 00 90 40, Fax 62 00 90 49

Sprechzeiten: Mo 9-12 Uhr,

Mi 11-16 Uhr, Do 15-18 Uhr

Bus 70, 71 73, Haltestelle Ritterhuder Heerstraße

Sozialdienst Erwachsene Wirtschaftliche Hilfen

Der Sozialdienst Erwachsene bietet Hilfen für alle Bremerinnen und Bremer ab dem 18. Lebensjahr. Er unterstützt mit entsprechenden Maßnahmen Menschen, die aufgrund von Alter, Krankheit oder Behinderung eingeschränkt sind. Sie sollen so lange wie möglich mit ambulanten Hilfen in der häuslichen Umgebung bleiben.

Er berät bei persönlichen, familiären und wirtschaftlichen Problemen und leistet Antragshilfe.

Er fördert Erwachsene mit geistigen, körperlichen und Mehrfach-Behinderungen durch die Vermittlung in angemessene Wohnformen und einer Tagesstrukturierung.



Amt für Soziale Dienste Sozialzentrum Gröpelingen/Walle Sozialdienst Erwachsene/Wirtschaftliche Hilfen

Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen
Tel. 361-16 892

Sprechzeiten: Mo-Do 9-15 Uhr, Fr 9-13.30 Uhr
Straßenbahn 2, Haltestelle Lloydstraße

Amt für Soziale Dienste Sozialzentrum Findorff Sozialdienst Erwachsene/Wirtschaftliche Hilfen

Rembertiring 39, 28195 Bremen
Tel. 361-18 444/ 445

Sprechzeiten: Mo-Do 9-15 Uhr, Fr 9-13.30 Uhr
Straßenbahn 1, 4, 5, 10, Haltestelle Rembertistraße

**Amt für Soziale Dienste
Sozialzentrum Mitte – östliche Vorstadt/Findorff
Betreuungsbehörde**

Rembertiring 39, 28195 Bremen
Tel. 361-57 40, 361-19 530 (Geschäftsstelle), Fax 361-59 774
Sprechzeiten: Mo 9-12 Uhr, Do 14-16 Uhr und nach Vereinbarung
Straßenbahn 1, 4, 5, 10, Haltestelle Rembertistraße

**Amt für Soziale Dienste
Zentrale Fachstelle Wohnen**

Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen
Tel. 361-8551 und 361-8552
Sprechzeiten: Mo und Do 9-12 Uhr und nach telefonischer Vereinbarung
diverse Busse und Bahnen, Haltestelle Hauptbahnhof

**Amt für Soziale Dienste
Heimhilfe**

Lötzener Str. 3, 28755 Bremen
Tel. 361-39 76
Sprechzeiten: nach telefonischer Vereinbarung

Behandlungszentrum West

Hilfen für psychiatrisch erkrankte Menschen und für Menschen mit Suchtproblemen.
Gröpelinger Heerstraße 102/106, 28237 Bremen
Tel. 222 14 10
Sprechzeiten: Mo-Fr 8.30-17 Uhr
Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Moorstraße

Die Sparkasse Bremen 

Kommen Sie jetzt zum Testsieger!



Machen Sie den FINANZ-CHECK

Die beste Bank in Bremen bietet Ihnen jetzt einen kostenlosen Finanz-Check. Vereinbaren Sie einen Termin in einer unserer zahlreichen Filialen, telefonisch unter 179-2277 oder online unter www.sparkasse-bremen.de

Sozialdienst im DIAKO

Gröpelinger Heerstraße 406, 28239 Bremen
 Tel. 61 02-19 50, Fax 61 02-19 59
 mail: sozialdienst@diako-bremen.de
 Sprechzeiten nach Vereinbarung
 Bus 70, 71, 73 und 80, Haltestelle DIAKO

Der Sozialdienst spielt bei der Entlassung und Organisation der Nachsorge eine entscheidende Rolle. Er plant gemeinsam mit den Patienten und deren Angehörigen die jeweils notwendige Lösung für die Zeit nach dem Krankenhausaufenthalt. Dies geschieht in enger Abstimmung mit den Mitarbeitern der jeweiligen Station im DIAKO und den Organisationen im Stadtteil, die an der weiteren Versorgung beteiligt sind (z.B. häusliche Krankenpflege, Kurzzeitpflege, Nachbarschaftshilfen ...)

Der Sozialdienst berät zudem in sozialrechtlichen Fragen. Eine türkische Sozialarbeiterin berät MigrantInnen – vorrangig türkischer Herkunft – in deren Muttersprache.

Einen Sozialdienst finden Sie auch in den anderen Krankenhäusern in Bremen.

AWO Dienstleistungszentren (DLZ's)

Dienstleistungszentren informieren und beraten ältere, behinderte oder kranke Menschen und deren Angehörige im Stadtteil.

Sie organisieren:

- Hilfen im Haushalt und beim Einkauf
- Begleitung bei Arztbesuchen, Spaziergängen u.a.

Für ausländische Mitbürger bieten wir diese Hilfen in der Muttersprache an (z.B. türkisch, russisch oder polnisch)

Sie vermitteln:

- Häusliche Pflege
- Hausnotruf und Hilfsmittel
- Essen auf Rädern/Stationären Mittagstisch

Sie unterstützen:

- bei Behördenangelegenheiten (Ausfüllen von Anträgen)
- pflegende Angehörige durch entlastende Gespräche und spezielle Gruppenangebote
- bei der Suche nach altengerechten Wohnungen
- bei der Suche nach Tagespflege, Kurzzeitpflege und Pflegeheim

AWO Kreisverband Bremen e.V. Dienstleistungszentrum Findorff



Bremen

Magdeburger Straße 17, 28215 Bremen
 Tel. 37 78 9-0, Fax 37 78 9-16
 mail: dlz-findorff@awo-bremen.de
 www.awo-bremen.de
 Sprechzeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr
 Bus 25 und 28, Haltestelle Hemmstraße
 Bus 26, Haltestelle Eickedorfer Straße

AWO Kreisverband Bremen e.V. Dienstleistungszentrum Walle

Wartburgstraße 11, 28217 Bremen
 Tel. 38 89 8-0, Fax 38 89 8-19
 mail: dlz-walle@awo-bremen.de
 www.awo-bremen.de
 Sprechzeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr
 Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Hansestraße

**AWO Kreisverband Bremen e. V.
Dienstleistungszentrum Gröpelingen**



Bremen

Gröpelinger Heerstraße 248, 28237 Bremen

Tel. 69 14 266, Fax 69 14 268

mail: dlz-groepelingen@awo-bremen.de

www.awo-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Straßenbahn 3, Haltestelle Depot Gröpelingen



Beratung und Hilfe zum Thema Pflege bieten auch die beiden Pflegestützpunkte in Bremen.

Pflegestützpunkt Bremen

Einkaufszentrum Berliner Freiheit

Berliner Freiheit 3, 28327 Bremen

Tel. 69 62 42-0

Pflegestützpunkt Bremen-Nord

Einkaufszentrum Havenhööv

Zum Alten Speicher 1+2, 28757 Bremen

Tel. 69 62 41-0

www.bremen-pflegestuetzpunkt.de

Die häusliche Krankenpflege ist ein zentrales Element in der Versorgung älterer, behinderter und kranker Menschen. Sie trägt dazu bei, Krankenhausaufenthalte zu verkürzen und eine selbstständige Lebensführung zu unterstützen. Ebenso dient sie zur Entlastung der Angehörigen.

Die Pflege zu Hause wird überwiegend von den Kranken- und Pflegekassen, sowie von den Sozialhilfeträgern finanziert. Einige Pflegeverbände beschäftigen SozialarbeiterInnen, die unterstützend, beratend und vermittelnd tätig sind, um die häusliche Pflegesituation zu optimieren.

Ambulanter Familien- und Pflegedienst KG

Waller Heerstraße 64, 28217 Bremen

Tel. 33 82 665, Fax 33 62 663

mail: kontakt@afp-bremen.de

www.afp-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 8-16 Uhr, Sa nach Vereinbarung

24 Stunden Notrufbereitschaft

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Gustavstraße

Bus 26 und 28, Haltestelle Waldau-Theater



Ambulanter Hauspflegeverband Bremen-West (AHB)

Wartburgplatz 5, 28217 Bremen

Tel. 380 80 15, Fax 380 80 17

mail: info@ahb-bremen.com

www.ahb-bremen.com

Sprechzeiten (telefonische Erreichbarkeit): Mo-Fr 9-17

24 Stunden pflegerischer Notdienst, Tel. 38 98 4 19

Öffnungszeiten (persönliche Erreichbarkeit): Mo-Fr 9-17 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Wartburgstraße



APO – Ambulante Pflege Organisation GmbH

Bremerhavener Straße 55, 28217 Bremen

Tel. 777 80, Fax 703 192

mail: info@apo-bremen.de

www.apo-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 9-14 Uhr, Fr 9-13 Uhr

Sa und So nach Vereinbarung

24 Stunden Erreichbarkeit, 24 h Rufbereitschaft

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Gustavstraße

Ambulanter Pflegedienst Findorff

Münchener Straße 7, 28215 Bremen

Tel. 35 06 990, Fax 35 06 992

mail: ambulanterpflegedienstfindorff@web.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 8-16 Uhr, 24 Stunden Rufbereitschaft

Bus 28, Haltestelle Nürnberger Straße

AWO Ambulant gGmbH

Gröpelinger Heerstraße 248, 28237 Bremen

Tel. 691 42 71, Fax 691 42 73

mail: m.kulla@awoambulant-bremen.de

www.awo-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo-Do 7-16.30 Uhr, Fr 7-13 Uhr

Bus 71, 73, 75, 80, 81, Haltestelle Depot Gröpelingen

Straßenbahn 2, 3 und 10, Haltestelle Depot Gröpelingen

Bremer Hauspflege Team

Hemmstraße 135, 28215 Bremen

Tel. 35 10 41, Fax 35 11 53

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do und Fr 9-13 Uhr, Mi 9-12 Uhr

Bus 25, Haltestelle Lohmannstraße



Ambulant gGmbH

Die Pflege – Mobiler Dienst Bremen gGmbH

Gröpelinger Heerstraße 193, 28237 Bremen

Tel. 95 92 988, Fax 95 92 990

mail: info@die-pflege-bremen.de

www.die-pflege-bremen.de

Öffnungszeiten Mo-Do 8-16 Uhr, Fr 8-14 Uhr

Telefonische Erreichbarkeit täglich 24 Stunden

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

KSH Pflegedienst

Gröpelinger Heerstraße 269 A, 28237 Bremen

Tel. 222 88 89, Fax 79 26 929

mail: info@ksh-pflegedienst.de,

www.ksh-pflegedienst.info.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 8-16 Uhr, 24 Stunden Rufbereitschaft

Bus 71, 73, 75, 80, 81, Haltestelle Depot Gröpelingen

Straßenbahn 2, 3 und 10, Haltestelle Depot Gröpelingen

Paritätische Dienste Bremen

Pflegezentrale Findorff
 Ricarda-Huch-Straße 29, 28215 Bremen
 Tel. und Fax 37 95 632
 mail: pflegezentrale-findorff@paritaetische-dienste.de
 www.paritaetische-dienste.bremen.de
 Bus 27, Haltestelle Weidedamm III

Paritätische Pflegedienste Oslebshausen

Menkenkamp 22, 28239 Bremen
 Tel. 460 900 90, Fax 460 900 99
 mail: oslebshausen@ppd-bremen.de
 www.ppd-bremen.de
 Sprechzeiten: persönlich Mo-Fr 10-12 Uhr
 Bus 75, Haltestelle Oslebshausener Landstraße

Annabelle - Gesundheitsdienste

Hinter dem Moor 2, 28239 Bremen
 Tel. 64 40 064



Prosano – Häusliche Kranken- und Altenpflege

Schwachhauser Heerstraße 30a, 28209 Bremen
 Tel. 79 49 627, Fax 96 05 169
 mail: info@prosano-pflegedienst.de
 www.prosano-pflegedienst.de
 Öffnungszeiten Mo-Fr 10-16 Uhr, 24 h Hintergrunddienst
 Straßenbahn 1, 4 und 5, Haltestelle Parkstraße



Zentrale Pflege Bremen

Eine Einrichtung der Zentrale für Private Fürsorge seit 1897
 Gröpelinger Heerstraße 228, 28237 Bremen
 Tel. 691 83 32, Fax 691 83 31
 mail: info@zentralepflege.de
 www.zentralepflege.de
 Sprechzeiten: Mo-Do 8-16 Uhr, Fr 8-14 Uhr
 Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Wenn Sie nicht selbst kochen, können Sie täglich ein warmes Essen nach Hause geliefert bekommen. Bei geringem Einkommen besteht bei einigen Anbietern die Möglichkeit, Zuschüsse beim Amt für Soziale Dienste zu beantragen. Die Dienstleistungs-zentren sind Ihnen bei der Beantragung behilflich. Hier einige Anbieter (weitere finden Sie im Telefonbuch):

Bremer Essen auf Rädern

(AWO, PARITÄT, DRK, CARITAS) –
Ihr Wunschmenü (und mehr) auf Rädern
Tel. 38 38 18

BREMER *essen* AUF RÄDERN



Ev. Diakonissen-Mutterhaus

Das Diakonissenmutterhaus liefert frisch zubereitetes Essen auf Rädern im Bremer Westen (vornehmlich Walle, Gröpelingen und Oslebshausen)
Nähere Informationen erhalten Sie unter Tel. 61 02 36 11



Es gibt die Möglichkeit an verschiedenen Orten preiswert zu essen. Eine telefonische oder persönliche Anmeldung wird empfohlen.

AWO Ambulant gGmbH – Pflegeheim Walle

Reuterstraße 23-27, 28217 Bremen
Tel. 39 02 0
Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Utbremer Straße

Ev. Diakonissenmutterhaus Bremen e.V.

Adelenstraße 68, 28239 Bremen
Tel. 61 02 36 11
Bus 70, 71 und 73, Haltestelle Karl Bröger Straße



Ella-Ehlers-Haus

Dockstraße 20, 28237 Bremen
Tel. 61 87 101
Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Moorstraße
Straßenbahn 3, Haltestelle Goosestraße

Almata – Stift Friedehorst gGmbH

Almatastraße 1-9, 28219 Bremen

Tel. 63 81 90 60

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Waller Straße

Bethel im Norden, Pflegezentrum am Doventor

Doventorsdeich 3-15, 28195 Bremen

Tel. 47 88 40, Fax 47 88 41 049

Straßenbahn 10, Haltestelle Doventorsteinweg



Quirl – frauenbetriebe e.V.

balance lokal

Lindenhofstraße 34, 28237 Bremen

Tel. 61 60 420

Café quirl

Elsflether Straße 29, 28219 Bremen

Tel. 38 01 345

In Ihrer Wohnung kann ein Hausnotrufgerät angeschlossen werden, um im Notfall schnell Hilfe zu erhalten.

Ebenso ist eine Schlüssel hinterlegung für den Notfall möglich.

Es gibt verschiedene Anbieter. Bitte erkundigen Sie sich in den Dienstleistungszentren (siehe Seite 38) oder bei den häuslichen Pflegediensten (siehe Seite 42-47).



kom.fort e.V.

Beratung für barrierefreies Bauen und Wohnen
 Landwehrstraße 44, 28217 Bremen
 Tel. 79 01 10, Fax 79 01 120
 mail: info@kom-fort.de
www.kom-fort.de
 Öffnungszeiten: Di-Fr 9-13 Uhr, Mi 15-17 Uhr
 Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Haferkamp

Kom.fort bietet für Senioren, Familien, Behinderte und andere Privatpersonen kostenlose Erstberatung zur Wohnungsanpassung, mit dem Schwerpunkt, dort wohnen zu bleiben, wo Sie sich wohlfühlen.

- kompetente neutrale Beratung bei der barrierefreien Gestaltung von Wohnraum
- Rat und Unterstützung in Fragen der Finanzierung, Planung und Umsetzung von Wohnungsanpassung, Hausbesuch auf Wunsch
- Ausstellung zu allen Bereichen barrierefreien Wohnens mit Lifter, Rampen, Bäder, Eingangslösungen etc.

Produkte können ausprobiert werden

AWO Kreisverband Bremen e.V.**Seniorenwohnanlage Goosestraße**

Goosestraße 16/20/22, 28237 Bremen
 Tel. 79 02 0, Fax 79 02 49
 mail: info@awo-bremen.de
www.awo-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 9-15 Uhr, Fr 9-13 Uhr

Straßenbahn 3, Haltestelle Goosestraße

Straßenbahn 2 und 10, Haltestellen Moorstraße und Lindenhofstraße

Die Wohnanlage besteht aus 148 Wohnungen (41-83 qm), ein B-Schein ist Voraussetzung. Alle Wohnungen verfügen über einen Balkon und sind über einen Aufzug barrierefrei zu erreichen. Auf Wunsch kann hauswirtschaftliche und pflegerische Unterstützung sowie ein Hausnotrufgerät angeboten werden, welches ein sicheres Wohnen – auch im Falle einer Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit – in den eigenen 4 Wänden ermöglicht.

Die Wohnanlage liegt sehr zentral; Einkaufsmöglichkeiten und Arztpraxen befinden sich in unmittelbarer Nähe. Das AWO-Pflegeheim mit Kurzzeitpflege und stationärem Mittagstisch sowie das Reha-Zentrum befinden sich auf dem gleichen Grundstück.



Bremen

AWO Kreisverband Bremen e.V.

Bremen

Seniorenwohnanlage Kastanienhof

Am Nonnenberg 42/44, 28239 Bremen

Tel. 79 02 0, Fax 79 02 49

mail: info@awo-bremen.dewww.awo-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 9-15 Uhr, Fr 9-13 Uhr

Bus 71, 73, 80, Haltestelle Am Fuchsberg

Diese Servicewohnanlage besteht aus 28 Wohnungen (50-69 qm);
ein B-Schein ist nicht erforderlich.

Alle Wohnungen sind barrierefrei und mit behindertengerechten Bädern, Einbauküchen, Balkonen und Hausnotrufgeräten ausgestattet. Es werden umfangreiche Hilfen angeboten, die ein sicheres Wohnen – auch im Falle einer Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit – in den eigenen 4 Wänden ermöglichen.

Die Wohnanlage befindet sich in unmittelbarer Nähe von einem Park mit See und dem Bürgerhaus mit vielfältigen Veranstaltungsangeboten für Senioren.

**Seniorenwohnanlage
Hirschberger Straße**

Bremen

Vermietung: Bauherrengemeinschaft Hirschberger Straße GbR

Hirschberger Straße 15-17, 28237 Bremen

Service: AWO Kreisverband Bremen e.V.

Dienstleistungszentrum Gröpelingen

Tel. 69 14 266, Fax 69 14 268

mail: dlz-groepelingen@awo-bremen.dewww.awo-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr

Straßenbahn 3, Haltestelle Goosestraße

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Diese Seniorenwohnanlage besteht aus 53 Wohnungen (48 und 65 qm), ein B-Schein ist Voraussetzung. Alle Wohnungen sind barrierefrei und mit behindertengerechten Bädern und Hausnotrufgeräten ausgestattet. Es werden umfangreiche Hilfen angeboten, die ein sicheres Wohnen – auch im Falle einer Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit – in den eigenen 4 Wänden ermöglichen. Im Gemeinschaftsraum werden regelmäßig Veranstaltungen für die Mieter angeboten. Einkaufsmöglichkeiten, Arztpraxen und das AWO Pflegeheim befinden sich in unmittelbarer Nachbarschaft.

Bremer Heimstiftung

Stiftungsdorf Gröpelingen

Elbinger Straße 6, 28237 Bremen

Tel. 38 04-0, Fax 38 04-119

mail: info@bremer-heimstiftung.de

www.bremer-heimstiftung.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 9-11 Uhr und nach Vereinbarung

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße,

Straßenbahn 3 Haltestelle Kap-Horn-Straße

Auf dem Gelände der ehemaligen Feuerwache 6 befindet sich ein multikulturelles Zentrum, das Wohnen, Pflege, und Stadtteil-Kultur harmonisch miteinander verbindet und Menschen verschiedener Alters- und Bevölkerungsgruppen zusammenführt. Kernstück des Stiftungsdorfes ist eine Wohnanlage mit 44 Wohnungen mit Service für ältere Menschen. Dort leben junge Behinderte von Friedehorst und es gibt 13 Wohnungen im Interkulturellen Seniorenwohnhaus. Es finden Kurse der VHS statt und die Interkulturelle Begegnungsstätte vom Zentrum für Migranten und Interkulturelle Studien e.V.- ZIS veranstaltet Treffen und Seminare. Friseur, Physiotherapie und Fußpflege ergänzen das Angebot im Stiftungsdorf. Im »café brand« treffen sich Mieter und Bewohner des Stadtteils.



Bremer Heimstiftung

Stiftungsdorf Walle

Karl-Peters-Straße 74, 28217 Bremen

Tel. 33 63 71 10, Fax 33 63 71 19

mail: irmgard.bischoff@bremer-heimstiftung.de

www.bremer-heimstiftung.de

Sprechzeiten: Mo- Do 9 -13 Uhr

Bus 28, Karl-Peters-Straße

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Wartburgstraße,

Straßenbahn 3, Haltestelle Elisabethstraße

Auf dem zentral im Stadtteil Walle gelegenen Grundstück zwischen Steffensweg und Bremerhavener Strasse bieten wir Ihnen eine Wohnanlage mit 38 Wohnungen für »Wohnen mit Service«, sowie eine Wohngemeinschaft für acht pflegebedürftige ältere Menschen. Die Wohnungen sind seniorengerecht und mit einem Hausnotruf verbunden. Vielfältige Begegnungen und Kooperationen mit den verschiedensten Nachbarn sind uns sehr wichtig, denn egal ob Jung oder Alt, uns ist die Gemeinsamkeit ein großes Anliegen.



Ambulanter Hauspflegeverbund Bremen-West

Servicewohnanlage – Am Waller Park

Lange Reihe 46/ An der Rehling 33, 28219 Bremen

Tel. 380 80 15, Fax 380 80 17

mail: info@ahb-bremen.com

www.ahb-bremen.com

Sprech- und Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-17 Uhr

24 Stunden pflegerischer Notdienst: Tel 38 98 419

Bus 26 und Straßenbahn 3, Haltestelle Emder Straße

Die 43 Servicewohnungen »Am Waller Park« sind konzipiert für Menschen, welche die Annehmlichkeiten einer seniorengerechten Wohnumgebung wahrnehmen möchten und dies mit den Vorzügen und der Sicherheit eines Hausnotrufes sowie des AHB-Serviceangebotes verknüpfen wollen.

Sozialwerk der Freien Christengemeinde



SOZIALWERK DER FREIEN CHRISTENGEMEINDE

Seniorenwohnanlage am Oslebshauer Park

Oslebshauer Landstraße 18-20, 28239 Bremen

Tel. 3360-742, Fax 3360-799

mail: v.strech@sozialwerk-bremen.de,

www.sozialwerk-bremen.de

Sprechzeiten: Di 10-12 Uhr, Do 14-16 Uhr

oder nach telefonischer Vereinbarung

Bus 71 und 73, Haltestelle Ritterhuder Heerstraße/Bahnhof Oslebshausen

In ruhiger und doch zentraler Lage liegen 60 seniorengerechte 2-3 Zimmer-Wohnungen. Sie sind eingebettet in das christliche Seniorenzentrum am Oslebshauer Park mit Tagespflege, Pflegeheim und Grünanlagen. Zum Serviceangebot gehören Beratung und Organisation von Hilfen genauso wie Feste, kulturelle und christliche Veranstaltungen. In der Nachbarschaft befinden sich ein Markt, kleinere Geschäfte, der Oslebshauer Park und der Bahnhof Oslebshausen.

Sozialwerk der Freien Christengemeinde

Seniorenwohnanlage Ohlenhof

Humannstraße 69, 28239 Bremen

Tel. 61 90 269, Fax 61 90 299

mail: i.jade@sozialwerk-bremen.de

www.sozialwerk-bremen.de

Sprechzeiten: Mo und Mi 10-12 Uhr und nach persönlicher Absprache

Straßenbahn 2, 3 und 10, Haltestelle Depot Gröpelingen

Bus 71, 73 und 75, Haltestelle Depot Gröpelingen

Zentral und doch ruhig gelegen sind unsere 10 Seniorenwohnungen. Dank ihrer überschaubaren Größe bietet die Anlage eine familiäre Atmosphäre. Die 2-3 Zimmer-Wohnungen haben Balkon oder Terrasse und eine sonniger Ausrichtung. Zum Serviceangebot gehören Beratung und Organisation von Hilfen, sowie die Teilnahme an Festen, kulturellen und christlichen Veranstaltungen im direkt benachbarten Christlichen Bildungs- und Sozialzentrum West



GEWOBA Aktiengesellschaft Wohnen und Bauen

Servicemanagement

Serviceangebot für ältere Mieter

Rembertiring 27, 28195 Bremen

Tel. 36 72-1 70

mail: dbeier@gewoba.de

www.gewoba.de/servicefuersenioren

Das Servicemanagement der GEWOBA berät Mieterinnen und Mieter, die altersbedingt Unterstützung benötigen oder wünschen – kostenlos und individuell! Neben einer umfassenden persönlichen Beratung helfen die speziell geschulten Serviceberater bei der Beantragung von Leistungen, bei notwendigen Wohnraumanpassungen oder vermitteln soziale, hauswirtschaftliche und pflegerische Dienstleistungen. Ziel des Servicemanagement ist, den Kunden so lange wie möglich ein selbstständiges Leben in der eigenen Wohnung zu ermöglichen.



Tagespflegeeinrichtungen

Tagespflege ist eine Betreuungsform für Senioren, die zuhause leben, tagsüber aber Betreuung und Pflege benötigen. Die Gründe für den Besuch einer Tagespflege sind vielfältig, sei es, dass die häusliche Pflege und Betreuung nicht ausreicht, pflegende Angehörige Entlastung benötigen oder der ältere Mensch zuhause vereinsamt.

Der Besuch einer Tagespflege bietet den Gästen qualifizierte Versorgung, Betreuung und Pflege. Die Tagesabläufe sind stets abwechslungsreich mit vielen anregenden Angeboten zur Unterhaltung und Unterstützung. Neben Seniorengymnastik, Gedächtnistraining, Musik, Ausflügen und anderem mehr, ist es vor allem auch die Gemeinschaft, die den Senioren Freude bereitet. Die umfangreiche Betreuung in einer solchen Einrichtung hält aktiv, entlastet zudem die pflegenden Angehörigen und die Aufnahme in ein Heim kann so möglicherweise hinausgezögert oder auch vermieden werden. Den Tagesgästen steht in der Regel ein eigener Fahrdienst zur Verfügung. Um das Angebot kennen zu lernen, werden vorab Probetage vereinbart.

Die Leistungen der Tagespflege sind von den Pflegekassen anerkannt. Fragen zur Kostenregelung und zu den individuellen Angeboten richten Sie bitte an die jeweilige Einrichtung.

AWO Ambulant gGmbH



Ambulant gGmbH

Ella-Ehlers-Haus

Dockstraße 20, 28237 Bremen
Tel. 61 87-223

mail: tapf-groepelingen@awoambulant-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-16 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Moorstraße

Straßenbahn 3, Haltestelle Goosestraße

In der AWO Tagespflege werden bis zu 13 Tagespflegegäste in einem behüteten Rahmen betreut und versorgt. In dieser Gemeinschaft sind sowohl körperlich gebrechliche als auch dementiell erkrankte Menschen. Das Wohl und vor allem die Lebensfreude der Tagesgäste steht an erster Stelle. Ein wertschätzender Umgang sowie eine gute Zusammenarbeit mit den Angehörigen ist uns wichtig. Die Tagespflege kann von Montag bis Freitag besucht werden; das Angebot kann jedoch auch an nur 2 Tagen in der Woche wahrgenommen werden. Zusätzlich bieten wir Ihnen und Ihren Angehörigen samstags von 9-16 Uhr kompetente Betreuung und Versorgung. Zu unseren aktivierenden Angeboten gehören neben Sitzgymnastik, Gedächtnistraining, Singen, Gesellschaftsspiele, Ausflüge und Spaziergänge bei schönem Wetter.

Sozialwerk der Freien Christengemeinde



Tagespflege Ohlenhof

»Insel der Geborgenheit« für Menschen mit Demenz
 Schwarzer Weg 92 d, 28239 Bremen
 Tel. 61 90 186, Fax 61 90 189
 mail: tap-o@sozialwerk-bremen.de
 www.sozialwerk-bremen.de
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-16 Uhr
 Straßenbahn 2, 3 und 10, Haltestelle Depot Gröpelingen
 Bus 71, 73 und 75, Haltestelle Depot Gröpelingen

Wir widmen uns ausschließlich demenzkranken Menschen mit besonderem Betreuungs- und Pflegebedarf. Dabei möchten wir dem Tagesgast eine Insel im Alltag bieten, die Wärme und Herzlichkeit ausstrahlt, so dass sich jeder sicher und geborgen fühlen kann. Mit den Angehörigen stehen wir in regelmäßigem Austausch, bieten Beratung und Hilfe sowie monatliche Treffen an.

Sozialwerk der Freien Christengemeinde



Tagespflege Oslebshausen

Oslebshauer Landstraße 18, 28239 Bremen
 Tel. 33 60-742/750, Fax 33 60-759
 mail: v.strech@sozialwerk-bremen.de,
 www.sozialwerk-bremen.de
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 8-16 Uhr
 Bus 71/73, Haltestellen Ritterhuder Heerstraße, Bahnhof Oslebshausen

In ruhiger und doch zentraler Lage liegt die Tagespflege Oslebshausen. Sie ist eingebettet in das Christliche Seniorenzentrum am Oslebshauer Park mit Wohnanlagen, Pflegeheim und Grünanlagen. Unsere Tagesgäste sind pflegebedürftige Senioren mit körperlichen, seelischen und Demenzerkrankungen. Unser Anliegen ist es, ihr Wohlbefinden zu steigern und ihre Selbständigkeit zu fördern. In der Nachbarschaft befinden sich ein Markt, kleinere Geschäfte, der Oslebshauer Park und der Bahnhof Oslebshausen.

Neben der Langzeitpflege, bieten einige der nachfolgenden Einrichtungen auch Plätze für die Kurzzeitpflege an.

Ev. Diakonissenmutterhaus Bremen e.V.

Adelenstraße 68, 28239 Bremen

Tel. 61 02 36 00, Fax 61 02 36 99

mail: info@diakonissenmutterhaus-bremen.de

www.diakonissenmutterhaus-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 8-16 Uhr, Fr 8-15 Uhr

Straßenbahn 2, 3 und 10, Haltestelle Depot Gröpelingen

Bus 70, 71 und 73, Haltestelle Karl-Bröger-Straße



Das Diakonissenmutterhaus Bremen liegt in unmittelbarer Nähe des DIAKO-Krankenhauses in einem wunderschönen Park, der Bewohner und Besucher gleichermaßen zu kleinen Spaziergängen und zum Rasten einlädt.

Das Altenpflegeheim (67 Einzel- und 9 Doppelzimmer) bietet 85 Menschen ein zu Hause mit persönlicher Atmosphäre, wo sie in 4 Wohnbereichen betreut und gepflegt werden. Ein Wohnbereich mit 22 Einzelzimmern ist speziell für dementiell erkrankte Menschen eingerichtet.

Das Diakonissenmutterhaus ist Mitglied des Diakonischen Werks Bremen.

Sozialwerk der Freien Christengemeinde



SOZIALWERK DER FREIEN CHRISTENGEMEINDE

Heimstätte am Oslebshauer Park

Oslebshauer Landstraße 20, 28239 Bremen

Tel. 33 606, Fax 33 60 799

mail: b.techentin-bohn@sozialwerk-bremen.de

www.sozialwerk-bremen.de

Sprechzeiten: Di 10-12 Uhr, Do 14-16 Uhr

sowie nach Vereinbarung

Bus 71 und 73, Haltestelle Ritterhuder Heerstraße, Bahnhof Oslebshausen

In ruhiger und doch zentraler Lage liegt die Heimstätte am Oslebshauer Park. Sie ist eingebettet in das Christliche Seniorenzentrum mit Wohnanlagen, Tagespflege und Grünanlagen. Kleinere Geschäfte, ein Markt und der Bahnhof Oslebshausen sind nicht weit. Hier leben 70 pflegebedürftige Menschen, vorwiegend in Einzelzimmern. Unseren ganzheitlichen Ansatz bezogen auf Körper, Seele und Geist gestalten wir mit kulturellen und christlichen Veranstaltungen. Speziell auf die Bedürfnisse der Bewohner zugeschnittene Beschäftigung und Unterhaltung verfolgt unter anderem das Ziel, Fähigkeiten und Fertigkeiten der Senioren so lange wie möglich zu erhalten, sowie soziale Kontakte untereinander zu fördern.

Sozialwerk der Freien Christengemeinde



SOZIALWERK DER FREIEN CHRISTENGEMEINDE

Heimstätte Ohlenhof

Schwarzer Weg 98, 28239 Bremen

Tel. 61 90-250, Fax 61 90-299

mail: e.schmilgies@sozialwerk-bremen.de

www.sozialwerk-bremen.de

Sprechzeiten: täglich von 8-16.30 Uhr oder nach telefonischer Vereinbarung

Straßenbahn 2, 3 und 10, Haltestelle Depot Gröpelingen

Bus: 71, 73 und 75, Haltestelle Depot Gröpelingen

Die Heimstätte bietet 65 pflegebedürftigen Senioren und 21 Menschen mit seelischen Erkrankungen ein Zuhause. Ein Wohnbereich mit 21 Plätzen ist speziell auf die Bedürfnisse von Menschen mit Demenz ausgerichtet. Unseren ganzheitlichen Ansatz bezogen auf Körper, Seele und Geist gestalten wir mit kulturellen und christlichen Veranstaltungen. Speziell auf die Bedürfnisse der Bewohner zugeschnittene Beschäftigung und Unterhaltung verfolgt unter anderem das Ziel, Fähigkeiten und Fertigkeiten der Senioren so lange wie möglich zu erhalten, sowie soziale Kontakte untereinander zu fördern.

AWO Ambulant gGmbH



Ambulant gGmbH

Ella-Ehlers-Haus

Tel. 61 87-0, Fax 61 69 147

mail: a.zarnitz@awoambulant-bremen.de

www.awo-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 8-16 Uhr, Fr 8-14.30 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Moorstraße

Straßenbahn 3, Haltestelle Goosestraße

Im Ella-Ehlers-Haus bieten wir Ihnen insgesamt 104 Plätze an, davon 63 in Einzel- und 18 in Doppelzimmern, sowie 5 Plätze für die Kurzzeitpflege. Unsere Zimmer sind zwischen 20 und 35qm groß und mit WC und Duschbad ausgestattet. Die Zimmer können überwiegend mit eigenen Möbeln eingerichtet werden.

Ein großer Garten mit vielen Sitzmöglichkeiten lädt zum Verweilen ein. In unserem Haus werden die besonderen Bedürfnisse von MigrantInnen berücksichtigt. Ein besonders ausgewiesener Bereich ist für dementiell erkrankte BewohnerInnen eingerichtet. Ein wertschätzender Umgang und gute Zusammenarbeit mit den Angehörigen ist uns sehr wichtig.

Haus Seewenje

Gnesener Straße 6, 28237 Bremen
 Tel. 222 580 Fax 222 5888
 mail: hausseewenje@nord-com.de
www.haus-seewenje.de
 Straßenbahn 2, und 10, Haltestelle Moorstraße



Bei uns leben seit gut fünf Jahren Menschen mit Demenz. Wir haben es uns zur Aufgabe gemacht, diese Menschen in ihrer eigenen Welt zu begleiten. Dabei helfen uns engagierte MitarbeiterInnen, unsere Tiere und eine, den Menschen angepasste Umgebung. Jeder Mensch ist anders, hat seine eigene Biographie und seinen individuellen Charakter. Die Individualität und die Würde der uns anvertrauten Menschen stehen im Vordergrund unserer Arbeit. Wir achten die Wertvorstellungen jedes Menschen und begegnen ihm mit Respekt. Validation, Biographiearbeit und eine differenzierte Pflegeplanung sind die Basis unseres Handelns.

AWO Ambulant gGmbH



Ambulant gGmbH

Pflegeheim Walle

Reuterstraße 23-27, 28217 Bremen
 Tel. 39 02 112 oder 39 02 0, Fax 39 02 191
 mail: g.becker@awoambulant-bremen.de
www.awo-bremen.de
 Sprechzeiten: Mo, Mi und Do 9-16 Uhr
 Di 9-15 Uhr und Fr 8.30-12.30 Uhr
 Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Gustavstraße

Unser Pflegeheim befindet sich mitten im Stadtteil Walle. Es stehen 58 Plätze sowohl für jüngere als auch ältere Pflegebedürftige zur Verfügung. Die hellen und freundlichen Zimmer sind mit Dusche und WC ausgestattet und verfügen über TV-, Telefon- und Internetanschluss. Sie können, neben der Grundausstattung mit eigenen Einrichtungsgegenständen gestaltet werden. Wir bieten Langzeitpflege und Kurzzeitpflege – bei Verhinderung der Angehörigen – an. Es werden Menschen unterschiedlichster Nationalität betreut und gepflegt. Hierbei berücksichtigen wir landes typische Gebräuche und Gewohnheiten. Dementiell erkrankte Menschen finden Sie bei uns Sicherheit und Geborgenheit. Wir bieten ein umfangreiches Angebot an Freizeit- und Beschäftigungsaktivitäten, die einen abwechslungsreichen Tagesablauf ermöglichen.

Almata-Stift Friedehorst gGmbH



Almatastraße 1-9, 28219 Bremen

Tel. 63 81 900, Fax 63 81 90 66

mail: almatastift@friedehorst.de

www.friedehorst.de

Sprechzeiten: Mo und Mi 8-16 Uhr

Di, Do und Fr 8-14 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Waller Straße

Das Almata-Stift ist ein Altenpflegeheim für 60 Bewohnerinnen und Bewohner mit einer besonderen Farb-, Licht- und Raumgestaltung. 8 Doppelzimmer und 44 Einzelzimmer verteilen sich auf 4 Wohntagen. Neben einem Speisesaal befinden sich im Haus 4 Wohnküchen, in denen schwerst pflegebedürftige, insbesondere demente Bewohnerinnen und Bewohner über den Tag betreut und begleitet werden. Das Haus bietet ein breites Angebot von Veranstaltungen und steht in einem lebendigen Kontakt zu kulturellen Einrichtungen im Stadtteil. Unser Haus steht Angehörigen und Freunden jederzeit offen.

Seniorenpflegeheim Ansbacher Straße GbR



Ansbacher Straße 18, 28215 Bremen

Tel. 37 68 0, Fax 37 68 1099

mail: s.hachmeister@seniorenheim-ansbacher.de

Sprechzeiten : Mo-Do 8-16.30, Fr 8-16 Uhr

Bus 25, Haltestelle Lohmannstrasse

Vollstationäre Pflege, Wunschmahlzeit wählbar aus zwei Menüangeboten. Bereitstellung von Serviceleistungen für unsere BewohnerInnen, z.B. auch Begleitung zu Ärzten. Abwechslungsreiches Beschäftigungsangebot, das von einer Sozialpädagogin organisiert und durchgeführt wird. Tägliche Einzelbetreuung für BewohnerInnen mit eingeschränkter Alltagskompetenz nach § 87b SGB XI.

Bethel im Norden

Pflegezentrum Am Doventor

Doventorsdeich 3-15, 28195 Bremen

Tel 47 88 40, Fax 47 88 41 049

mail: maik.drieling@bethel.de

www.diakonie-freistatt.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 9-17, Sa und So nach Vereinbarung

Auch außerhalb der Sprechzeiten können Termine vereinbart werden.

Straßenbahn 10, Haltestelle Doventor

Unser Haus bietet insgesamt 92 Bewohnern und 8 Kurzzeitpflegegästen ein Zuhause. Überwiegend halten wir Einzelzimmer mit Bad und Dusche vor, die mit eigenen Möbeln eingerichtet werden können. Der schöne Garten und die Dachterrassen laden zum Verweilen ein. Unsere eigene Küche sorgt für das leibliche Wohl.



Bremer Wohnstift gGmbH

Seniorenzentrum Weidedamm

Ricarda-Huch-Straße 1, 28215 Bremen

Tel. 37 88-0

Bremer Wohnstift gGmbH

Seniorenzentrum Findorff

Walsroder Straße 1, 28215 Bremen

Tel. 35 07-0

Seniorenheim Gesundheitszentrum Findorff

Hemmstraße 345, 28215 Bremen
Tel 43 74 30, Fax 43 74 32 99
mail: info@ahb-kurzzeitpflege.de
www.ahb-bremen.com
Bus 27 und 28, Haltestelle Innsbrucker Straße

Im Gesundheitszentrum Findorff vereinen sich drei Wohnformen. Hier können in der familiären Atmosphäre eines 28 Betten Hauses Langzeitpflege und Verhinderungspflege in Anspruch genommen werden. Angegliedert befinden sich 10 Seniorenwohnungen, die auf Wunsch auch als Pflegeappartement bewohnt werden können.

AHB Residenz Oslebscity

Am Oslebshauser Bahnhof 2, 28239 Bremen
Tel. 63 92 90
www.ahb-bremen.com

K&S Seniorenresidenz Findorff

Rudolf-Alexander-Schröder-Straße 2
28215 Bremen
Tel. 27 63-0, Fax 27 63-100

Reha-Zentrale-Diako

Gröpelinger Heerstraße 406-408, 28239 Bremen
Tel 61 02 51 00, Fax 61 02 51 99
mail: info@reha-zentrale-diako.de
www.reha-zentrale-diako.de
Bürozeiten: Mo-Do 9-16 Uhr, Fr 9-15 Uhr
Bus 70, 71, 73 und 80, Haltestelle DIAKO

- Kurzzeitpflege
- rehabilitative Kurzzeitpflege
- Verhinderungspflege

Hospizhilfe Bremen e.V.

St.-Jürgen-Straße 1, 28205 Bremen
 Tel. 32 40 72 und 49 73 178,
 nach Dienstschluss 0177-66 06 066
 Fax 32 40 74
 mail: info@hospiz-bremen.de
www.hospiz-bremen.de
 Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-13 Uhr
 Straßenbahn 2,3 und 10, Haltestelle St.-Jürgen-Straße
 Bus 25, Haltestelle Klinikum Bremen-Mitte

Ehrenamtliche MitarbeiterInnen begleiten kostenlos schwer- und sterbenskranke Menschen, deren Angehörige und Freunde. Der Wunsch des Sterbenden steht im Mittelpunkt unserer Arbeit.

Beratung zu Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht, Trauerbegleitung, Aus- und Fortbildung in der Hospizarbeit, Seminare und Vorträge zum Thema »Sterben und Tod«



Hospizverein Bremen Lebens- und Sterbebegleitung e.V.

Schwachhauser Heerstraße 45a, 28211 Bremen
 Tel. 409 28 28, Fax 409 28 71
 mail: info@hospizverein-bremen.de
www.hospizverein-bremen.de
 Sprechzeiten: Mo-Fr 10-13 Uhr
 Straßenbahn 1 und 4, Haltestelle Hollerallee

Sprechstunde im DIAKO: jeden 2. Freitag von 14-16 Uhr

Unterstützung und Begleitung Schwerstkranker und Sterbender, ihrer Angehörigen und Freunde. Wir setzen uns dafür ein, dass der sterbende Mensch mit seinen ganz persönlichen Wünschen im Mittelpunkt steht. Unsere Arbeit ist ehrenamtlich und kostenlos. Alle zwei Wochen findet ein offener Gesprächskreis für Trauernde statt sowie regelmäßig Hospizschulungen.

Ambulanter Hospizverein Hospiz Horn

Riekestraße 2, 28359 Bremen

Tel. 23 52 35 und 0172-43 78 781, Fax 23 52 35

mail: hospizhorn@aol.com

www.hospiz-horn.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 9-15 Uhr und nach Absprache

Straßenbahn 4 und 5, Haltestelle Horner Kirche

Hospiz Horn e.V. ist ein ambulanter Hospizdienst, der sterbensranke und sterbende Menschen, sowie deren Angehörige im ganzen Bremer Stadtgebiet begleitet: im privaten Zuhause, im Alten- und Pflegeheim, im Krankenhaus, auf der Palliativstation und im stationären hospiz:brücke.

Unsere Fortbildungsangebote: Ausbildungskurse für ehrenamtliche Hospizarbeit / Fortbildungen für stationäre und ambulante Pflegeeinrichtungen / für Altenpflege- und Krankenpflegesschulen und andere interessierte Gruppen.

Zentrale für private Fürsorge hospiz:brücke

Lange Reihe 102, 28219 Bremen

Tel. 38 02 40, Fax 38 02 441

mail: m.foppe@zfpf.de

www.zfpf.de

Sprechzeiten: nach telefonischer Vereinbarung

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Waller Straße

Bus 26, Haltestellen Lange Reihe und Bremerhavener Straße

Das hospiz:brücke beherbergt unheilbar kranke Menschen, deren Zustand keine Hoffnung auf Genesung mehr zulässt. Sie finden im hospiz:brücke einen Ort, an dem sie bei optimaler medizinischer und pflegerischer Betreuung in Würde sterben können.

Foto © photocase.de



**Bestattungsleistung
mit
Preisgarantie**
Unsere
VorsorgeKombi

Sie legen heute Art und Umfang der Bestattung fest, erhalten eine Preisgarantie und sparen bares Geld.



Telefon (04 21) 38 77 60
www.ge-be-in.de

Hilfen für pflegende Angehörige und Angehörige von Demenzkranken

Pflegende Angehörige sind meistens sehr starken Belastungen ausgesetzt. Sie betreuen und versorgen, teilweise über Jahre hinweg, einen ihnen nahestehenden Menschen bei seinen körperlichen und seelischen Leiden.

Um Kraft zu schöpfen, kann es sehr hilfreich sein, sich in einer Runde mit anderen Betroffenen auszutauschen und dort Mitgefühl, Rat und Unterstützung zu bekommen.

Beratungstelefon Help-Line



Bei der Help-Line sitzen Menschen am Telefon, die sich ehrenamtlich engagieren und für ältere Menschen und pflegende Angehörige ein Gesprächspartner sein wollen. Hier kann man – auf Wunsch auch anonym – über belastende Situationen bei der Pflege oder im Alter sprechen. Gemeinsam können Lösungswege gesucht werden. Oft hilft es schon, wenn man in Ruhe mit jemandem reden kann.
Tel. 794 84 98, Mo-Fr 14-17 Uhr

DIKS – Demenz Informations- und Koordinationsstelle



Auf den Häfen 30-32, 28203 Bremen

Tel. 79 02 73, 79 02 30, Fax 79 02 41

mail: diks@sozialag.de

www.diks-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Do 8-16 Uhr, Fr 8-13 Uhr

Nach telefonischer Absprache sind auch Termine nach 16 Uhr sowie Hausbesuche möglich.

Straßenbahn 10, Haltestellen Am Dobben oder Humboldtstraße

Die DIKS ist eine zentrale und unabhängige Beratungsstelle für Angehörige von Menschen mit Demenz. Angehörige von z.B. Alzheimer-Patienten können sich kostenlos über das Krankheitsbild, die verschiedenen Unterstützungsmöglichkeiten in Bremen und deren Finanzierungsmöglichkeiten informieren. In Krisen- oder Überlastungssituationen bieten wir Beratungsgespräche, Entlastung und Auswege.

Gesprächsgruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

Hirschberger Straße 15-17, 28237 Bremen

Tel. 691 42 66 (AWO-DLZ- Gröpelingen)

Ansprechpartnerinnen: Frau Pommer oder Eva-Maria Strobel,

Tel. 34 11 65

Treffen jeden 1. und 3. Dienstag im Monat, von 15-17 Uhr

Demenz Angehörigengruppe

in der geriatrischen Tagesklinik des St.-Joseph-Stiftes

Schwachhauser Heerstraße 54, 28209 Bremen

Tel. 380 80 15

Ambulanter Hauspflegeverbund Bremen-West

Ansprechpartnerin Frau Harms

Treffen: jeden 1. Dienstag im Monat, 17.30-19.30 Uhr

Selbsthilfegruppen und Verbände

Hier finden Sie einige Selbsthilfegruppen und Verbände, die häufiger von älteren Menschen und Angehörigen nachgefragt werden.

Aktuelle Informationen über bestehende Selbsthilfegruppen in Bremen erhalten Sie beim Gesundheitsamt (siehe Seite 89) und beim Netzwerk Selbsthilfe e.V. (siehe Seite 90).

Selbsthilfegruppe 55 plus

Für Suchtkranke und Angehörige (Regenbogen e.V.)

im Nachbarschaftshaus Helene Kaisen,

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen

Treffen: Di 18-20 Uhr

Tel. 699 41 06 oder 64 7006

Ängste und Depressionen

Eine angeleitete Gesprächsgruppe für Menschen mit Ängsten und Depressionen

Treffen: Mittwoch 19-20.30 Uhr im Gesundheitstreffpunkt West

Tel. 61 70 79

Deutscher Diabetiker Bund Landesverband Bremen e.V.

in der AWO Seniorenanlage Hirschberger Straße 15-17
28237 Bremen

jeden 2. Donnerstag im Monat

Anfragen bitte Mo-Do 10-12 Uhr

Tel. 61 64 323 Fax 61 68 607

mail: info@ddb-hb.de

www.ddb-hb.de

Selbsthilfegruppe Osteoporose Bremen e.V.

Rotes Kreuz Krankenhaus (Westhaus)

Osterstraße 1c, 28199 Bremen

Tel. 54 86 711 Herr J. Schimanski

mail: info@osteoporose-bremen.com

Sprechzeiten: Mo, Di und Do 11-17 Uhr

Straßenbahn 4, Haltestelle Rotes Kreuz Krankenhaus

Straßenbahn 6, Haltestelle Leibnizplatz

Deutsche Parkinson Vereinigung e.V.

Regionalgruppe Bremen
Bismarckstraße 221, 28205 Bremen
Tel. 206 12 92
mail: parkinson-bremen@arcor.de
home.arcor.de/parkinson-bremen/
Sprechzeiten: Do 10-12 Uhr
Wassergymnastik im Waller Bad

Deutsche Multiple-Sklerose Gesellschaft (DMSG)

Brucknerstraße 13, 28359 Bremen
Tel. 32 66 19, Fax 32 40 92
mail: DMSG-Bremen@dmsg.de
www.dmsg.de
Sprechzeiten: Mo-Mi und Fr 9-12 Uhr, Di und Do 15-18 Uhr
Straßenbahn 4 und 5, Haltestelle Vorstraße

Gesundheitsamt Bremen Selbsthilfe- und Gesundheitsförderung

Horner Straße 60-70, 28203 Bremen
Tel. 361 -15 141, Fax 361-15 554
mail: selbsthilfefoerderung@gesundheitsamt.bremen.de
www.gesundheitsamt.bremen.de
Sprechzeiten: Mo, Mi und Do 9-15 Uhr
Di 11-15 und Fr 9-14 Uhr
Straßenbahn 2, 3 und 10 Haltestelle Brunnenstraße
Bus 25, Haltestelle Klinikum Bremen-Mitte

Das Gesundheitsamt berät Personen und Institutionen zur Gesundheitsförderung. Dabei steht die Beratung für gesundheitliche Selbsthilfegruppen und die Vermittlung in Gruppen im Vordergrund.

Das Gesundheitsamt unterstützt auch bei der Gründung neuer Gruppen, berät bestehende Selbsthilfegruppen und vermittelt Räume für Gruppentreffen.

Netzwerk Selbsthilfe e.V.

Faulenstraße 31, 28195 Bremen

Tel. 70 45 81, Fax 70 74 72

mail: info@netzwerk-selbsthilfe.com

www.netzwerk-selbsthilfe.com und www.selbsthilfe-wegweiser.de

Sprechzeiten: Mo-Fr 10-13 Uhr, Mo-Do 14-16 Uhr

Straßenbahn 2 und 3, Haltestelle VHS / Radio Bremen

Bus 25, Haltestelle VHS / Radio Bremen

Zeit schenken – ein Besuchsdienst für Menschen, die durch zusätzlichen Beistand wohlbehaltener im eigenen Zuhause verweilen möchten. Freiwillig Engagierte besuchen ältere oder auch jüngere Menschen, die durch Krankheit oder Unfall beeinträchtigt sind und unternehmen gemeinsame Aktivitäten wie vorlesen, spazieren gehen, spielen, sich unterhalten und anderes mehr.

Den Pflegealltag bewältigen mit Selbsthilfe

Wir initiieren Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige mit dem Ziel der Unterstützung, Anteilnahme und Entlastung in teilweise schwierigen Pflegesituationen. Es geht um die gemeinsame Suche nach Lösungen und Stärkung des Selbstvertrauens und der eigenen Fähigkeiten.



Unabhängige Patientenberatung Bremen

Richard-Wagner-Straße 1a, 28209 Bremen

Tel. 3477374, Fax: 3477399

mail: kontakt@patientenberatung-bremen.de

www.patientenberatung-bremen.de

Sprechzeiten: Mo-Mi 9-15 Uhr, Do 14-19 Uhr

Straßenbahn 1, 4 und 5, Haltestelle Parkstraße

Die Unabhängige Patientenberatung Bremen berät Sie in allen Fragen des Gesundheitssystems.

Wenden Sie sich an uns, wenn etwas schief läuft im Kontakt mit Ärzten, Krankenhäusern, Krankenkassen und Sozialhilfeträgern oder wenn Sie einfach nur eine Frage haben.



Unabhängige Patientenberatung Deutschland / UPD



Regionale Beratungsstelle Bremen – Nordniedersachsen

Braunschweiger Straße 53 b, 28205 Bremen
Tel. 699 18 61, Fax 699 18 62
mail: bremen@upd-online.de
www.upd-online.de

Sprechzeiten: Mo-Mi und Fr 10-13 Uhr, Do 15-19 Uhr
Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle St. Jürgen Straße
Straßenbahn 3, Haltestelle Weserstadion

Wir beraten u.a. zum Einsichtsrecht in Patientenunterlagen, zum Verkauf von privaten Leistungen beim Arzt (IgeL-Leistungen), zu Zahnersatz, Verdacht auf Behandlungsfehler und Leistungsverweigerung von Kranken-/ Pflegekassen. Unsere Beratung ist kostenfrei. Außerdem bieten wir Vorträge/Gruppenberatungen zu den Themen Individuelle Gesundheitsleistungen (IGeL), Zahnersatz, Patientenverfügung – Vorsorgevollmacht – Betreuungsverfügung. Träger dieses Angebotes ist die PatientInnenstelle im Gesundheitsladen Bremen e.V.

Frauengesundheitszentrum

Elsflether Straße 29, 28219 Bremen
Tel. 380 97 47, Fax 38 26 71
mail: fgzbremen@aol.com
www.fgz-bremen.de
Sprechzeiten: Di 10-13 Uhr, Do 16-19 Uhr
Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Waldau Theater

Während der Telefonzeiten Weitergabe von aktuellen Informationen zu Themen der Frauengesundheit, kostenlose Kurzberatungen

- Ein- oder mehrmalige Beratungsgespräche (nach Vereinbarung; Kosten bitte erfragen)
- Beratung in einer kleinen Gruppe
- Frauenselbsthilfegruppen; genaue Themen und Gruppenangebote bitte erfragen
- Nachsorge nach einem psychosomatischen Klinikaufenthalt

Die Angebote sind offen für alle Altersgruppen. Seniorinnen sind herzlich willkommen!

Hilfswerk Bremen für Menschen mit Beeinträchtigungen e.V. – Betreuungsverein

Vegesacker Straße 59, 28217 Bremen

Tel. 396 77 34, Fax 396 81 66

mail: betreuungsverein@hilfswerk-bremen.de

www.hilfswerk-bremen.de

Bürozeiten: Mo, Di, Do 9-14 Uhr, Mi 12-15 Uhr, Fr 9-13 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Gustavstraße

Information, Beratung und Schulung für ehrenamtliche und rechtliche BetreuerInnen und entsprechend Bevollmächtigte. Information und Vorträge zu Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügungen und Patientenverfügungen, Vorträge zu allen Aspekten rechtlicher Betreuung. Beratung für alle Interessierten zur Vermeidung rechtlicher Betreuung. Führung rechtlicher Betreuungen.

Landesarbeitsgemeinschaft Selbsthilfe behinderter Menschen Bremen (LAGS) e.V.

Waller Heerstraße 55, 28217 Bremen

Tel. 38 777-14, Fax 38 777-99

mail: info@lags-bremen.de

www.lags-bremen.de

Öffnungszeiten: Mo-Do 9-15 Uhr, Fr 9-13 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Gustavstraße

Unter dem Dach der LAGS haben sich über 30 Selbsthilfvereinigungen behinderter und chronisch kranker Menschen und ihrer Angehörigen aus Bremen und Bremerhaven zusammengeschlossen. Die Selbstbestimmung und Selbstvertretung von Menschen mit Behinderungen und chronischen Erkrankungen steht im Mittelpunkt der Arbeit. Die LAGS unterstützt die Selbsthilfe der Betroffenen und fördert deren Vernetzung zum gemeinsamen Erfahrungsaustausch und zur gegenseitigen Unterstützung.

ZIS – Zentrum für Migranten und interkulturelle Studien e.V.

»Köprü« – Altenhilfe für Migranten

Elbinger Straße 6, 28237 Bremen

Tel. 83 94 79 36, Fax 38 03 071

mail: gudrunelis@zis-tdi.de

www.zis-tdi.de

Sprechzeiten: Mo und Do 10-12 Uhr

Straßenbahn 2 und 10, Haltestelle Lindenhofstraße

Immer mehr ältere Migrantinnen und Migranten sind auf Hilfen angewiesen. Sie leben allein oder Angehörige sind durch Berufstätigkeit stark eingebunden. Hier bieten wir Beratung, Begleitung und Betreuung an.

Seit 2006 veranstalten wir Kurse für Menschen mit Migrationshintergrund, die sich ehrenamtlich engagieren wollen.

Die »Migranten-SeniorenbegleiterInnen« unterstützen Hilfebedürftige durch Haus- und Krankenbesuche und nehmen eine Brückenfunktion zwischen Trägern der Altenhilfe und Migranten ein.

AWO Fachdienst Migration und Integration



Bremen

Am Wall 113, 28195 Bremen

(gegenüber der AOK)

Tel. 33 7-183 / 186 / 187 /188, Fax 33 77 185

mail: z.muefettisoglu@awo-bremen.de

www.awo-bremen.de

Straßenbahn 1, Haltestelle Am Wall

Straßenbahn 2 und 3, Haltestelle Am Brill

Sprechzeiten: Mo 10-12 Uhr, Di 13-17 Uhr, Do 9-12 Uhr

Wir beraten erwachsene Menschen mit Migrationshintergrund über rechtliche und soziale Fragen in Integrationsangelegenheiten. Zusätzlich bieten wir Unterstützung in Form von Integrationsmaßnahmen im Stadtteil Gröpelingen an.

Mittwochs von 9-11 Uhr im Nachbarschaftshaus Helene Kaisen,
Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen, Tel. 69 14 583

Senioren-Vertretung in der Stadtgemeinde Bremen

Bahnhofspatz 29, 28195 Bremen

Tel 361-67 69, Fax 361-22 75

mail: seniorenvertretung@soziales.bremen.de

www.bremen.de/senioren-vertretung-in-der-stadtgemeinde-bremen-336091

Sprechzeiten: Mo-Fr 9-12 Uhr

Straßenbahnen und Busse, Haltestelle Hauptbahnhof

Die Delegierten und der Vorstand der Seniorenvertretung setzen sich für die Belange der älteren Generation in Bremen ein. Die Senioren-Vertretung nimmt Stellung, stellt Forderungen und verfasst Empfehlungen zu aktuellen altenpolitischen Fachfragen, z.B. zu den Bereichen Wohnen und Pflege im Alter, Barrierefreiheit, Gesundheit, Heimmitwirkung.

Bremer Seniorinnen/Senioren, die ehrenamtlich tätig sein wollen, können in den Projekten der Seniorenvertretung mitwirken, z.B. beim Zeugenprogramm in Zusammenarbeit mit der Kriminalpolizei, bei den Automatenhelfern im Bremer Hauptbahnhof, in Schulen sowie in der Heimmitwirkung.

Schuldnerberatung A conto bremen gemeinnützige GmbH

Schuldner- und Insolvenzberatung

Am Rabenfeld 10, 28757 Bremen

Tel. 66 70 03, Fax 66 99 58 20

mail: schuldnerberatung@aconto-bremen.de

www.aconto-bremen.de

Sprechstunde in Gröpelingen: Do 14.30-18 Uhr

im AWO-Dienstleistungszentrum, Gröpelinger Heerstraße 248, 28237 Bremen

Caritas Bremen e.V. – Schuldnerberatung

Georg-Gröning-Straße 55, 28209 Bremen

Tel. 33 573-0

Sprechzeiten in Gröpelingen: Fr 13-15.30 Uhr

im Haus des Caritasverbandes, Ortstraße 12

Schuldnerhilfe Bremen e.V.

Beratung im Nachbarschaftshaus Helene Kaisen

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen

Tel. 87 18 476

Sprechzeiten: Di 9-15 Uhr

Aktionsgemeinschaft arbeitsloser Bürgerinnen & Bürger (agab e.V.)

Arbeitslosenzentrum Grenzstraße
Grenzstraße 122, 28217 Bremen/ Walle
Tel. 39 52-50, -97, Fax 38 42 39
mail: kontakt@agab.de
www.agab.de

Sprechzeiten: Mo und Do 9-12.30 Uhr, Di 14-17.30 Uhr
Mi (nur für Frauen) 9-13 Uhr (nur Termine), Mi telefonische Beratung 10-12 Uhr
Straßenbahn 3, Haltestelle Grenzstraße
Beratung in Fragen: Arbeitslosen- und Sozialhilferecht, Wohngeld,
Grundsicherung, Elternzeit / Erziehungsgeld, Geringfügige Beschäftigungen

Bremer Tafel – Zweigstelle Gröpelingen Kostenlose Ausgabe von Lebensmitteln an Bedürftige

Schwarzer Weg 92b, 28239 Bremen
Tel. 64 37 852
Öffnungszeiten: Mo-Fr ab 15 Uhr, Für Neukunden ab 17 Uhr

Die Tasse

Hilfen für alleinstehende Wohnungslose e.V.
Tagesstätte für Menschen ohne Wohnung
Fleetstraße 67a, 28219 Bremen
mail: info@tasse-bremen.de
Öffnungszeiten: Di und Do 14-18 Uhr, Sa 14-17 Uhr und So 9-11 Uhr

Allmende Gebrauchtwarenlager

Holsteiner Straße 80, 28219 Bremen
Öffnungszeiten: Möbellager Mo-Do 9-11 Uhr, Haushaltswaren Di und Do 9-11 Uhr

Nachbarschaftsbörse im Volkshaus Kleiderkammer und Hausrat

Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen
Öffnungszeiten: Mo-Fr 9-12.30 Uhr

Arbeiter-Samariterbund

Bremerhavener Straße 155, 28219 Bremen
Tel. 38 690-0 oder 38 690-155
Kleiderausgabe: Mo und Fr 9-11 Uhr

Notrufe

Polizei	110
Feuerwehr	112

Ärztlicher Notfalldienst

Klinikum Bremen-Mitte	1 92 92
St.-Jürgen-Straße 1	

Zahnärztlicher Notfalldienst	1 22 33
------------------------------	---------

Polizeireviere

Alle Reviere sind unter der zentralen Nr. 362-0 zu erreichen.

Polizeirevier Findorff

Fürther Straße 43/45, 28215 Bremen

Polizeirevier Walle

Waller Heerstraße, 28217 Bremen
(Walle Center)

Polizeirevier Gröpelingen

Gohgräfenstraße 49, 28237 Bremen

Polizeirevier Oslebshausen

Am Oslebshausener Bahnhof 21, 28239 Bremen

Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle 362-1 90 03

Am Wall 196 A, 28195 Bremen

**Ortsamt West für Findorff,
Walle und Gröpelingen**

Waller Heerstr. 99, 28219 Bremen
(Walle Center)

361-8470

Stadt Bremen – Stadtvermittlung

Vermittlung zu allen Behörden

361-0

DIAKO

Ev. Diakonie-Krankenhaus gGmbH

61 02-0

Telefonseelsorge

(Tag und Nacht – kostenlos)

0800-111 01 11

Internet

www.soziales.bremen.de

www.bremen.de



Arbeitskreis
Älter werden im Bremer Westen

c/o Gesundheitstreffpunkt West
Lindenhofstraße 53
28237 Bremen