

Älter werden in Bremen

Mit Bremer Wohnstättenverzeichnis

2020/21

Kostenlos
zum Mitnehmen

Freie
Hansestadt
Bremen

Senioren
Vertretung
Bremen

Seniorenbüro
Bremen

Ein Wegweiser nicht nur für ältere Menschen

pflegestütz ● **punkt** ● **Land Bremen**

Orientierung • Beratung • Hilfe

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

Bremen

Einkaufszentrum Berliner Freiheit
im 1. OG
Berliner Freiheit 3
28327 Bremen
Tel. 04 21 - 69 62 42-0

Bremen Nord

Breite Straße 12d
28757 Bremen
Tel. 04 21 - 69 62 41-0

Bremerhaven

Bürgermeister-Smidt-Str. 29/31
27568 Bremerhaven
Tel. 04 71 - 30 97 79-0

Die Öffnungszeiten für alle Pflegestützpunkte
Montag–Freitag 9–13 Uhr
Montag, Dienstag und Donnerstag 13.30–16 Uhr
sowie eine telefonische Erreichbarkeit am
Freitag 13.30–16 Uhr
Termine außerhalb der Öffnungszeiten
sind nach Vereinbarungen möglich.

www.bremen-pflegestuetzpunkt.de

Älter werden in Bremen

Mit Bremer Wohnstättenverzeichnis



Freie
Hansestadt
Bremen

2020/21



Ein Wegweiser nicht nur für ältere Menschen





Inhaltsverzeichnis

Impressum	4	Die Lampendreher.....	40
Die Herausgeber	6	Repair-Café.....	41
Referat Ältere Menschen	6	Besuchs- und Begleitdienste	41
Referat Wohnungswesen.....	7	Bürgerschaftliches Engagement,	
Seniorenvertretung Bremen.....	7	Ehrenamt, Freiwilligenarbeit.....	44
Seniorenbüro e. V. Bremen.....	9	Die Freiwilligen-Agentur	45
Beratung und Unterstützung.....	12	Die Senioren-Zentren, -Treffs,	
Bürgertelefon und Bürgerberatung.....	12	Andere Treffpunkte.....	46
Beratung in den Sozialzentren.....	12	Weitere Adressen	47
Sozialdienst Erwachsene.....	13	Bildung und Kultur, Hobby, Sport... 49	
Dienstleistungszentren (DLZ).....	14	Sport	49
Beratung im Pflegestützpunkt.....	18	Fitness.....	50
Pflegeberatung für Privatversicherte	19	Digitale Medien.....	52
Demenz Info- und Koordinationsstelle.....	20	Senioren Internet Club Bremen (SICB)....	54
Help-Line.....	20	Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	54
Unabhängige Patientenberatung	20	Computer-Treffs.....	54
PatientInnenstelle im Gesundheitsladen ...	21	SeniorenLotse	55
Sozialdienst im Krankenhaus	22	Internet-Adressenliste	56
Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	22	Die Bremer Volkshochschule.....	57
Kommunale Selbsthilfeförderung	23	Weiterbildung für Senioren	57
Selbsthilfegruppen	24	Bibliotheken.....	57
Netzwerk Selbsthilfe	24	Bibliotheksbus.....	59
Kontakt f. pfleggeb. ältere Migrant/innen ...	25	Bibliotheksvereine.....	59
Seniorenbegleiter/innen für Migrant/innen	25	Bremer Seniorenreisen	60
Migrationsberatung für Erwachsene	26	Seniorenreisenbüro Bremen e. V.....	60
Bremer Rat für Integration	28	Deutsches Rotes Kreuz (DRK)	60
Diversity im Alter	29	Zuschuss zu Senioren-Erholungsreisen....	60
Präventionszentrum der Polizei.....	30	Reisen mit Hilfe der Bahnmissionsmission.....	61
Beratungsangebote	32	Gesundheit und Ernährung	62
Begegnungen und Sportliches	34	Rehabilitation (Reha).....	62
Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs,		Adressen ambulanter Rehamaßnahmen...63	
Bürgerhäuser und andere Treffpunkte.....	34	Medizinische Versorgung/Geriatrie	63



Menübringdienste.....	64
Mittagstisch.....	64
Wochenmärkte	65
Finanzen und Rechtliches.....	67
Grundsicherung im Alter	67
Rente.....	67
Wohngeld	68
Wohnberechtigungsschein.....	68
Personalausweise und Dokumente	68
Schwerbehindertenausweis	69
Rechtsberatung.....	69
Schuldnerberatung.....	70
Vorsorge in Bremen	71
Betreuungsverfügung.....	72
Patientenverfügung	72
Vorsorgevollmacht	73
Vererben und verschenken	74
Leistungen der Pflegekassen bei Pflegebedürftigkeit	76
Die Pflegegrade.....	76
Alle Leistungen im Überblick	77
Pflegegeld, Pflegesachleistungen.....	77
Pflegehilfsmittel.....	77
Verhinderung der Pflegeperson.....	78
Kurzzeitpflege	78
Zusätzliche Leistungen für Pflegebedürftige in ambulant betreuten Wohngruppen.....	79
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	80
Teilstationäre Leistungen	80
Leistungen bei vollstationärer Pflege.....	80
Angebote zur Unterstützung im Alltag.....	81
Pflege in vollstationären Einrichtungen	81
Übergangspflege für Menschen ohne Pflegegrad oder mit Pflegegrad I	82

Weitere Hinweise zu den Leistungen der Pflegekassen..... 83

Schnellere Bescheide, Beratung	83
Begutachtung durch den MDK.....	83
Tagespflege als teilstationäre Leistung	84
Pflegezeit und Familienpflegezeit	89
Leistungen der Sozialhilfe.....	89
Hospiz- und Palliativdienste.....	90
Die UN-Behindertenrechtskonvention	91
Das Bundesteilhabegesetz.....	91

Wohnen in Bremen

Zentrale Fachstelle Wohnen.....	92
Für die Suche nach barrierefreien Wohnungen in Bremen, Die agWohnen..	92
Die Koordinierungsstelle für Baugemeinschaften bei der Senatorin	93
Wohnen für Hilfe.....	93
Seriöse Schlüsseldienste	94
Maßnahmen der Wohnungsanpassung.....	96

Pflege-/Betreuungseinrichtungen..... 98

Service-Wohnen.....	98
Anbietersverantwortete Wohngemeinschaft...98	98
Gasteinrichtungen.....	99
Pflege- und Betreuungseinrichtungen.....	99
Seniorenwohnheim.....	99
Wann ist der richtige Zeitpunkt zum Wechsel?.....	100
Nutzerbeirat und Nutzerfürsprecher	100
Checkliste Wohnstätten	103

Wohnstättenverzeichnis..... 105



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

© 2020 **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: Simone Apel

Fotos: siehe Bildverzeichnis auf Seite 102

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« möchten die Sozial- und die Wohnungsbaubehörde einen Beitrag dazu leisten, dass Sie in der Stadt Bremen und in Ihrem direkten Wohnumfeld die Angebote finden, die speziell für ältere Menschen wichtig sind und die sie interessieren.

Diese Broschüre zeigt Ihnen die Orte, an denen Sie kompetente Beratung zu allen Fragen im Alter erhalten – von finanziellen Themen über Informationen zu Gesundheit und Pflege bis hin zum altersgerechten, barrierefreien Wohnen mit oder ohne Partnerin oder Partner. Hier finden Sie genauso die Orte, an denen Sie einfach andere treffen können, die Anlaufpunkte im Alltag, für gemeinsame Unternehmungen oder sportliche Aktivitäten sind.

Wenn nach der Pflicht der Erwerbsarbeit die Kür des Un-Ruhestandes kommt, müssen viele Menschen über 60 Jahre ihren Alltag neugestalten. Dass sie oder ihre Partnerin/ihr Partner mehr Zeit haben, hat zugleich Vor- und Nachteile: So lässt sich endlich nach dem eigenen Tempo leben, aber es gibt auch viel mehr Zeit alleine und ohne Pflichten als vorher.

Sich im Alter selbst zu organisieren, ist eine große Aufgabe, die dann noch einmal andere Herausforderungen bereithält, wenn die Kraft nachlässt oder Pflege nötig wird.

In allen Phasen des Älterwerdens wollen wir Sie gerne unterstützen.

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.

Überall arbeiten Haupt- und Ehrenamtliche, um mit ihrem Wissen und ihren Erfahrungen so viel wie möglich zu einem guten Leben im Alter beizutragen. Besonders bedanken möchten wir uns bei den vielen älteren Ehrenamtlichen, die sich unentgeltlich engagieren und bereitwillig ihre »Wissensschätze« teilen. 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 viele Anregungen und interessante Neuigkeiten beim Lesen.

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

Tel. 0421 · 361-2886, Fax 496-2886

Ambulante Pflege/

Sozialdienst im Krankenhaus

Heike Ulrich

E-Mail: heike.ulrich@soziales.bremen.de

Tel. 0421 · 361-4015, Fax 496-4015

Offene und ambulante Altenhilfe/ Dienstleistungszentren/Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche, Bürgerschaftliches Engagement, Selbsthilfeförderung

Doris Mohr

E-Mail: doris.mohr@soziales.bremen.de

Tel. 0421 · 361-14413, Fax 496-2766

Offene und ambulante Altenhilfe/Sozialplanung (für ältere Menschen)/Senioren-Zentren und -Treffs/Senioren-Treffpunkte/Seniorenbildung

Corinna Möller

E-Mail:

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

Tel. 0421 · 361-59308, Fax 496-59308

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

Uta Kallweit-Görlich

E-Mail:

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

Tel. 0421 · 361-89545, Fax 496-89545



Leitung Wohn- und Betreuungsaufsicht/Tagespflegen

Iris Hinrichsen

E-Mail: 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

Die Mitarbeiter/innen 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. Ein besonderer Schwerpunkt liegt dabei auf der Verbesserung der Wohnsituation von älteren und behinderten Menschen. Aus diesem Grund sehen die Förderbestimmungen für alle geförderten Wohnungen vor, dass sie barrierefrei zu errichten sind.

Das Referat finden Sie im 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 Senioren/innen 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 vehement deren Abstellung.

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

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 wir 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 monatlich erscheinendes Mitteilungsblatt »**Durchblick**« informiert über die seniorenpolitischen Aktivitäten der Se-

niorenvertretung. 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.

Auf unserem Internetportal »**Seniorenlotse Bremen**« www.seniorenlotse.bremen.de ist der »Durchblick« ebenfalls eingestellt und archiviert.



Auf unserem Portal finden Sie darüber hinaus 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 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 Kom-



munen 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 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 Sozialamt durchgeführten, begleiteten Altenerholungsreisen 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 Auf-





lage, 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 Seniorenerholungsreisen 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 30 Ehrenamtlichen, die das Seniorenbüro mit ihrem Engagement tragen, möchten sich gern erweitern. Neue Senioren, auch mit eigenen Interessen und Themen, die sich einbringen und mitgestalten möchten, werden ständig gesucht. Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung von Senioren für Senioren, das mit sehr viel Herz und Freude betrieben wird.

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





Das Seniorenbüro e. V. in Bremen ist nach wie vor eines der größten selbstständigen Seniorenbüros im Bundesgebiet. Es ist Mitglied in der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e. V. (BaS) in Bonn und orientiert sich an den Grundsätzen des etwa 350 Seniorenbüros umfassenden Dachverbandes.

Seniorenbüro e. V. Bremen

Breitenweg 12, 28195 Bremen

Mo.–Do. 9–12 Uhr

Tel. 0421 · 32 05 49

E-Mail: info@seniorenbuero-bremen.de

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

Peter Schulz

Ein gutes Stück Bremen – 65 Jahre Bremer Heimstiftung

120 Seiten, über 100 Abb.,
22 x 28 cm, Hardcover,
ISBN 978-3-95651-195-0,
Euro 24,90



Ein Buch für Bremen-Freunde

Viele Häuser und Liegenschaften in Bremen haben eine bewegte Geschichte zu erzählen und sind Stein gewordener Teil der Stadtchronik.

Einige von ihnen gehören der Bremer Heimstiftung, die sie in Stiftungsresidenzen umgewandelt hat.

Dieses Buch erzählt mit vielen großformatigen Abbildungen die Geschichte von 17 Einrichtungen der Bremer Heimstiftung und blickt zurück auf eine bewegte Bremer Zeit.



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 · 361-4455

Bürgerberatung im Amt für Soziale Dienste Bremen

Breitenweg 29–33, 28195 Bremen

Petra Brennecke, Tel. 0421 · 361-8802

E-Mail: 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 Mitarbeiter/innen 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 27/27 a
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@afsd.bremen.de



Fachdienst Teilhabe

Faulenstraße 14–18
28195 Bremen
Tel. 0421 · 361- 42694, 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. Sozialberater/innen informieren neutral über Unterstützungsangebote für ältere, behinderte und chronisch kranke Menschen und bieten konkrete Hilfen an, z. B. beim Ausfüllen von Formularen. Auf Wunsch findet ein Hausbesuch statt. Die DLZ befinden sich in der Trägerschaft der AWO, der Caritas, des DRK und der Paritätischen Gesellschaft für soziale Dienste. Die Beratungsdienste werden von der Stadt Bremen gefördert und sind für die 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 Nachbarschaftshelfer/innen oder Alltagsassistent/innen unterstützen bei der hauswirtschaftlichen Versorgung, begleiten bei Einkäufen, Arztbesuchen oder Spaziergängen und bieten persönliche Hilfen an, z. B. Gespräche, Vorlesen und Betreuung von Menschen mit einer Demenzerkrankung. Pflegerische Tätigkeiten gehören nicht zu den Leistungen der »organisierten Nachbarschaftshilfe«.

Für die Vermittlung von Nachbarschaftshilfe und Alltagsassistentenz wird mit den Trägern der DLZ ein Vertrag abgeschlossen. Die Kunden/innen der DLZ zahlen dafür eine monatliche Servicepauschale von 26 € bzw. 30 €. Die pauschale Aufwandsentschädigung für die ehrenamtlichen Helfer/innen zahlen die Kunden/-innen in der Regel direkt. Diese

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



Aufwandsentschädigung beträgt 8,50 € pro Stunde. Menschen mit einem Pflegegrad können das Angebot der Alltagsassistenten von der Pflegekasse erstattet bekommen.

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

Mitte/West

Findorff

AWO Soziale Dienste gGmbH
Herbststraße 118, 28215 Bremen
Tel. 0421 · 3 77 89-0
E-Mail: 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 Krumpfen Arm 13, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 6 99 30/-100 oder -102
E-Mail: 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
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
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
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
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
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr und nach Vereinbarung, Einzugsbereich: Habenhausen, Arsten, Kattenturm, Kattenesch, Besonderheiten: Angehörigengruppe für pflegende Angehörige, Mittagstisch, Kultur- und Freizeitangebote

Neustadt/Woltmershausen

AWO Soziale Dienste gGmbH
Lahnstraße 65, 28199 Bremen
Tel. 0421 · 598 14-11, E-Mail: 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

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
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/-101
E-Mail:
dlz-schwachhausen@drk-bremen.de
Erreichbarkeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr
und nach Vereinbarung
Einzugsbereich:
Bahnhofsvorstadt, Geteviertel, Barkhof,
vorderes Schwachhausen
Besonderheiten:
offener Gesprächskreis für pflegende
Angehörige von Menschen mit einer
Demenzerkrankung, Validations-
anwendung 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-Schwachhau-
sen, Riensberg, ehemals
Radio Bremen

Betreuungs- und Pflegerkräfte aus Osteuropa



Immer an Ihrer Seite:
Herzlich. Kompetent.
Engagiert.



BERATUNG UND INFORMATION:
Tel. 0421 - 8977 8871

PROMEDICA PLUS Bremen-Ost

Andreas Nagel
Parkstrasse 123 | 28209 Bremen
bremen-ost@promedicaplus.de
www.promedicaplus.de/bremen-ost

PROMEDICA PLUS

 **Vahr**

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

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 · 60 21 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 Mitar-

Bestattungsvorsorge
 ist eine faire Lösung.
 Entlastung für meine
 Familie. Und für mich.

6/12

AHRENS**BESTATTUNGEN**

Familienbetrieb seit 1903

Tel. 0421 45 14 53

Bremen-Hemelingen
 Bremen-Osterholzwww.ahrens-bestattungen.de



beiter/innen der Pflegestützpunkte informieren ausführlich, kompetent, zeitnah, verbraucherorientiert, unabhängig und kostenlos über

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

Auf Wunsch wird ein Versorgungsplan erstellt. Die Beratung kann sowohl in den Pflegestützpunkten als auch telefonisch oder 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-pflegestuezpunkt.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)

E-Mail: info@compass-pflegeberatung.de
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 ist eine unabhängige Beratungsstelle für Angehörige und für Menschen mit Demenz. Wir beraten kostenlos zu allen Themen rund um Demenz und bieten einen Überblick über alle Unterstützungsmöglichkeiten in der Stadt.

Demenz Informations- und Koordinationsstelle – DIKS

Bahnhofstraße 32, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 1462 94-45/-46
E-Mail: 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 · 7948498
E-Mail: info@helpline-bremen.de
www.helpline-bremen.de

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) 79 484 98

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

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

Unabhängige Patientenberatung Deutschland

Bei Fragen zu Erkrankungen, zu gängigen Behandlungsmethoden bei bestimmten Erkrankungen, zu Leistungen der Krankenkassen, zu Abrech-



nungen der Ärzte und Kliniken, zu Ihren Rechten als Patient/in, zu sozialrechtlichen Fragen oder bei Hilfebedarf, sei es privat oder beruflich, 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 aus allen Netzen)

Mo.–Fr. 8–22 Uhr und Sa. 8–18 Uhr

Online-Beratung über Internet:

www.patientenberatung.de

Kontakt per Fax:

0800 · 33 22 12 24 (gebührenfrei)

Vor-Ort-Beratung:

(nur nach vorheriger telefonischer Terminvereinbarung)

UPD Beratungsstelle Bremen

Hollerallee 26, 28209 Bremen

(weitere Anschriften außerhalb Bremens im Internet)

Träger der UPD:

UPD Patientenberatung

Deutschland gGmbH

Tempelhofer Weg 62, 12347 Berlin

Tel. 030 · 20 25 31 77

E-Mail: info@patientenberatung.de

PatientInnenstelle im Gesundheitsladen Bremen

Mitglied der BundesArbeitsGemeinschaft der PatientInnenstellen | BAGP

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

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 sollte daher der **Sozialdienst im Krankenhaus** angesprochen und um Beratung und Unterstützung gebeten werden. Ein Sozialdienst, ggf. auch eine Pflegeüberleitung, ist in jedem Krankenhaus vorhanden. Die Mitarbeiter/innen des Sozialdienstes verfügen über ein eigenes Büro, kommen aber auch gern zu Ihnen ans Krankenbett. Der Sozialdienst ist telefonisch erreichbar. Die Telefonnummer ist den Klinikunterlagen zu entnehmen bzw. in der Telefonzentrale der Klinik zu erfragen. In Absprache mit der Patientin bzw. dem Patienten und ihren/seinen Angehörigen sowie den Ärzten und dem Pflegeteam kann der Sozialdienst dafür Sorge tragen, dass bei der Entlassung für die Rückkehr nach Hause alles vorbereitet wird. Bei Bedarf kann der Sozialdienst einen ambulanten Pflegedienst oder eine Haushaltshilfe vermitteln. Sollten diese Hilfen nicht ausreichend sein, kann der Sozialdienst, sofern gewünscht, bei der Vermittlung eines Kurzzeitpflegeplatzes oder eines Einrichtungsplatzes behilflich sein. Alle Hilfen bedürfen jedoch der Zustimmung und Unterschrift der Patientin bzw. des Pati-

enten. Der Sozialdienst berät zudem zu den Ansprüchen gegenüber der Kranken- und Pflegekasse sowie ggf. gegenüber der Sozialhilfe bzw. anderen Kostenträgern. Er ist auch gern bei der Antragstellung behilflich. Darüber hinaus vermittelt der Sozialdienst Rehabilitationsmaßnahmen in Absprache mit den Ärzten und berät und unterstützt bei der Einrichtung einer rechtlichen Betreuung.

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 den Generationen »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.

Elsbeth Rütten

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen

Tel. 0421 · 69 64 200

Mo.–Fr. 9–13 Uhr

www.ambulante-versorgungsbruecken.de

auf Wunsch anonym geführt. Nicht zu allen gesundheitlichen Themen bestehen Selbsthilfegruppen. Die Kommunale Selbsthilfeförderung verfügt jedoch über ein sehr gut ausgebauten Netzwerk und kann somit auch überregional Kontaktadressen vermitteln.

Kommunale Selbsthilfeförderung im Gesundheitsamt Bremen

Wer an einer Krankheit leidet, als Angehörige/r belastet ist oder etwas zur Förderung der eigenen Gesundheit unternehmen möchte und ein Selbsthilfeangebot sucht, findet bei der Kommunalen Selbsthilfeförderung im Gesundheitsamt Bremen Unterstützung. Es wird telefonische und persönliche Beratung angeboten und in Selbsthilfegruppen vermittelt. Die Gespräche werden vertraulich und

Gesundheitsamt Bremen

Kommunale Selbsthilfeförderung

Horner Straße 60–70

28203 Bremen

Tel. 0421 · 361-15829

oder 361-15163

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

gesundheitsamt.bremen.de

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

Mo. bis Fr. 9-13 Uhr, Termine nach Absprache | www.ambulante-versorgungsbruecken.de | [avb\(@\)gmx.org](mailto:avb(@)gmx.org)



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

Und wenn
es ein
Job mit
Menschen
würde?

www.caritas-jobportal.de



Doris Mohr

Tel. 0421 · 361-144 13, Fax 496-2766

E-Mail: doris.mohr@soziales.bremen.de

Verena Harter

Tel. 0421 · 361-59 308

E-Mail: 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:

»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 »**Vermittler/innen für Selbsthilfegruppen Pflegender Angehöriger**« begleiten und unterstützen von uns geschulte 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 · 704581

E-Mail: info@netzwerk-selbsthilfe.com

www.netzwerk-selbsthilfe.com

www.selbsthilfe-wegweiser.de

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

Bremen verzeichnet wachsende Zahlen älterer Migranten und Migrantinnen, 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 Migranten und Migrantinnen bei gleichzeitiger Wahrung der kulturellen Eigenständigkeit ein. Seit 2009 besteht das Angebot »Köprü«, zu Deutsch »Brücke«, das – symbolisch gemeint – Brücken zwischen älteren Migranten und Migrantinnen und Trägern der Altenhilfe baut. »Köprü« wird durch die Senatorin für Soziales, Jugend, Integrati-

on und Sport gefördert und bietet folgende Leistungen an:

- Kostenlose Einzelberatung zu Pflege Themen an zwei Tagen in der Woche im Beratungsbüro der Geschäftsstelle und aufsuchende Beratung nach Absprache
- Beratung (pflegender) Angehöriger
- Unterstützung von Selbsthilfegruppen älterer Migranten und Migrantinnen
- Mehrsprachige Informationsveranstaltungen zu Altenhilfe-Themen
- Kooperationen mit Trägern der Altenhilfe und Weiterentwicklung der interkulturellen Öffnung durch Erfahrungsaustausch
- Bekanntmachen von Altenhilfe-Angeboten und Vermittlung von Betroffenen an Altenhilfeeinrichtungen bzw. zur Nutzung der jeweiligen Angebote

Seniorenbegleiter/innen aktiv für Migrant/innen

Wohnortnahe Begleitung und vertrauensvoller Besuch für pflegebedürftige ältere Migrant/innen in den Bremer Stadtteilen Vegesack, Obervieland sowie dem Bremer Westen (Findorff, Walle, Gröpelingen)

Das Projekt »Seniorenbegleiter/innen aktiv für Migrant/innen« wird seit 2019 von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport gefördert.



Ziel der Förderung ist die Verbesserung der Lebensqualität pflegebedürftiger Menschen mit Migrationshintergrund sowie die Entlastung der pflegenden Angehörigen. Dieses Vorhaben gelingt über die Seniorenbegleiter/innen.

Das sind ehrenamtlich Tätige, die selber einen Migrationshintergrund haben oder durch andere Erfahrungen sowie durch eigene Biografien über einen guten Zugang zu älteren Migrant/innen verfügen. Seniorenbegleiter/innen werden im Rahmen des Projektes professionell geschult. Sie bauen regelmäßige sowie vertrauensvolle Kontakte zu älteren Migrant/innen und ihren pflegenden Angehörigen auf, übernehmen vermittelnde Funktionen und helfen so, Sprach- sowie weitere Zugangsbarrieren, insbesondere zum Pflegehilfesystem und zu

Angeboten der sozialen Teilhabe, zu überwinden.

Das Projekt spricht ältere Migrant/innen schwerpunkt-

mäßig in den drei Stadtteilen Vegesack, Obervieland und den Bremer Westen an. Die Seniorenbegleiter/innen kennen die jeweiligen Stadtteile und sind entsprechend wohnortsnah tätig.

Möchten Sie im Rahmen des Projektes gerne besucht werden oder möchten Sie selbst ehrenamtlich als Seniorenbegleiter/in aktiv werden? Sie bekommen hier entsprechende Informationen:

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

Gudrun Münchmeyer-Elis
Gröpelinger Heerstraße 228
28237 Bremen, Tel. 0421 - 83 94 79 36
E-Mail: kontaktstelle@zis-tdi.de
und gudrunelis@zis-tdi.de
www.zis-bremen.de

Migrationsberatung für Erwachsene (einschließlich ältere Menschen)

karşılama	Bienvenue	환영	स्वागत
أهلا بك	Vitajte	Bienvenido	
soo dhaweyn	歡迎	добро запрашаем	
Πηξηνιύ	Tervetuloa	Velkommen	
Accoglienza	Καλωσόρισμα	Dobrodošli	
मुआराज वे	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? Die nachstehenden Einrichtungen und Personen informieren, beraten und begleiten Sie kostenlos und vertraulich.

Mitte

AWO Soziale Dienste gem. GmbH

Julian Mönxelhaus, Tel. 0421 · 337 71 86

E-Mail: j.moenxelhaus@awo-bremen.de

Esra Bezgin, Tel. 0421 · 33 77 189

E-Mail: e.bezgin@awo-bremen.de

Cevahir Cansever, Tel. 0421 · 33 77 188

E-Mail: c.cansever@awo-bremen.de

Zülal Müfettişođlu, Tel. 0421 · 33 77 183

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

Valentina Tuchel, Tel. 0421 · 33 77 187

E-Mail: v.tuchel@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

Anna Urbaniak, Tel. 0421 · 33573-111

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

Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51

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

Nino Adam, Tel. 0421 · 200 743 717

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

Stefan Sandmann, Tel. 0421 · 200 743 716

E-Mail: s.sandmann@caritas-bremen.de

DRK Kreisverband Bremen e. V.

Nejla Özdemir, Tel. 0421 · 98 88 25 12

E-Mail: meb@drk-bremen.de

Ost

AWO Soziale Dienste gem. GmbH

Valentina Tuchel, Tel. 0421 · 46 80 336

E-Mail: v.tuchel@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

Anna Urbaniak, Tel. 0421 · 33 57 31 11

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

Aicha Zergani, Tel. 0421 · 33 57 31 51

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

Diakon. Werk/Verein für Innere Mission

Jessica Hotze, Tel. 0421 · 24 77 291

E-Mail: hotze@inneremission-bremen.de

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 · 66 07 7, E-Mail:
c.schmuecker@caritas-bremen-nord.de

Bremer Rat für Integration

Der Bremer Rat für Integration, der sich 2005 konstituierte, arbeitet ehrenamtlich. Das Gremium hat 30 Mitglieder und genauso viele Stellvertreter/innen, 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 Zuwan-

derern 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. Der Bremer Rat für Integration wird von der Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport (Referat Integrationspolitik) unterstützt.

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.

Bremer Rat für Integration

Melikşah Şenyürek, Büromanagement
Carl-Ronning-Str. 2, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 361- 2694

E-Mail: bremer.rat@soziales.bremen.de
meliksah.senyuerk@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 Wert-

**DIE PFLEGEBERATUNG VOM ASB.
DAFÜR HABE ICH MICH ENTSCHEIDEN!**

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

ASB Bremen-Nord
Telefon: 0421 6 93 66 15

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

Wir helfen hier und jetzt.

ASB
Arbeiter-Samaritanen-Bund
Ambulante Pflege GmbH

vorstellungen 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 Klient/innen in der ambulanten und stationären Pflege« an.

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

Beratung und Fachveranstaltungen zum
Thema LSBTIQ* im Alter
Annette Mattfeldt
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

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

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
Öffn.: 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



Beratungsangebote

Sozialverband Deutschland e. V. (SoVD)

Landesverband Bremen
Breitenweg 10–12, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 163 84 90
E-Mail: info@sovd-hb.de
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
www.vdk.de/niedersachsen-bremen/

Arbeitnehmerkammern Bremen Bremen-Stadt

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

Bremen-Nord

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

Aktive Senioren Beratung des ASB

Bremerhavener Straße 155
28219 Bremen, Tel. 0421 38 69 06 23
E-Mail: Angelika.Fischer@asb-bremen.de
www.asb-bremen.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.bruecke.bremen@online-home.de, www.hoppenbank.info

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
www.dsw-ev.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

Familien- und Lebensberatung der Bremischen Evangelischen Kirche

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

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.kgv-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

Hospiz- und PalliativVerband Bremen e.V.

Gestorben wird immer.

Darüber gesprochen 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



Depressionen vorbeugen und Angst und Panikattacken abbauen!

Individuelle Beratung und ausgewählte typgerechte Übungen können zur Vitalisierung von Körper, Geist und Seele führen, Konzentrationsfähigkeit stärken und Schlafstörungen abbauen. **Yoga und Ayurveda für mich** – neue Lebensfreude und mehr Energie! Burn-out-Präventionsseminare für Pflegeberufe. Meditationsanweisung zur Tiefenentspannung. Autogenes Training. Vergebungsrituale bei Schuldgefühlen.

Tel. 0421 239399 • www.nepal-lodh.de
nepal-lodh@t-online.de



Begegnungen und Sportliches

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, vier 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 Begegnungstätten 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:



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

Die Angebote werden in den einzelnen Einrichtungen gemeinsam mit den Besucherinnen und Besuchern gestaltet. Freiwillig mitwirkende, engagierte Menschen, auch mit eigenen Ideen und Angeboten, sind herzlich willkommen. Die Leiter/innen 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/-197
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
 vorübergehend: Christernstraße 6,
 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:
 h.claus.hb@johanniter-stifte-nord.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

 **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 oder 959 13 48
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

Familienzentrum MOBILE

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

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

August-Bebel-Allee 284, 28329 Bremen
Tel. 0421 · 673 284 31, E-Mail:
kirsten.noltenius@afsd.bremen.de

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

Vahrer Löwen e. V.
Eislebener Straße 31 a, 28329 Bremen
Tel. 0421 · 46 91 68
E-Mail: kusen@kabelmail.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 Kaffee
ohne Kuchen.

Sonntags um
17 Uhr im
NDR Fernsehen



VON  **LOTTO**[®]



**SPAR
PAKET**
3 Lose
nur 10 €

**Spielen beim
Original.**

 **LOTTO**[®]
Bremen

Spielen kann süchtig machen. Infos: Annahmestellen und 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 · 82 40 30
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: bgsthuchting@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 · 98 88 23 04
E-Mail: info@bgo-bremen.de

Bürger- und Sozialzentrum – Huchting/Sodenmatt

Amersfoorter Straße 8
28259 Bremen
Tel. 0421 · 57 15 65
E-Mail: bus-huchting@nord-com.net
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.nachbarschaft@paritaetbremen.de




Nord

 **Begegnungs-Zentrum Blumenthal**
Martin-Luther-Gemeinde
Wigmodistraße 33, 28779 Bremen
Tel. 0421 · 6096902
E-Mail: martin-luther-senioren@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Farge**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Farger Straße 136, 28777 Bremen
Tel. 0421 · 682385
E-Mail: bgst-farge@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Luise Morgenthal – Grambke**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Grönlandstraße 8, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 641716
E-Mail: bgst-grambke@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Rönnebeck**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Bgm.-Dehnekamp-Straße 24
28777 Bremen, Tel. 0421 · 600020
E-Mail: bgst-roennebeck@web.de

 **Begegnungs-Zentrum St. Magnus**
Ev. Kirchengemeinde St. Magni
Unter den Linden 24, 28759 Bremen
Tel. 0421 · 621601
E-Mail: bgst.st.magni@kirche-bremen.de

Haus der Zukunft – Mehrgenerationenhaus – Quartierzentrum

Lüssumer Heide 6, 28777 Bremen
Tel. 0421 · 36179293
E-Mail: heike.binne@afsd.bremen.de

 **Senioren-Kreativ-Treff im Bürgerhaus Gustav Heinemann Vegesack**
Kirchheide 49, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 659970
E-Mail: info@buergerhaus-vegesack.de
www.buergerhaus-vegesack.de

Die Lampendreher

Ein nicht mehr ganz neues Projekt sind die Lampendreher. Ehrenamtliche Helfer kommen ins Haus und erledigen kleine handwerkliche Arbeiten für Seniorinnen und Senioren. Neue Glühbirnen werden einge-





schraubt, quietschende oder klemmende Schubläden 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

Lindenhofstr. 18, 28237 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 35). Weitere Adressen sind unter www.repaircafe-bremen.de zu finden.

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



Besuchs- und Begleitdienste für ältere, alleinlebende Menschen

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

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

Mitte

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

Hemelingen

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
c/o Familienzentrum Mobile
Hinter den Ellern 1 a, 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

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

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



MarBel

Aufsuchende Altenarbeit-
Hausbesuche
c/o Nachbarschafts-
haus MarBel
Helsingborgerstr. 36
28719 Bremen
Tel. 0421 · 63 60 699
E-Mail: nh-marssel@web.de

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

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

DIKS
DEMENTZ INFORMATIONS-
UND KOORDINATIONSSTELLE

Bahnhofstr. 32
28195 Bremen

0421 14 62 94 -45/-46

www.diks-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

Manchmal enden Kreuzfahrten tödlich...

Einige Personen werden diese Reise nicht überleben, das steht fest. Nur, wen wird es treffen?

Für viele ist es die schönste Art zu reisen, für andere ein Alptraum – Kreuzfahrten. Wird die Kommissarin Leonie Böhm auf einer Kreuzfahrt über den nördlichen Polarkreis zu ihrer verdienten Ruhe finden?

Im Prinzip können die Passagiere das Leben an Bord genießen. Sie erfreuen sich der großartigen Bewirtung und dem eindrucksvollen Naturschauspiel, das sich ihnen bietet. Aber die Besatzung ist alles andere als entspannt. Karrieredenken, Alkoholmissbrauch, Gewalt, keinerlei Privatsphäre, schlechtes Wetter und Arbeit rund um die Uhr lassen die Nerven blank liegen.

Cocktail und Kaviar sind nur eine Kulisse.

Doch innen brodelt es ...

Im
Buchhandel
oder direkt beim
KellnerVerlag



Petra Karla Müller

**(K)ein Mord an Bord oder
Das süße Kreuzfahrtleben –**

Zwischen Polarmeer und Schweinegang
304 Seiten | 12,5 x 20 cm | 14,90 Euro
ISBN 978-3-95651-237-7



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

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 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, Selbst-
hilfe, Familienförderung und -politik und
Gleichgeschlechtliche Lebensweisen
Bahnhofspatz 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

E-Mail: doris.mohr@soziales.bremen.de

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

Die Freiwilligen-Agentur

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

Die Arbeitsschwerpunkte sind:

Beratung

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

Qualifizierung

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

Eigene Programme

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



Öffentlichkeitsarbeit

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

Freiwilligen-Agentur Bremen

Dammweg 18–20, 28211 Bremen
Tel. 0421 · 34 20 80,
E-Mail: 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

Freiwillige gesucht!

Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs

Sämtliche Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte für Menschen in der nachberuflichen Lebensphase (Anschriften ab Seite 35) 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

Deutsches Rotes Kreuz

Frau Looock
Tel. 0421 · 3403-103
E-Mail: loock@drk-bremen.de

Nachbarschaftshaus Helene Kaisen

Frau Kruse
Tel. 0421 · 69 145-80
E-Mail: nachbarschaftshaus@web.de

Bürgerhaus Weserterrassen

Frau Maaß
Tel. 0421 · 54 949-0
E-Mail: kontakt@weserterrassen.com

Bürgerhaus Oslebshausen

Herr Jonas
Tel. 0421 · 6451 22
E-Mail: jonas@bghosl.de

Bürgerhaus Obervieland

Herr Markus
Tel. 0421 · 69 67 3020
E-Mail: info@bgo-bremen.de



Bürgerhaus Gustav Heinemann Vegesack

Frau Winter
Tel. 0421 · 65 99 70
E-Mail: 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

Seniorenbüro e. V., Bremen

Herr Janz
Tel. 0421 · 32 05 49
E-Mail: info@seniorenbuero-bremen.de

Vahrer Löwen e. V.

Frau Kusen, Tel. 0421 · 959 13 48
E-Mail: info@vahrer-loewen.de

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

Seniorenbüro Bremen e. V.

Breitenweg 12, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 32 05 49
Mo.–Do. 9–12 Uhr
www.seniorenbuero-bremen.de
E-Mail: info@seniorenbuero-bremen.de

**Besuchs- und Begleitdienste für
ältere, alleinlebende Menschen**
(siehe ab Seite 42)

Begegnungsstätte für sehbehinderte und blinde Menschen

Biermannstraße 15–17, 28213 Bremen
Tel. 0421 · 743 42
E-Mail: Blindenbegegnungsstaette@web.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

Bremer Suppenengel

Kirchweg 55, 28201 Bremen
Tel. 0421 · 14 91 88 75
E-Mail: info@suppenengel.de

Bundesverband Seniorentanz e. V.

Hemmstraße 202, 28215 Bremen
Tel. 0421 · 44 11 80
E-Mail: verband@erlebnis-tanz.de

Die Freiwilligen der Bremer vhs

Faulenstraße 69, 28195 Bremen
Kordinatorin: Monika Brück
E-Mail: freiwilligen@vhs-bremen.de
Tel. 0421 · 361-5 95 22

**Gehörlosen-Freizeitheim**

Schwachhauser Heerstraße 266
28359 Bremen, Tel. 0421 · 2231 131
(auch Schreibtelefon)
E-Mail: info@lvg-bremen.de

Heim-Mitwirkung

Rembertistraße 9, 28203 Bremen
Tel. 0421 · 33 65 91 20
E-Mail: info@heim-mitwirkung.de

hospiz: Brücke

Lange Reihe 102, 28219 Bremen
Tel. 0421 · 38 02 40
E-Mail: 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

Hospizverein Bremen**Lebens- und Sterbebegleitung e. V.**

Schwachhauser Heerstraße 45 a
28211 Bremen
Tel. 0421 · 40 92 828
E-Mail: info@hospizverein-bremen.de

Landessportbund Bremen

Auf der Muggenburg 30
28217 Bremen
Tel. 0421 · 79 28 70
E-Mail: 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

Oma- und Opa-Hilfsdienst

Mahndorfer Bahnhof 10, 28307 Bremen
Tel. 0421 · 5301 53
E-Mail: 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

St. Stephani – Sonntagstreff

Stephanikirchhof 8, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 303 22 94
E-Mail: 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

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



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 44)
- Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte (siehe ab Seite 46) 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



Betreuungs- und Pflegekräfte aus Osteuropa





Beratung und Information:
Tel. 0421 - 8977 8871

PROMEDICA PLUS Bremen-Ost

Andreas Nagel
Parkstrasse 123 | 28209 Bremen
bremen-ost@promedicaplus.de
www.promedicaplus.de/bremen-ost

Immer an Ihrer Seite:
Herzlich. Kompetent.
Engagiert.

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@seniorentanz.de

Bremer Bäder GmbH

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

Landessportbund e. V.

Auf der Muggenburg 30
28217 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
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 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

Bodyline – Fitness für Frauen**Fitness- und Wellness Studio**

Knochenhauerstr. 15, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 17 12 12

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. 0172 · 87 82 335
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 82 158
E-Mail: unser@StudioAmStern.de

Turnverein Bremen-Walle 1875 e. V.

Hans-Böckler-Str. 1 a, 28217 Bremen
Tel. 0421 · 38 07 733
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
E-Mail: vital-training@bremer-baeder.com



Digitale Medien

... sind für viele ältere Menschen noch immer eine Zukunftsvision, die sie vorgeblich nicht mehr betrifft, mit der sie auch nichts zu tun haben wollen und die manchen auch Angst bereitet. Damit sollen sich die Jüngeren beschäftigen, winken sie ab und gehen ihrem Alltag nach. Doch schaut man sich den Alltag und die Haushalte einmal genauer an, ist die digitale Welt schon bei ihnen eingezogen. Das Fieberthermometer, der Blutdruckmesser und andere medizinische Geräte sind Standard in den Haushalten älterer Menschen – und diese Geräte funktionieren heute in der Regel digital. Wer möchte sich noch mit dem giftigen Quecksilber und alter Technik belasten?

Der Stromzähler im Hause wurde auf digitale Erfassung umgestellt. Jetzt kommt der »Gasmann«, so sagte man früher zu den Mitarbeitern der Stadtwerke, nicht mehr selbst ins Haus, sondern die Daten können aus der Ferne gelesen werden.

Das Telefon hat schon lange keine Wählscheibe mehr. Auch dabei wurde und wird erneut auf moderne digitale Technik umgestellt. Ein sogenannter »Router« muss nun ins Haus, über den alle Telefonate laufen, sonst ist es vorbei mit dem Telefonieren. Und wer möchte schon die Anrufe seiner Liebsten missen?

Selbst die Tageszeitung kann nun digital auf einem »Tablet« (klingt wie Tablett und

sieht auch so aus) empfangen und gelesen werden. Der Vorteil: Die Schrift ist hell erleuchtet und kann mit einem Wisch größer gestellt werden. Vieles lässt sie sich nun auf dem Sofa oder im Liegen lesen, ohne dass einem die Arme schwer werden.

Mit einem »Tablet« oder einem »Smartphone« – das ist ein kleines Funk-Telefon, das sehr viel mehr kann als nur telefonieren – lassen sich auch Fotos machen. Wer möchte nicht die Kinder und Enkel stets bei sich haben, ihre Entwicklung verfolgen und die Süßen auch mal den Nachbarn zeigen?

Das alte Fotoalbum der eigenen Kindheit und Jugend holt man jedenfalls nicht ständig hervor. Meist ist es schon etwas brüchig, und die Bilder fallen beim Aufklappen heraus.

Brauchen wir Internet und E-Mails?

Da soll aber eine Menge drinstehen. Strickmuster, Fußballinformationen, Kochrezepte, Bastel- und Heimwerkeranleitungen und sicher auch der neuste Tratsch über Adel und Promis. Mit dem neuen »Router«, den man zum Telefonieren nun braucht, steht das Internet nun quasi schon vor der Tür. Ein Klick vom Fachmann und es ist drin und öffnet einem die Welt, d. h. viele Orte, zu denen man gern reisen möchte, die man aber nicht mehr erreichen kann. Schade, wenn das Internet mit seinen vielfältigen Angeboten draußen bleiben muss und man keine E-Mails schreiben und empfangen kann, z. B. von den Enkeln und deren Fotos.



Im Internet kann man auch vieles bestellen. Wie alle erzählen, sogar einiges preiswerter als im Laden. Davor haben selbst die großen Geschäfte Angst: dass ihnen die Kunden weglaufen. Daher haben viele Geschäfte selbst einen Internethandel eingerichtet. Dort kann man sich die Angebote schon mal ansehen und auswählen. Doch muss man beim Kauf mittels Internet digital bezahlen. Das ist sicher schwierig – oder?

Woher und wie erhält man sein Geld?

Auch die Banken und Sparkassen haben sich inzwischen auf den digitalen Geldverkehr eingestellt. Die nette Bedienung am Sparkassenschalter, die sich gekümmert hat, ist kaum noch anzutreffen. Vielmehr steht man vor einem großen Automaten, zumeist mit Fremden in einem Raum, der die Scheckkarte und einen Zahlencode eingeben haben will. Nur bei richtiger Eingabe zahlt er den gewünschten Betrag aus (höchstens 500 € pro Tag) – und das kann jeder sehen, auch wohin man das Geld einsteckt. Dabei wird einem schon manchmal mulmig. Die einzugebende PIN-Zahl lässt sich zudem kaum merken. Aber aufschreiben soll man sie nicht.

Auch die Sparkasse erwartet von den Kunden zunehmend digitalen Geldverkehr. Sie will unbedingt einen netten Gewinn (bei der Sparkasse heißt das Überschuss) erwirtschaften. Um das zu erreichen, wurden schon viele Filialen geschlossen, Personal

abgebaut, der Service reduziert und wird ein zu hoher Dispo-Zins kassiert. Auf Einzelschicksale, also ältere und sozial schwache Kunden, wird dabei keine Rücksicht genommen – übrigens auch nicht von anderen Banken. Aber »unsere« Sparkasse behauptet andauernd, den Bremern zu gehören und einst zwecks Bekämpfung der Armut gegründet worden zu sein!

Um nicht im Alter, trotz ausreichender Rente, zahlungsunfähig zu werden, weil man die neuen digitalen Technologien nicht beherrscht, ist dringend zu empfehlen, sich trotz aller innerer Widerstände mit den digitalen Medien zu beschäftigen, sich mit ihnen vertraut zu machen und sie für den persönlichen Gebrauch zu erlernen. Auch beim Supermarkt an der Ecke ist schon die Umstellung auf digitalen Zahlungsverkehr in Vorbereitung.

Die Welt dreht sich weiter. Neues wird ständig entwickelt und kommt damit auf uns alle zu. Dem kann man sich nicht dauerhaft verschließen, wenn man weiterhin selbstständig und eigenverantwortlich leben will. Der eine oder andere sagt sicher, das erlebe ich nicht mehr. Trugschluss, wir werden auch dank digitaler Technik immer älter und werden noch vieles erleben ... und hoffentlich Lebensqualität erhaltend und Freude bringend einsetzen können.

Lebenslanges Lernen – auch wenn es schwerfällt – ist die Grundlage eines selbstständigen Lebens. Daher bieten heute zahl-



reiche Organisationen Computer-, Smartphone- und/oder Tablet-Kurse an. Nutzen Sie die Angebote!

Hier eine Auswahl von guten Anbietern:

Bremer Volkshochschule

Faulenstraße 69, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 361-12345

Mo.–Fr. 7–18 Uhr

www.vhs-bremen.de

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 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
- 1x monatlich Treffen im Internet Club.

SICB im Seniorenbüro Bremen

Breitenweg 12, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 3205 49

Mo.–Fr. 9–12 Uhr

E-Mail: info@seniorenbuero-bremen.de

www.seniorenbuero-bremen.de

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Tablet- und Smartphone-Kurse für die Generationen »65 plus« in kleinen Gruppen und unter freundlicher Anleitung bieten die

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen

Mo.– Fr. 9–13 Uhr, Tel. 0421 · 6964200

www.ambulante-versorgungsbruecken.de

Computer-Treffs

der Bremer Heimstiftung

Die Bremer Heimstiftung bietet in verschiedenen Stiftungsresidenzen Computer-Treffs an. Bewohnerinnen und Bewohner der Einrichtungen können hier gemeinsam mit Seniorinnen und Senioren aus dem Stadtteil an PC-Schulungen teilnehmen. Die Inhalte sind vielfältig. Von der kleinen Computerkunde oder der einfachen Textverarbeitung bis hin zur Erstellung und Versendung von E-Mails sowie der Einführung und Nutzung des Internets reicht das Angebot. Die Kurse werden von qualifizierten Mitarbeiter/innen durchgeführt. Zudem besteht in den Computer-Treffs die Möglichkeit des Austausches. Die Details bitte telefonisch erfragen.





Stiftungsresidenz Marcusallee

Mo. 15–17 Uhr

offener Computer-Treff, auch für Einsteiger geeignet, Anmeldung & weitere Informationen: Tel. 0421 · 23 85-611

Stiftungsresidenz Ichon-Park

täglich 15–17 Uhr, offener Computer-Treff, Anmeldung & weitere Informationen: Tel. 0421 · 2577-111

Stiftungsresidenz Riensberg

Di. 9:30–11:30 Uhr

Do. 15–17 Uhr

offener Computer-Treff
Anmeldung und weitere Informationen:
Tel. 0421 · 23 86-140/-141

Stiftungsresidenz Landhaus Horn

Mi. 15–17 Uhr

offener Computer-Treff
Anmeldung und weitere Informationen:
Tel. 0421 · 2468-111

Stiftungsresidenz Luisental

Mi. 9:30–11:30 Uhr

offener Computer-Treff
Anmeldung und weitere Informationen:
Tel.: 0421 · 23 82-111

Stiftungsresidenz St. Ilsabeen

Di. 16–17 Uhr, Computer-Treff

Anmeldung und weitere Informationen:
Tel. 0421 · 62 64-110

Die Angebote zum Thema »digitale Medien« der Volkshochschule, der Bürgerhäuser und der Senioren-Zentren und -Treffs können deren aktuellen Programmen entnommen werden.

SeniorenLotse

Zunehmend nutzen ältere Menschen die vielfältigen Möglichkeiten des Internets. Als sich die Situation ergab, das Internetportal



in die eigene Regie der SeniorenVertretung Bremen zu übernehmen, wurde nicht gezögert. Das seit 2012 eingeführte Portal ist zu erreichen unter:

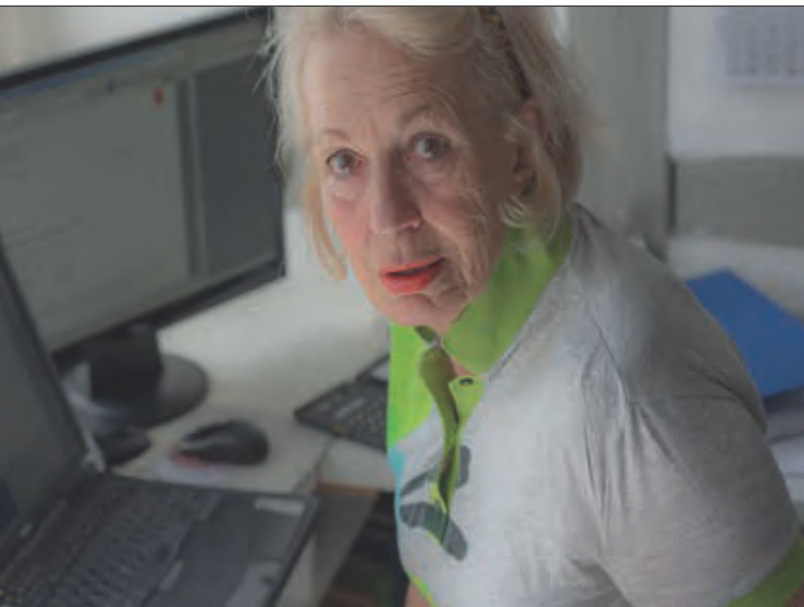
www.seniorenlotse.bremen.de

Im SeniorenLotsen finden sich vielfältige und interessante Informationen für Seniorinnen und Senioren rund um das Thema Bremen. Es wird berichtet über aktuelle Themen und Entwicklungen, über politische, gesellschaftliche und kulturelle Fragen und Standpunkte sowie über die Haltung der Interessensgruppen und der Medien dazu. Nicht zuletzt wird die Arbeit der SeniorenVertretung und deren Stellungnahme zu den einzelnen Themenbereichen im SeniorenLotsen veröffentlicht.



Der »**Durchblick**«, das monatlich erscheinende Printmedium der Seniorenvertretung, ist hier ebenso einsehbar und archiviert. Es werden hier regelmäßig Hinweise und Tipps für die Nutzung von digitalen Medien (Smartphones, Tablets und Computer etc.) veröffentlicht. Außerdem geben wir interessierten Senior/innen die Möglichkeit, zu freien Themen aus dem Bremer Seniorenalltag eigene Texte zu liefern. Alle Artikel und Informationen der letzten Jahre sind rückwirkend abrufbar archiviert.

Über den SeniorenLotsen finden Sie ebenso Kontakte, Verbindungen und Adressen zu anderen Organisationen für Seniorinnen und Senioren sowohl in Bremen als auch überregional. Ein Online-Besuch beim SeniorenLotsen lohnt sich!



Internet-Adressenliste

Seniorenportale

www.seniorenlotse.bremen.de

www.senioren-initiativen.de

www.selbsthilfe-wegweiser.de

www.senioren.verdi.de

www.altersdiskriminierung.de

www.seniorenaufstand.de

Bildung und Verkehr

www.vhs-bremen.de

www.dvr.de (Deutscher Verkehrssicherheitsrat)

Wohnen und Gesundheit

www.patientenberatung.de

www.heimmitwirkung.de

www.kom-fort.de

www.gesundheitsladen-bremen.de

www.dlz-bremen.de

Reisen

www.reisekellner.de

www.seniorenbuero-bremen.de

www.booking.com

www.die-reisemedizin.de

Sozialverbände

www.awo-bremen.de

www.asb-bremen.de

www.caritas-bremen.de

www.diakonie-bremen.de

www.drk-bremen.de

www.johanniter.de

www.malteser-bremen.de

Sonstiges

www.rostfrei-bremen.de

www.soziales.bremen.de



Die Bremer Volkshochschule

... bietet zahlreiche Kurse und Veranstaltungen gerade auch für Seniorinnen und Senioren an. Lebenslanges Lernen ist einer der Grundsätze der Bremer Volkshochschule. Das aktuelle Veranstaltungsprogramm erhalten Sie 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:

Zweigstelle Ost

Bürgerzentrum Neue Vahr
Berliner Freiheit 10, 28327 Bremen
Tel. 0421 · 361-3566

Zweigstelle Süd

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

Zweigstelle West

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

Zweigstelle Nord

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

Weiterbildung für Senioren

Die Akademie für Weiterbildung der Universität Bremen offeriert 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 · 218-59500

Stadtbibliothek Zentralbibliothek

Am Wall 201, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 36 14465
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 · 36 1 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 · 36 1 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

Kirchheide 34–42, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 36 1 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
Öffn.: 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 25 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 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 · 3887073

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



KerVita Senioren-Zentrum „Schöne Flora“

Zu unseren Leistungen zählen:

- Versorgung aller Pflegegrade
- Urlaubs- und Kurzzeitpflege
- Palliativpflege
- Pflege bei neurologischer Rehabilitation der Phase F
- Geräumige Ein- und Zweibettzimmer mit eig. Bad
- Physio- und Ergotherapie
- Täglich sechs schmackhafte Mahlzeiten
- Friseur und Fußpflege im Haus
- Hauseigene Küche
- Kosten auf Nachfrage

Wir freuen uns auf Sie

Senioren-Zentrum „Schöne Flora“
Hermine-Berthold-Straße 30
28205 Bremen
Tel. 0421 467280
E-Mail sfl@kervita.de
kervita-senioren-zentren.de



Mit Sicherheit sorglos leben.



Bremer Seniorenreisen

Bremer Seniorenreisen Seniorenbüro Bremen e. V.

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 Mitarbeiter/innen des Seniorenbüros begleitet, sodass auch Menschen mit Einschränkungen teilnehmen können.

Seniorenbüro Bremen e. V.

Breitenweg 12, 28195 Bremen

Mo.–Do. 9–12 Uhr

Tel. 0421 · 32 05 49

E-Mail: info@seniorenbuero-bremen.de

www.seniorenbuero-bremen.de

Deutsches Rotes Kreuz (DRK)

Seit vielen Jahren bietet das Deutsche Rote Kreuz begleitete Erholungs- und Urlaubsreisen für Senioren 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. 8:30–15 Uhr, Fr. 8:30–13 Uhr

E-Mail: reisen@drk-bremen.de

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. Sie kann bis zu 650 € je Person und Reise betragen. 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), Sant'Angelo (auf den Spuren von Lisel Oppel), 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.reisekellner.de

St.-Pauli-Deich 3, 28199 Bremen

Tel. 0421 · 77866

E-Mail: 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

mobilbremen@bahnhofsmision.de

www.mobile-bahnhofsmision-bremen.de

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

Gesundheit und Ernährung

Rehabilitation (Reha)

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

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



Pflegeimpulse
Häusliche Kranken- und Altenpflege

Vertragspartner aller
Kranken- und Pflegekassen
in Bremen

Hauptgeschäftsstelle
Außer der Schleifmühle 36
28203 Bremen
Tel. 0421 325550
E-Mail: info@pflegeimpulse.de

Geschäftsstelle Ost
Züricher Straße 5
28325 Bremen
Tel. 0421 4093023
E-Mail: ost@pflegeimpulse.de

www.pflegeimpulse.de

**Autorisierte Validations-
Organisation**
Tel. 0421 408901650
E-Mail: avo@pflegeimpulse.de



**AUTORISIERTE VALIDATIONS-
ORGANISATION**
für Bremen, Hamburg, Schleswig-Holstein,
Niederrhein, Sachsen, Sachsen-Anhalt

Unsere Ziele
Pflegeimpulse hat sich zur Aufgabe gemacht, Menschen, die durch Krankheit oder Behinderung Hilfen benötigen, **so umfassend und kompetent zu unterstützen, dass eine Krankenhaus-einweisung oder ein Umzug in ein Pflegeheim vermieden werden kann.** Unsere pflegerische Zielsetzung wird bestimmt durch das Erhalten und Wiedererlangen von Wohlbefinden und Unabhängigkeit unserer Patientinnen und Patienten.

Hilfen auf einen Blick
Ambulante Pflege • umfassende Beratung (auch / kostenfrei) • zusätzliche Betreuungsleistungen • Verhinderungspflege (Urlaubspflege) • hauswirtschaftliche Hilfen • Begleitung Sterbender (Palliativpflege) • Intensivpflege • Pflege in Seniorenwohngemeinschaften



nehmigt. Genehmigt wird sie, wenn 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 · 80 606-450

Residenz-Reha-Kliniken

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

Neurologisches

Rehabilitationszentrum Friedehorst

Rotdornallee 64, 28717 Bremen
Tel. 0421 · 63 810

Mobile Reha Bremen GmbH

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

Medizinische Versorgung für ältere Menschen/Geriatrie

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



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.

Landhaus Küche – von *apetito*

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

Bremer Essen auf Rädern *apetito* Service Center Bremen

Menüservice in Kooperation
mit der *apetito* AG
Tel. 0421 · 484 41 610
www.bremer-essen-auf-raedern.de

GLORIA Menü-Bringdienst Verpflegungssysteme GmbH

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

Menke Menü-Bringdienst Essen auf Rädern

Paul-Feller-Straße 9
28199 Bremen, Tel. 0421 · 53 65 40
www.menke-menue.de

Evangelisches Diakonissenmutterhaus Bremen e. V.

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

Meyer Menü

Meyer Menü Filiale Bremen/Oldenburg
Am Meerbusch 19, 49424 Goldenstedt
Tel. 0800 · 15 01 505
www.meyer-menue.de

Mittagstisch

Mittagstischangebote findet man in verschiedenen Stadtteilen, in Begegnungs- und Familienzentren sowie Senioren-Wohneinrichtungen. In Gesellschaft mit anderen zu speisen macht nicht nur mehr Freude, sondern schafft auch Kontakte. Um einen geeigneten »Mittagstisch« zu finden, sollten Sie in



den Bremer Dienstleistungszentren (DLZ) und bei Einrichtungen für Senioren und Familien in Ihrer Umgebung nachfragen. Oder Sie treffen sich mit Bekannten in den Bürgerhäusern, in einer Gaststätte oder in öffentlichen Mensen der Kliniken 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

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, Schwachhausen: Slevogtstraße; Steintor, Universität, Vahr, Vegesack, Walle

Freitags:

Arbergen, Blockdiek, Blumenthal,
Bremen-Mitte: Domshof, Liebfrauenkirchhof, Papenstraße Marktpavillon, Am Fangturm; Großer Kurfürst, Huchting, Hermine-Berthold-Str., Lesum, Mar-Bel, Neustadt: Gottfried-Menken-Str., Delmestraße, Huckelriede; Obervieland, Oslebshausen, Piepenmarkt, Schwachhausen: Hermann-Heinrich-Meier-Allee;
Steintor, Woltmershausen



Lena Häfermann
Die Bremer Neustadt
 Der vielfältigste Stadtteil
 200 Seiten • 14 x 21 cm
 ISBN 978-3-95651-233-9
 14,90 €

Im
 Buchhandel
 oder direkt beim
 KellnerVerlag

In einer einzigartigen Kombination aus Nachschlagewerk, Stadtführer und Erzählbuch nimmt Lena Häfermann Sie mit auf einen Spaziergang durch die Bremer Neustadt – den vielfältigsten Stadtteil Bremens.

Das Bürgerbuch des Bremer Südens verbindet im lockeren Erzählstil die Vergangenheit und die Gegenwart der Neustadt. Dieser besondere Stadtführer geleitet durch die Geschichte der Brauereien, stellt die Ortsteile vor, macht Exkursionen zur Architektur und zu den Kleingärten, widmet sich Schulen genauso wie den Bedürfnissen älterer Menschen. Vor allem der umfangreiche Adressenteil macht es zu einem gleichsam unterhaltsamen wie nützlichen Ratgeber.

Mit vielen durchgehend farbigen Abbildungen und Stadtplänen bestückt, ist dieses Buch eine Fundgrube für jeden Bremensien-Sammler.



Samstags:

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

LAURENTIUS HOSPIZ IN FALKENBURG

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

www.hospizfalkenburg.de
info.falkenburg@mission-lebenshaus.de
 mission-lebenshaus.de
 Fon 04222-94 70 20

Spendenkonto:

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



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



Wohngeld

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

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

Contrescarpe 73, 28195 Bremen

Tel. 0421 · 361-6021

E-Mail: wohngeld@bau.bremen.de

Besuchszeiten der Annahme und Beratungsstelle: Mo. und Di. 9–12 Uhr und 13–15 Uhr, Mi. geschlossen

Do. 9–12 Uhr und 13–18 Uhr, Fr. 9–12 Uhr

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 des Anspruchs auf einen Wohnberechtigungs-

schein. 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

Besuchszeiten für allgemeine Auskünfte und zur Antragsabgabe: Mo., Di. und Fr. 9–12 Uhr, Besuchszeit bei Sachbearbeiter/innen: Do. 15–18 Uhr

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

Stadtamt

BürgerServiceCenter-Stresemannstraße

Stresemannstraße 48, 28207 Bremen

Tel. 0421 · 361 - 88696



Stadthaus Vegesack

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

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

Schwerbehindertenausweis

Menschen mit Behinderungen sind Menschen, die körperliche, seelische, geistige oder Sinnesbeeinträchtigungen haben, die sie in Wechselwirkung mit einstellungs- und umweltbedingten Barrieren an der gleichberechtigten Teilhabe an der Gesellschaft mit hoher Wahrscheinlichkeit länger als sechs Monate hindern können. Eine Beeinträchtigung nach Satz 1 liegt vor, wenn der Körper- und Gesundheitszustand von dem für das Lebensalter typischen Zustand abweicht. Menschen sind von Behinderung bedroht, wenn eine Beeinträchtigung nach Satz 1 zu erwarten ist. Dabei ist unerheblich, ob die Behinderung angeboren, durch Unfall erlitten oder altersbedingt entstanden ist. Das Vorliegen und der Grad der Behinderung werden durch das Amt für Versorgung und Integration Bremen festgestellt. Anträge auf Feststellung und Grad einer Behinderung sind dorthin zu richten. Im Antrag sind die gesundheitlichen Beeinträchtigungen und Beschwerden sowie die behandelnden 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. 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 172D
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

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 Rechtsberatung erfolgt auf fast allen Rechtsgebieten, mit Ausnahme arbeitsrechtlicher, sozialversicherungsrechtlicher und steuerrechtlicher Fragen, durch Auskunft und Unterstützung in Rechtsangelegenheiten. Die Berater sind sog. Volljuristen und sind wie folgt zu erreichen:

Arbeitnehmerkammer Bremen

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

Geschäftsstelle Bremen Nord

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

Verbraucherzentrale Bremen e. V.

Altenweg 4, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 16 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.

Gröpeling Heerstr. 193, 28237 Bremen
Tel. 0421 · 69 19 17-01, E-Mail:
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

Schuldnerberatung der AWO

Am Rabenfeld 10, 28757 Bremen
Tel. 0421 · 66 99 580, E-Mail:
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 · 15 575, E-Mail: schuldnerberatung@inneremission-bremen.de

Solidarische Hilfe e. V.

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

VerbraucherHilfe Bremen e. V.

Pieperstraße 7, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 242-76 757,
E-Mail: info@vhb-bremen.de



Vorsorge in Bremen

Jeder kann durch eine Krankheit, einen Unfall oder im Alter in die Lage kommen, die eigenen Angelegenheiten nicht mehr regeln zu können. Dann ist es notwendig, dass jemand da ist, der Entscheidungen im Sinne der betroffenen Person trifft. Ehe- oder Lebenspartner/innen sowie Angehörige können dieses nur tun, wenn sie als rechtliche Betreuer/innen vom Gericht bestellt werden oder eine entsprechende Vollmacht vorliegt. Zur Vorsorge kann man eine Person des Vertrauens bevollmächtigen und eine Verfügung 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/der Betreuerin nicht übertragen werden. Die Tätigkeit der Betreuer/innen

Sind Sie in guten Händen?

Danke in den besten.

Hier bekomme ich
alles aus einer Hand.



Unsere Leistungen:

- ▶ Häusliche Pflege
- ▶ Wohnen mit Service in Oberneuland, Arsten, Neustadt und Peterswerder
- ▶ Hausnotruf
- ▶ Ambulanter Palliativdienst Bremen
- ▶ hospiz:brücke
- ▶ Zentrale PHYSIO

©Praxis für Öffentlichkeit

www.zfpf.de

Telefon: 70 00 55



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/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.

Betreuungsverfügung

Die Betreuungsverfügung ist eine vorsorgende Verfügung für den Betreuungsfall. Eine Betreuungsverfügung verhindert nicht das gerichtliche Verfahren. Sie ist eine Willensäußerung für den Fall der Betreuung. In einer Betreuungsverfügung kann man festlegen, welche Person/en das Betreuungsgericht im Bedarfsfall zum Betreuer oder zur Betreuerin bestellen oder in keinem Fall einsetzen soll. Es kann auch alles aufgenommen

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

Patientenverfügung

Eine Patientenverfügung enthält eine Entscheidung über die Einwilligung oder 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 Patienten-





verfügung verfasst, haben Betreuer/innen wie auch Bevollmächtigte die Behandlungswünsche oder den mutmaßlichen Willen der betroffenen Person festzustellen und auf dieser Grundlage zu entscheiden.

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

Vorsorgevollmacht

Wer bereit ist, einer Vertrauensperson eine Vollmacht zu erteilen, kann ohne Beteiligung des Betreuungsgerichts Vorsorge treffen. In einer Vorsorgevollmacht benennt man eine oder mehrere Vertrauenspersonen, die bereit sind, im Bedarfsfall zu handeln. Die be-

vollmächtigte Person wird in die Lage versetzt, in den benannten Aufgabenbereichen und für die festgelegte Zeit zu handeln. Eine gerichtliche Aufsicht erfolgt nicht. Bevollmächtigte sind dem Gericht nicht zur Rechenschaft verpflichtet. Zur Erteilung einer Vollmacht ist die Geschäftsfähigkeit Voraussetzung. Soll die Vollmacht auch die Wahrnehmung von Bankangelegenheiten beinhalten, empfiehlt es sich, das eigene Formular der Bank und Sparkasse zu benutzen. Für bestimmte Maßnahmen, wie z. B. die Einwilligung in schwerwiegende ärztliche Eingriffe, muss die Vollmacht schriftlich erteilt sein und sich ausdrücklich auf die Maßnahmen beziehen. Eine Generalvollmacht ist für diese Maßnahmen nicht ausreichend. Sofern Bevollmächtigte auch Grundstücksangelegenheiten abwickeln sollen, ist eine öffentliche Beglaubigung der Unterschrift durch die Betreuungsbehörde oder einen Notar

BeVOR Sie sich SORGEN



Unsere Bestattungsvorsorge:

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

ge-be-in.de/vorsorge



10x in Bremen
und umzu



erforderlich. Dabei wird ausschließlich die Gültigkeit der eigenhändigen Unterschrift bestätigt.

Für den Fall, dass Zweifel an der Geschäftsfähigkeit der vollmachtgebenden Person zu befürchten sind, empfehlen wir die notarielle Beurkundung der Erklärung. Dabei erklärt der 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 von Personen mit Wohnsitz im Land Bremen kostenlos bei den Amtsgerichten in Bremen und Bremerhaven hinterlegt werden. Außerdem ist eine kos-

tenpflichtige Hinterlegung bei der Bundesnotarkammer möglich.

Informationen zu den Themen Betreuungsgrecht und über Vorsorge finden Sie im Internet unter 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 -partner, Kindern, Enkelkindern, sofern



Wir beraten Sie
gern.

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



die Kinder verstorben sind, Stundung des Pflichtteilsanspruchs gegenüber gesetzlichen Erben, Verjährung von Pflichtteilsansprüchen, Ausgleich von 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 Erblasser – 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, wenn es um »meine Kinder, deine Kinder, unsere Kinder« geht. Eine gute Testamentsgestaltung kann hier helfen. Dies gilt ebenso, wenn Erblasser 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 eheähnlicher 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 Winkemann, Rechtsanwältin



Gudrun Winkemann
RECHTSANWÄLTIN

Trägerin des
Trommelpreises
2015

Allgemeinanwältin
Testamentsvollstreckung - zertifiziert

Schwerpunkte:

Vertragsrecht · Erbrecht · Unternehmensnachfolge
Vorsorge-/Patientenverfügungen
Nachlassregulierungen

Hamburger Str. 222/224
28205 Bremen

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

mail@winkemann-recht.de
www.winkemann-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. Im Begutachtungsverfahren werden die gesundheitlich bedingten Beeinträchtigungen in der Selbstständigkeit und/oder der Fähigkeiten in den verschiedenen Lebensbereichen beurteilt. Eine Beeinträchtigung in der Selbstständigkeit bedeutet, dass in diesen Lebensbereichen eine regelmäßige und dauerhafte

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. Wer einem Pflegegrad zugeordnet wird, gilt im Sinne der Pflegeversicherung als pflegebedürftig und kann Leistungen der Pflegeversicherung erhalten. Der Umfang der Leistungen ist abhängig vom zugeordneten Pflegegrad.

Seit über 45 Jahren in der Hilfe für suchtkranke Menschen tätig!



Christliches
Reha-Haus
Bremen e.V.
Pflege, Wohnen, Betreuung für Suchtkranke

Unser Angebot:

Stationäres Pflegeheim für ältere mehrfachbeeinträchtigte suchtkranke Menschen.
Wohnheim der Eingliederungshilfe für ältere Suchtkranke.
Ambulant Betreutes Wohnen für ältere Suchtkranke.

Christliches Reha-Haus Bremen e.V.
Kattenturmer Heerstraße 156
28277 Bremen



Nähere Informationen erhalten Sie unter
Tel. 0421 / 69 67 25 - 314 Herr Schmitt
wolfgang.schmitt@chr-reha-haus.de



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, wie zum Pflegegeld
- 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 Bettelinlagen.

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 durch einen ambulanten Pflegedienst, durch Einzelpflegekräfte, ehrenamtlich Pflegenden 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 oder übergangsweise im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt. Für sie gibt es die Kurzzeitpflege in entsprechenden stationären Einrichtungen.

Der im Kalenderjahr bestehende, noch nicht verbrauchte Leistungsbetrag für Verhinderungspflege kann auch für Leistungen der Kurzzeitpflege eingesetzt werden. Dadurch kann der Leistungsbetrag der Kurzzeitpflege maximal **verdoppelt** (dann bis zu



3.224 €) 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 1 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 1	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 1).

Pflegebedürftigkeit in Graden	Wohngruppenzuschlag max. Leistungen pro Monat
Pflegegrad 1	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. Im Rahmen des zweiten Pflegestärkungsgesetzes wurden die Leistungsbeträge neu gestaffelt, d. h. auf das System der Pflegegrade umgestellt. Um



Schlechterstellungen, die sich aus der Umstellung ergeben konnten, zu vermeiden, haben betroffene Pflegebedürftige Bestandschutz. Sie erhalten einen Zuschlag auf den Leistungsbetrag, wenn Ihr selbst zu tragender Eigenanteil am Pflegesatz seit 1. Januar 2017 höher ist, als er im Dezember 2016 war. Der Zuschlag gleicht die Differenz aus. Seit 1. Januar 2017 ist ein einrichtungseinheitlicher Eigenanteil der Versicherten in vollstationärer Pflege für die Pflegegrade 2 bis 5 festgeschrieben. 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 zusätzliche 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 Geld-

leistung, sondern zweckgebunden. Er kann zur (Ko-)Finanzierung einer teilstationären Tages- oder Nachtpflege, einer vorübergehenden vollstationären Kurzzeitpflege oder von Leistungen ambulanter Pflegedienste (in den Pflegegraden 2 bis 5, jedoch nicht von Leistungen im Bereich der Selbstversorgung) verwendet werden. 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. Wenn Kinder unter zwölf Jahren im Haushalt zu versorgen sind oder die Kinder behindert sind, kann die Haushaltshilfe bis zu 26 Wochen verlängert werden.

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 Erstantragstellung versäumt, müssen die Pflegeversicherungen 70 € je angefangene Versäumniswoche an 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 wird von den Pflegekassen beauftragt, die Pflegebedürftigkeit festzustellen. Die Gutachter/innen des MDK lassen sich vor Ort zeigen, welche Beeinträchtigungen in der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten vorliegen, also welche regelmäßige personelle Unterstützung notwendig ist. 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 mehr! 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.



MDK im Land Bremen

Falkenstraße 9, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 16 28-0, Fax 16 28-115
E-Mail: info@mdk-bremen.de

MDK im Land Bremen Pflege

Otto-Lilienthal-Str. 29, 28199 Bremen
Tel. 0421 · 52 256-0/-66
E-Mail: Postmaster@mdk-bremen.de

MDK Niedersachsen

Standort Bremen
Otto-Lilienthal-Straße 29, 28199 Bremen
Tel. 0421 · 52 256-0
E-Mail: 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 erleichtern die Nutzung dieser Hilfe. Die Höhe der Leistung ist abhängig von dem Pflegegrad der/des Be-

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

Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Referat Ältere Menschen
Iris Hinrichsen, Tel. 0421 · 361-16181
E-Mail: 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

Bremer Heimstiftung

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

**ASB Haus am Osterdeich**

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

Tagespflege in der DKV-Residenz

Am Wandrahm 40–43, 28195 Bremen
Tel. 0421 · 3229-0, E-Mail: s.beyer@dkv-rc.de

Bremer Heimstiftung

Tagespflege Stadtwerder
Stadtwerder 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, E-Mail:
tapf-groepelingen@awoambulant-bremen.de

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
Oslebshausener 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 · 33 637-0
E-Mail: bhs-walle@bremer-heimstiftung.de

Ost**AWO Tagespflege Vahr**

Kurt-Schumacher-Allee 5, 28329 Bremen
Tel. 0421 · 27 72-131-101
E-Mail: tapf-vahr@awopfleger-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 · 2785-0
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 · 2577-0, 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 · 42 72-121
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 · 24 68 170
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
Billingsstraße 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 Fichtendorf
Schönebecker Kirchweg 33
28757 Bremen, Tel. 0421 · 62 69-0
E-Mail: bhs-fichtendorf@
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

Tagespflege Friedehorst

Rotdornallee 64, 28717 Bremen
Tel. 0421 · 63 81-260, 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 MarBel
Helsingborger Str. 2, 28719 Bremen
Tel. 0421 · 69 67 96 90, E-Mail:
bhs-marssel@bremer-heimstiftung.de

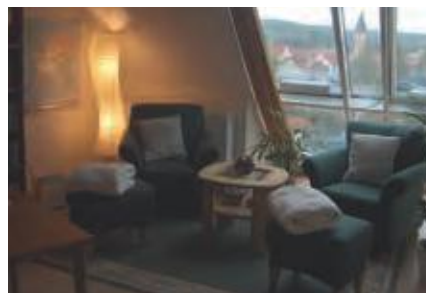


SENIORENRESIDENZEN

Für ein sicheres und gepflegtes Leben im Alter

Willkommen bei uns in Bremen!

Seniorenresidenzen | Wohnen mit Service



bremen.ks-gruppe.de

K&S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland
Mühlenfeldstraße 38 | 28355 Bremen
Telefon: 04 21 / 33 01 4

K&S Seniorenresidenz Bremen-Findorff
Rudolf-Alexander-Schröder-Straße 2 | 28215 Bremen
Telefon: 04 21 / 27 63 0



Pflegezeit und Familienpflegezeit

Arbeitnehmer/innen 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 Arbeitnehmer/innen in kleinen Betrieben mit 25 und weniger Beschäftigten. Als Ausgleich für entfallenen Lohn kann ein zinsloses Darlehen beim Bundesamt für Familie beantragt werden.

Leistungen der Sozialhilfe bei Pflegebedürftigkeit/Hilfe zur Pflege

Vorrangig erhalten pflegebedürftige Menschen, die kranken- bzw. pflegeversichert sind, finanzielle Leistungen zur Pflege und zur hauswirtschaftlichen Versorgung von ihrer Pflegekasse nach 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. Palliativstationen und stationäre Hospize begleiten den sterbenskranke 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.
(0421 · 40 92 828),

Hospizhilfe Bremen e. V.
(0421 · 32 40 72)

Hospiz Horn e. V. (0421 · 23 52 35)

Hospiz Bremen-Nord e. V.
(0421 · 65 86 108),

Hospizdienst der Bremischen
Schwesternschaft e. V.
(0421 · 52 29 222)

Palliativstationen

Palliativstation am Klinikum

Links der Weser (0421 · 87 91 650)

Palliativstation am

St. Joseph-Hospital Bremerhaven
(0471 · 48 05 640)

Ambulante Palliativversorgung

Ambulanter Palliativdienst Bremen
(0421 · 87 91 545)

Stationäre Hospize

Hospiz Brücke (0421 · 380240)

Hospiz Lilge-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

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

Amt für Soziale Dienste

Zentrale Fachstelle Wohnen
Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen

Zentraler Service der ZFW

Uta Reinke
Tel. 0421 · 361-13824
E-Mail: serviceZFW@afsd.bremen.de

Ansprechpartner/in:

Uta Reinke
Tel. 0421 · 361-13834
E-Mail: 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



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 vereinsamtes 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 Gruppen bei der Suche nach geeigneten Grundstücken und informiert zum Thema gemeinschaftliches Wohnen in Bremen.

Referent für Baugemeinschaften

Thomas Czekaj, Tel. 0421 · 361-4028

E-Mail: Thomas.Czekaj@bau.bremen.de

Weitere Infos und Kontaktdaten unter 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 Dort können Sie nach der sogenannten »Errichterliste« suchen.

Präventionszentrum der Polizei

Am Wall 195

28195 Bremen

Tel. 0421 · 362-19 003

Georg Völz GmbH

Hastedter Heerstraße 121

28207 Bremen, Tel. 0421 · 44 44 91



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
28199 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 · 6999 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 K
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, können 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



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. Bewohner/innen 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 Bewohner/innen einer Pflege-WG gemeinsam für einen Pflegedienst, weil der für die individuellen Leistungen der Pflegeversicherung und die Eigenleistungen der Bewohner/innen 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 Be-

wohner/innen 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 Bewohner/innen 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 Appartements, 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. Bewohner/innen 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 Nutzerfürsprecher/innen

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



Interessenvertretung für mehr Selbstbestimmung und Verbraucherschutz

Einrichtungsleitung und Betreuungskräfte prägen oft die Atmosphäre von Wohn- und Unterstützungsangeboten. Von Nutzer/innen 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 Nutzerfürsprecher/in als unabhängige Interessenvertretung helfen. Sie sollen die Nutzer/innen darin unterstützen, ihre Vorstellungen und Wünsche in die Gestaltung des Einrichtungslebens einzubringen.

Aufgaben der Interessenvertretung

Die Interessenvertretung nimmt Anregungen und Beschwerden von Nutzer/innen entgegen und sorgt für die Umsetzung und Bearbeitung der Anliegen. Ebenso soll die Eingliederung neuer Bewohner/innen oder neuer Tagespflegegäste gefördert werden. An der Aufstellung bzw. Änderung des 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 Nutzer/innen sowie externen Mitgliedern. Er wird in regelmäßigen Abständen gewählt.

B.) Vertretungsgremium

In Wohn- und Unterstützungsangeboten, deren Nutzer/innen 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 Nutzer/innen haben.

C.) Nutzerfürsprecher/innen

Nutzerfürsprecher/innen werden von der zuständigen Behörde in solchen Fällen bestellt, in denen weder ein Nutzerbeirat gewählt werden kann



Alltagsbegleitung
und persönliche
Betreuung für
Senioren zu Hause

Unsere Leistungen für Sie in Bremen:

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

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

Senioren- und Familienberatung Hanfstrich GmbH & Co. KG
Kürfürststraße 35a · 28211 Bremen

Home Instead
Seniorenbetreuung

Zuhause umsorgt
www.homeinstead.de

noch ein Vertretungsgremium zur Verfügung steht. In Tagespflegeeinrichtungen ist die Interessenvertretung immer durch eine/n Nutzerfürsprecher/in gewährleistet.

Informationen zu dieser Aufgabe erhalten Sie im Internet auf der Homepage:
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

Bildimpresum

Die Urheber der Illustrationen in diesem Magazin sind:

Titelbild	Klaus Kellner
Seite 1	Nicole Pankalla, pixabay.de
Seite 9	KellnerVerlag
Seite 13	Pixabay
Seite 15	Pixabay
Seite 26	Köprü
Seite 40	Pixabay
Seite 54	Pixabay
Seite 56	Rainer Sturm, pixelio.de
Seite 60	KellnerVerlag
Seite 61	Klaus Kellner
Seite 80	Günter Havlena, pixelio.de
Seite 82	Pixabay
Seiten 96	kom.fort
Seite 104	KellnerVerlag
Seite 105	Klaus Kellner



Checkliste Wohnstätten

Auswahl einer Pflege- und Betreuungseinrichtung

- Lage des Hauses
(ländlich, Stadtrandlage, zentral?)
- Größe des Hauses, Zahl der Gebäude, der Einzel-, Doppel- und Mehrbettzimmer, Zahl der Wohnplätze
- Anzahl der Bewohnerinnen und Bewohner
- Größe der Zimmer und Wohnungen
- Ausstattung der Zimmer und Wohnungen (Können bzw. müssen die Bewohnerinnen 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 Außentemperaturen 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?)

Bremer Wohnstättenverzeichnis

Unterstützende Wohnformen

Inhalt:

Bremer Norden S. 106

Bremer Süden & Mitte S. 111

Bremer Westen S. 118

Bremer Osten & Östliche Vorstadt S. 122





Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
NORD Blumenthal						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rönnebeck Dillener Straße 69–71 28777 Bremen Tel. 6094-0, Fax 6094-119 Leiterin: Frau Karbe info@bremer-Heimstiftung.de	62 App. 38 Whg.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnbereich, 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
HANSA Seniorenzentrum Haus Flethe Kapitän-Dallmann-Straße 24 28779 Bremen						
Burglesum / St. Magnus / Grambke						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Blumenkamp Billungstraße 21 28759 Bremen Tel. 6268-0, Fax 6268-119 Leiterin: Frau Groth info@bremer-heimstiftung.de	41 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
Stadtteilhaus Cigarrenmanufactur Stader Landstr. 46 28719 Bremen Tel. 6268-108 Fax 6268-119 Leiterin: Frau Fiedler	Wohnen mit Service				Z. B. 55 qm: 790,- € Gesamtmiete für eine Person	Mehrgenerationenwoh- nen, Gemeinschafts- räume, wechselnde kulturelle Angebote im 'Köksch un Qualm'



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz St. Ilsabeen Billungstraße 31–33 28759 Bremen Tel. 6264-0, Fax 6264-119 Leiterin: Frau Hoven info@bremer-heimstiftung.de	100 App. 8 Wohn- pflege- app.		16 Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Residenz- und Wohnpfle- geapp. sind individuell zu möblieren, Wohnrechts- erwerb, großer Park, Re- staurant, Computer-Treff, Vital-Treff mit Sauna und Schwimmbad, Kinder- gruppe
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Marßel Helsingborger Straße 2 28719 Bremen Tel. 6268-108, Fax 6268-119 Tel. Tagespflege 6967-9690, Fax 6967-9689 Leiterin: Frau Fiedler	Wohnen mit Service		18 Tages- pflege		Z. B. 51 qm: 720,- € Gesamtmiete für eine Person	1- und 2-Zimmerwoh- nungen sind individuell zu möblieren, Nachbar- schaftstreff
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Servicewohnen Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-205, Fax 6381-651 Geschäftsführung: Thomas Schächter altenpflege@friedehorst.de	79		284 in versch. Einrich- tungen, 29 Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Servicewohnen, Tages- pflege, Kurzzeitpflege, vollstationäre Pflege mit eigenen angestellten Ärzten, Physiothera- peuten, Ergothera- peuten und Logopäden, Seelsorge, Wohnen im Parkgelände der Stiftung Friedehorst
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Via Vita Rotdomallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-235, Fax 6381-8811 Leitung: Carsten Wenke carsten.wenke.dsp@ friedehorst.de			80	Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Schwerstpflege, Beat- mungspflege im Alter von 20 bis 60 Jahren, eigene Ärzte und Thera- peuten-Team



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Da Vinci Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-814, Fax 6381-8814 Leitung: Claudia Bahr claudia.bahr.dsp@friedehorst.de			70	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Eigene angestellte Ärzte und Therapeuten, modernes Gebäude
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Haus Promente Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-387, Fax 6381-42070 Leitung: Anja Krohn anja.krohn.dsp@friedehorst.de			74	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Spezialisiert auf die Pflege von Menschen mit Demenz, eigene angestellte Ärzte und Therapeuten
HANSA Seniorenwohnpark an der Ihle Hindenburgstraße 7 28717 Bremen						
HANSA Seniorenwohnpark an der Lesum Am Burgplatz 2 28719 Bremen						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Grambker See Hinterm Grambker Dorfe 3 28719 Bremen Tel. 64900-373, Fax 64900399 Leiterin: Elvira Seitz heimstaettegrambke@ sozialwerk-bremen.de			80 42 Pflege 38 Geronto- psychi- atrische Pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	87,76 € 78,13 € 78,13 € 78,13 € 78,13 € (Stand 2019)	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
Wohnen mit Service im Caritas-Haus St. Birgitta Göteborgerstr. 34 28719 Bremen Tel. 66080, Fax 6608181 Leiterin: Frau Cloppenburg st.birgitta@caritas-bremen.de	4 Whg.				mtl. Miete inkl. NK 428,- € bis 550,- € (je nach qm) + 85,- € Service-pauschale	Frisör im Haus, Garten nutzbar
Caritas-Haus St. Birgitta Göteborgerstr. 34 28719 Bremen Tel. 66080, Fax 6608181 Leiterin: Frau Buchholtz st.birgitta@caritas-bremen.de			68	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	78,35 € 63,19 € 63,19 € 63,19 € 63,19 €	Eigene Möbel können mitgebracht werden, großer Garten, helles und freundliches Haus, verschiedene Dachterrassen, Frisör, eingestreute Kurz- und Langzeitpflege
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Grambke Ellerbuschort 12 28719 Bremen, Tel. 64900-331, Fax 64900-380 Ansprechpartnerin: Annita Hader 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	Wohnungen überwiegend mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Notrufanlage in der Wohnung. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
Wohn- & Pflegeheim Lesmona Blauholzmühle 32 28717 Bremen						
Aumund / Vegesack						
Altenpflegeheim Leeßem Barg Lesumstraße 1 28759 Bremen, Tel. 3302003 info@leessem-barg.de						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Fichtenhof Schönebecker Kirchweg 33 28757 Bremen Tel. 6269-0, Fax 6269-119 Leiterin: 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
Bremer Heimstiftung Vier Deichgrafen Zum Alten Speicher 6 28759 Bremen Tel. 4095-0, Fax 4095-119 Leiterin: Frau Sasse info@bremer-heimstiftung.de	59 Whg.				49–93 qm z. B. 67 qm: 1.180,- € Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, frei- finanziert, Wohnrechtser- werb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsraum, Wellnessbereich, Garten, direkt am Lesumufer gelegen
Christopher-Haus II Hammersbecker Str. 203/205 28755 Bremen						
Haus Raphael Löhstraße 44 28755 Bremen						
Residenz am Löhpark (am Klinikum HB-Nord) Kuhstraße 3, Löhstraße 44 a 28755 Bremen Tel. 6520170, Fax 650090 info@residenz-amloehpark.de www.residenz-amloehpark.de	34 bzw 39 Whg. (Service- Wohnen)		Ärzte am Standort, Pflege- dienste im Haus	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	44–76 qm, 1-, 2- und 3- Zimmer- barrierefreie Wohnungen	Wohnen mit Service, bar- rierefreie Wohnungen, parkähnliche Anlage, gute Anbindungen an den Nahverkehr, Ge- meinschaftseinrichtung und Tiefgarage

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
SÜD Arsten / Kattenturm / Kattenesch / Obervieland						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenesch Alfred-Faust-Straße 115 28277 Bremen Tel. 8402-0, Fax 8402-119 Leiterin: Frau Ritter info@bremer-heimstiftung.de	40 App.		Pflege in Hausgem., Kurzzeitpflege, Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	App. sind individuell zu möblieren, Wohnrechtserwerb, Demenz-Pflegegruppe, Pflegezimmer kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Garten, Kindergarten
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenturm Robert-Koch-Straße 70 28277 Bremen Tel. 56342398, Fax 56342438 Leiterin: Frau Riekens info@bremer-heimstiftung.de	57 Whg.	Pflege-WG	Tagespflege		45–78 qm, z. B. 55 qm: 699,- € Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Nachbarschaftstreff
Christliches Reha-Haus e. V. Kattenturmer Heerstraße 156 28277 Bremen Tel. 696725310, Fax 696725323 Einrichtungsleitung: Herr Schmitt, Frau Spuida wolfgang.schmitt@chr-reha-haus.de birgit.spuida@chr-reha-haus.de	39	3	80	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	73,23€ 81,03€ 97,21€ 114,07€ 121,63€ + 2,28 € pro Person tgl.	Eigene Möbel möglich, Haustiere nach Absprache, ausschl. für ältere Suchtkranke ab 40 Jahren und Menschen mit psychiatrischen Veränderungen, die abstinent leben möchten
Paritätische Dienste Bremen gGmbH Haus Obervieland Alfred-Faust-Straße 19 28277 Bremen, Tel. 2774280 Leitung: Dorothea Grabach haus-obervieland@pd-bremen.de	27 Whg.		Pflegerische Leistungen können vereinbart werden	Kein Versorgungsvertrag für stationäre Pflege – ambulante Leistungen können vereinbart werden	51–62 qm, Grundm.: 7,60 €/qm NK-Voraus.: 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
Residenz-Gruppe Pflegezentrum Arsten Heukämpendamm 54 28279 Bremen Tel. 620 636-0 Fax 620 636 20 pflegezentrum@ residenz-gruppe.de						
Residenz-Gruppe Haus Rotbuche Hinter dem Vorwerk 32 28279 Bremen Tel. 8989790 Fax 824626 rotbuche@residenz-gruppe.de						
Senioren-gemeinschaft Kattenturm Convivo Unternehmensgruppe Kattenturmer Heerstraße 139 28277 Bremen						
Haus O'Land Convivo Unternehmensgruppe Alfred-Faust-Straße 1 28277 Bremen						
Wohnanlage CASA VITA Arsten August-Hagedorn-Allee 1 28279 Bremen Tel. 809543 Fax 8095455 Leiterinnen: Wiebke Beenenga, Yvonne Formela 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
Habenhausen						
Seniorenresidenz Weserbogen Convivo Unternehmensgruppe Habenhauser Dorfstraße 70 28279 Bremen						
Huchting						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Huchting Tegeler Plate 23 28259 Bremen Tel. 5722-0, Fax 5722-119 Leiter: 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
Haus Invita Kirchhuchtinger Landstraße 79/81, 28259 Bremen Fax 69200-499						
Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 1 Delfter Str. 25 28259 Bremen Tel. 579536, Fax 5795385 huchting@residenz-gruppe.de						
Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 2 Zwischen Dorpen 1 28259 Bremen Tel. 579536, Fax 5795385 huchting@residenz-gruppe.de						



Einrichtung/Adress	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Neustadt / Woltmershausen / Rablinghausen						
Wohnen mit Service für Senioren St. Pauli-Stift St.-Pauli-Deich 1, 28199 Bremen Tel. 596-7484						
Alten- und Pflegeheim der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz gGmbH St.-Pauli-Deich 26 28199 Bremen Tel. 5599392, Fax 809317809						
Bremer Heimstiftung Haus Stadtwerder Tanzwerder 20, 28199 Bremen Tel. 56342398, Fax 56342438 Tel. Tagespflege 67347576 Fax 67329574 Leiterin: Frau Riekens		Pflege-WG	Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Exklusive, zentrale Lage in Wesernähe
Bremer Heimstiftung Haus in der Neustadt Wohnen an der Zionskirche Hermannstraße 37–41 28201 Bremen Tel. 2445-0, Fax 2445-119 Leiterin: Frau Bischoff info@bremer-heimstiftung.de	37 Whg.	WG für Menschen mit Demenz			30–77qm, z. B. 67 qm: 1.165,- € Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsraum, Garten
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rablinghausen Rablinghauser Landstraße 51 a–e, 28197 Bremen Tel. 5207-0, Fax 5207-119 Leiterin: 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 gelegen, öffentl. Restaurant



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Wohnen mit Service im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371, 28201 Bremen Tel. 8779-350, Fax 8779-345 Leiterin: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@caritas-bremen.de	Service-Wohnen: 43 Whg. mtl. Miete 361,- € bis 1.041,- € (je nach qm) + 85,- € Servicepauschale					Balkon, Frisör im Haus, Praxis für Physio- und Ergotherapie, großer Garten, ambulanter Pflegedienst
Ambulante Seniorenwohngemeinschaft im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371 28201 Bremen Tel. 8779-350, Fax 8779-345 Leiterin: 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
Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371 28201 Bremen Tel. 8779-0, Fax 8779-345 Leiterin: Frau Nitzpon n.nitzpon@caritas-bremen.de			76 Plätze	Grad 1 Grad 2–5	83,68 € 69,01 €	Barrierefrei bis in den großen Garten, eigene Möbel, Terrasse, helles und freundliches Haus, Demenzbereich, Frisör, Physiotherapie, Langzeitpflege und eingestreuete KZP, Räumlichkeiten für Familienfeiern, Café
HANSA Seniorenzentrum Neustadt I Westerstr. 19–31 28199 Bremen						
HANSA Seniorenzentrum Neustadt II Heinrich-Bierbaum-Straße 9 28199 Bremen						
CASA Reha ›Weserhof‹ Hermann-Ritter-Straße 111 28197 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Neustadt Große Johannisstraße 131–147, 28199 Bremen Tel. 163393-20, Fax 163393-22 Ansprechpartnerin: Annita Hader 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	Barrierefreie Wohnungen mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Notrufanlage in der Wohnung. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
Verein für Innere Mission Altenpflegeheim Kirchweg Kirchweg 124–128 28201 Bremen Tel. 52550, Fax 5579244 Leiterin: Andrea Bussen aph-kirchweg@inneremission-bremen.de	15 Whg. (45–74 qm)		111		68,82 € 77,29 € 93,47 € 110,33 € 117,89 €	Kurzzeitpflege, Verhinderungspflege, Wohnen mit Service, Demenzbereich, eigene Küche, offener Mittagstisch, Räumlichkeiten für Familienfeiern, Cafeteria
Wohnanlage CASA VITA Neustadt Langemarckstraße 212–222 28199 Bremen Tel. 5977770, Fax 5977771 Leitung: Peter Niemeyer info@zfpf.de www.zfpf.de	24 Whg.			Pflegebüro im Haus	43–94 qm, 385,- € bis 721,- € Kaltmiete	Wohnen mit Service, Miete zzgl. NK und Betreuungspauschale, Gemeinschafts- und Veranstaltungsraum (auch für private Nutzung)
Mitte						
Haus am Dobben Convivo Unternehmensgruppe Am Dobben 67–68 28203 Bremen						
Bethel im Norden Pflegezentrum am Doventor Doventorsdeich 3–15 28195 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus St. Remberti Hoppenbank 2–3 28203 Bremen Tel. 3602-0, Fax 3602-119 Leiterin: Frau Middelberg info@bremer-heimstiftung.de	57 App.		Pflege in Hausgemeinschaften, Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Appartements sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer-Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Tagesbetreuung für Bewohner aus dem Wohnbereich, PC-Treff, Praxis für Physiotherapie, Kindergarten
DKV-Residenz in der Contrescarpe Am Wandrahm 40–43 28195 Bremen Tel. 32290 Geschäftsführer: Sven Beyer info@dkv-rc.de www.dkv-rc.de	138 App. 53–92 qm (2- und 3-Zimmer)		29 Plätze (Einzelzimmer), Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	89,52 € 98,30 € 114,48 € 131,34 € 138,90 €	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
Seniorenhaus am Klinikum Mitte Convivo Unternehmensgruppe Friedrich-Karl-Straße 22 28205 Bremen Tel. 43772-0, Fax 43772-110 Leiter: Johannes Heger info@haus-am-klinikum.de www.haus-am-klinikum.de			61 Plätze, (53 EZ, 4 DZ) 15 Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	73,56 € 80,17 € 96,35 € 113,21 € 120,77 €	Zimmer mit eigenem Bad, hauseigene Küche, eigener Frisör im Hause, Cafeteria für Bewohner

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
WEST						
Findorff						
Zentrum für Betreuung und Pflege, Curanum Findorff Walsroder Straße 1 28215 Bremen, Tel. 35070 findorff@korian.de						
Curanum Betriebs GmbH Curanum Seniorenstift Ricarda-Huch-Str. 1 28215 Bremen, Tel. 37880 weidedamm@korian.de						
Seniorenhaus Findorff Convivo Unternehmensgruppe Hemmstraße 345 28215 Bremen						
K&S Seniorenresidenz Bremen-Findorff Rudolf-Alexander-Schröder-Straße 2 28215 Bremen Tel. 27 63 -0, Fax 27 63 -100 bremen-findorff@ks-residenz.de bremen-findorff.ks-gruppe.de			118 Plätze (88 EZ, 15 DZ)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	78,91 € 88,16 € 104,34 € 121,20 € 128,76 €	Cafeteria und Bibliothek, Gartenbereich mit Terrasse und Dachterrasse, hauseigene Küche, Wäscherei, Frisör und Fußpflege, Sole-Oase, eigener Sanitärbereich, Wohlfühlbad
Paritätische Dienste Bremen gGmbH Haus Weidedamm Ricarda-Huch-Straße 29 28215 Bremen Tel. 3795632 Leitung: Katy Koch haus-weidedamm@pd-bremen.de	29 Whg.		pflegerische Leistungen können vereinbart werden	kein Versorgungsvertrag für stationäre Pflege – ambulante Leistungen können vereinbart werden	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
Seniorenhaus Ansbacher Straße Convivo Unternehmensgruppe Ansbacher Straße 18 28215 Bremen						
Gröpelingen / Oslebshausen						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Ella-Ehlers-Haus Dockstraße 20 28237 Bremen Tel. 61870, Fax 6187103 Leiterin: Annette Zarnitz a.zarnitz@awo-bremen.de			95 stationäre Plätze 5 Plätze Kurzzeit- pflege	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Selbstmöblierung mög- lich, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Gröpelingen Alte Feuerwache Elbinger Straße 6 28237 Bremen Tel. 3804-0, Fax 3804-119 Leiterin: Frau Meinking info@bremer-heimstiftung.de	67 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		29–79 qm, freifinanz., z. B. 43 qm: 805,- € Miete 12 Woh- nungen im in- terkulturellen Servicehaus	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, teilweise mit B-Schein, Wohnungen sind indi- viduell zu möblieren, Tiefgarage, ›cafe brand‹, Kindergruppe, Begeg- nungsstätte von ZIS
Ev. Diakonissen-Mutterhaus Adelenstraße 68 28239 Bremen						
DIAKO KURZZEITPFLEGE gGmbH Gröpelinger Heerstraße 406–408 28239 Bremen Tel. 6102-5100, Fax 6102-5199 info@diako-kurzzeitpflege.de www.diako-kurzzeitpflege.de			18 EZ, 6 DZ (Kurzzeit- pflege- plätze)	alle Pflege- grade, § 39c SGB V		Alle Gästezimmer mit eigener Nasszelle, TV, Telefon und Kühl- schrank, kostenloses WLAN
Haus Seewenje Convivo Unternehmensgruppe Gnesener Straße 6 28237 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Seniorenhaus Oslebshausen Convivo Unternehmens- gruppe Am Oslebshausener Bahnhof 2 28239 Bremen						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde, Heimstätte Ohlenhof Schwarzer Weg 98 28239 Bremen Tel. 6190-20, Fax 6190299 Leiterin: Vera Strech heimstaette-ohlenhof@ sozialwerk-bremen.de			63	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	82,73 € 71,27 € 71,27 € 71,27 € 71,27 € (Stand 2019)	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
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Oslebshausener Park Oslebshausener Landstraße 20 28239 Bremen Tel. 3360-6, Fax 3360-799 Leiter: Michael Strauch heimstaette-oslebshausen@ sozialwerk-bremen.de			70	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	77,99 € 65,92 € 65,92 € 65,92 € 65,92 € (Stand 2019)	Einzelzimmer mit Bad, Schwerpunkt liegt auf Beschäftigungs- und Gemeinschaftsakti- vitäten, Tagespflege am Standort. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Ohlenhof Humannstraße 69 28239 Bremen Tel. 6190-269, Fax 6190-299 Ansprechpartnerin: Ilona Jade sw-ohlenhof@sozialwerk- bremen.de	10 Whg.				47–59 qm, 2–3 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



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Sozialwerk der Freien Christengemeinde, Service-Wohnen am Oslebshauer Park Oslebshauer Landstraße 18 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 8,05–8,80 €/qm + NK + Grundservice 85,– €/127,50 € Teilweise B-Schein erforderlich	Barrierefreie Wohnungen mit Balkon und Terrasse, EBK, Duschbad, Baujahr 2005 – 2007, Notrufanlage in der Wohnung. Weitere Informationen über die Hausverwaltung
Walle						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Walle Reuterstraße 23–27 28217 Bremen Tel. 39020, Fax 3902191 Leiterin: 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
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Walle Karl-Peters-Straße 74 28217 Bremen Tel. 33637110, Fax 33637-119 Leiterin: Frau Dunker info@bremer-heimstiftung.de	77 Whg.	Pflege-WG	Tagespflege		39–75 qm, z. B. 53 qm: 998,– € mtl. Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsraum, Kindergruppe, Arztpraxen, Physiotherapiepraxis
Stiftung Friedehorst, Dienste für Senioren und Pflege Almata-Stift Almatastraße 1–9 28219 Bremen Tel. 6381-900, Fax 6381-9066 Leiterin: Ulrike Vogt almatastift@friedehorst.de			60	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnküche und gemütlicher Speisesaal, Selbstmöbl. möglich, Haustiere nach Absprache möglich, Kapelle für regelm. Andachten, Garten und Wintergarten, liegt direkt am Waller Grünzug, Einkaufsmöglichkeit im WalleCenter



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
OST						
Borgfeld						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Borgfeld Daniel-Jacobs-Allee 1 28357 Bremen Tel. 69624696, Fax 69624695 Leiterin: Frau Büge info@bremer-heimstiftung.de	69 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		55–122 qm, z. B. 78 qm: 1.515,- € mtl. Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individu- ell zu möblieren, Gemein- schaftsräume, großzügige Gartenanlage, Kinder- gruppe, Café, Restaurant, Arztpraxen, Bankfiliale
Arbergen / Hemelingen / Hastedt						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Rosmarie- Nemitz-Haus Hermann-Osterloh-Straße 117 28307 Bremen Tel. 489080, Fax 48908144 Leiterin: Katarzyna Göbel k.goebel@awo-bremen.de			79 stationäre Plätze 7 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
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Arberger Mühle Vor dem Esch 7 28307 Bremen Tel. 69695999, Fax 69695998 Leiterin: Frau Bonjer info@bremer-heimstiftung.de	39 Whg.	Pflege- WG			46–128 qm, z. B. 62 qm: 1.097,- € Gesamt- miete für eine Person	Pflege-Wohngemein- schaft mit 9 Plätzen, Wohnen mit Service, 2- bis 4-Zimmer-Woh- nungen, Größen: 46–130 qm, Wohnrechtserwerb, Kindergarten, Betreuung und Pflege durch Pflegeimpulse
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hemelingen Diedrich-Wilkens-Straße 18 28309 Bremen Tel. 4104-0, Fax 4104-119 Leiterin: 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
Residenz-Gruppe Seniorenresidenz am Rosenberg Am Rosenberg 33 a 28207 Bremen Tel. 6267090, Fax 62670920 hastedt@residenz-gruppe.de						
Residenz-Gruppe Seniorenresidenz Ellmers Neustadtstr. 4 28309 Bremen Tel. 5664990, Fax 56649920 hemelingen@residenz-gruppe.de						
Residenz-Gruppe Villa Aglaia Am Rosenberg 33 d 28207 Bremen Tel. 6267090, Fax 62670920 villa-aglaia@residenz-gruppe.de						
Horn-Lehe						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hollergrund Im Hollergrund 61 28357 Bremen Tel. 2785-0, Fax 2785-119 Leiterin: Frau Slopinski info@bremer-heimstiftung.de	72 Whg. 12 Wohn- pflege- app.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohn- rechtserwerb, Wohn- ungen und Wohnpfl- geapp. sind individuell zu möblieren, Pflegezim- mer kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, parkähnliche Dorfgelän- de, Gemeinschaftsräu- me, Begegnungsstätte, Kindergarten



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Luisental Brucknerstraße 15 28359 Bremen Tel. 2382-0, Fax 2382-119 Leiterin: Frau Hillmann info@bremer-heimstiftung.de	88 App. 22 Wohn- pflege- app.		Tages- pflege		Auf Nachfrage	Residenz- und Wohnpfle- geapp. sind individuell zu möblieren, Wohnrechtser- werb, Park, Restaurant, Computer-Treff, Vital-Treff mit Sauna und Schwimm- bad
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Marcus- allee mit Villa am Deliusweg Marcusallee 39 28359 Bremen Tel. 2385-0, Fax 2385-119 Leiterin: 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, Re- sidenzapp. sind individu- ell zu möblieren, Pflege- zimmer kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Park, Pflege-Domizil – exklusives Leben mit De- menz, Restaurant, Com- puter-Treff, Vital-Treff mit Schwimmbad, Sauna, Kindergruppe
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Riensberg Riekestraße 2 28359 Bremen Tel. 2386-0, Fax 2386-119 Leiterin: 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, Residenz und Wohnpfle- geapp. sind individuell zu möblieren, Pflegezimmer- Einr. kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden. Lür-Oltmann-Domizil – exklusives Leben mit Demenz. Computer-Treff, Vital-Treff, Restaurant, Kindergruppe
Johanniter Bremen gGmbH Johanniterhaus Bremen Seiffertstraße 95 28359 Bremen Tel. 2040-0, Fax 2040-500 Leiterin: Frau Kewitz-Schubert info-bremen@jose.johanniter.de www.johanniterhaus-bremen.de	67 Whg.		84	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	91,86 € 103,35 € 119,53 € 136,39 € 143,95 €	Auch Betreutes Wohnen, moderne EZ im Pfl- gebereich, zertifizierte hauseigene Küche, schöne Gartenanlage, Cafébetrieb sowie Be- gegnungsstätte direkt am Haus



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Pflegezentrum ›Marcusallee‹ Marcusallee 2 28359 Bremen						
Seniorenresidenz Sonnenbogen Convivo Unternehmensgruppe Luisental 5 28359 Bremen						
Oberneuland						
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Ichon-Park Oberneulander Landstraße 70 28355 Bremen Tel. 2577-0, Fax 2577-119 Leiterin: Frau Scheer info@bremer-heimstiftung.de	50 App. 27 Wohn- pflege- app.	8 De- menten- Domizil	Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Residenz- und Wohn- pflegeapp. sind indi- viduell zu möblieren, Wohnrechtserwerb, großzügiger Park, Computer-Treff, Vital- Treff mit Sauna und Schwimmbad, Restau- rant, Emma-Holler- Domizil – exklusives Leben mit Demenz
Seniorenhaus Rockwinkeler Park Convivo Unternehmensgruppe Rockwinkeler Landstraße 3 28355 Bremen						
K&S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland Mühlenfeldstraße 38 28355 Bremen Tel. 3301-4, Fax 3301-999 bremen-oberneuland@ ks-residenz.de bremen-oberneuland. ks-gruppe.de	38 App. im Woh- nen mit Service		80 Plätze (66 EZ 7 DZ)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	84,11 € 93,76 € 109,94 € 126,80 € 134,36 €	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
Wohnanlage CASA VITA Oberneuland 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 Be- treuungspauschale, Gästeappartement, parkähnlicher Garten
Osterholz						
Haus der Blinden gGmbH Am Hahnenkamp 6 c 28325 Bremen Tel. 427796-0, Fax 427796-131 Leiter: Herr Zaft info@haus-der-blinden.de						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Blockdiek Mülheimer Straße 1–3 28327 Bremen Tel. 4379088, Fax 4379107 Leiterin: Frau Schöbel info@bremer-heimstiftung.de	51 Whg.	Pflege- WG			33–41 qm, z. B. 34 qm: 520,– € Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff Blockdiek, großer Garten
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Osterholz Ellener Dorfstraße 3 28325 Bremen Tel. 4288-0, Fax 4288-119 Leiterin: Frau Drinnhaus info@bremer-heimstiftung.de	79 Whg. 6 App.		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
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus OTe Ludwigshafener Straße 6 28325 Bremen Tel. 6961250, Fax 6961251 Leiterin: Frau Dimanski info@bremer-heimstiftung.de	33 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege		41–62 qm, z. B. 52 qm: 795,- € (1 Pers.) mtl. Gesamtmiete	Wohnen mit Service, Wohnungen sind indivi- duell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff OTE
Egestorff im Alter zuhause gGmbH Stiftungsweg 2 28325 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Ellener Hof Ludwig-Roselius-Allee 181 28327 Bremen Tel. 407451 Leiterin: Frau Schöbel	74 Whg.				48–61 qm, z. B. 63 qm: 1.275,- € mtl. Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, freifinanziert, Wohn- rechtserwerb, Wohn- nungen sind individuell zu möblieren, Gemein- schaftsräume, Parkan- lage, gute Infrastruktur und Verkehrsanbindung
HANSA Forum Ellener Hof Ludwig-Roselius-Allee 183 28327 Bremen						
Krohne Haus am Siek Am Siek 33, 28325 Bremen						
Seniorenpflegeheim Haus Holter Fleet 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
Östliche Vorstadt						
ASB Altenwohn- und Pflegeheim GmbH Haus am Osterdeich Osterdeich 136 28205 Bremen Tel. 4996105, Fax 4996107 Leiterin: Frau Schneidewind mail@asb-bremen.de www.asb-bremen.de			88	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	70,13 € 77,11 € 93,29 € 110,15 € 117,71 €	Zimmer können individuell gestaltet werden, Wintergarten, Gemeinschaftsräume, Garten, hauseigene Küche, Kurzzeit- und Verhinderungspflege, Tagespflege, Service-Wohnen
ASB-Seniorenresidenz Schierker Str. 36 28205 Bremen Tel. 499610, Fax 4996107 Leiterin: Frau Schneidewind mail@asb-bremen.de www.asb-bremen.de	30	Pflege-WG			48–88 qm, Miete ab 1.030,– €	siehe www.asb-bremen.de
Bremer Heimstiftung Haus im Viertel Auf der Kuhlen 1 b 28203 Bremen Tel. 3349-0, Fax 3349-119 Leiterin: Frau Halder info@bremer-heimstiftung	87 Whg.	Pflege-WG			46–99 qm, z. B. 55 qm: 1.110,– € Gesamtmiete für eine Person	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Wohnungen sind individuell zu möblieren, Gemeinschaftsräume, Garten, Kindergarten
Paritätische Dienste Bremen gGmbH, Wohngemeinschaft im Alten Fundamt (Viertel) 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
Senioren-Zentrum ›Schöne Flora‹ Hermine-Berthold-Straße 30 28205 Bremen Tel. 46728-0, Fax 46728-1000 Leiter: Herr Friederici infoschoeneflora@kervita.de			133	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, Demenbereich, Frisör und Fußpflege im Haus, hauseigene Küche
Schwachhausen						
AWOAmbulant gGmbH, Pflegeheim Sparer Dank Kulenkampffallee 142 a 28213 Bremen Tel. 22070, Fax 2207106 Leiterin: Katja Seidel k.seidel@awo-bremen.de			70	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern, viele Veranstaltungen und Angebote
Bremer Heimstiftung Stiftungsres. Landhaus Horn Schwachhauser Heerstr. 264 28213 Bremen Tel. 2468-0, Fax 2468-119 Leiterin: Frau Rotgeri-Nunnemann info@bremer-heimstiftung.de	84 App.				30–68 qm, z. B. 40 qm: 1.750,- € mtl. Gesamt- miete	Wohnrechtserwerb, Residenz-App. sind individuell zu möblieren, großer Gartenpark mit Outdoorgeräten, großzügige Gesellschaftsräume, Computertreff, Vital-Treff, Restaurant, Kindergruppe
Altenpflegeheim Haus St. Elisabeth Reinthalerstraße 17 28213 Bremen Tel. 2100100, Fax 21001022 Leiterin: Frau Butt st.elisabeth@caritas-bremen.de			66	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	73,90 € 63,41 € 63,41 € 63,41 € 63,41 €	Eigene Möbel möglich, flexible Frühstückszeiten, Frisörsalon, Garten mit Terrasse, Räume für Feierlichkeiten



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Caritas-Haus St. Franziskus Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen Tel. 33573-0, Fax 33573380 Leiterin: Frau Schwiebert st.franziskus@caritas-bremen.de			76	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Balkon, Frisör im Haus, Garten nutzbar, große Dachterrasse
Wohnen mit Service im Caritas-Haus St. Franziskus Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen Tel. 8779350, Fax 8779345 Leiterin: Frau Cloppenburg m.cloppenburg@caritas-bremen.de	21 Whg. mtl. Miete 818,- € bis 1.709,- € (je nach qm) + 100,- € Servicepauschale					Balkon, Frisör und Physiotherapie im Haus, Garten nutzbar
Vahr						
AWOPflege gGmbH, Pflegeheim Heinrich-Albertz-Haus Kurt-Schumacher-Allee 5 a 28329 Bremen Tel. 2772-100, Fax 2772111 Leiter: Uwe Duprée u.dupree@awo-bremen.de			110	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich
Caritas-Haus St. Laurentius Stellichter Straße 8 28329 Bremen Tel. 42780, Fax 4278130 Leiter: Heiko Baro st.laurentius@caritas-bremen.de				Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	74,36 € 58,66 € 58,66 € 58,66 € 58,66 €	Möblierung individuell möglich, flexible Frühstückszeiten, Kapelle, Garten, offener Mittagstisch
Pflegeimpulse GmbH Wohngemeinschaft Vahr Gustav-Radbruch-Straße 29-31 28329 Bremen Tel. 325550, Fax 325540 info@pflegeimpulse.de	10 Whg.				Mtl. Miete inkl. NK ca. 475,- € bis 597,- €	Gemeinschaftliche Wohnküche, 3 Bäder, Terrasse, Hauswirt- schaftsraum



Dörthe Petersen nutzt Putzjobs, um ihre Malerei zu finanzieren. Dabei gerät sie in einen Strudel krimineller Machenschaften: Sie soll sensible Baupläne unterschlagen und an eine Bürgerinitiative weitergereicht haben. Auch der mysteriöse Einbruch bei dem Bauunternehmer Rauschenbach soll auf ihr Konto gehen. Doch wem liegt so sehr daran, ihr solche Verbrechen in die Schuhe zu schieben?

Martha Bull

Ein Haus Ein Brief Ein Mord

294 Seiten • 12,5 x 20 cm

ISBN 978-3-95651-222-3 • **12,90 Euro**

**Von der
Autorin der
»Frau Friese«-
Krimis**

**»Haben Sie Feinde, Frau Petersen?«, fragt der Kommissar.
»Ich gewinne den Eindruck, jemand möchte Ihnen
mit Gewalt kriminelle Handlungen unterstellen.«**

Ein beständiges, greifbares und wertiges Fotobuch über ein begehbares Kunstwerk aus der Zeit der Moderne. Der qualitativ hochwertige Band bietet eine eindrucksvolle Reise durch Flure und Räume des Haus des Reichs (Sitz der bremischen Finanzverwaltung) im Herzen Bremens. Erbaut 1928–1930.

Inspiriert durch die denkmalgeschützte Art déco-Einrichtung entstanden in dieser gemeinsamen Arbeit der Bremer Fotografen Ullrich Altmann und Joachim Paetow ungewöhnliche Fotografien mit informativen Kommentaren.

Das Buch beinhaltet Einblicke und Eindrücke auch in Räume und Örtlichkeiten, die der Öffentlichkeit nicht ohne Weiteres zugänglich sind, mit hübschen Details, die nur bei genauem Hinsehen auffallen. **Mit 130 farbigen Fotografien.**



Ullrich Altmann & Joachim Paetow
Das Haus des Reichs
96 Seiten | 21 x 21 cm | Hardcover
ISBN 978-3-95651-212-4
19,90 Euro



Inserentenverzeichnis

Ahrens Bestattungen	18	Hospiz- und PalliativVerband Bremen e.V.	33
Ambulante Versorgungsbrücken e.V.	23	Kervita	59
ASB-Ambulante-Pflege	29	K&S Seniorenresidenz	88
AWO Bremen	U3	mission:ambulant	67
Bremer Heimstiftung	U4	mission:lebenshaus gGmbH	66
Bremer Toto und Lotto GmbH	38	P.A.A.R.	11
Caritasverband Bremen e. V.	24	Pflegelmpulse Busch und Lorenz GbR	62
Christliches Reha-Haus e. V.	76	Pflegestützpunkt Land Bremen	U2
DIAKO Kurzzeitpflege gGmbH	10	Promedica Plus	17, 49
DIKS e.V.	43	Rechtsanwältin Winkelmann, Gudrun	75
Friedehorst gGmbH	74	Rotes Kreuz Krankenhaus Bremen	95
Friedhofsgärtnerei Hans Tod	4	Senioren- und Pflegezentrum »Am Löhpark« GmbH	72
GE-BE-IN Bestattungsinstitut	73	Sozialwerk der Freien Christengemeinde Bremen e. V.	14
Helpline	43	Zentrale für Private Fürsorge	71
Hindu-Akademie	33		
HomeInstead	102		



» **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



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