

ÄLTERWERDEN

IN BREMEN

2026/27

KOSTENLOS
ZUM MITNEHMEN!

HOBBY

BERATUNG

BEGEGNUNG

PFLEGE

SOZIALES

GESUNDHEIT

BILDUNG

BEGLEITUNG

WOHNEN

UNTERSTÜTZUNG

MOBILITÄT



MIT BREMER WOHNSTÄTTENVERZEICHNIS
EIN WEGWEISER NICHT NUR FÜR ÄLTERE MENSCHEN



Eigenständig und sicher im neuen Zuhause.

Wohnen mit Service im Tabak-Quartier.

Die Johanniter bieten Wohnen mit Service im Tabak-Quartier in Bremen-Woltmershausen. In direkter Nähe zum Quartierspark entstehen 24 individuell geschnittene Wohnungen. Jede ist mit einem Johanniter-Notrufsystem ausgestattet. Durch ein Service-Büro vor Ort besteht die Möglichkeit, Unterstützungs- und Beratungsleistungen bei Bedarf zu erhalten.



JOHANNITER

Aus Liebe zum Leben



Bei Interesse rufen
Sie uns gerne an:
0421 53696810



Salzburg hautnah

**05.–11. September 2026
für 1.190 € im DZ**

7 Tage Bergkulisse, Kultur und Genussmomente

Weitersagen lohnt sich: Wer andere Teilnehmende wirbt, erhält ebenfalls 5% Rabatt
Preise: 1.190 EUR pro Person im DZ;
Einzelzimmer: 1.350 EUR

Erleben Sie mit uns eine einzigartige Reise nach Salzburg, der Geburtsstadt des weltberühmten Komponisten Mozart!

Ab Bremen bringt Sie ein Komfortbus zunächst in die idyllische Weltkulturerbestadt Bamberg. Dort legen wir auf dem Hin- und Rückweg einen Zwischenstopp von jeweils einer Nacht im gemütlichen 3-Sterne-Hotel in fußläufiger Nähe der Altstadt ein. Frühstück sowie ein Zwei-Gänge-Menü am ersten Abend sind inklusive.

In Salzburg angekommen, erwartet Sie ein komfortables 4-Sterne-Hotel mit täglich reichhaltigem Frühstück, welches mit seiner ausgezeichneten Lage in unmittelbarer Nähe zur Altstadt überzeugt und einen idealen Ausgangspunkt für die Erkundung der Stadt bietet. Zum Programm gehören u. a. ein Besuch in Mozarts Geburtshaus sowie der Festung

Hohensalzburg, eine Schiffstour auf der Salzach sowie ein Halbtagsausflug an den Wolfgangsee. Eintrittsgebühren und Führungen sind dabei alle im Preis inklusive. Natürlich bleibt auch genug Zeit für eigene Erkundungen! Genießen Sie Ihre Freizeit in vollen Zügen mit der SalzburgCard. Damit erhalten Sie einmalige Gratis-Eintritte in alle Sehenswürdigkeiten und Museen, kostenfreie Nutzung der öffentlichen Verkehrsmittel und zahlreiche Ermäßigungen für die Highlights der Stadt.

Bei Interesse bitte melden:

reisen@kellnerverlag.de, Tel. 0421 77866

Älter werden in Bremen

Mit Bremer Wohnstättenverzeichnis

2026/27



Freie
Hansestadt
Bremen



Inhaltsverzeichnis

Die Herausgeber:innen..... 4

Grußwort.....	5
Senatorin Arbeit, Soziales, Jugend, Integration	6
Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz.....	6
Senatorin Bau, Mobilität, Stadtentwicklung ...	7
Seniorenvertretung Bremen	8
Seniorenbüro e. V. Bremen.....	9

Beratung und Unterstützung..... 11

Bürgertelefon und Bürgerberatung.....	12
Beratung in den Sozialzentren.....	11
Sozialdienst Erwachsene.....	12
Dienstleistungszentren (DLZ).....	13
Beratung im Pflegestützpunkt.....	16
Pflegeberatung für Privatversicherte	17
Demenz Infostelle und Help-Line.....	18
Patient:innenstelle im Gesundheitsladen ..	19
Unabhängige Patientenberatung	19
Sozialdienst im Gesundheitswesen	19
Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	20
Weisser Ring e.V.....	21
Digitaler Ausflug mit dem Smartphone.....	22
Der rote Faden für den Ruhestand.....	22
Kommunale Selbsthilfeförderung	23
Selbsthilfegruppen für ältere Menschen....	23
Netzwerk Selbsthilfe	23
Familie im Hilfenetz e.V.....	24
Zentrum für Migrant:innen	25
Migrationsberatung für Erwachsene	27
Bremer Rat für Integration	28
vielfältig.GmbH	29

Diversity im Alter	29
Polizei: Prävention, Onlinewache	31
Bürgersprechstunde	32
Beratungsangebote	33
Digitale Medien.....	33
»DigitalFit 60+«	35
Hausnotrufsysteme.....	40

Begegnungen und Freizeit 41

Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte.....	41
Die Lampendreher.....	46
Repair-Café.....	46
Angebote in Bremer Kirchengemeinden..	47
Neu in Bremen: Die Bremer Hausbesuche ..	48
Der »Aktivierende Hausbesuch«	51

Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit..... 52

Die Freiwilligen-Agentur	53
Betreuungsverein DRK-Kreisverband.....	54
Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs..	54
Weitere Ansprechpartner:innen	55
Gesprächsgruppe für Senior:innen.....	57

Bildung und Kultur, Hobby, Sport... 58

Sport	58
Fitness	59
Die Bremer Volkshochschule.....	60
Weiterbildung für Senior:innen	61
Bibliotheken.....	61
Bibliotheksbus und Bibliotheksvereine.....	62
Kulturatelier	63
Fachstelle Alter in der ev. Kirche	63



Gesundheit und Ernährung 64

Rehabilitation (Reha).....	64
Adressen ambulanter Rehamassnahmen.....	65
Medizinische Versorgung/Geriatrie	65
Menübringdienste.....	66
Mittagstisch, Fahrdienst, Wochenmarkt.....	67
Gemeinsames Essen und Mobilität.....	68
Übersicht: Mittagstische/Abendbrot.....	68
Übersicht: Fahrdienste.....	69

Finanzen und Rechtliches..... 71

Grundsicherung im Alter, Rente	71
Wohngeld	71
Wohnberechtigungsschein.....	72
Personalausweise und Dokumente.....	72
Schwerbehindertenausweis	72
Rechtsberatung.....	73
Schuldnerberatung.....	74
Bremen barrierefrei.....	74

Vorsorge in Bremen 75

Betreuungsverfügung.....	76
Patientenverfügung	76
Vorsorgevollmacht	77

Leistungen der Pflegekassen bei Pflegebedürftigkeit 79

Die Pflegegrade.....	79
Alle Leistungen im Überblick	79
Pflegegeld, Pflegesachleistungen.....	80
Verhinderung der Pflegeperson.....	80
Kurzzeitpflege	81
Leistungen für Pflege in Wohngruppen.....	82
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen.....	82
Teilstationäre Leistungen	83
Leistungen bei vollstationärer Pflege.....	83
Angebote zur Unterstützung im Alltag.....	83

Pflege in vollstationären Einrichtungen	84
Übergangspflege für Menschen ohne Pflegegrad oder mit Pflegegrad I	84
Stationäre Kurzzeitpflege	84

Weitere Hinweise zu den Leistungen der Pflegekassen..... 85

Schnellere Bescheide, Beratung.....	85
Begutachtung durch den MD.....	86
Tagespflege als teilstationäre Leistung	86
Pflegezeit und Familienpflegezeit	89
Leistungen der Sozialhilfe.....	89
Hospiz- und Palliativdienste.....	91
Die UN-Behindertenrechtskonvention	92
Leistungen der Eingliederungshilfe	92

Wohnen in Bremen 93

Zentrale Fachstelle Wohnen.....	93
Für die Suche nach barrierefreien Wohnungen in Bremen	93
Die agWohnen	94
Koordinierung für Baugemeinschaften.....	94
Seriöse Schlüsseldienste	95

Pflege-/Betreuungseinrichtungen 96

Wohn- und Unterstützungsangebote.....	96
Wohngemeinschaften mit Unterstützung..	96
Gasteinrichtungen.....	97
Pflege- und Betreuungseinrichtungen.....	97
Wann ist der Zeitpunkt zum Wechsel?....	98
Nutzerbeirat und Nutzerfürsprecher	99
Checkliste Wohnstätten	100
Pflege-Portal-Bremen.de.....	102

Wohnstättenverzeichnis..... 103



Mit diesem Zeichen markierte Einrichtungen verfügen über einen barrierefreien Zugang.

Die Herausgeber:innen

- Die Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration
- Die Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz
- Die Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung
- Seniorenvertretung in der Stadtgemeinde Bremen
- Seniorenbüro e. V. Bremen



Herstellung und Vertrieb

© 2026 **Klaus Kellner Verlag**

Inhaber: Manuel Dotzauer e.K.

verantwortlich: Manuel Dotzauer

St.-Pauli-Deich 3, 28199 Bremen

Tel. 0421 · 77866

aelterwerden@kellnerverlag.de

www.kellnerverlag.de

Titel: Designbüro Möhlenkamp & Schuldt, Bremen

Icons-Design des Titels: Jennifer Chowanietz

Layout: KellnerVerlag



Bildimpressum

- Seite 5: Ö. Ünsal: Pepe Lange
 Dr. C. Schilling: SASJ/Horning
 Dr. C. Bernhard: SGFV/Cosima Hanebeck
- Seite 22 Ambulante Versorgungsbrücken
- Seite 27 Köprü
- Seite 95 ImageState

Von Pixabay stammen diese Bilder:

S. 1, 12, 15, 63, 64, 70, 85, 89, 96, 103

A. Kienitz: S. 1, 42, 55

M. Dotzauer: S. 7

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

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

Der Verlag dankt den Inserierenden, mittels deren Beitrag dieser Adressen-Ratgeber gedruckt werden konnte. Zusätzlich wurde die Auflagenhöhe dankenwerterweise unterstützt von der **Bürgermeister-Hermann-Hildebrand-Stiftung**.

Die gesamte Auflage liegt kostenlos an rund 300 Stellen in Bremen aus.

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





Liebe Leserinnen, liebe Leser,

Sie halten die neue Ausgabe von »Älter werden in Bremen« in den Händen. Mit dieser Broschüre wollen wir, die Sozial- sowie die Gesundheits- und die Baubehörde, Sie in allen Phasen des Älterwerdens unterstützen: vom Erreichen des Rentenalters über den Eintritt in den Ruhestand bis ins hohe Alter. Dieser Wegweiser bietet Ihnen einen umfassenden Überblick über die vielfältigen Angebote für ältere Menschen – von den »jungen Alten« bis hin zu Hochaltrigen – in allen Stadtteilen Bremens. Sie finden auf den folgenden Seiten Informationen zu verschiedenen Themen und Angeboten vom öffentlichen Nahverkehr über Barrierefreiheit im öffentlichen Raum und im Wohnungsbau über Gesundheitsvorsorge bis hin zu Freizeitangeboten.

Dieser Ratgeber ist auch ein Zeichen dafür, dass sich in unserem Bundesland viele Menschen für den sozialen Zusammenhalt stark machen. Gerade auch für ältere Menschen ist es besonders wichtig, dass es Anlaufstellen, Ansprechpartnerinnen und -partner in der Nachbarschaft und im direkten Wohnumfeld gibt, die beraten, helfen und unterstützen. Deshalb verankern wir zunehmend Treffpunkte, Beratungsstellen und Angebote zur Begleitung und Aktivierung direkt im Stadtteil. Neu ist seit Januar 2026, dass alle Bremerinnen und Bremer zum 80. Geburtstag einen Geburtstagsbrief erhalten. Er verbindet allgemeine Informationen über die Angebote der Altenhilfe mit einem Besuchsangebot durch Fachkräfte. Über diesen Besuch, der natürlich auch unabhängig vom Geburtstagsbrief erfolgen kann, wird bei Bedarf auch konkrete Unterstützung vermittelt. *Mehr zum Hausbesuch ab Seite 48.*

Wir wünschen Ihnen, dass Sie gesund bleiben, sich möglichst oft in gute Gesellschaft begeben und trotz aller Herausforderungen das Leben immer wieder mit Mut, Zuversicht und Freude angehen.

Ihre
Dr. Claudia Schilling
Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration

Die Senatorin für Arbeit, Soziales,
Jugend und Integration
Freie
Hansestadt
Bremen

Ihre
Claudia Bernhard
Die Senatorin für Gesundheit,
Frauen und Verbraucherschutz

Die Senatorin für Gesundheit,
Frauen und Verbraucherschutz
Freie
Hansestadt
Bremen

Ihre
Özlem Ünsal
Die Senatorin für Bau, Mobilität
und Stadtentwicklung

Die Senatorin für Bau, Mobilität
und Stadtentwicklung
Freie
Hansestadt
Bremen



Claudia Schilling



Claudia Bernhard



Özlem Ünsal

Die Herausgeber:innen



Soziales

Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration

Das **Referat Soziale Stadtentwicklung, Teilhabe älterer Menschen** entwickelt und fördert vielfältige Angebote für ältere Menschen und arbeitet dabei mit anderen Ressorts, Städten und Ländern zusammen. In den Quartieren unterstützt es die Akteure und Menschen, die sich für das Wohlbefinden von Seniorinnen und Senioren einsetzen.

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

Corinna Flentge
corinna.flentge@soziales.bremen.de
Tel. 361-89929, Fax 496-89929

Sozialhilfe/Aufgaben des überörtlichen Sozialhilfeträgers/Hilfen zur Gesundheit

Annika Balster
annika.balster@soziales.bremen.de
Tel. 361-23285, Fax 496-23285

Hilfen für ältere und pflegebedürftige Menschen, Schwerpunkt: Rechtsanwen- dung, Fachkoordination Hilfe zur Pflege, Haushilfen

Jessica Engelken
jessica.engelken@soziales.bremen.de
Tel. 361-15371, Fax 496-1537

Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz

Der Bereich Pflege, Heimrecht, Wohn- und Betreuungsaufsicht ist seit dem 01.09.2024 als **Referat 31** bei der **Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz**. Es hat die Aufgabe, eine quantitative und qualitative bedarfsgerechte Versorgungsstruktur für die Pflege im Land Bremen zu entwickeln.

Dazu gehört auch die Beratungs- und Überwachungsfunktion für die Einrichtungen für pflegebedürftige Menschen durch die Bremische Wohn- und Betreuungsaufsicht des Landes Bremen. Im Fall von Beschwerden über unterstützende Wohnformen wie z. B. stationäre Pflegeeinrichtungen, Eingliederungshilfeeinrichtungen, Tagespflegen, Kurzzeitpflegen, Hospize oder Pflege-Wohngemeinschaften können Sie sich vertrauensvoll an die Bremische Wohn- und Betreuungsaufsicht wenden.

Referatsleitung/Pflegeversicherung

Björn Sander
bjoern.sander@gesundheit.bremen.de
Tel. 361-15673, Fax 496-2886

Dienstleistungszentren/Pflegestützpunkte stellvertretende Referatsleitung

Eckhard Lotze
eckhard.lotze@gesundheit.bremen.de
Tel. 361-2886, Fax 496-2886



Pflegestandards/Versorgungsplanung/Hospiz

Lisa Schumski

lisa.schumski@gesundheits.bremen.de

Tel. 361-23283, Fax 496-23283

Förderwesen/Demenz und Migration/ Förderung der ambulanten Hospizarbeit

Verena Harter

verena.harter@gesundheits.bremen.de

Tel. 361-59308, Fax 496-59308

Angebote zur Entlastung im Alltag

Patricia Wilkens

patricia.wilkens@gesundheits.bremen.de

Tel. 361-83625, Fax 496-83625

Unterstützende Wohnformen/Heimrecht

Martina Timmer

martina.timmer@gesundheits.bremen.de

Tel. 361-89545, Fax 496-89545

Leitung Bremische Wohn- und Betreuungsaufsicht

Björn Sander

bjoern.sander@gesundheits.bremen.de

Tel. 361-15673

Tel. 361-16181, Fax 496-16181



Das Referat 30 und 34 finden Sie im Tivoli-Hochhaus, Bahnhofplatz 29, das Referat 31 in der Faulenstraße 9/15. 

Das Tivoli-Hochhaus

Die Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung

Das Referat Wohnungswesen der Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung hat sich zum Ziel gesetzt, die Rahmenbedingungen für den Wohnungsbau zu verbessern und dabei die Bedürfnisse von Haushalten mit kleinen und mittleren Einkommen in besonderer Weise zu berücksichtigen. Insbesondere liegt ein Schwerpunkt dabei auf der Verbesserung der Wohnsituation von älteren und Menschen mit Beeinträchtigungen.

 Contrescarpe 72, 28195 Bremen
(ehem. Siemens-Hochhaus).

KONTAKTSTELLE FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN IN BREMEN

 Faulenstr. 31 | 28195 Bremen
 Telefon: 0421 704581
 www.netzwerk-selbsthilfe.com
 info@netzwerk-selbsthilfe.com



jetzt Gruppe
finden!

Selbst
HILFE

SeniorenVertretung in der Stadtgemeinde Bremen



Die Seniorenvertretung ist die vom Bremer Senat anerkannte Interessenvertretung der ca. 160.000 Seniorinnen und Senioren in der Stadt Bremen. Für je 4.000 Ältere in den Beiratsgebieten entsenden die Stadtteilbeiräte je eine Vertreterin oder einen Vertreter in die Vollversammlung. Dazu kommen Delegierte von verschiedenen sozialen und gesellschaftlichen Organisationen wie Wohlfahrtsverbänden, Kirchen, Gewerkschaften und anderen. Auch die in der Sozialdeputation vertretenen Fraktionen delegieren 15 Personen in die Seniorenvertretung. Neu bestimmt werden diese Vertreterinnen und Vertreter alle vier Jahre direkt nach der Bürgerschaftswahl. Danach tritt die Delegiertenversammlung zusammen und wählt den Vorstand, der für die nächsten vier Jahre die Interessen der Bremer Seniorinnen und Senioren wahrnimmt. Der Vorstand wird unterstützt von Arbeitskreisen, die von Interessierten aus der Delegiertenversammlung gebildet werden. Derzeit bearbeiten vier Arbeitskreise die Themen »Gesundheit und Pflege«, »Generationengerechte Stadtentwicklung«, »Digitale und analoge Teilhabe« und »Seniorenpolitik«. Bei Bedarf werden zu bestimmten Themen weitere Arbeitsgruppen gebildet.

Die Seniorenvertretung setzt sich dafür ein, dass die Bedürfnisse der Älteren in der

Gesellschaft berücksichtigt werden. Dort, wo sich diese Bedürfnisse von denen anderer Bevölkerungsgruppen unterscheiden, engagiert sie sich für ein solidarisches Miteinander.

Wir möchten, dass Seniorinnen und Senioren ein selbstbestimmtes, aktives und möglichst gesundes Leben in Sicherheit führen können. Wohnquartiere sollen generationengerecht und lebenswert sein. Ämter, Einkaufsmöglichkeiten, Arztbesuche, Bankgeschäfte, Kunst und Kultur sollen fußläufig oder mit öffentlichen Verkehrsmitteln leicht erreichbar sein. Älteren Menschen soll die gesellschaftliche Teilhabe ermöglicht werden, damit Einsamkeit und ihre Folgen verhindert werden können. Die Bedürfnisse der Älteren sollen bei politischen Entscheidungen stärker berücksichtigt werden. Die Seniorenvertretung möchte, dass Seniorinnen und Senioren mitgestalten können. Deshalb setzt sie sich dafür ein, dass Bremen ein Seniorenmitwirkungsgesetz bekommt.

Sechsmal im Jahr erscheint das Magazin



in dem Sie sowohl in gedruckter Form als auch online interessante Informationen finden.



Das Seniorenbüro e. V. Bremen

Auf der Internetseite www.seniorenlotsebremen.de finden Sie Ansprechpersonen, Protokolle und Neuigkeiten aus der Seniorenarbeit. Der »Durchblick« ist dort archiviert, so dass jederzeit alle Ausgaben eingesehen werden können. Darüber hinaus finden Sie auf dieser Seite allgemeine Informationen zur Organisation der Seniorenvertretung Bremen, vertiefende Informationen und Texte zu den aktuellen seniorenpolitischen Themen. Auch Links zu weiteren Senioren-Organisationen finden Sie dort. Wichtige Informationen, Unterstützungsleistungen und andere Angebote sowie einfache Tipps für den Umgang mit digitalen Medien stehen ebenfalls zur Verfügung.

SeniorenVertretung Bremen

Büro: Hutfilterstr. 1-5, Zi. 9.07

Post: Bahnhofplatz 29

28195 Bremen

Fon 0421 361 67 69

Mail: seniorenvertretung@seniorenvertretung-bremen.de

Internet: www.seniorenlotsebremen.de



Zur Stärkung des bürgerschaftlichen Engagements älterer Menschen rief das damalige Bundesministerium für Familie und Senioren 1992 das Modellprogramm »Seniorenbüro« ins Leben. Dieses sollte die Kluft zwischen der Tätigkeitsbereitschaft und dem Potenzial älterer Menschen schließen und zu einem Aufbau kleiner Informations- und Beratungsstellen für diesen Personenkreis beitragen. In Bremen fanden sich engagierte Senior:innen und gründeten 1993 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. Juni 1998 endete die fünfjährige Förderung des Bundesministeriums, und das erste Seniorenbüro in Bremen wurde formal geschlossen.

Bereits zu Beginn des Jahres 1998 fanden sich zehn hier ehrenamtlich tätige Senior:innen, um die Arbeit des Seniorenbüros eigenverantwortlich fortzusetzen. Der Verein Seniorenbüro e.V. wurde mit Unterstützung der Sozialsenatorin gegründet, allerdings auch mit der Auflage, die begleiteten Altenerholungsreisen und -tagesfahrten fortzusetzen sowie eine teilnehmer:innenbezogene Bezuschussung zu ermöglichen. Die



erfolgreiche Arbeit des Seniorenbüros erhielt in den zehn folgenden Jahren vielfach gesellschaftliche und politische Anerkennung. Aus anfänglich zehn wurden mehr als 70 ehrenamtliche sowie zeitweise bis zu vier hauptamtliche Mitwirkende. Der Erfolg, gerade im Bereich der Seniorenreisen, führte aber auch zu wirtschaftlichen Schwierigkeiten. Das Seniorenbüro musste sich inhaltlich neu aufstellen und sein Angebot reduzieren.

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

orenbüro stellt damit einen weiteren zentralen Treffpunkt in der Stadt Bremen dar.

Die aktuell 20 Ehrenamtlichen, die das Seniorenbüro mit ihrem Engagement tragen, möchten sich gern erweitern. Neue Senior:innen, auch mit eigenen Interessen und Themen, die sich einbringen und mitgestalten möchten, werden ständig gesucht. Das Seniorenbüro ist eine Einrichtung von Senior:innen für Senior:innen, das mit sehr viel Herz und Freude betrieben wird. Das Seniorenbüro e.V. in Bremen ist nach wie vor eines der größten selbstständigen Seniorenbüros im Bundesgebiet. Es ist Mitglied in der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenbüros e.V. (BaS) in Bonn und orientiert sich an den Grundsätzen des etwa 350 Seniorenbüros umfassenden Dachverbandes.

Seniorenbüro e. V. Bremen

Breitenweg 12, 28195 Bremen
Mo.–Mi. 9–12 Uhr, Tel. 32 05 49
info@seniorenbuero-bremen.de
www.seniorenbuero-bremen.de

BeVOR Sie sich SORGEN

Unsere Bestattungsvorsorge: GE-BE-IN VorsorgeKombi ab 50 Jahren
nach eigenen Vorstellungen geregelt · vorausschauend entschieden
gibt Ihnen ein gutes Gefühl · Entlastung für Ihre Angehörigen
finanziell abgesichert · versehen mit einer **Preisgarantie**

ge-be-in.de/vorsorge





Beratung und Unterstützung

Bürgertelefon

Das Bürgertelefon ist unter der Rufnummer **115** erreichbar. Als Servicecenter ist es die erste Kontaktstelle für Bürger:innen mit der bremischen Verwaltung.

Fragen an die Bremer Verwaltung werden vom Bürgertelefon entgegengenommen, teilweise auch sogleich beantwortet. Das Bürgertelefon informiert über zuständige Stellen, Ansprechpersonen und trifft zugleich Terminvereinbarungen für persönliche Kontakte.

Das Bürgertelefon kann sicher auch Ihnen helfen.

Das Bürgertelefon Bremen:

Tel. 115, Mo.–Fr. 7–18 Uhr

Bürgerberatung

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

Bürgerberatung im Rathaus

Am Markt 21, 28195 Bremen
Insa Sommer, Tel. 361-54455

Bürgerberatung im Amt für Soziale Dienste Bremen

Hansator 11, 28217 Bremen
Petra Brennecke
petra.brennecke@afsd.bremen.de
Tel. 361-8802



Beratung in den Sozialzentren

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

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

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



Pflegedienst Mitte
(Bremen Süd & Bremen West)
Telefon: **0421 59 80 104**

Pflegedienst Ost
(Bremen Ost)
Telefon: **0421 41 787 11**

Pflegedienst Peterswerder
(östl. Vorstadt / Peterswerder)
Telefon: **0421 69 63 98 70**

**Individuell.
Persönlich.
Regional.**

Pflegeberatung beim ASB Bremen.
Dafür habe ich mich entschieden!

Individuelle Beratung.
Persönliche Betreuung.
Regionale Expertise.

Wir helfen
hier und jetzt.

ASB
Bremer Sozialdienst

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

Sozialdienst Erwachsene des Amtes für Soziale Dienste

Sozialzentrum I Nord

Am Sedanplatz 7, 28757 Bremen

Tel. 361-79800

sozialzentrum-nord@afsd.bremen.de

Sozialzentrum 2 Mitte/West

Hans-Böckler-Straße 9, 28217 Bremen

Tel. 361-16892

sozialzentrum-groepelingen-walle@afsd.bremen.de

Sozialzentrum 4 Süd

Große Sortillienstraße 2–18

28199 Bremen

Tel. 361-79900

sozialzentrum-sued@afsd.bremen.de

Sozialzentrum 5 Ost

Kurfürstenallee 130, 28211 Bremen

Tel. 361-19500

sozialzentrum-vahr@afsd.bremen.de

Amt für Soziale Dienste, Amtsleitung

Hansator 11, 28217 Bremen

Tel. 361-98726

office@afsd.bremen.de





Dienstleistungszentren (DLZ)

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

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 Alltagsassistent wird mit den Trägern der DLZ ein Vertrag abgeschlossen. Die Kund:innen der DLZ zahlen dafür eine monatliche Servicepauschale von 31 € bzw. 37 €. Die pauschale Aufwandsentschädigung für die ehrenamtlichen Helfer:innen zahlen die Kund:innen in der Regel direkt. Diese Aufwandsentschädigung beträgt 9,50 € pro Stunde. Menschen mit einem Pflegegrad können die Kosten der Alltagsassistent bis zu 131 € pro Monat von der Pflegekasse erstattet bekommen.

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



www.dlz-bremen.de

Mitte/West



AWO Soziale Dienste gGmbH
Borgfelder Str. 17, 28215 Bremen
Tel. 3 77 89-0

dlz-findorff@awo-bremen.de

Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

Einzugsbereich: Weidedamm, In den Hufen, Findorff, Regensburger Straße, Bahnhofsvorstadt (linke Seite)



DRK Kreisverband Bremen e. V.
Außer der Schleifmühle 16
28203 Bremen, Tel. 3403-100 oder -101
dlz-mitte@drk-bremen.de



Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

Einzugsbereich: Steintor, Ostertor, Altstadt, Fesenfeld, Stephaniviertel
Besonderheit: Angehörigengruppe für Menschen mit Demenzerkrankungen

Walle

AWO Soziale Dienste gGmbH
Wartburgstraße 11, 28217 Bremen
Tel. 3 88 98-0

dlz-walle@awo-bremen.de

Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

Einzugsbereich: Utbremen, Steffensweg, Westend, Walle, Osterfeuerberg, Hohweg, Blockland, Überseestadt, Stephaniviertel

Gröpelingen

AWO Soziale Dienste gGmbH
Gröpelinger Heerstraße 248
28237 Bremen, Tel. 6 91 42-66
dlz-groepelingen@awo-bremen.de

Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

Einzugsbereich: Lindenhof, Gröpelingen, Ohlenhof, In den Wischen, Oslebshausen, Industriehafen

Süd

Huchting

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
Tegeler Plate 23 a, 28259 Bremen
Tel. 58 20-11, dlzhuchting@pgsd.de
Öffnungszeiten:
Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

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. 87 34 10, dlz@caritas-bremen.de

Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

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. 84 02 50-0, dlzobervieland@pgsd.de

Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

Einzugsbereich: Habenhausen, Arsten, Kattenturm, Kattenesch

Neustadt/Woltmershausen

AWO Soziale Dienste gGmbH
Lahnstraße 65, 28199 Bremen
Tel. 5 98 14-11, dlz-neustadt@awo-bremen.de, Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr

Einzugsbereich: Alte Neustadt, Teerhof, Neustadt, Hohentor, Woltmershausen, Rablinghausen, Seehausen, Strom, Neustädter Hafen, Hohentorshafen

**Ost** **Hemelingen**

DRK Kreisverband Bremen e. V.
 Godehardstr. 19, 28309 Bremen
 Tel. 3 40 33 47/-48
 dlz-hemelingen@drk-bremen.de
 Öffnungszeiten:
 Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Hastedt, Hemelingen

 Horn

Paritätische Gesellschaft
 für soziale Dienste
 Brucknerstraße 15, 28359 Bremen
 Tel. 23 71 21, dlzhorn@pgsd.de
 Öffnungszeiten:
 Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Horn, Lehe, Lehester
 Deich, Oberneuland, Borgfeld
 Besonderheiten: Gesprächskreis für
 pflegende Angehörige

 Osterholz

AWO Soziale Dienste gGmbH
 Ludwig-Roselius-Allee 181
 28327 Bremen, Tel. 42 98 4-40
 dlz-osterholz@awo-bremen.de
 Öffnungszeiten:
 Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Ellener Feld, Ellenerbrook-
 Schevemoor, Osterholz, Tenever,
 Mahndorf, Arbergen

 Schwachhausen

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
 Biermannstraße 15, 28213 Bremen
 Tel. 21 57 59, dlzschwachhausen@pgsd.de

Öffnungszeiten:

Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Neu-Schwachhausen,
 Riensberg, Radio Bremen

 Vahr

AWO Soziale Dienste gGmbH
 Berliner Freiheit 9 c, 28327 Bremen
 Tel. 46 80 3-27, dlz-vahr@awo-bremen.de
 Öffnungszeiten:
 Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Gartenstadt Vahr,
 Neue Vahr Nord, Neue Vahr Südwest,
 Neue Vahr Südost, Sebaldsbrück
 Besonderheiten: Gruppe für pflegende
 Angehörige von an Demenz erkrankten
 Menschen

Nord **Veegesack**

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
 Kirchheide 18, 28757 Bremen
 Tel. 66 24 99, dlzvegesack@pgsd.de
 Öffnungszeiten:
 Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Veegesack, Grohn,
 Schönebeck, Aumund, Hammersbeck,
 Fähr-Lobbendorf

 Blumenthal

Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
 Bgm.-Kürten-Straße 30, 28779 Bremen
 Tel. 60 21 99, dlzblumenthal@pgsd.de
 Öffnungszeiten: Mo.+Di., Do.+Fr.
 von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Blumenthal, Lüssum-
 Bockhorn, Rönnebeck, Farge, Rekum





Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste
 An der Lesumer Kirche 1, 28717 Bremen
 Tel. 63 00 34, dlzlesum@pgsd.de
 Öffnungszeiten:
 Mo.+Di., Do.+Fr. von 9–13 Uhr
 Einzugsbereich: Burglesum, Burgdamm, St. Magnus, Lesum, Marßel, Burg-Grambke, Werderland

pflegestützpunkt
 Land Bremen

Beratung • Hilfe
 kostenlos, neutral und unabhängig



Bitte vereinbaren Sie **telefonisch** einen Termin

Bremen-Vahr Tel. 0421 69 62 42 - 0 Öffnungszeit: Mo - Fr 9 - 13 Uhr Mo, Di und Do 13:30 - 16 Uhr	Bremen-Huchting Tel. 0421 69 62 42 - 12 Öffnungszeit: Mo und Mi 9 - 13 Uhr
Bremen-Vegesack Tel. 0421 69 62 41 - 0 Öffnungszeit: Mo - Fr 9 - 13 Uhr Mo, Di und Do 13:30 - 16 Uhr	Bremen-Gröpelingen Tel. 0421 69 62 41 - 12 Öffnungszeit: Di 9 - 13 Uhr Do 13:30 - 16 Uhr

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

www.bremen-pflegestuetzpunkt.de

Beratung im Pflegestützpunkt

Die Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz, das Amt für Soziale Dienste Bremen, das Sozialamt Bremerhaven und die Kranken- und Pflegekassen des Landes Bremen haben drei Pflegestützpunkte im Land Bremen sowie drei Außenstellen eingerichtet, in denen Bürger:innen, Betroffene wie auch Angehörige, zu allen Fragen rund um Pflege Beratung und Unterstützung erhalten. Die Mitarbeiter:innen der Pflegestützpunkte informieren ausführlich, kompetent, zeitnah, verbraucherorientiert, unabhängig und kostenlos über

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

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



Pflegestützpunkte in der Stadt Bremen:

Bremen

Einkaufszentrum Berliner Freiheit
Eingang Marktplatz, 1. Obergeschoss
Berliner Freiheit 3, 28327 Bremen
Tel. 69 62 42-0
info@bremen-pflegestuetzpunkt.de
Öffnungszeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr,
Mo., Di., Do. 13:30–16 Uhr sowie telefo-
nische Erreichbarkeit: Fr. 13:30–16 Uhr

Bremen-Nord

Breite Str. 12 d, 28757 Bremen
Tel. 69 62 41-0, bremen-nord@
bremen-pflegestuetzpunkt.de
Öffnungszeit: Mo.–Fr. 9–13 Uhr,
Mo., Di., Do. 13:30–16 Uhr sowie telefo-
nische Erreichbarkeit: Fr. 13:30–16 Uhr

Bremen-Huchting

Bürger- und Sozialzentrum Huchting e.V.
Amersfoorter Str. 8, 28259 Bremen
Tel. 69 62 42-12
bremen-sued@bremen-pflegestuetzpunkt.de
Öffnungszeit: Mo. und Mi. 9–13 Uhr
sowie telefonische Erreichbarkeit:
Mo., Di., Do. und Fr. 9–13 Uhr und
13:30–16 Uhr, Mi. 9–13 Uhr

Bremen-Huckelriede

Quartierszentrum, Niedersachsendamm 20a
28201 Bremen, Tel. 69 62 42-12
bremen-sued@bremen-pflegestuetzpunkt.de
Öffnungszeit: Di. und Do. 9–13 Uhr
sowie telefonische Erreichbarkeit:
Mo., Di., Do. und Fr. 9–13 Uhr und
13:30–16 Uhr, Mi. 9–13 Uhr

Bremen-Gröpelingen

LIGA Gesundheitszentrum, Lindenhofstr. 18
28237 Bremen, Tel. 69 62 41-12
bremen-west@bremen-
pflegestuetzpunkt.de
Öffnungszeit: Di. 9–13 Uhr und Do.
13:30–16 Uhr sowie telefonische
Erreichbarkeit: Mo., Di., Do. und Fr.
9–13 und 13:30–16 Uhr, Mi. 9–13 Uhr

Bitte vereinbaren Sie Ihren persönlichen Be-
ratungstermin.

Pflegeberatung für Privatversicherte

Privatversicherte ältere Menschen können eine Pflegeberatung in ihrer häuslichen Umge-
bung auch über ein Tochterunternehmen des
Verbandes der Privaten Krankenversicherung
erhalten, kostenfrei und unabhängig. Die telefo-
nische Pflegeberatung steht allen Ratsuchen-
den offen und ist bundesweit zu erreichen.

Auf Wunsch vermitteln die Mitarbei-
ter:innen eine Pflegeberatung vor Ort. Die
aufsuchende Pflegeberatung reicht von ei-
nem einmaligen Gespräch bis hin zu einer
umfassenden Begleitung.

compass private pflegeberatung GmbH

Tel. 0800 101 88 00 (gebührenfrei)
www.compass-pflegeberatung.de
Gustav-Heinemann-Ufer 74c, 50968 Köln
Erreichbarkeiten: Mo.–Fr. 8–19 Uhr,
Sa. 10–16 Uhr



Demenz Informations- und Koordinationsstelle – DIKS

Gedächtnislücken, Schwierigkeiten beim Finden von Worten oder Namen, Orientierungslosigkeit, verändertes Verhalten oder Antriebslosigkeit – solche Veränderungen können verunsichern und sind manchmal Anzeichen für eine Demenz. Wenn Sie bei sich selbst oder jemandem, den Sie kennen, solche Probleme bemerken, sind wir für Sie da.

Unsere Unterstützung: einfach, vertraulich und kostenlos. Wir bieten Ihnen einfühlsame Beratung und praktische Informationen, die Ihnen helfen, mit einem Demenzverdacht oder einer Diagnose umzugehen. Gemeinsam klären wir Ihre Fragen und finden Wege, wie Sie als betroffene Person oder als Angehöriger: besser mit der Situation leben können.

- Vielfältige Hilfen: Wir informieren Sie über die verfügbaren Unterstützungsangebote, die Ihnen den Alltag erleichtern können.
- Individuell und flexibel: Unsere Beratung ist auf Ihre Bedürfnisse zugeschnitten – telefonisch, digital oder persönlich.

- Kostenlos und vertraulich: Ihre Anliegen stehen im Mittelpunkt, und wir gehen vertrauensvoll damit um.

Zögern Sie nicht – melden Sie sich, um einen Termin zu vereinbaren!

Demenz Informations- und Koordinationsstelle – DIKS

Sögestr. 55/57, 28195 Bremen

Tel. 98 99 52 99, info@diks-bremen.de

www.diks-bremen.de

Help-Line

Die Help-Line ist ein Telefon für pflegende Angehörige und ältere Menschen. Hier können Sie auf Wunsch auch anonym über belastende Situationen bei Pflege, Alter oder demenziellen Erkrankungen sprechen. Gerade in Krisensituationen ist es wichtig, sich mit jemandem auszutauschen, der Verständnis hat. Bei der Help-Line sitzen Mitarbeitende am Telefon, die die Situation und die aufkommenden Gefühle gut verstehen und Lösungswege aus der Krise aufzeigen können. Die Gespräche sind kostenlos, und auf Wunsch sind auch regelmäßige Telefonate möglich.

Die Help-Line

Mo.–Do. 14–17 Uhr und Fr.
10–13 Uhr, Tel. 98 99 52 80
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) 98 99 52 80

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

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



Patient:innenstelle im Gesundheitsladen Bremen

Mitglied der BundesArbeitsGemeinschaft der Patient:innenstellen/BAGP

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

Patient:innenstelle im Gesundheitsladen Bremen e. V.

Braunschweiger Str. 53b, 28205 Bremen
Tel. 49 35 21, Edeltraud Paul-Bauer
Di. und Fr. 10–12 Uhr
info@gesundheitsladen-bremen.de
www.gesundheitsladen-bremen.de

Die Patient:innenstelle bietet seit über 30 Jahren weiterhin kostenlos sowohl persönliche als auch telefonische Beratung in Gesundheitsfragen an.

Unabhängige Patientenberatung Deutschland

Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (Stiftung UPD) ist eine gemeinnützige Institution, deren Auftrag es ist, Ratsuchenden kostenfrei umfassende Informationen und individuelle Beratung in gesundheitlichen und gesundheitsrechtlichen Fragen zu bieten. Grundlage dafür ist Paragraph 65b Sozialgesetzbuch Fünftes Buch (SGB V) – er verpflichtet den Spitzenverband Bund der Krankenkassen dazu, die Arbeit der Stiftung zu finanzieren. Auch die private Krankenversicherung kann sich, entsprechend ihrem Anteil an den Versicherten, beteiligen. Beide Geldgeber dürfen auf die Tätigkeit der Stiftung keinen Einfluss nehmen.

Kostenfreie Beratungsnummer: 0800 011 77 22

Montag und Dienstag:
9–12 Uhr und 14:30–17 Uhr
Mittwoch: 9–14 Uhr
Donnerstag: 9–12 Uhr und 14–18 Uhr
Freitag: 9:30–14 Uhr

Sozialdienst im Gesundheitswesen

Für die nachstationäre Versorgung

Für die Zeit nach einem Krankenhausaufenthalt ist häufig einiges zu regeln. Patient:innen haben einen gesetzlichen Anspruch



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

Wenn persönliche oder soziale Herausforderungen bestehen, die mit der Erkrankung zusammenhängen, besprechen die Mitarbeiter:innen diese mit Ihnen, Ihren Angehörigen oder Partner:innen, beispielsweise in folgenden Bereichen:

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

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

In jedem Krankenhaus gibt es ein Sozialdienstbüro.

Ambulante Versorgungsbrücken e.V.

Möchten Sie möglichst selbstbestimmt und unabhängig mit lebendigem Kontakt zu Ihrer Umwelt leben und suchen dafür Kontakte, Informationen und Unterstützung?

Seit 17 Jahren helfen wir Ihnen dabei. Der gemeinnützige Verein »Ambulante Versorgungsbrücken e.V.«, ein anerkanntes Seniorenbüro,

- informiert und berät bei Sozial-, Pflege- und Gesundheitsfragen
- stellt Brücken zwischen Menschen unterschiedlicher Generationen und Kulturen her (Betreuung von Geflüchteten,



Sprachvermittlung, soziale Integration),
ein Projekt der Bundesarbeitsgemeinschaft
der Seniorenbüros BaS

- fördert als Digital-Assistenz-Standort den sicheren Umgang mit Tablet und Smartphone durch unsere »Digital-Lotsen« (Café WLAN, 1:1-Schulungen)
- bietet regelmäßige, telefonische Kontakte durch vielfach prämierte »Wohlfühlrufe« an
- ermöglicht bewegungsbehinderten Menschen durch das neue Rikscha-Projekt (»Radeln ohne Alter«), Bremen neu zu entdecken.
- lädt zu begleiteten, regelmäßigen Spaziergängen in Bremen von unterschiedlichen Startpunkten ein (ein Projekt *Hand in Hand in Norddeutschland/Bürgerstiftung Bremen*).

Außerdem ist das Vereinsbüro Treffpunkt für weitere Arbeitsgruppen und Veranstaltungen.

Ca. 50 Ehrenamtliche sind in den Projekten in unterschiedlicher Weise aktiv, um anderen Menschen Wege zur Teilhabe, Integration und Selbsthilfe zu zeigen.

Wir freuen uns über jede/n, die/der uns bei unseren Aktivitäten verstärken will, die/der unsere Angebote nutzen möchte und die/der uns unterstützen will.

Näheres bei:

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen

Tel. 6 96 42 00

Mo.–Fr. 9–13 Uhr

info@ambulante-versorgungsbruecken.de

www.ambulante-versorgungsbruecken.de

WEISSER RING e.V.

Professionelle Hilfe nach Straftaten

Kostenlos, unabhängig und ehrenamtlich bietet Deutschlands größte und älteste nicht-staatliche Opferhilfeorganisation Beratung und Unterstützung für Menschen an, die als Geschädigte von einer Straftat betroffen wurden.

Primär hört der WEISSE RING den Betroffenen zu und gibt Hilfestellung. Gut ausgebildete Opferhelferinnen und -helfer stehen Ihnen in Bremen und Bremerhaven zur Seite.

WEISSER RING

Landesbüro Bremen

Sögestraße 47–51, 28195 Bremen

Tel. 32 32 11

bremen.weisser-ring.de

bremen@weisser-ring.de

Opfer-Telefon

116 006

(kostenfrei, anonym, täglich von 7–22 Uhr)

www.weisser-ring.de



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

Digitaler Ausflug – mit dem Smartphone unterwegs

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

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

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

www.ambulante-versorgungsbruecken.de

Der Verein bietet ebenfalls Smartphone- & Tablet-Schulungen als Einstiegs- und Aufbauseminar und als 1:1 Training vor Ort und im Büro des Vereins an. Kleine Fragen werden über die Telefon-Hotline des Vereins sowie vor Ort im Café W-LAN (freitags 15–17 Uhr) von Digitallots:innen beantwortet. *Mehr zu den digitalen Unterstützungsangeboten ab Seite 33.*

Der rote Faden für den Ruhestand

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

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

Bleiben individuelle Fragen offen, können Sie diese im Rahmen einer Beratung besprechen. Das Projektteam unterstützt die Vernetzung der Teilnehmenden, damit sie gemeinsam in größeren Gruppen oder Kleingruppen an kulturellen Veranstaltungen und anderen vielfältigen Angeboten teilnehmen können.

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

Am Wall 179–180, 28195 Bremen
Lukas Matzner, Tel. 40 88 77 13
Saskia Wöhler, Tel. 40 88 77 14
roterfaden@awo-bremen.de
www.awo-bremen.de



Kommunale Selbsthilfeförderung im Gesundheitsamt Bremen

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

Gesundheitsamt Bremen

Kommunale Selbsthilfeförderung
 Horner Straße 60–70, 28203 Bremen
 Melanie Schneider, Tel. 361-85460
 Andrea Minas, Tel. 361-12203
 Patrick Gran, Tel. 361-15163
selbsthilfe@gesundheitsamt.bremen.de
www.gesundheitsamt.bremen.de

Selbsthilfegruppen für Ältere

Das ehrenamtliche Engagement auch von kleinen Gruppen mit dem Ziel der Teilhabeför-

derung von älteren Menschen wird gefördert. Die Selbsthilfeförderung für ältere Menschen ist für alle da, die überlegen, sich in einer ehrenamtlichen Initiative zu engagieren, oder selbst eine Interessengruppe bilden zu wollen.

Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration Referat Soziale Stadtentwicklung

Selbsthilfeförderung älterer Menschen
 Susanne Brinkmann, Tel. 361-57379
susanne.brinkmann@soziales.bremen.de

Netzwerk Selbsthilfe

Ein Leitprinzip der Selbsthilfe ist es, gemeinsam nach Lösungen für die eigene Situation zu suchen. So ist das Netzwerk Selbsthilfe über Jahrzehnte gewachsen und ist heute zentral vieles zusammen, u. a.:

- Anlaufstelle für Menschen mit Ideen und Engagement,
- Kontaktstelle für Menschen, insbesondere mit diversen Sorgen und Nöten, die gleichgesinnte Gesprächspartner:innen suchen,
- praktischer Unterstützungsgeber für Vereine.

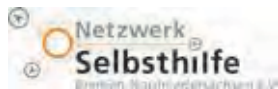
KONTAKTSTELLE FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN IN BREMEN

 Faulenstr. 31 | 28195 Bremen
 Telefon: 0421 704581
 www.netzwerk-selbsthilfe.com
 info@netzwerk-selbsthilfe.com



jetzt Gruppe
finden!

Selbst
HILFE



Ehrenamtliches Engagement wird gewertschätzt! Z. B. in diesen beiden Projekten, welche von der Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz (seit dem 01.01.2025) gefördert werden:

»Zeit Schenken« ist ein ehrenamtlicher Besuchsdienst für pflegebedürftige Menschen im häuslichen Wohnumfeld. Ein geschenktes Zeitfenster ermöglicht auch Ihnen soziale Kontakte und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben. Melden Sie sich gern bei uns, wenn Sie sich ehrenamtlich engagieren möchten oder wenn Sie sich selbst Besuch wünschen.

Wenn Sie Ihre Angehörigen pflegen und sich Austausch wünschen über all die Themen, die Sie im Pflegealltag beschäftigen und die Ihnen Sorgen bereiten, dann melden Sie sich gerne bei uns. Denn Sie sind nicht allein: Wir möchten Sie ins Gespräch bringen mit Gleichbetroffenen. Zehn Selbsthilfeangebote für pflegende Angehörige, im gesamten Stadtgebiet verteilt, halten hoffentlich auch für Sie eine Möglichkeit bereit, Verständnis zu erfahren von Menschen, die sich in ähnlichen Situationen befinden. Rufen Sie uns gerne an.

Netzwerk Selbsthilfe e. V.

Faulenstraße 31, 28195 Bremen
Tel. 70 45 81

info@netzwerk-selbsthilfe.com

www.netzwerk-selbsthilfe.com

www.selbsthilfe-wegweiser.de

Familie im Hilfenetz e. V.

SILA – Stark im Quartier ist eine Selbsthilfekontaktstelle für pflegebedürftige ältere Migrant:innen sowie deren pflegende Angehörige aus russischsprachigen Kulturkreisen in Bremens Stadtteil Vahr.

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

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



SILA

Öffnungszeiten: Mo–Do, je 10–14 Uhr,
Adam-Stegerwald-Straße 28,
28329 Bremen, Tel. 9 58 66 16
silal.fahine@gmail.com
www.familieimhilfenetz.com

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



Bremen verzeichnet wachsende Zahlen älterer Migrant:innen, die auf Unterstützung sowie pflegerische Hilfen angewiesen sind. Das 1981 gegründete ZIS setzt sich für die Förderung der Integration der in Bremen lebenden Migrant:innen ein. Ein Schwerpunkt ist die Arbeit mit älteren Zugewanderten.

Umgesetzt wird dies durch die Kontakt- und Beratungsstellen für ältere, pflegebedürftige Migrant:innen und ihre pflegenden Angehörigen – »Köprü« in Bremen-Nord, -Süd, -Ost und -West sowie durch ehrenamtliche Seniorenbegleiter:innen und durch Selbsthilfegruppen älterer Migrant:innen.

Die Angebote des ZIS für ältere Menschen werden vom Land Bremen gefördert.



Kontakt- und Beratungsstelle für pflegebedürftige ältere Migrant:innen sowie deren Angehörige – »Köprü«.

»Köprü« bedeutet »Brücke«. »Brücken sollen gebaut werden«, um die Teilhabe älterer Migrant:innen in Bremen am Altenhilfesystem zu stärken.

Gefördert durch die Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz (ab 01.01.2025) werden seit 2012 diese Ziele umgesetzt mit folgenden Angeboten:

- Kostenlose Beratung für ältere Menschen mit Pflegebedarfen und deren Angehörige
- Planung und Durchführung von Informationsveranstaltungen
- Kooperationen mit Träger:innen der Altenhilfe und Institutionen sowie Weiterentwicklung der Interkulturellen Öffnung durch Erfahrungsaustausch
- Netzwerk- und Öffentlichkeitsarbeit, um die Situation und Bedarfe älterer Migrant:innen in der Gesellschaft sichtbar zu machen

Beratung für ältere, pflegebedürftige Migrant:innen und Angehörige

West/Gröpelingen

Gröpelinger Heerstr. 228, 28237 Bremen
Di: 09–13 Uhr, Gamze Gür
Tel. 0151 47 31 95 38
gamze.guer@zis-bremen.de
Fr: 13:30–18:30 Uhr, Valentyna Hlebova
Tel. 0151 47 19 53 70
valentyna.hlebova@zis-bremen.de



Nord/Vegesack

Gerhard-Rohlfs-Str. 16/Passage,
28757 Bremen
Mi: 14–18 Uhr, Valentyna Hlebova
Tel. 0151 47 19 53 70
valentyna.hlebova@zis-bremen.de
Fr: 09–13 Uhr, Gamze Gür
Tel. 0151 47 31 95 38
gamze.guer@zis-bremen.de

Süd/Kattenturm und Obervieland

Im Bürgerhaus Gemeinschaftszentrum
Obervieland e.V.
Alfred-Faust-Str. 4, 28279 Bremen
Mi: 16–15 Uhr, Gamze Gür
Tel. 0151 47 31 95 38
gamze.guer@zis-bremen.de
Do: 14–18 Uhr, Jascha Lindhorst
Tel. 0151 47 64 43 02
jascha.lindhorst@zis-tdi.de

Ost/Osterholz/Schweizer Viertel

Sankt-Gotthard-Straße 33,
28325 Bremen
Di: 13–17 Uhr, Jascha Lindhorst
Tel. 0151 47 64 43 02
jascha.lindhorst@zis-tdi.de
Mo: 10–15, Uhr Gamze Gür
Tel. 0151 47 31 95 38
gamze.guer@zis-bremen.de

Zentrale ZIS:

Gröpelinger Heerstr. 228,
28237 Bremen
Nathalie Lentzer, Tel. 83 94 79 36
nathalie.lentzer@zis-tdi.de
www.zis-bremen.de

Informationsveranstaltungen

Wo bekommen wir Hilfe im Alter? Die Informationsveranstaltungen zu Pflege- und Gesundheitsthemen richten sich an ältere Zugewanderte sowie Angehörige. Die Themen reichen von Pflegeversicherung über Pflegeeinstufung bis hin zu kultursensibler Tagespflege, Unterstützung beim Wohnen im Alter und aktuellen Themen.

Die Veranstaltungen werden mehrsprachig durchgeführt. Informationen zu Thema, Ort und Zeit sind auf der Internetseite www.zis-bremen.de zu finden oder können über die Kontaktstellen erfragt werden.

Selbsthilfegruppen für ältere

Migrant:innen

Das ZIS unterstützt und begleitet selbstorganisierte Gruppen älterer Menschen in Bremen-Nord, -Süd, -Ost und -West. In offenen Gruppentreffen können Sie sich mit ihren Mitbürger:innen im Stadtteil austauschen.

Sie bekommen Informationen über Angebote für ältere Menschen. Die Gruppenleitung kann Ihre Fragen zu Angeboten der Altenhilfe beantworten oder Sie an Beratungsstellen vermitteln. Neben den regelmäßigen Treffen finden Ausflüge, Besichtigungen sowie gegenseitige Besuche mit anderen Senior:innengruppen und die Beteiligung an Stadtteilaktivitäten statt.

Kommen Sie vorbei und lernen Sie Ihre Nachbar:innen aus dem Stadtteil kennen!

Weitere Infos unter:
www.zis-bremen.de/gruppenangebote



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

Das machen die Seniorenbegleiter:innen:

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

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

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

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

Sprechen Sie uns bei Interesse gern an:

Hatice Turan und Sedat Sevimli,

Tel. 83 94 79 36, haticeturan@zis-tdi.de



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

Migrationsberatung für Erwachsene (einschließlich ältere Menschen)

karşılama	Bienvenue	환영	स्वागत
أهلا بك	Vitajte		
soo dhaweyn	歡迎	добро запрашам	
		Velkommen	
	Tervetuloa	Dobrodošli	
Accoglienza	Καλωσόρισμα	Welkom	
ਸੁਆਗਤ ਹੈ	ласкаво просимо	Vítejte	
Bine Ati Venit	добро пожаловать	mirëpritur	
Powitanie	selamat datang		

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



Mitte

AWO Soziale Dienste gem. GmbH

- Imam Krate, Tel. 3 3771 89
imam.krate@awo-bremen.de
- Hayriye Pamuk, Tel. 33771 88
hayriye.pamuk@awo-bremen.de
- Zülal Müfettişoğlu, Tel. 3 3771 83
zuelal.muefettisoglu@awo-bremen.de
- Valentina Tuchel, Tel. 3 3771 87
valentina.tuchel@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

- Anna Urbaniak, Tel. 33573111
a.urbaniak@caritas-bremen.de
- Stefan Sandmann
Tel. 2 0074 37 16
s.sandmann@caritas-bremen.de

DRK Kreisverband Bremen e. V.

Nejla Özdemir, Tel. 988825 12
meh@drk-bremen.de

Ost

AWO Soziale Dienste gem. GmbH

Valentina Tuchel
Tel. 46803 36
valentina.tuchel@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

- Anna Urbaniak, Tel. 33573111
a.urbaniak@caritas-bremen.de
- Aicha Zergani, Tel. 33573151
a.zergani@caritas-bremen.de

Bremen.ru e. V.

Natalie Gurmman, Tel. 69534 18
natalie.gurmman@bremen.ru

West

AWO Soziale Dienste gem. GmbH

Zülal Müfettişoğlu, Tel. 69 1457
zuelal.muefettisoglu@awo-bremen.de

Caritasverband Bremen e. V.

Aicha Zergani, Tel. 33573151
a.zergani@caritas-bremen.de

Nord

AWO Soziale Dienste gem. GmbH

Tatiana Halle, Tel. 98882411
tatiana.halle@awo-bremen.de

Caritasverband für das

Dekanat Bremen-Nord e. V.

Claudia Schmücker, Tel. 66077
c.schmuecker@caritas-bremen-nord.de

Bremer Rat für Integration

Der Bremer Rat berät basisdemokratisch und niedrigschwellig Politik und Verbände. Zudem erarbeitet der Bremer Rat Veranstaltungen und Projekte, die darauf abzielen, eine inklusive und vielfältige Gesellschaft zu fördern. Die Mitglieder des Bremer Rats repräsentieren durch ihre Entsendungen eine Vielzahl von Fachkenntnissen und Erfahrungen. Diese Aufstellung ermöglicht dem Bremer Rat politische Unabhängigkeit und Parteilichkeit für Individuen, Gemeinschaften und Organisationen. Der Bremer Rat setzt sich dafür ein, geeignete politische Voraussetzungen zu schaffen, damit ein vielfältiges Zusammenleben und Teilhabe möglich sind.



Der Bremer Rat unterstützt Menschen in Bremen und Bremerhaven, die für eine offene, vielfältige und gleichberechtigte Gesellschaft eintreten, unabhängig von Herkunft, Zugehörigkeit und Migrationsgeschichte. Der Bremer Rat setzt sich dafür ein, diejenigen zu unterstützen, deren Stimmen möglicherweise ungehört bleiben. Dies betrifft insbesondere Personen und Gruppen, die aufgrund von Barrieren keine angemessene Vertretung erfahren oder sich nicht mit der Parteipolitik gewählter Vertretungen identifizieren können. Ziel ist es, dass sich jede Person, die sich für das Thema Migration, Vielfalt und Teilhabe engagiert, inklusiv beteiligen kann und angemessen vertreten ist. Indem sich der Bremer Rat auf die Grundprinzipien der Demokratie, der Menschenrechte und der Rechtsstaatlichkeit stützt, möchte der Rat mit Menschen zusammenarbeiten, die diese Werte teilen und fördern.

Bremer Rat für Integration

Am Markt 20, 28195 Bremen
Im Gebäude der Bremischen
Bürgerschaft (Eingang Europapunkt
Bremen), Tel. 361-2694
bremer.rat@soziales.bremen.de
www.bremer-rat-fuer-integration.de

vielfältig. GmbH – Pflege in allen Facetten

Wir sind ein Pflegedienst für alle Menschen und gleichzeitig Deutschlands erster Pflegedienst mit dem Schwerpunkt auf den Themen Sexualität und geschlechtliche Vielfalt. Wir sind da, wenn sich dein Leben ändert. Nimm gerne Kontakt zu uns auf.

Mehr Infos gibt es auf der Website oder bei Instagram, Facebook und LinkedIn.

vielfältig. GmbH

Contrescarpe 46, 28195 Bremen
Tel. und WhatsApp 37703190,
hallo@vielfaeltig-bremen.de
www.vielfaeltig-bremen.de



Diversity im Alter – queere Menschen in der Pflege

Lesben, Schwule, Bisexuelle, trans-*, inter-* geschlechtliche sowie queere Menschen (LSB-TIQ+*), die aufgrund ihres Alters hilfsbedürftig und abhängig von Unterstützungsleistungen werden, wollen in einer ambulanten oder stationären Pflegesituation selbstbestimmt und im Einklang mit der eigenen Identität leben können. Sie wünschen sich ein Unterstützungssystem, das ihre Lebensweise berücksichtigt und respektiert. Anbieter:innen von Unter-



Beratung

stützungsleistungen stehen vor der Herausforderung, sich auf eine Vielfalt von Identitäten und Bedürfnislagen einstellen zu müssen. Das Rat&Tat-Zentrum für queeres Leben e. V. hat im Auftrag der Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration die Broschüre »Queere Perspektiven in der Pflege und im Alter« erstellt, die sich an Fachpersonal in der (Alten-)Pflege richtet und die Einblicke in LSBTIQ+*-Lebenswelten gibt. Sie ist kostenlos im Rat&Tat-Zentrum erhältlich.

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

Hollerallee 13, 28209 Bremen

Tel. 70 41 70

beratung@ratundtat-bremen.de

www.ratundtat-bremen.de

»aussitzen« kann. Sie ist ein gravierender Risikofaktor für die Gesundheit. Studien belegen immer wieder, dass chronische Einsamkeit das Risiko für Depressionen, Angststörungen, Demenz, Herz-Kreislauf-Erkrankungen und einen vorzeitigen Tod signifikant erhöht.

Café Mittendrin für LGBTIQ+-Senior*innen ab 50

Jeden 3. Donnerstag im Monat
15–17:30 Uhr schnacken, spielen,

Kaffee trinken und vieles mehr.

Queer Cities e. V.

Konsul-Smidt-Straße 11

28217 Bremen

Tel. 40 888 060

mittendrin@queer-cities.org

Café Mittendrin für LGBTIQ+-Senior:innen!

Warum? Das Trauma einer ganzen Generation: Viele der heute 70- oder 80-jährigen LGBTIQ+*-Personen haben ihre Jugend in einer Zeit erlebt, in der Homosexualität strafbar oder pathologisiert wurde. Einsamkeit ist kein triviales Gefühl, das man einfach

Das Café Mittendrin sucht Sie! Es sucht empathische, zuverlässige und offene Menschen, die ein paar Stunden im Monat Zeit haben, um dieses Café mit Leben zu füllen. Sie müssen kein Profi sein, Sie müssen nur ein guter Mensch sein, der zuhören und ein offenes Ohr haben kann. Ihre Aufgabe ist es nicht, Pflege zu leisten, sondern Menschlichkeit zu schenken.

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

Sögestraße 55/57 (Eingang
Herdentorswallstraße)
28195 Bremen

0421 9899 5299

www.diks-bremen.de



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
Mo. und Di. 9–15 Uhr
Do. 9–16 Uhr, Tel. 362-1 9003
praeventionszentrum@polizei.bremen.de
www.polizei.bremen.de

Polizeiruf: 110

Zentralruf der Polizei: 362-0

Opfernotruf Polizei Bremen
Tel. 0800 280 0110 (kostenfrei)

Sie möchten eine Anzeige aufgeben?

Sie können Anzeigen entweder **vor Ort** an den Standorten Vegesack und Innenstadt (neben dem Hauptbahnhof), Polizeikommissariat Süd, Polizeikommissariat West und am Polizeikommissariat Präsidium aufgeben, **telefonisch** über die telefonische Anzeigenaufnahme und für ausgewählte Delikte auch **online** über die Onlinewache.

Anzeigen können Sie vor Ort zu folgenden Öffnungszeiten aufgeben:

Revier Innenstadt (neben d. Hauptbahnhof)

Beim Handelsmuseum I, 28195 Bremen
Mo.–Fr. 8–20 Uhr, Sa. 10–18 Uhr

Polizeikommissariat Präsidium

In der Vahr 76, 28329 Bremen
Mo.–Fr. 8–20 Uhr, Sa. 10–18 Uhr

Revier Vegesack

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

Polizeikommissariat Süd

Otto-Lilienthal-Str. 15/17, 28199 Bremen
Mo. + Do. 10–18 Uhr,
Di., Mi., Fr. + Sa. 8–16 Uhr

Polizeikommissariat West

Gröpelinger Heerstr. 302, 28239 Bremen
Mo. + Do. 10–18 Uhr,
Di., Mi., Fr. + Sa. 8–16 Uhr



Um Wartezeiten zu vermeiden, empfehlen wir Ihnen, vorab online einen Termin zu vereinbaren unter: www.service.bremen.de/terminvereinbarung.

Bitte haben Sie Verständnis, dass es in Ausnahmefällen dennoch zu Wartezeiten kommen kann.

Telefonische Anzeigenaufnahme

Die telefonische Anzeigenaufnahme erreichen Sie unter der Rufnummer 362-12700. Montag bis Freitag: 8 bis 16 Uhr.



Onlinewache

Wenn Sie einen Fahrraddiebstahl, einen Diebstahl an/aus einem Fahrzeug, einen Taschendiebstahl, eine Sachbeschädigung oder Hasskriminalität im Internet anzeigen möchten, können Sie das online unter: www.polizei.bremen.de/onlinewache.

Zusätzlich bietet die Polizei Bremen freitags zwischen 10:30–14:30 Uhr alle zwei Wochen eine queersensible Anzeigenaufnahme in geschützten Räumen im Präventionszentrum Am Wall 195 an. Alle Termine und weitere Informationen finden Sie online unter: www.polizei.bremen.de/ueber-uns/praesidialstab/ansprechperson-lsbtq-der-polizei-bremen-57723

Bürgersprechstunde

Die Bürgersprechstunde der Kontaktpolizist:innen findet jeweils dienstags von 10 bis 12 Uhr an den nachfolgend aufgeführten Standorten der Polizei Bremen statt:

Mitte

Polizeirevier Steintor

Hoyaer Straße 11, 28205 Bremen

Nord

Polizeirevier Blumenthal

Heidbleek 10, 28779 Bremen

Polizeistation Farge

Farger Straße 134, 28777 Bremen

Polizeistation Lüssum

Lüssumer Heide 27, 28777 Bremen

Polizeirevier Lesum

Hindenburgstraße 32, 28717 Bremen

Polizeistation Marßel

Stockholmer Straße 57, 28719 Bremen

Polizeistation Grambke

Grambker Heerstraße 49, 28719 Bremen

Ost

Polizeikommissariat Ost I

In der Vahr 76, 28329 Bremen

Polizeistation Weserpark

Hans-Bredow-Straße 16, 28307 Bremen

Polizeirevier Horn

Lilienthaler Heerstr. 259, 28357 Bremen

Polizeistation Oberneuland

Mühlenfeldstraße 16, 28355 Bremen

Polizeistation Borgfeld

Borgfelder Landstraße 21, 28357 Bremen

Polizeirevier Hemelingen

Christernstraße 16, 28309 Bremen

Polizeistation Arbergen/Mahndorf

Arberger Heerstraße 90, 28307 Bremen

West

Polizeirevier Findorff

Fürther Straße 43, 28215 Bremen

Süd

Polizeistation Neustadt

Schulstraße 11, 28199 Bremen

Polizeirevier Obervieland

Gorsemannstraße 24, 28277 Bremen

Polizeirevier Woltmershausen

Dötlinger Straße 6–8, 28197 Bremen

Polizeirevier Huchting

Franz-Löbert-Platz 1, 28259 Bremen



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

Beratungsangebote

Sozialverband Deutschland e. V. (SoVD)

Landesverband Bremen
Breitenweg 10–12, 28195 Bremen
Tel. 1 63 84 90
info@sovdb-hb.de, www.sovdb-hb.de

Sozialverband VdK Nds.-Bremen e. V.

Kreisgeschäftsstelle Bremen
Am Wall 196 a, 28195 Bremen
Tel. 1 65 48 17
niedersachsen-bremen@vdk.de

Arbeitnehmerkammer Bremen-Stadt

Bürgerstraße 1, 28195 Bremen
Tel. 36301-0, www.arbeitnehmerkammer.de

Bremen-Nord

Lindenstr. 8, 28755 Bremen, Tel. 66950-0

Brücke Bremen-Mitte Hoppenbank e. V.

Selbsthilfegruppe für Menschen
in Lebenskrisen, Karl-Bröger-Str. 21
28239 Bremen, Tel. 61 31 98
wilhelm@hoppenbank-ev.de
www.hoppenbank.info

Caritasverband Bremen e. V.

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

Deutsches Sozialwerk e. V. (DSW)

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

Familien- und Lebensberatung der Bremischen Evangelischen Kirche

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

Forum Kirche, Fachstelle Alter

Hollerallee 75, 28209 Bremen
Tel. 3 46 15 0
gabriele.holdorf@kirche-bremen.de
www.kirche-bremen.de

»Nebenan – Gute Nachbarschaft«

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

Offene Tür Bremen

Psychologische Beratung in Krisen und
Lebensproblemen der katholischen Kirche
Kolpingstraße 1 c/Ecke Süsterstraße
28195 Bremen, Tel. 32 42 72
offene-tuer.bremen@t-online.de
www.offene-tuer-bremen.de

Verein für Innere Mission in Bremen

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



HAUS EMMAUS

Zugewandte Pflege aus Tradition



GUT GEPFLEGT IM DIAKO-PARK

WILLKOMMEN ZUHAUSE!

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



JETZT INFORMIEREN!

www.haus-emmaus-bremen.de
oder einfach anrufen unter
Telefon 04 21 6102 - 36 00

Adelenstraße 68 · 28239 Bremen

Digitale Medien

Viele ältere Menschen tun sich mit Smartphone, Computer und Co. noch immer schwer, auch wenn sich hier in der letzten Zeit schon viel getan hat. Die Meinung »das betrifft mich nicht mehr, lass das mal die Jüngeren machen« ist nicht mehr so verbreitet wie vor einigen Jahren. Unsicherheit ist jedoch nach wie vor da, und viele sind froh, wenn jemand erreichbar ist, der helfen kann, wenn das Gerät nicht so möchte wie man selbst.

Wir müssen uns darauf einstellen, dass wir ohne Anschluss an die neue Technik sehr schnell vom Alltagsleben abgeschnitten werden. Geldinstitute schließen beispielsweise ihre Filialen und erwarten von ihren Kund:innen, dass sie ihre Geldgeschäfte zukünftig nur noch über das Onlinebanking abwickeln. Wir Älteren können zwar hier und da durch Proteste die eine oder andere Maßnahme verhindern, aufhalten können wir diese Entwicklungen auf Dauer aber nicht. Zudem können wir von vielen dieser Veränderungen profitieren, sei es beim Kontakthalten mit lieben Menschen, beim Nachschlagen von Rezepten oder beim Ausleihen von Büchern aus der Stadtbibliothek.

Deshalb ist es gut, dass es im Land Bremen Unterstützung gibt!

»DigitalFit 60+«

Die lebenserfahrenen Generationen in ihrem Umgang mit digitalen Medien zu unter-



stützen, ist ein erklärtes Ziel der Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration. Sie fördert daher das Projekt Digital-Fit-60+-Netzwerk Stadt Bremen, in dem über 50 Lernangebote rund um Smartphone, Tablet und Co. vernetzt sind. Projektträger ist der Verband für sozial-kulturelle Arbeit e.V. (VskA) – Landesverband Bremen.

In Sprechstunden, Kursen und Vorträgen werden an vielen Orten bremenweit – ganz nach den Bedürfnissen der Zielgruppe – digitale Geräte vertrauter gemacht. Eine Übersicht zu diesen Angeboten finden Sie auf den nächsten Seiten. Digital-Fit-60+ unterstützt in der Stadt Bremen all diejenigen Einrichtungen und Initiativen, die Ältere beim Umgang mit digitalen Medien ermutigen und stärken möchten: durch Erfahrungsaustausch für ehrenamtliche Digitallots:innen, Informationen über gute Praxisbeispiele aus anderen Regionen und Zugang zu wissenschaftlichen Erkenntnissen zum Thema Digitalisierung und ältere Menschen. Im Jahr 2025 wurde zudem ein Leihgerätepool eingerichtet, über den Lernangebote ihren Teilnehmer:innen beispielsweise Tablets ausleihen können. »Das Netzwerk an engagierten Partner:innen, die Digitalisierungsangebote bereithalten, sowie die Gewinnung weiterer Digitallots:innen werden wir in der Stadt Bremen auch in Zukunft intensiv pflegen, ausbauen und unterstützen«, so Stefan Markus, 1. Vorsitzender des VskA. Auch vom Austausch mit anderen Kommunen in ganz Deutschland über den DigitalPakt Alter profitiert das Netzwerk.

» Zu Hause bleiben ...

und die Hilfe und Pflege bekommen, die ich brauche. Mit der AWO klappt das prima.«

Jetzt auch in Arbergen

Die **Häusliche Pflege** der AWO unterstützt Sie Zuhause rund um Ihre Gesundheit und Ihren Haushalt. Regelmäßig oder dann, wenn Ihre Angehörigen verhindert sind. Wir beraten wir Sie gerne: Tel. 0421 -691 42 71

www.awo-bremen.de
www.jobs-awo-bremen.de



Bremen

Sie möchten mithelfen?

Nur mit Hilfe freiwillig Mitarbeitender in den Stadtteilen ist dieses Projekt möglich. Melden Sie sich unter: digital-fit@vska-bremen.de oder verena.springer@magistrat.bremerhaven.de

Digital-Fit-60+ bietet kostenfreie Qualifizierungsmöglichkeiten für (zukünftige) ehrenamtliche Digitallots:innen zur Vermittlung digitaler Kompetenzen an ältere Menschen.

Bremen

Digital-Fit-60+, Verband für sozial-kulturelle Arbeit e. V. Landesverband Bremen
Tel. 015201 05 65 47

Bremerhaven

Netzwerk Digitalambulanzen
Magistrat der Stadt Bremerhaven
Verena Springer, Tel. 0471 590 36 13

Digitale Angebote für Senior:innen in Bremen

Bezirk	Angebot	Einrichtung	Standort	Kontakt
Nord	Handy und Computerhilfe für Senior:innen, kostenfrei	Begegnungszentrum »Luise Morgenthal«	Grönlandstr. 8, 28719 Bremen	64 17 16, bgst-grambke@web.de
Nord	Tablet-Schulung (Android) für Senior:innen, Geräte werden gestellt, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Kooperation Begegnungszentrum »Luise Morgenthal« & Digital im Alter (DiA)	Grönlandstraße 8, 28719 Bremen	64 17 16, bgst-grambke@web.de
Nord	IT-Kurse für Smartphone & Tablet, kostenpflichtig	Begegnungszentrum St. Magnus	Gemeinde St. Michael Grohn, Grohner Bergstr. 1, 28759 Bremen	62 16 01, bz.st-magnus@kirche-bremen.de
Nord	Offene digitale Sprechstunde, kostenfrei	Begegnungszentrum St. Magnus & DiA	Unter den Linden 24, 28759 Bremen	62 16 01, bz.st-magnus@kirche-bremen.de
Nord	Tablet-Schulung (iPad) für Senior:innen, Geräte werden gestellt, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Kooperation SG Marßel Bremen & DiA	Sportpark Marßel, Stader Landstraße 100, 28719 Bremen	0157 73 86 04 18
Nord	Offene Digitale Sprechstunde, kostenfrei	Kooperation SG Marßel Bremen & DiA	Sportpark Marßel, Stader Landstr. 100, 28719 Bremen	0157 73 86 04 18
Nord	Digital-Café, kostenfrei; kostenpflichtige Kurse für Anfänger:innen & Fortgeschrittene, Anmeldung erforderlich	Begegnungszentrum Evangelische Kirchengemeinde Bremen-Blumenthal	Wigmodistr. 33, 28779 Bremen	6 09 69 02, begegnung.blumenthal@kirche-bremen.de
Nord	Tablet-Schulung (iPad) für Senior:innen, Geräte werden gestellt, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Kooperation Stadtbibliothek Lesum & DiA	Hindenburgstraße 31, 28717 Bremen	3 61 71 42, lesum@stabi-hb.de
Nord	Offene Digitale Mittagssprechstunde für Senior:innen, kostenfrei	Kooperation Stadtbibliothek Lesum & DiA	Hindenburgstraße 31, 28717 Bremen	3 61 71 42
Nord	Einfach digital! kostenfrei	Stadtbibliothek Vegesack	Aumunder Heerweg 87, 28757 Bremen	3 61 72 44
Nord	Offene iPhone- & iPad-Sprechstunde, Auffrischung v. Grundlagen am eigenen Gerät, kostenfrei	Kooperation Heimatverein Bremen Lesum e. V. & DiA	Heimatverein Lesum e. V. Alter Schulhof 11 28717 Bremen	63 46 76, heimatverein-lesum@t-online.de
Ost	Eins-zu-eins-Schulungen, kostenpflichtig; Café WLAN, auf Spendenbasis, Anmeldung erforderlich	Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	Humboldtstr. 126, 28203 Bremen	69 64 200, info@ambulante-versorgungsbruecken.de
Ost	Offener Computer-Treff für Senior:innen auf Spendenbasis	Bremer Heimstiftung	Stiftungsresidenz Riensberg, Riekestr. 2, 28359 Bremen	Antje Lehmann: 734 90
Ost	Unterschiedliche Computerkurse für Senior:innen, kostenpflichtig, Anmeldung erforderlich	Bremer Heimstiftung	Stiftungsresidenz Riensberg, Riekestr. 2, 28359 Bremen	Antje Lehmann: 734 90



Ost	Umgang mit PC, Laptop und Handy lernen, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Bremer Heimstiftung	Stadtteilhaus Blockdiek, Mühlheimer Str. 1–3, 28327 Bremen	0176 24 76 79 63 (Anm.) 437 90 88 (Stadtteilhaus Blockdiek)
Ost	Digitale Sprechstunde für Menschen 60+ zu Computer, Tablet und Smartphone, Hausbesuche möglich, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Kooperation Ambulante Versorgungsbrücken e. V. & Stadtleben Ellener Hof	Quartiersraum Stadtleben Ellener Hof, Pawel-Adamowicz-Str. 2b, 28327 Bremen	Sabine Schöbel: 67 30 35 95, sabine.schoebel@bremer-heimstiftung.de, https://stadtleben-ellenerhof.de/kontakt/
Ost	PC, Smartphone- und Tablet-Sprechstunde, kostenfrei	Familien- und Quartierszentrum Neue Vahr Nord	Medienraum Familien- und Quartierszentrum Neue Vahr Nord, August-Bebel-Allee 284, 28329 Bremen	69 69 61 87
Ost	Digitale Sprechstunde, kostenfrei	Vahrer Löwen e. V.	Café Familien- und Quartierszentrum Neue Vahr Nord, August-Bebel-Allee 284, 28329 Bremen	959 13 48
Ost	Offene digitale Sprechstunde, kostenfrei	Nachbarschaftstreff Vahrer See/AMeB e. V. im Hanna-Harder-Haus	Berliner Freiheit 9c, 28327 Bremen	0152 36 89 47 53, bgst-vahrersee@web.de
Ost	Digitale Sprechstunde, Anmeldung erforderlich	Bürgerzentrum Neue Vahr e. V.	Berliner Freiheit 10, 28327 Bremen	436 73 42
Ost	Hilfe bei Smartphone, Tablet & Co. kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Nachbarschaftstreff BISPI e. V.	Bispinger Str. 14a, 28329 Bremen	467 36 95, kontakt@bispi-bremen.de
Ost	Medienmontag 65+: »Smartphone & Tablet besser kennenlernen« Anmeldung erforderlich, kostenfrei	Stadtteilbibliothek Osterholz	Walliser Str. 125, 28325 Bremen	361 36 38, osterholz@stabi-hb.de
Ost	Digitale Sprechstunde, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Kooperation Stadtbibliothek Osterholz & Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	Gesamtschule Ost, Walliser Straße 125, 28325 Bremen	361 36 38, osterholz@stabi-hb.de
Ost	Smartphone-Schulung, kostenfrei	Caritasverband Bremen e. V. St. Franziskus	Georg-Gröning-Str. 55, 28209 Bremen	877 93 50, m.cloppenburg@caritas-bremen.de
Ost	Offener Handy-Treff für ältere Menschen, kostenfrei	Ev. Brückengemeinde Begegnungszentrum und -treffs	Zentrum plus, Christernstr. 18a, 28309 Bremen	45 11 16, karin.schuedde@kirche-bremen.de
Ost	Angebot zu Fragen rund um Smartphone, Laptop & Computer, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Bürgerhaus Hemelingen	Godehardstraße 4, 28309 Bremen	45 61 98, mensshed.he@gmx.de
West	Windows 11 für PC/Laptop auf Spendenbasis	Bürgerhaus Oslebshausen	Am Nonnenberg 40, 28239 Bremen	64 51 22, info@bghosl.de
West	Offene Sprechstunde (Computer, Smartphone, Laptop), auf Spendenbasis	Bürgerhaus Oslebshausen	Am Nonnenberg 40, 28239 Bremen	64 51 22, info@bghosl.de

West	Offenes Mediencafé, kostenfrei	Nachbarschaftshaus Helene Kaisen	Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen	691 45 80
West	Computer-, Tablet-, Smartphone-Kurse und -schulungen, kostenfrei, Anmeldung erf., Warteliste	DRK Begegnungszentrum Haferkamp	Haferkamp 8, 28217 Bremen	24051 99, BZ-haferkamp@ drk-bremen.de
West	Digitale Sprechstunde, kostenfrei	Kooperation Martinsclub & Stadtbibliothek Bremen	»Tante Martin«, Waller Mitte, Vegesacker Straße 84a, 28217 Bremen	Sophia Klerings: 57 23 24 78
West	Smartphone-Schulung (Android) mit Kurt Eblinger, 4 Euro pro Termin, Anmeldung erforderlich	Aktive Menschen Bremen (AMeB)	Woltmershauser Str. 310, 28197 Bremen	54 62 70 (AB), www.pusdorf.info/alltag/ digitale-medien-technik
Süd	Smartphone-Kurs für Einstei- ger:innen, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Martinsclub Bremen	Stadtteilhaus Katten- turm, Robert-Koch-Str. 70, 28277 Bremen	Jana Kolkowski: 53 74 75 4
Süd	Smartphone-Schulung, kostenfrei	Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael	Kornstr. 371, 28201 Bremen	877 93 50, m.cloppenburg@ caritas-bremen.de
Süd	kostenfreie Angebote: Smartphone- Treff mit Dieter, Smartphone und Tablet mit Thomas, Offener Smart- phone-Treff mit Thomas, Einzelbe- treuung mit Bärbel nach Absprache	Bürgerhaus Gemein- schaftszentrum Obervieland e. V.	Alfred-Faust-Straße 4, 28279 Bremen	69 67 30 24
Süd	Seniorenachmittag – für digitale Anfragen nutzbar, kostenfrei	Deutsches Rotes Kreuz (DRK)	DRK AKTIV Treff Ars- ten-Nord, Martin-Buber- Str. 7, 28279 Bremen	96 03 85 16, aktivtreff@drk-bremen.de
Süd	Digitale Sprechstunde, kostenfrei	Kooperation Stadtbiblio- thek Huchting & Ambulante Versorgungsbrücken e. V.	Alter Dorfweg 30–50/ im Rolandcenter, 28259 Bremen	46 11 66 70, huchting@stabi-hb.de
Süd	Lerne dein Handy kennen Kurs mit Hartmut Schwarz vom Seniorenbüro, kostenfrei, Anm. erf.	AMeB e. V.	Begegnungszentrum Habenhausen, Ohser- straße 2, 28279 Bremen	83 31 20 (mit Anruf- beantworter)
Süd	Sicher surfen mit Spaß für Men- schen ab 65 Jahren, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Kooperation Stadtbiblio- thek Huchting & m:edien- werkstatt e. V.	Alter Dorfweg 30–50/ im Rolandcenter, 28259 Bremen	0421 46 11 66 70, huchting@stabi-hb.de
Süd	Digital-Ambulanz für Senior:innen, kostenfrei	Kulturladen Huchting e. V.	Amersfoorter Straße 8, Haus G, 28259 Bremen	57 02 93
Mitte	Smartphone-, Tablet- und PC-Sprechstunde, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Seniorenbüro Bremen	Breitenweg 12, 28195 Bremen	32 05 49, www.seniorenbuero- bremen.de
Mitte	Laufende Kursangebote zu digitalen Themen, Anmeldung erforderlich, kostenfrei	Seniorenbüro Bremen	Breitenweg 12, 28195 Bremen	32 05 49, www.seniorenbuero- bremen.de
Mitte	Mediensprechstunde für Seni- or:innen, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Bremische Landesmedien- anstalt	Richtweg 14, 28195 Bremen	33 49 40, info@bremische- landesmedienanstalt.de



Mitte	Computer-Club (Laptop, Tablet, Smartphone), für Mitglieder kostenfrei, sonst 2 Euro	LAB Begegnungszentrum plus – Der Treffpunkt für Ältere und Junggebliebene	Hoppenbank 2–3, 28203 Bremen	32 60 49, info@lab-bremen.de, www.lab-bremen.de/gruppenangebote/computer-club
Mitte	Laufende Kursangebote zu PC und Smartphone, kostenpflichtig	VHS Bremen	Faulenstr. 69 & Breitenweg 2, 28195 Bremen	https://www.vhs-bremen.de/kurssuche oder im Programmheft der VHS
Mitte	Offener Smartphone-Treff (nur Android), 7 Euro pro Termin	Bürgerhaus Weserterrassen e. V.	Osterdeich 70 b, 28205 Bremen	Ingrid Kroll: 498 50 23, 0170 494 30 01, smartcomp@gmx.de
Mitte	Medienmontag 60+, kostenfrei, Anmeldung erforderlich	Zentralbibliothek	Am Wall 201, 28195 Bremen	36 12 44 65, cm@stabi-hb.de
Mitte	Digitale Sprechstunde, kostenfrei	Kooperation Zentralbibliothek & Ambulante Versorgungsbrücken e.V.	Am Wall 201, 28195 Bremen	36 12 44 65

mission! ambulant



Ambulante Pflege

Wir versorgen Sie individuell und diakonisch im eigenen Zuhause!

Rufen Sie uns an:
0421/98 96 58-0



Eine Tochter des

Verein für
Innere Mission 
in Bremen



**Mit unserem
Hausnotruf sind Sie
im Notfall nie allein!**

Sicherheit auf Knopfdruck

Seit über 10 Jahren helfen wir Menschen dabei, in Ihren eigenen vier Wänden sicher zu altern und Ihre Freiheit beizubehalten.

**Das wollen Sie auch? Dann sichern Sie sich
noch heute Ihre kostenlose Erstberatung!**

*bei Kostenzusage der Pflegekasse

www.shs-hausnotruf.de | Tel. 0421 - 247 96 590 | HB 28217

Hausnotrufsysteme

Im Alter steigt die Angst vor dem Verlust der eigenen Selbstständigkeit, etwa durch einen Sturz, einen Notfall oder andere versteckte Risiken des Alltags. Hausnotrufsysteme können eine gute Absicherung sein, um im Notfall daheim Hilfe zu bekommen. Dabei bietet es sich an, die Angebote, technischen Ausstattungen und Preise der einzelnen Anbieter zu vergleichen. Die technischen Helfer der Hausnotrufsysteme können dabei unterstützen, die Angst vor dem Verlust der Selbstständigkeit zu nehmen und für mehr Sicherheit im Alltag zu sorgen. Besonders dann, wenn Angehörige, Pflegepersonal oder das Telefon einmal nicht in Reichweite sind, bieten Hausnotrufsysteme schnelle Hilfe rund um die Uhr und sind eine Ergänzung zur Hilfe von Mitmenschen.

Nicht nur bremische Anbieter kommen hierfür in Frage, auch bundesweit werden Lösungen angeboten, die individuell angepasst werden können. Die hochwertigen und zertifizierten Geräte richten sich nach den Bedürfnissen der Nutzer:innen und funktionieren in unterschiedlichen Sprachen. Man kann einen Notfalknopf sowohl am Arm als auch als Halskette tragen. Auf diese Weise können Sie so lange wie möglich sorglos und unabhängig in Ihrem gewohnten Umfeld leben.



Begegnungen und Freizeit

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

Nachbarschaftliche Begegnungsräume in allen Stadtteilen

In den Treffpunkten können Menschen aller Altersgruppen zusammenkommen, neue Bekanntschaften schließen und gemeinsam die Freizeit gestalten. Ein vielfältiges Programm mit gemeinsamen Aktivitäten und gemütlichen Räumlichkeiten lädt zum Verweilen ein. Nachbar:innen können sich hier kennenlernen und miteinander ins Gespräch kommen.

Menschen im Alter, Hochaltrige und auch jüngere Menschen in der nachberuflichen Lebensphase sind eingeladen zu attraktiven Angeboten in barrierefreien Räumen und haben hier im öffentlichen Raum Möglichkeiten zur selbstorganisierten Alltagsgestaltung und -unterstützung.

29 Begegnungs-Zentren und -Treffs werden von der Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration gefördert. Der Besuch der Begegnungs-Zentren und -Treffs ist kostenlos. Die Zentren möchten auch bei begrenzten finanziellen Möglichkeiten der oder des Einzelnen durch kostenlose oder niedrigpreisige Angebote (Kurse, Kulturveranstaltungen, Tagesreisen) jeder Bremerin

und jedem Bremer die Teilnahme und/oder Mitwirkung ermöglichen.

Schauen Sie einmal vorbei. Es können schöne Nachmittage und Kontakte entstehen!

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

- 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 gesundheitsspezifischen Themen
- sowie regelmäßige kulturelle Veranstaltungen und Ausflüge.

Die Angebote werden in den einzelnen Einrichtungen gemeinsam mit den Besucher:innen gestaltet. Freiwillig mitwirkende, engagierte Menschen, auch mit eigenen Ideen



und Angeboten, sind herzlich willkommen. Die Leiter:innen freuen sich über Anregungen und Unterstützung. Sie fördern das freiwillige Engagement und informieren und beraten zu allen alltagsrelevanten Themen. **Die Angebote und Öffnungszeiten der einzelnen Einrichtungen erfragen Sie bitte direkt vor Ort, telefonisch oder per E-Mail.**

Mitte/West

Begegnungs-Zentrum im Turm – Findorff

Martin-Luther-Gemeinde
Neukirchstraße 86, 28215 Bremen
Tel. 0228 · 24 99 93-49
begegnungszentrum@
martin-luther-findorff.de

Begegnungs-Zentrum im Bürgerhaus Weserterrassen – Östliche Vorstadt

Osterdeich 70 b, 28205 Bremen
Tel. 54949-0, kontakt@weserterrassen.com

Begegnungs-Zentrum im Nachbarschafts- haus Helene Kaisen – Gröpelingen

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
Tel. 6 91 45 80
nachbarschaftshaus@web.de

Begegnungs-Zentrum Haferkamp – Utbremen/Walle

DRK, Haferkamp 8, 28217 Bremen
Tel. 24 05-199
bz-haferkamp@drk-bremen.de

Begegnungs-Zentrum im Bürgerhaus Oslebshausen

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

Begegnungs-Zentrum – Mitte

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

Seniorenbüro e. V. Bremen – Mitte

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

Ost

Begegnungs-Treff »Evangelische Brücken- gemeinde Bremen« – Hemelingen

Forbacher Str. 21, 28309 Bremen
Tel. 45 22 33
karin.schuedde@kirche-bremen.de

Begegnungs-Treff »Evangelische Brücken- gemeinde Bremen« – Sebaldsbrück

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

Begegnungs-Treff Horn-Lehe

Aktive Menschen Bremen e. V.
Im Hollergrund 61, 28357 Bremen
Tel. 20 40-565, bgst-hornlehe@web.de

Begegnungs-Zentrum Arbergen

Aktive Menschen Bremen e. V.
Hermann-Osterloh-Straße 117
28307 Bremen, Tel. 48 80 97

Begegnungs-Zentrum Am Siek – Osterholz (Nachbarschaftstreff am Siek im »Schweizer Viertel«)

Aktive Menschen Bremen e. V.
Am Siek 43, 28325 Bremen, Tel. 42 07 50
aktivemenschenamsiek@web.de



-  **Begegnungs-Zentrum Johanniterhaus – Horn**
Seiffertstraße 95, 28359 Bremen
Tel. 2 04 05 65
fiona.buschmann@jose.johanniter.de
www.begegnung-johanniter-hb.de
-  **Begegnungs-Zentrum Osterholz**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Sudwalder Straße 51, 28307 Bremen
Tel. 40 39 56
ameb-sudwalder@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum »Evangelische Brückengemeinde Bremen«**
Ev.-luth. Kirchengemeinde Hemelingen
Christernstraße 18a
28309 Bremen, Tel. 45 11 16
begegnung.hemelingen@kirche-bremen.de
-  **Begegnungs-Zentrum Sparer Dank – Schwachhausen**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Biermannstraße 15, 28213 Bremen
Tel. 21 22 17
bgst.sparerthank@web.de
- Senioren-Werkstatt Egstorff-Stiftung – Osterholz**
Stiftungsweg 6, 28325 Bremen
Tel. 4 27 21 14
-  **Begegnungs-Zentrum Vahrer See Nachbarschaftstreff Vahrer See im Hanna-Harder-Haus**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Berliner Freiheit 9c, 28327 Bremen
Tel. 4 68 03 30
bgst-vahrersee@web.de

BiSPi Nachbarschaftstreff e. V. – Gartenstadt Vahr

Bispinger Straße 14a, 28329 Bremen
Tel. 4 67 36 95
kontakt@bispi-bremen.de

-  **Bürgerhaus Hemelingen**
Godehardstraße 4, 28309 Bremen
Tel. 45 61 98
info@buergerhaus-hemelingen.de
www.buergerhaus-hemelingen.de

-  **Bürgerhaus Mahndorf**
Mahndorfer Bahnhof 10
28307 Bremen, Tel. 48 58 15
info@buergerhaus-mahndorf.de

-  **Familien- und Quartierszentrum Neue Vahr Nord e. V.**
August-Bebel-Allee 284, 28329 Bremen
Tel. 69 69 61 87
silke.frey@afsd.bremen.de

-  **Quartierszentrum Schweizer Viertel**
St.- Gotthard-Str. 33, 28325 Bremen
Tel. 36 11 81 75
aykut.tasan@afsd-bremen.de

-  **Löwentreff/Vahrer Löwen Gartenstadt Vahr**
Vahrer Löwen e. V.
Eislebener Straße 31a, 28329 Bremen
Tel. 46 91 68 oder 9 59 13 48
info@vahrer-loewen.de

-  **Treff Waschhaus e. V. – Neue Vahr Süd**
Ludwig-Beck-Str. 2a
28327 Bremen
Tel. 47 89 43 29
info@treffwaschhaus.de



-  **Mehrgenerationenhaus
Bremen-Schweizer Viertel**
Graubündener Str. 10, 28325 Bremen
Tel. 43 81 90 10
marina.aydt@bremer-heimstiftung.de
-  **Quartiersbildungszentrum Blockdiek**
Düsseldorfer Straße 2a, 28327 Bremen
Tel. 36 18 92 71, spfeiffer@hwst.de
-  **Quartierszentrum Tenever**
Mütterzentrum Osterholz Tenever e.V.
Otto-Brenner-Allee 44–46
28325 Bremen, Tel. 42 40 96
verwaltungszentrum@
muetterzentrum-tenever.de
-  **Familienzentrum Mobile**
Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen
Tel. 36 11 66 01
heike.schilling@afsd.bremen.de
-  **Quartierstreff Rostocker Straße**
Rostocker Straße 46, 28329 Bremen
Tel. 36 18 11 95, rita.saenze@afsd.bremen.de
- Süd**
-  **Begegnungs-Zentrum Buntentor**
Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Buntentorsteinweg 114
28201 Bremen, Tel. 55 15 00
-  **Begegnungs-Zentrum
Bürgerhaus Obervieland**
Alfred-Faust-Straße 4, 28279 Bremen
Tel. 69 67 30 20, info@bgo-bremen.de
-  **Aktiv-Treff Arsten**
Martin-Buber-Straße 7, 28279 Bremen
Tel. 69 68 11 20
jasmin.bohlmann@drk-bremen.de

-  **Begegnungs-Zentrum Habenhausen**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Ohserstraße 2, 28279 Bremen
Tel. 83 31 20
-  **Begegnungs-Zentrum Helga-Jansen-Haus –
Huchting/Sodenmatt**
Aktive Menschen Bremen e. V.
An der Schüttenriehe 8, 28259 Bremen
Tel. 58 33 75
bgst-huchting1@web.de
-  **Begegnungs-Zentrum Woltmershausen**
Aktive Menschen Bremen e. V.
Woltmershauser Straße 310
28197 Bremen, Tel. 54 62 70
bgst-woltmershausen@web.de
-  **Bürgerhäuschen Kattenturm**
Bürgerhaus Obervieland
Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen
Tel. 69 67 30 20
info@bgo-bremen.de
-  **Quartierszentrum am Sonnenplatz**
Theodor-Billroth-Str. 30–38
Tel. 69 64 29 76
sandra.ahlers@afsd.bremen.de
-  **Café Carl – Huchting/Kirchhuchting**
Carl-Hurtzig-Straße 30
28259 Bremen, Tel. 98 88 57 88, -90
-  **Café Rosengarten –
Huchting/Mittelshuchting**
Antwerpener Str. 22
28259 Bremen, Tel. 69 61 6 60
-  **Klönhof – Huchting/Sodenmatt**
Nimweger Straße 11
28259 Bremen, Tel. 2 58 42 10

 Rosencafé/Gartenstadt Süd

Thedinghauser Straße 115a
28201 Bremen
Tel. 69 69 99 99

 **Treff Gesunde Nachbarschaft –
Huchting/Kirchhuchting**

Kirchhuchtinger Landstraße 143
28259 Bremen, Tel. 6 99 31 73
g.guttchen@paritaet-bremen.de

 Quartierszentrum Huckelriede

Niedersachsendamm 20a
28201 Bremen, Tel. 5 37 47 52
huckelriede@martinsclub.de

 **Bürger- und Sozialzentrum –
Huchting/Sodenmatt**

Amersfoorter Straße 8
28259 Bremen, Tel. 83 00 92 00
info@bus-huchting.de

 Ambulanter Betreuungsdienst

Große Johannistraße 141–147
28199 Bremen
Tel. 427 0 7 99-0
MeinWohl@sozialwerk-bremen.de

Nord

 Begegnungszentrum der Ev. Kirchengemeinde Bremen-Blumenthal

Martin-Luther-Gemeinde
Wigmodistraße 33, 28779 Bremen
Tel. 6 09 69 02
begegnung.blumenthal@kirche-bremen.de

 Begegnungs-Zentrum Farge

Aktive Menschen Bremen e. V.
Farger Straße 136, 28777 Bremen
Tel. 68 23 85, bgst-farge@web.de

 **Begegnungs-Zentrum Luise Morgenthal –
Grambke**

Aktive Menschen Bremen e. V.
Grönlandstraße 8, 28719 Bremen
Tel. 64 17 16, bgst-grambke@web.de

 Quartiersmanagement MarBel

Helsingborger Str. 36, 28719 Bremen
Tel. 0176 858 00 920
qm-marssel@afsd.bremen.de

 Begegnungs-Zentrum St. Magnus

Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Magni
Unter den Linden 24, 28759 Bremen
Tel. 62 16 01
bz.st-magnus@kirche-bremen.de

**Haus der Zukunft – Mehrgenerationenhaus
– Quartierzentrum**

Lüssumer Heide 6, 28777 Bremen
Tel. 36 17 92 93
oemer.kaya@afsd.bremen.de

 Senioren-Kreativ-Treff

**SKT im Bürgerhaus Gustav Heinemann
Vegesack**

Kirchheide 49, 28757 Bremen
Tel. 6 59 97 22, f.voelkel@
kulturbuero-bremen-nord.de

 Quartiersverbund Blumenthal

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

 Quartiersverbund Grohn

Bydolekstraße 5, 28759 Bremen
Tel. 6 59 37 14
carola.schulz@afsd.bremen.de



Die Lampendreher

Mit den Lampendrehern kommen ehrenamtliche Helfer:innen ins Haus und erledigen kleine handwerkliche Arbeiten für Senior:innen. Neue Glühbirnen werden eingeschraubt, quietschende oder klemmende Schubladen und Türen gängig gemacht, der abgerissene Duschvorhang oder das Verdunklungsrollo befestigt ... und vieles mehr!

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

Aktuelle Lampendreher-Angebote:

Ev. Gemeinde Gröpelingen und Oslebshausen

Ritterhuder Heerstr. 3, 28239 Bremen
Tel. 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 40).

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

Findorff

Münchener Straße 58, 28215 Bremen
Tel. 221 05 67 (Freitag und Samstag)

Blumenthal

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



Gröpelingen (Repair- und Nähcafé)

Mosaik, Liegnitzstraße 26, 28237 Bremen
Tel. 9899700
jeden Donnerstag (10 Uhr)

Ost

Ev. Kirchengemeinde in der Neuen Vahr,
August-Bebel-Allee 276, 28329 Bremen
Tel. 0162 731 34 52
christoph.busse@kirche-bremen.de
jeden Samstag (10–14 Uhr)

Neue Vahr

In der Fahrradwerkstatt im Ellener Hof,
Ilse-Kaisen-Straße 30, 28237 Bremen
Tel. 17 53 70 72
jeden Montag (16–19 Uhr)

Mehrgenerationenhaus Stuhr

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

Neustadt

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

Lilienthal Murkens Hof

Klosterstraße 25, 28865 Lilienthal
Tel. 04298 · 92 92 37

Bremen Nord

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

Markthalle 8

Domshof 8, 28195 Bremen
Tel. 9896970
jeden zweiten Samstag im Monat (11 Uhr)

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

Angebote in Bremer Kirchengemeinden

Sich treffen und austauschen, dabei eine gute Zeit haben und neue Menschen kennenlernen, viele Kirchengemeinden laden dazu in ihre Zentren ein. Bewegungsangebote, Filmnachmittage, Spieltreffs, gemeinsames Kochen oder auch thematische Veranstaltungen und Ausflüge sind nur einige Beispiele der bunten Angebotsvielfalt. Die Gruppen werden von haupt- und ehrenamtlichen Mitarbeiter:innen der jeweiligen Häuser organisiert und geleitet. Auch für persönliche Anliegen gibt es in den Kirchengemeinden und Einrichtungen ein offenes Ohr. Sprechen Sie die Kirchengemeinden gerne an.

Wo das nächste Gemeindezentrum in ihrer Nähe liegt, welche Angebote es dort gibt und wer Ansprechpartner:in ist, erfahren Sie über den QR-Code und über die Homepage **www.kirche-bremen.de**





Neu in ganz Bremen seit 1. Januar 2026: Die Bremer Hausbesuche

Ein offenes Ohr für Sie!

Ab dem 1. Januar 2026 starten die Bremer Hausbesuche in der gesamten Stadt Bremen – ein kostenloses, freiwilliges und vertrauliches Beratungsangebot für alle Seniorinnen und Senioren der Stadt Bremen.

Ziel ist es, ältere Bürgerinnen und Bürger in ihrem Wunsch nach einem aktiven und selbstbestimmten Leben zu unterstützen. Die Hausbesuche sind ein kostenloses, freiwilliges und vertrauliches Angebot der Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration, das in Kooperation mit den großen Wohlfahrtsverbänden organisiert wird.

Wer kann das Angebot nutzen?

Grundsätzlich steht der Bremer Hausbesuch allen Seniorinnen und Senioren in Bremen offen, die sich aktiv bei den regionalen Ansprechpersonen melden. Unabhängig davon erhalten alle Bürgerinnen und Bürger, die den Geburtstagsbrief der Senatorin zum 80. Geburtstag zugeschickt bekommen, automatisch eine Einladung für diesen Besuch.

Inhalt und Durchführung

Qualifizierte Fachkräfte der Wohlfahrtsverbände kommen auf Wunsch nach Hause, um in einem persönlichen Gespräch über Unterstützungs- und Freizeitangebote im jeweiligen Stadtteil zu informieren. Alle Fra-



gen rund um das Älterwerden können dabei beantwortet werden.

Die Beratung kann auch telefonisch, per Videokonferenz oder an einem Wunschort stattfinden. Durch das Angebot sollen Seniorinnen und Senioren gut informiert und vernetzt in Bremen leben.

Die Trägergemeinschaft

Die Bremer Hausbesuche werden von folgenden Wohlfahrtsverbänden getragen:

- AWO Soziale Dienste gemeinnützige GmbH
- Deutscher Caritasverband e. V.
- Deutsches Rotes Kreuz e. V.
- Der Paritätische Wohlfahrtsverband e. V.



Kontaktstellen nach Region

	Träger	Anschrift	Tel	E-Mail	Besuchskraft
Nord Blumenthal Burglesum Lesum Vegesack	Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste Bremen mbH (PGSD)	Stadthaus Vegesack, Gerhard-Rohlfs-Str. 62 28757 Bremen	0421 98 99 29 41	bhb.nord@pgsd.de	Jaqueline Jüling
Süd Buntentor Huchting Huckelriede Neustadt Obervieland Seehausen Strom Woltmershausen	Caritasverband Bremen e. V.	Kornstraße 37 I 28201 Bremen	0421 877 93 52	bhb.sued@caritas-bremen.de	Tanja Sonnenberg Martina Kreienborg
Ost Hemelingen Osterholz Vahr	AWO Soziale Dienste gemeinnützige GmbH	Ludwig-Roselius-Allee 181 28325 Bremen	0176 56 98 69 47	BHB.Ost@awo-bremen.de	Tatjana Weil-Hof
West Altstadt Blockland Findorff Gröpelingen Häfen Walle	AWO Soziale Dienste gemeinnützige GmbH	Borgfelder Str 17 28215 Bremen	0159 06 16 05 28	BHB.West@awo-bremen.de	Franziska Brüggemann
Mitte Hastedt (Hemelingen) Mitte Schwachhausen Mitte) Östliche Vorstadt	Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Bremen e.V.	Löwenhof I 28217 Bremen	0421 340 32 09	bhb.mitte@drk-bremen.de	Doreen Wehr
Mitte-Ost Borgfeld Horn-Lehe Oberneuland Schwachhausen Nord	Paritätische Gesellschaft für soziale Dienste Bremen mbH (PGSD)	Brucknerstr. 15 28359 Bremen	0421 98 99 29 42	bhb.mitte-ost@pgsd.de	Sarah Tréfás



Begegnung

Aufsuchende Altenarbeit wird darüber hinaus in einzelnen Stadtteilen angeboten:

Mitte

Viertelfreunde
Hoppenbank 2–3
28203 Bremen
Tel. 43 48 39 46
m.wilkens@viertelfreunde.de

Neustadt

Caritasverband Bremen e.V.
Kornstr. 371
28201 Bremen
Tel. 87 79-352
aufsuchende.altenarbeit@
caritas-bremen.de

Hemelingen

Seniorenberatung/Familienzentrum
MOBILE
Hinter den Ellern 1A
28309 Bremen
Tel. 36 11 66 06
gaby.doenselmann@afsd.bremen.de

Vahr

Vahrer Löwen e. V.
Heideplatz 1
28239 Bremen
Tel. 9 59 13 48
koordination@vahrer-loewen.de

Gröpelingen

Nachbarschaftshaus Helene Kaisen
Beim Ohlenhof 10
28239 Bremen
Tel. 6 91 45 85, aufsuchende-
altenarbeit-groepelingen@web.de

Obervieland

Evangelische Thomas-Gemeinde
Soester Straße 42a–c
28277 Bremen
Tel.: 82 20 23
ov.aufsuchende-altenarbeit@
kirche-bremen.de

Blumenthal

Aufsuchende Altenarbeit der
Evangelischen Kirchengemeinde
Bremen-Blumenthal
Wigmodistr. 33, 28779 Bremen
Tel. 6 09 69 02
aufsuchende-altenarbeit.blumenthal
@kirche-bremen.de

» In netter
Gesellschaft ...

gut umsorgt.«

In unseren **Tagespflegeeinrichtungen** bieten wir Ihnen ein abwechslungsreiches Programm in Wohlfühl-Atmosphäre und netter Gemeinschaft. Vereinbaren Sie einen Kennenlerntermin: **Tagespflege Gröpelingen:** Tel. 0421-61 87-105
Tagespflege Vahr: Tel. 0421-2 77 21 01

www.awo-bremen.de
www.jobs-awo-bremen.de



Bremen



Der »Aktivierende Hausbesuch«

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

Vom DRK ausgebildete Übungsleiter:innen besuchen die älteren Menschen zu Hause. Zugeschnitten auf die individuellen Bedürfnisse werden unter kompetenter Anleitung vielseitige Übungen gezeigt, zu-

sammen ausprobiert und geübt. Ziel ist es u. a., mehr Sicherheit bei der Bewältigung von Alltagsaufgaben, ein verbessertes Körpergefühl und mehr Mobilität innerhalb und außerhalb der Wohnung zu erlangen.

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

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

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



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

Willkommen bei uns!



Bremen-Oberneuland



Bremen-Findorff

K&S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland
Mühlenfeldstraße 38 | Telefon 0421 33014
bremen-oberneuland.ks-gruppe.de

K&S Seniorenresidenz Bremen-Findorff
Rudolf-Alexander-Schröder-Str. 2 | Telefon 0421 27630
bremen-findorff.ks-gruppe.de



Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit

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

Der Internetauftritt

www.soziales.bremen.de

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

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

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

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

Referat 21 – Bürgerschaftliches Engagement, Familienförderung und -politik und LSBTIQ*
 Bahnhofplatz 29, 28195 Bremen
 Mehmet Büyükgöncü, Tel. 361-4107
 mehmet.bueyeukgoencue@soziales.bremen.de

Die Freiwilligen-Agentur

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

Die Arbeitsschwerpunkte sind:

Beratung

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

Qualifizierung

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

Eigene Programme

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

Öffentlichkeitsarbeit

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

Freiwilligen-Agentur Bremen

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



Die Betreuungsvereine

Die Betreuungsvereine im Land Bremen setzen sich für die Gewinnung und Beratung ehrenamtlicher rechtlicher Betreuer:innen ein. Gesucht werden engagierte Bürger:innen mit den unterschiedlichsten beruflichen und persönlichen Erfahrungen, die bereit sind, eine ehrenamtliche Betreuung zu übernehmen.

In diesem wichtigen Ehrenamt unterstützen sie Menschen dabei, ihre rechtlichen Angelegenheiten zu besorgen.

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

Während ihrer Tätigkeit stehen ehrenamtlichen Betreuer:innen umfangreiche Unterstützungs- und Beratungsangebote bei den Betreuungsvereinen zur Seite. Bei Interesse und Fragen melden Sie sich gerne bei:

Betreuungsverein Deutsches Rotes Kreuz

Referat Betreuungsrecht
Wachmannstraße 9, 28209 Bremen
Tel. 3 40 31 40
betreuungsrecht@drk-bremen.de

Betreuungsverein Hilfswerk Bremen e.V.

Vegesacker Straße 59, 28217 Bremen
Tel. 222 15 23
betreuungsverein@hilfswerk-bremen.de

Betreuungsverein Bremerhaven e.V.

Stedinger Straße 2, 27568 Bremerhaven
Tel. 0471 95 45 9-0
info@betreuungsverein-bremerhaven.de

Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs

Sämtliche Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte für Menschen in der nachberuflichen Lebensphase (Anschriften ab Seite 40) 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.

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
Tel. 6 91 45-80, ameb_08@web.de

Deutsches Rotes Kreuz

Löwenhof 1, 28217 Bremen
Tel. 3 40 30, info@drk-bremen.de

Nachbarschaftshaus Helene Kaisen

Beim Ohlenhof 10, 28239 Bremen
Tel. 6 91 45-80
nachbarschaftshaus@web.de

Bürgerhaus Weserterrassen e. V.

Osterdeich 70b, 28205 Bremen
Tel. 5 49 49-0

kontakt@weserterrassen.com

Bürgerhaus Oslebshausen e. V.

Am Nonnenberg 40, 28239 Bremen
Tel. 64 51 22

info@bghosl.de

Bürgerhaus Gemeinschaftszentrum Obervieland e. V.

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

info@bgo-bremen.de

Bürgerhaus Gustav Heinemann Vegesack

Kirchheide 49, 28757 Bremen
Tel. 6 59 97 22

f.winter@kulturbuero-bremen-nord.de

Lange Aktiv Bleiben e. V. (LAB)

Hoppenbank 2–3, 28203 Bremen
Tel. 32 60 49, info@lab-bremen.de

Seniorenbüro e. V. Bremen

Breitenweg 12, 28195 Bremen
Tel. 32 05 49, Mo.–Mi. 9–12 Uhr
info@seniorenbuero-bremen.de

Vahrer Löwen e. V.

Eislebener Straße 31a, 28329 Bremen
Tel. 9 59 13 48
info@vahrer-loewen.de

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

Weitere Ansprechpartner:innen zur freiwilligen Mitwirkung sind z. B.:**Besuchs- und Begleitdienste für ältere, alleinlebende Menschen**

(siehe ab Seite 48)

Ambulante Versorgungsbrücken e. V.

Humboldtstraße 126, 28203 Bremen
Tel. 6 96 42 00, Mo.–Fr. 9–13 Uhr
info@ambulante-versorgungsbruecken.de
www.ambulante-versorgungsbruecken.de

Verein für Blinde

Biermannstraße 17, 28213 Bremen
Tel. 7 43 42, info@verein-fuer-blinde.de

Bremer Suppenengel e. V.

Theodor-Heuss-Allee 8, 28215 Bremen
Tel. 14 91 88 75, info@suppenengel.de

Bremer Tafel e. V.

- Brauerstraße 13, 28309 Bremen
Tel. 4 34 19 59, info@bremertafel.de
- Bremer Heerstraße 8e, 28719 Bremen
Tel. 69 67 58 86, burg@bremertafel.de
- Obervielander Str. 73, 28259 Bremen
Tel. 4 14 39 59
- Seniorentafel im BGO
(Bürgerhaus Obervieland)
Alfred-Faust-Straße 4, 28279 Bremen
- Seniorentafel im Nachbarschaftstreff
Vahrer See im Hanna-Harder-Haus
Berliner Freiheit 9c, Zugang Otto-Suhr-Str.

Bremer Tierschutzverein e. V.

Hemmstraße 491, 28357 Bremen
Tel. 35 11 33
info@bremer-tierschutzverein.de



Die Freiwilligen der Bremer vhs

Faulenstraße 69, 28195 Bremen
Tel. 361-59522
freiwillige@vhs-bremen.de

Gehörlosenzentrum Bremen e. V.

Schwachhauser Heerstraße 266
28359 Bremen, Tel. 223 1131
info@villa-bremen.de

Grüne Damen und Herren

RKK-Krankenhaus, St.-Pauli-Deich 24
28199 Bremen, Frau Hertel-Weinmann
Tel. 0173 6464110
a.hertel-weinmann@web.de

Fachstelle Alter, forum Kirche

Hollerallee 75, 28209 Bremen
Tel. 3461558
bettina.schuerg@kirche-bremen.de

Heim-Mitwirkung

Rembertistraße 9, 28203 Bremen
Tel. 33659120, info@heim-mitwirkung.de

hospiz:brücke

Lange Reihe 102, 28219 Bremen
Tel. 380240, k.schnelle@hospiz-bruecke.de

Hospizhilfe Bremen e. V.

Außer der Schleifmühle 35/37
28203 Bremen, Tel. 324072
info@hospiz-bremen.de

Hospiz Horn e. V.

Riekestraße 2, 28359 Bremen
Tel. 235235, info@hospiz-horn.de

Hospizverein Bremen

Lebens- und Sterbebegleitung e. V.

St.-Jürgen-Straße 160, 28203 Bremen,
Tel. 4092828, info@hospizverein-bremen.de

Landessportbund Bremen e.V.

Hutfilterstr. 16–18, 28195 Bremen
Tel. 792870, info@lsb-bremen.de

Nachbarschaftsinitiative Grohner Düne e. V.

Bydolekstraße 5, 28759 Bremen
Christian Ganske, Tel. 0152 36275856
christian.ganske@afsd.bremen.de

Oma- und Opa-Hilfsdienst

Mahndorfer Bahnhof 10, 28307 Bremen
Tel. 530153, post@oma-opa-hilfsdienst.de

Seniorenvertretung Bremen

Hutfilterstraße 1–5, 9. Etage
28195 Bremen, Tel. 3616769
seniorenvertretung@
seniorenvertretung-bremen.de

St. Michaelis Gemeinde – Sonntagstreff

Doventorsteinweg 51, 28195 Bremen
Tel. 171753, buero.mirjam@
kirche-bremen.de

Treff Gesunde Nachbarschaft

Kirchhuchtinger Landstraße 143
28259 Bremen, Tel. 6993173
Gerd Guttchen, g.guttchen@pari-
taet-bremen.de



- Begleitung und Beratung von Schwerstkranken
- Gruppen- und Einzelangebote für Trauernde
- Regelmäßige Hospizkurse für ehrenamtliche Sterbebegleiterinnen und -begleiter

Telefon: 0421 - 235 235 · Email: info@hospiz-horn.de
www.hospiz-horn.de



Gesprächsgruppe für Senior:innen

Das höhere Lebensalter hält Veränderungen bereit, die häufig nicht so leicht zu bewältigen sind: Verlust von nahen Menschen, körperliche Einschränkungen, die nicht selten zu weniger Kontakten führen, Krankheit, weniger positive Erlebnisse insgesamt, Einsamkeitsgefühle, Ängste, zum Teil auch depressive Stimmungen, aber auch ganz normale Alltagsprobleme usw.

Die Gesprächsgruppe bietet hier die Möglichkeit, sich untereinander in einem geschützten Raum über die jeweils eigenen Themen auszutauschen.

Die dabei gemachte Erfahrung, dass man nicht allein mit derlei Problemen konfrontiert ist, dass andere Menschen ähnliche Erfahrungen machen, kann entlastend wirken und den Eindruck erzeugen, verstanden und in der Gruppe aufgehoben zu sein.

Moderiert wird die Gruppe durch eine pädagogische Mitarbeiterin.

Die Teilnahme ist kostenfrei.

Begegnungszentrum LAB

Hoppenbank 2–3, 28203 Bremen
14-tägig von 10:15–12:15 Uhr
(Montag bzw. Dienstag)
Tel. 32 60 49



Wir beraten
Sie gern:

gewoba.de/serviceberater

0421 36 72-1 70

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

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

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

GEWOBA
EINE FÜR ALLE



Bildung



Hobby

Bildung und Kultur, Hobby und Sport

»Rentner:innen haben jeden Tag Urlaub und immer Freizeit«, hört man gelegentlich. Das ist nicht völlig aus der Luft gegriffen, steht doch nun in der nachberuflichen Phase freie Zeit scheinbar grenzenlos zur Verfügung. Doch was tun mit der vielen Freizeit? Neben den unterschiedlichen Möglichkeiten der ehrenamtlichen Mitwirkung in diversen Projekten und Vereinen (siehe ab Seite 54) ist für viele Senior:innen endlich die Gelegenheit gegeben, sich ausführlich einem Hobby zu widmen, sich weiterzubilden, zahllose Bücher zu lesen, eigene Kenntnisse und Erfahrungen weiterzugeben oder, ebenso häufig, als Reisende die Welt intensiver zu erkunden. Einige Hinweise zur »Freizeitgestaltung« sind in den Abschnitten

- Begegnungs-Zentren, Begegnungs-Treffs, Bürgerhäuser und andere Treffpunkte (siehe ab Seite 40)
- Bürgerschaftliches Engagement, Ehrenamt, Freiwilligenarbeit (siehe ab Seite 54) genannt.

Sport

Die Zusammenhänge von körperlicher Bewegung, dem Training der geistigen Beweglichkeit und grundsätzlichen Anforderungen an die Ernährung zur allgemeinen Fitness im Alter und zur Demenzprophylaxe sind

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

Immer mehr Sportvereine richten ihre Angebote speziell auf Senior:innen aus, denn gerade im fortgeschrittenen Alter haben viele Menschen Zeit und Lust, ihre Freizeit aktiv, gesundheitsbewusst und gemeinsam zu gestalten. Hier einige Ansprechpartner für sportliche Aktivitäten in Gruppen:

Bundesverband Seniorentanz e. V.

Hemmstraße 202, 28215 Bremen

Tel. 44 11 80, verband@erlebnis-tanz.de

Bremer Bäder GmbH

Wilhelm-Herbst-Str 7, 28359 Bremen

Tel. 69 15 10, info@bremer-baeder.de

Landessportbund e. V.

Hutfilterstr. 16–18, 28195 Bremen

Tel. 79 28 70, Fax 7 18 34



Eine Übersicht aller Bremer Sportvereine in Bremen erhalten Sie beim

Sportamt Bremen

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

Fitness

Fitness bezeichnet körperliches und geistiges Wohlbefinden infolge sportlicher Betätigung. Neben den Sportvereinen, -verbänden und Bädern sind es zunehmend die privatwirtschaftlich geführten Fitnesscenter, 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 behalten werden, dass man sich für einen meist längeren Zeitraum an dieses Center vertraglich bindet.

Hier folgen einige Fitnesscenter und -dienste in der Stadt, die die Herausgeber im



Wir sind für Sie da. Das Akutkrankenhaus mit Expertenruf

- › Zertifiziertes Gefäßzentrum mit Gefäßchirurgie / Radiologische Gefäßdiagnostik / Aortenzentrum
- › Zertifiziertes Rheumazentrum mit Tagesklinik / Ambulanz / Rheumachirurgie
- › Zertifiziertes Endoprothetikzentrum / Orthopädie
- › Unfallchirurgie / Traumazentrum / BG
- › Schmerzzentrum mit stationären Betten und Ambulanz
- › Bluthochdruck-, Herz- und Nierenerkrankungen / Dialyse
- › Kardiologie mit Herzkatheterlabor
- › Allgemein- und Viszeralchirurgie / Behandlung von Tumoren im Magen-Darm-Trakt / zertifiziertes Hernienzentrum
- › Ambulantes OP-Zentrum / Zentrum für Physikalische Medizin

Akademisches Lehrkrankenhaus der Medizinischen Hochschule Hannover

St.-Pauli-Deich 24, 28199 Bremen
Telefon 0421 / 55 99-0
www.rotekreuzkrankenhaus.de

**Rotes Kreuz
Krankenhaus**





Bildung



Hobby

Internet gefunden haben. Eine Bewertung der einzelnen Center kann an dieser Stelle nicht erfolgen. Bitte informieren Sie sich selbst und nehmen Sie Ihre eigene Bewertung vor.

Bremen 1860

Baumschulenweg 6, 28213 Bremen
Tel. 21 1860, info@bremen1860.de

Bremer Turnvereinigung v. 1877

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

Corana Vita

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

Der aktivierende Hausbesuch des DRK

Mirko Westermann
Tel. 3 40 31 01
dlz-schwachhausen@drk-bremen.de

Fitx Bremen Oslebshausen

Schragestraße 4, 28239 Bremen
Tel. 69 19 47 72

Eisenhauer Training

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

BZ Schwachhausen

Wachmannstraße 9a, 28209 Bremen
Tel. 34 03 156
bz-schwachhausen@drk-bremen.de

Meine Wohlfühlzeit – Bewegungs- u. Ernährungszentrum f. Frauen

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

SG Findorff e. V.

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

Studio Am Stern

Wachmannstr. 5 & 7, 28209 Bremen
Tel. 1 68 21 58
unser@StudioAmStern.de

Turnverein Bremen-Walle 1875 e. V.

Hans-Böckler-Str. 1a, 28217 Bremen
Tel. 3 80 77 33, info@tv1875.de

Tura Sportplus- und Gesundheitsstudio

Lissaer Str. 60, 28237 Bremen
Tel. 61 34 10, info@tura-bremen.de

TV Eiche Horn

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

Vital- und Fitclub

Martinistr. 61, 28195 Bremen
Tel. 0172 4070285

Die Bremer Volkshochschule

»Lernen kennt kein Alter«

Die Bremer Volkshochschule bietet ein vielfältiges, modernes Kursprogramm für jedes Interesse und jeden Geldbeutel. Oft entstehen dabei ganz automatisch neue Kontakte und anregende Begegnungen. Das aktuelle Angebot finden Sie online unter www.vhs-bremen.de oder als gedrucktes Programmheft bei:



Bremer Volkshochschule

Faulenstraße 69, 28195 Bremen
Tel. 361-1 23 45
Mo.–Fr. 7–18 Uhr, www.vhs-bremen.de

Regionalstelle Ost

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

Regionalstelle Süd

Theodor-Billroth-Straße 5
28277 Bremen, Tel. 361-1 19 11

Regionalstelle West

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

Regionalstelle Nord

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

Weiterbildung für Senior:innen

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

Universität Bremen,

Akademie für Weiterbildung

Seniorenstudium
Bibliothekstraße (Zentralbereich)
28359 Bremen, Tel. 218-6 16 10

senioren@uni-bremen.de
Mo.–Fr. 9–12 Uhr und 13–15 Uhr

»Universität der 3. Generation« (AWO Bremen)

Projektleitung
Auf den Häfen 30–32, 28203 Bremen
Tel. 0176 2203 30 36
uni-der-dritten-generation@awo-bremen.de

Staats- und Universitätsbibliothek

Bibliothekstraße 9, 28359 Bremen
Tel. 218-5 95 00

Bibliotheken

Sie werden überrascht sein, wie vielfältig lebenslanges Lernen ist! Ganz gleich, ob die Urlaubsplanung ansteht, die Enkel zu Besuch kommen oder Sie einfach mal etwas Neues ausprobieren möchten – die Bremer Bibliotheken haben für alle Interessen ein breites Angebot. Mit Verbrauchertipps, Sachbüchern und Zeitschriften sind Sie in allen Lebenslagen immer aktuell beraten. Auch für die Freizeit gibt es eine große Auswahl: Von aktuellen Bestsellern als Roman oder Hörbuch bis zum großen Film- und Musikangebot – hier ist für jeden Geschmack etwas dabei. Und spätestens, wenn zu kleine Buchstaben das Lesevergnügen einschränken, ist es höchste Zeit, mal E-Books auszuprobieren. Auch dafür gibt es kostenlose Einführungen und persönliche Beratung. Übrigens bieten die Bibliotheken auch einen kostenlosen Internetzugang an.



Bildung



Hobby

In vielen Bibliotheken finden Veranstaltungen statt – entdecken auch Sie Ihren monatlichen Lieblingstermin. Überwiegend sind die Bibliotheksangebote vor Ort kostenlos. Nur wenn Sie Medien ausleihen möchten, wird ein Bibliotheksausweis benötigt, und den gibt es für Verrentete häufig sogar ermäßigt. Es lohnt sich also, bei der Bibliothek in Ihrer Nähe einmal vorbeizuschauen.

Stadtbibliothek Zentralbibliothek

Am Wall 201, 28195 Bremen
Tel. 36 1-24465

Stadtteilbibliothek Gröpelingen

Gröpelinger Bibliotheksplatz 1
28237 Bremen, 36 1-14670

Stadtteilbibliothek Huchting

Im »Roland-Center«, 28259 Bremen
Tel. 36 1-16670

Stadtteilbibliothek Lesum

Hindenburgstraße 31, 28717 Bremen
Tel. 36 1-7142

Stadtteilbibliothek Osterholz

Walliser Straße 125, 28325 Bremen
Tel. 36 1-3632

Stadtteilbibliothek Vahr

Im Einkaufszentrum Berliner Freiheit 11
28327 Bremen, Tel. 36 1-59875

Stadtteilbibliothek Vegesack

Aumunder Heerweg 87, 28757 Bremen
Tel. 36 1-7244

Bibliotheksbus

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

Bibliotheksvereine

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

Bücherei Blumenthal e. V.

Mühlenstr. 70, 28779 Bremen
Tel. 52404783

Bibliothek Walle (Förderverein)

Schleswiger Straße 4, 28219 Bremen
Tel. 3887073

Buche – Förderverein

Bibliothek Hemelingen

Parsevalstraße 2, 28309 Bremen
Tel. 414181

BuchHorn – Förderverein

Bibliothek Horn-Lehe

Schulzentrum Horn, Vorkampsweg 97
28357 Bremen, Tel. 36 116804



Kulturatelier – Freiraum für Menschen mit Demenz und ihre pflegenden Angehörigen

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

Das Angebot richtet sich an Menschen mit Demenz und deren pflegende Angehörige. Wöchentlich gibt es Treffen in der Gemeinde von Unser Lieben Frauen (dienstags) und der Gemeinde Horn (donnerstags). Die Teilnahme ist kostenfrei.

Informationen und Anmeldung:

Babette Ehlers, Tel. 016097701429
babette.ehlers@kirche-bremen.de

Fachstelle Alter der Bremischen Ev. Kirche – Fortbildungen rund um Themen des Älterwerdens

Die Fachstelle Alter im Ev. Bildungswerk bietet eine Vielfalt an Veranstaltungen und Fortbildungen zu Themen des Älterwerdens, z. B. Wohnen, Vorsorge, Digitalisierung. Das Programm erscheint halbjährlich, viele Veranstaltungen sind kostenfrei.

Fachstelle Alter der Bremischen Ev. Kirche

Hollerallee 75, 28209 Bremen
Bettina Schürg, Tel. 346 15 58,
www.kirche-bremen.de/aelterwerden





Gesundheit und Ernährung

Rehabilitation (Reha)

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

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

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

Weitere Informationen bei den Pflegestützpunkten (siehe Seite 16).





Adressen von Anbietern ambulanter Rehabilitationsmaßnahmen

RehaZentrum Bremen

Senator-Weßling-Straße 1
28277 Bremen, Tel. 8 06 06-3

Residenz-Reha-Kliniken

Bürgermeister-Spitta-Allee 47
28329 Bremen, Tel. 3 36 30-0

Neurologisches Rehabilitationszentrum Friedehorst

Rotdornallee 64, 28717 Bremen
Tel. 2774370

Mobile Reha Bremen GmbH

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

Medizinische Versorgung für ältere Menschen/Geriatrie

Ältere Menschen leiden oft an mehreren sehr unterschiedlichen, meist chronischen Krank-

heiten und sind bei diversen Fachärzt:innen in Behandlung. Die Geriatrie ist eine medizinische Spezialdisziplin, die sich mit den körperlichen, geistigen, funktionalen und sozialen Aspekten in der Versorgung alter Patient:innen sowie deren spezieller Situation am Lebensende befasst.

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

Krankenhaus St. Joseph-Stift Bremen

Schwachhauser Heerstraße 54
28209 Bremen

Klinikum Bremen-Nord gGmbH

Hammersbecker Str. 228, 28755 Bremen

Klinikum Bremen-Ost gGmbH

Züricher Straße 40, 28325 Bremen



Sozialwerk

Gut betreut aktiv bleiben!

An 5 Bremer Standorten



Wir helfen Menschen.

www.sozialwerk-bremen.de ☎ 0421-64 90 00

**Ambulanter
Betreuungsdienst**

Service-Wohnen

Tagespflege

Stationäre Pflege





Gesundheit



Mobilität

Menübringdienste

Natürlich kann man sich das Essen liefern lassen, um es zu Hause einzunehmen. Das erspart das Einkaufen und die Vorbereitung am Herd. Verschiedene Menübringdienste stehen mit ihren unterschiedlichen Menü-Angeboten zur Auswahl. Deren Zubereitungs- und Warmhaltetechniken sind inzwischen sehr verbessert worden, so dass ein schmackhaftes, ausreichend warmes und wechselndes Menü angeliefert werden kann. »Essen auf Rädern« kann man sich zunächst auch auf Probe bestellen. So lässt sich testen, wie die Menüs eines Anbieters schmecken und wie sich die Lieferungen in den Alltag integrieren lassen. Für viele ältere Menschen sind diese Menübringdienste ein willkommener Service, auf den sie nicht mehr verzichten mögen.

apetito Landhausküche

Hannoversche Straße 102
28309 Bremen, Tel. 05971 1 69 46 00
www.landhaus-kueche.de

Bremer Essen auf Rädern

Menüservice in Kooperation
mit der apetito AG

Tel. 48 44 16 10

www.ihr-menueservice.de/bremer-essen

GLORIA Menü-Bringdienst

Verpflegungssysteme GmbH

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

Meyer Menü

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

Evangelisches Diakonissenmutterhaus Bremen e. V.

Adelenstraße 68, 28239 Bremen
Tel. 61 02 36 00
www.diakonissenmutterhaus-bremen.de/unsere-mahlzeiten/

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

Wohlfühlen das ganze Jahr!

Der Menüservice *Bremer Essen auf Rädern* bringt Mittagessen direkt nach Hause. Um gesund durch das Jahr zu kommen, ist eine ausgewogene Ernährung das A und O. Das weiß auch Bremer Essen auf Rädern, der in Kooperation mit der apetito AG einen Menüservice für Senioren anbietet – ohne vertragliche Bindung. Wenn der Menükurier bei Ihnen klingelt, ist das Essen frisch zubereitet und garantiert heiß. Möglich macht das der Ofen im Auto, in dem die Menüs auf der Fahrt zum Kunden zu Ende gegart werden. Die Kundenberatung des Menüservice erreichen Sie persönlich Montag bis Freitag von 8–18 Uhr unter der Telefon-Nr. 04 21-48 44 16 10

Jetzt das Kennenlern-Angebot bestellen!

3 x Menügenuss für
nur 8,99 € pro Menü
inkl. MwSt.

Auch online bestellbar unter:
www.ihr-menueservice.de/bremer-essen

Menüservice apetito AG in Kooperation mit:



Tel.: 0421-48 44 16 10

Mo. bis Fr. 8:00 – 18:00 Uhr

Menüservice apetito AG · Bonifatiusstraße 305 · 48432 Rheine

Ihr Menüservice
mit Herz



Hier geht's zum
Online-Shop.



Mittagstisch und Fahrdienste

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

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

Seit dem 1. Januar 2022 finanziert die Senatorin für Arbeit, Soziales, Jugend und Integration zur Unterstützung gegen Einsamkeit und Altersarmut neue günstige Mittagstische und Fahrdienste. Es ist stets mit weiteren neuen Einrichtungen zu rechnen, fragen Sie gerne nach. Die aktuelle Übersicht finden Sie ab Seite 68.

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. 53 68 20

www.grossmarkt-bremen.de

Wochenmärkte finden an folgenden Orten statt:

Montags:

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

Dienstags:

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

Mittwochs:

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

Donnerstags:

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

Freitags:

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

Samstags:

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



Gesundheit



Mobilität

Gemeinsames Essen und Mobilitätsangebote

Mehr Lebensfreude im Alter!

Wir wissen, wie wichtig soziale Kontakte für Ihr Wohlbefinden sind. Deshalb fördern wir Angebote, die Ihnen den Alltag erleichtern und neue Perspektiven eröffnen.

Seit 2022 unterstützt das Sozialressort ältere Menschen dabei, aktiv am Leben im Quartier teilzuhaben. Ob beim gemeinsamen Kochen und Essen in gemütlicher Runde oder bei kurzen Fahrten zum Arzt: Wir möchten, dass Sie sich wohlfühlen und neue Kontakte knüpfen.

Unsere Angebote sind unkompliziert und für jeden Geldbeutel geeignet. So können

Sie ganz einfach mehr aus Ihrem Alltag machen und neue Freunde finden.

- **Gemeinsames Essen:** Ob selbst gekocht oder fertig zubereitet – bei uns kommen Sie mit anderen ins Gespräch.
- **Fahrdienste** – Hilfe bei kurzen Wegen: Wir unterstützen Sie dabei, mobil zu bleiben.
- **Begegnungszentren** – Gemeinschaft erleben: Tauschen Sie sich mit anderen aus, und fühlen Sie sich wohl in Ihrem Quartier. Hier können Sie neue Hobbys entdecken und gemeinsam aktiv sein.

Melden Sie sich gerne bei uns – wir beraten Sie gern!

Übersicht Mittagstische für Senior:innen 2026

Ortsteil	Wer? Kontaktdaten	Wo? Ort des Mittagessens	Wann? Wochentage/Uhrzeit
Findorff	Martin-Luther-Gemeinde Tel.: 3 79 69 24 Anmeldung drei Werktage vorher	Begegnungszentrum im Turm, Neukirchstraße 86 28215 Bremen	Dienstag und Freitag 12:30 Uhr
Hemelingen	Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen Erstkontakt: Gaby Dönselmann Tel.: 361 166 06	Familienzentrum MOBILE Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen	Montag bis Freitag 12 Uhr
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V. Bestellung über Café bras im FQZ Tel.: 69 62 31 52 Vorbereitung bis spätestens 9 Uhr	Löwentreff Eislebener Str. 31a 28329 Bremen	Dienstag und Freitag 12 Uhr
Neue Vahr	Aktive Menschen Bremen e.V. (AMeB e.V.) Anmeldung am gleichen Tag zwischen 8 u. 9 Uhr unter 69 62 21 52	Nachbarschaftstreff Vahrer See Berliner Freiheit 9c (Eingang Otto-Suhr-Straße) 28327 Bremen	Dienstag und Freitag 12 Uhr



Neustadt/ Huckelriede	Caritasverband e.V. Kornstr. 371, 28201 Bremen Tel.: 8 77 93 52 Bestellen mit dem Zusatz: »Ich möchte bitte den vergünstigten Mittagstisch.«	Rotheo Niedersachsendamm 20 a 28201 Bremen Tel.: 89 82 36 36	Montag bis Donnerstag 12–14 Uhr
Obervieland	Bürgerhaus Obervieland Tel.: 69 67 30 20 Anmeldung telefonisch oder unter anmeldung@bgo-bremen.de	Seniorenbegegnungszentrum Bürgerhäuschen Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel.: 69 67 30 20	Montag bis Donnerstag 12–13:30 Uhr

Übersicht Abendessen für Senior: innen 2026

Ortsteil	Wer? Kontakt Daten	Wo? Ort des Abendessens	Wann? Wochentage/Uhrzeit
Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V. Tel.: 9 59 13 48 Anm. unter: 959 13 48 info@vahrer-loewen.de	In der Vahr, wechselnd an zwei Stand- orten, bitte bei Anmeldung erfragen. Löwentreff Eislebener Str. 31a, 28329 Bremen Familien- und Quartierszentrum August-Bebel-Allee 284, 28329 Bremen	Montag, 17:30 Uhr Alle 2 Wochen
Hemelingen	Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen Erstkontakt: Gaby Dönselmann Tel.: 36 11 66 06	Familienzentrum MOBILE Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen	Am ersten Montag im Monat, 17–19 Uhr

Übersicht Fahrdienste 2026 – Anmeldung erforderlich

Ortsteil	Wer? Kontakt Daten	Wo?	Wann? Wochentage/Uhrzeit
Hemelingen	Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus Hinter den Ellern 1a, 28309 Bremen Erstkontakt: Gaby Dönselmann Tel.: 36 11 66 06	Auf Nachfrage zu den Angeboten Dienstag 14:30–17 Uhr Seniorencafé, Donnerstag 9:30–12 Uhr Kreativ- angebot	Dienstag und Donnerstag
Mitte	Ambulante Versorgungsbrücken Humboldtstr. 126 28203 Bremen Tel.: 6 96 42 00 info@ambulante-versorgungsbruecken.de	Wenn Sie zentrumsnah wohnen. Ausfahrten durch Bremen mit der Rikscha, Route vorher absprechen.	Je nach Buchung

Neue Vahr	Vahrer Löwen e.V. Tel.: 9 59 13 48 info@vahrer-loewen.de	Zum günstigen Abendbrot FEIER- Abend in der Vahr und zurück	Montagabend
Obervieland/ Kattenturm <i>Nostalgiekino</i>	Bürgerhaus Obervieland Alfred-Faust-Str. 4 28279 Bremen Tel.: 69 67 30 20	Rundtour: Immobile Senior:innen wer- den von einem Fahrdienst zu Hause abgeholt und nach dem Nostalgiekino zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel.: 69 67 30 20	Jeden zweiten Samstag im Monat. Fahrdienst startet ab 13 Uhr, Rückkehr ab 16 Uhr. Kulturtafel möglich! Wenn Sie in Obervieland wohnen und nicht mehr mobil sind, gerne anrufen und fragen, ob noch ein Platz im Auto frei ist.
Obervieland/ Arsten-Nord <i>Günstiger Mittagstisch am Mittwoch</i>	Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2 28277 Bremen Tel.: 69 67 30 20 Durchgeführt vom Johanniter-Fahrdienst.	Rundtour: Immobile Senior:innen wer- den von einem Fahrdienst zu Hause abgeholt und nach dem Mittagstisch zurückgebracht. Bürgerhaus Obervieland Seniorenbegegnungszentrum Willi-Hundt-Str. 2, 28277 Bremen Tel.: 69 67 30 20	Jeden Mittwoch 12–13:30 Uhr Fahrdienst startet etwas früher, je nach Tour.
Walle/ Utbremen	Begegnungszentrum Haferkamp Haferkamp 8 28217 Bremen Tel. 2 40 51 99, Angelika Hofrichter	Vom Wohnort zum Begegnungs- zentrum Haferkamp Haferkamp 8, 28217 Bremen	Montag, Mittwoch und Freitag, ca. 12–18 Uhr
Bremer Westen	Seniorenbus DRK Kreisverband Bremen e.V., Fahrdienst, Tel: 340 33 33	Individuelle Fahrten zu Ärzten, Therapi- en oder zum Einkaufen etc., Entlassungs- fahrten, auch mit Roll- und Tragestuhl	Mittwoch, nach Absprache





Finanzen und Rechtliches

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

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

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

Wer kann diese Leistungen erhalten?

- Personen mit gewöhnlichem Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland, die die gesetzliche Altersgrenze (65 Jahre plus X Monate) erreicht haben.
- Personen, die das 18. Lebensjahr vollendet haben und unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage dauerhaft voll erwerbsgemindert sind.

Anspruch auf Grundsicherungsleistungen haben Personen, die ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenem Einkommen und/oder Vermögen bzw. aus dem Einkommen und/oder Vermögen des/der nicht getrennt lebenden Ehepartner:in oder eheähnlichen Lebenspartner:in bestreiten können.

Wohin wendet man sich, um einen Anspruch auf Grundsicherung prüfen zu lassen?

Zu Fragen der Grundsicherung berät der Fachdienst Soziales in den vier Sozialzentren des Amtes für Soziale Dienste. Die Adressen der Sozialzentren finden Sie auf Seite 12.

Rente

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

Deutsche Rentenversicherung

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

Wohngeld

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



UM ORDNUNG

Nachlassordnung
Immobilienverkauf
Dokumente ordnen
Seniorenassistenz
Sortieren & Befreien

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



Die Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung

Wohngeldstelle

Contrescarpe 72, 28195 Bremen

wohngeld@bau.bremen.de

<https://bau.bremen.de/wohngeld>

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

Wohnberechtigungsschein

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

Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung

Referat 73 – Wohnungswesen

Contrescarpe 73, 28195 Bremen

<https://bau.bremen.de/bau/wohnen-foerdern/berechtigungsschein-3569>

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

Martinistraße 3, 28195 Bremen

Tel. 361-88666

BürgerServiceCenter-Stresemannstraße

Stresemannstraße 48, 28207 Bremen

Tel. 361-88696

BürgerServiceCenter-Nord

Gerhard-Rohlf's-Straße 62

28757 Bremen, Tel. 361-7222

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

Schwerbehindertenausweis

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



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

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

Auskünfte erteilen auch die Sozialzentren und Pflegestützpunkte in Bremen.

Amt für Versorgung und Integration Bremen – AVIB

Doventorscontrescarpe 172 D
28195 Bremen, Tel. 361-5541
Sprechzeiten: Mo.–Do. 9–12:30 Uhr
Do. 13:30–17 Uhr und nach Vereinbarung
www.avib.bremen.de

Rechtsberatung

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

Arbeitnehmerkammer Bremen

Bürgerstraße 1 (Ecke Violentstraße)
28195 Bremen, Tel. 36301-0/-89
info@arbeitnehmerkammer.de
www.arbeitnehmerkammer.de

Geschäftsstelle Bremen Nord

Lindenstraße 8, 28755 Bremen
Tel. 66950-0



Verbraucherzentrale Bremen e. V.

Altenweg 4, 28195 Bremen
Tel. 16 07 77

Schuldnerberatung

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

Die Schuldnerberater e. V.

Gröpelinger Heerstr. 193, 28237 Bremen
Tel. 69 19 17-01, kontakt@adn-sb.de

Hanseatische Schuldnerberatung e. V.

Rembertistraße 28, 28203 Bremen
sowie Kapitän-Dallmann-Str. I
28779 Bremen, Tel. 3 64 81 23
e-mail@hanseatische-schuldnerberatung.de

Schuldnerhilfe Bremen e.V.

Breitenweg 3, 28195 Bremen
Tel. 87 18 476, Corinna Lechner

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

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

Schuldnerberatung der Caritas Bremen

Georg-Gröning-Straße 55, 28209 Bremen
Tel. 3 35 73-0, info@caritas-bremen.de

Schuldnerberatung der Diakonie

Am Brill 2–4, 28195 Bremen
Tel. 15 575
gasa@inneremission-bremen.de

Solidarische Hilfe e. V.

Kornstraße 13, 28201 Bremen
Tel. 50 40 36

VerbraucherHilfe Bremen e. V.

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

Bremen barrierefrei



**BREMEN
BARRIEREFREI**

Das Portal Bremen barrierefrei bietet umfangreiche Informationen rund um das Thema Barrierefreiheit. Mit dem Älterwerden spielt das Thema Barrierefreiheit oft eine immer größere Rolle. Welche Gebäude kann ich mit dem Rollstuhl oder mit dem Rollator gut besuchen? Gibt es im Theater eine Induktionsschleife, damit ich die Inhalte gut verstehen kann? Wo finde ich in der Nähe meiner Spazierrunde ein barrierefreies WC? Im *Stadtführer barrierefreies Bremen* können Sie sich informieren. In der umfangreichen Online-Datenbank finden Sie Informationen über die Zugänglichkeit und Nutzbarkeit von über 800 Einrichtungen aus den Bereichen Tourismus, Freizeit und Alltag. Neben dem Stadtführer bietet das Internetportal unter den Kategorien Tourismus und Freizeit, Leben und Arbeit sowie Mobilität viele Beiträge, Links und Informationen.
<https://barrierefrei.bremen.de/>



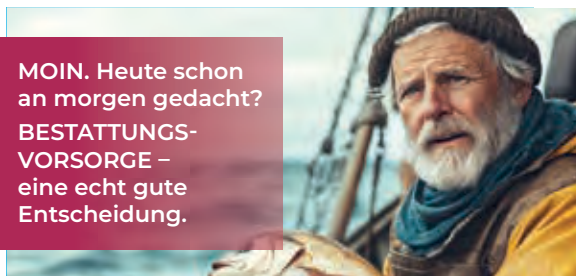
Vorsorge in Bremen

Jede und jeder kann durch eine Krankheit, einen Unfall oder im Alter in die Lage kommen, die eigenen Angelegenheiten nicht mehr regeln zu können. Dann ist es notwendig, dass jemand da ist, der Entscheidungen im Sinne der betroffenen Person trifft. Abgesehen von einem zeitlich eng begrenzten Ehegattennotvertretungsrecht sind Ehe- oder Lebenspartner:innen dazu gesetzlich nicht berechtigt. An- und zugehörigen Personen fehlt stets die Berechtigung, rechtlich zu vertreten. Daher sollte eine Vorsorgevollmacht in Erwägung gezogen werden. Diese kann auch die Bestellung eines rechtlichen Betreuers durch das Amtsgericht vermeiden. Zur Vorsorge kann man eine mit Bedacht ausgewählte Person des Vertrauens bevollmächtigen und eine Verfügung erteilen, damit die eigenen Wünsche zur Gestaltung des weiteren Lebens bekannt sind und berücksichtigt werden können. Wenn keine Vollmacht vorliegt, kann das Betreuungsgericht für Erwachsene, die aufgrund einer Krankheit oder Behinderung ihre Angelegenheiten ganz oder teilweise nicht selbst besorgen können, einen rechtlichen Betreuer bzw. eine rechtliche Betreuerin bestellen. Hierbei werden An- und Zugehörige bevorzugt, wenn sie für die Aufgabe geeignet und zur Übernahme der Aufgabe bereit sind. Eine Betreuung kann aber nur eingerichtet werden, wenn

andere Hilfen – private oder öffentliche – nicht ausreichend vorhanden sind und es wichtige Angelegenheiten zu regeln gibt.

Das Betreuungsgericht entscheidet, in welchem 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/der Betreuer:in nicht übertragen werden. Die Tätigkeit der Betreuer:innen wird vom Betreuungsgericht überwacht, Wünsche und Vorstellungen der betroffenen Personen sind so weit wie möglich zu berücksichtigen. Daher ist es sinnvoll, wenn das Gericht und der/die Betreuer:in von den Wünschen und Vorstellungen der betroffenen Person Kenntnis haben, insbesondere in den Fällen, in denen die Person sich nicht mehr verständlich machen kann. Diese Wünsche und Vorstellungen kann man in Patienten- und Betreuungsverfügungen festlegen.

MOIN. Heute schon
an morgen gedacht?
BESTATTUNGS-
VORSORGE –
eine echt gute
Entscheidung.



AHRENS
BESTATTUNGEN

Familienbetrieb seit 1903

24 **0421 451 453**

Bremen-Hemelingen
Bremen-Osterholz

ahrens-bestattungen.de



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 oder die zukünftige Betreuer:in zu beachten hat und wie gehandelt werden soll. Dieses kann die Lebensgewohnheiten, die Auswahl einer Senioren-Wohn Einrichtung, Anordnungen zur Vermögensverwaltung und vieles mehr betref-

fen. 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. Es gibt zudem die Möglichkeit, die Betreuungsverfügung beim zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer zu hinterlegen, damit das Betreuungsgericht Kenntnis von ihr erhalten kann.

Patientenverfügung

Eine Patientenverfügung enthält eine Entscheidung über die Einwilligung oder Nichteinwilligung in eine bestimmte, noch nicht unmittelbar bevorstehende ärztliche Maßnahme. Erwachsene können im Voraus festlegen, ob und wie sie später medizinisch behandelt werden möchten, wenn sie ihren Willen nicht mehr äußern können. Eine Patientenverfügung muss schriftlich verfasst und eigenhändig unterschrieben sein. Es empfiehlt sich eine Aktualisierung, z. B. beim Auftreten einer schweren Erkrankung, da sich die in der Patientenverfügung beschriebene Situation auf die konkrete Lebens- und Behandlungssituation beziehen muss. Trifft dies nicht zu oder wurde keine Patientenverfügung verfasst, haben Betreuer:innen wie auch Bevollmächtigte die Behandlungswünsche oder den mutmaßlichen



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



Telefon 0421 349 67 25 00

info.bremen@mission-lebenshaus.de | www.andreas-hospiz.de

Ein Hospiz im Verbund des

Verein für
Innere Mission
in Bremen





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 Arbeit, Soziales, Jugend und Integration in Bremen (www.soziales.bremen.de).

Vorsorgevollmacht

Wer bereit ist, eine Vollmacht zu erteilen, kann ohne Beteiligung des Betreuungsgerichts Vorsorge treffen. In einer Vorsorgevollmacht benennt man eine oder mehrere Vertrauenspersonen, die bereit sind, im Bedarfsfall zu handeln. Die bevollmächtigte Person wird in die Lage versetzt, in den benannten Aufgabenbereichen und für die festgelegte Zeit zu handeln. Eine gerichtliche Aufsicht erfolgt nicht. Bevollmächtigte sind dem Gericht nicht zur Rechenschaft verpflichtet. Zur Erteilung einer Vollmacht ist die Geschäftsfähigkeit Voraussetzung. Soll die Vollmacht auch die Wahrnehmung von Bankangelegenheiten beinhalten, empfiehlt es sich, das eigene Formular der Bank und Sparkasse zu benutzen. Für bestimmte Maßnahmen, wie z. B. die Einwilligung in schwerwiegende ärztliche Eingriffe, muss die Vollmacht schriftlich erteilt sein und sich ausdrücklich auf die Maßnahmen beziehen. Eine Generalvollmacht ist für diese Maßnahmen nicht ausreichend. Sofern Bevoll-

mächtigte auch Grundstücksangelegenheiten abwickeln sollen, ist eine öffentliche Beglaubigung der Unterschrift durch die Betreuungsbehörde oder einen Notar erforderlich. Dabei wird ausschließlich die Gültigkeit der eigenhändigen Unterschrift bestätigt.

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

Sowohl bei der Beurkundung als auch bei der Beglaubigung fallen Kosten an, deren Höhe beim/bei der Notar:in erfragt werden kann. Die Betreuungsbehörde hat für die Beglaubigung einer Unterschrift zehn Euro zu nehmen. Auch die Vorsorgevollmacht kann kostenpflichtig bei der Bundesnotarkammer hinterlegt werden.

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

Außerdem berät die örtliche Betreuungsbehörde bei Fragen zu Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen. Informationsbroschüren über Patientenverfügungen und Be-



treuungsvollmachten – auch in leichter Sprache – können Sie kostenlos anfordern oder persönlich abholen.

Wenn Sie ehrenamtliche/r Betreuer:in werden möchten oder Sie bereits als Betreuer:in tätig sind und Unterstützung benötigen, sprechen Sie uns gerne an. Die örtliche Betreuungsbehörde berät Sie und hilft Ihnen gerne weiter.

Betreuungsbehörde

Hans-Böckler-Straße 9
28217 Bremen, Tel. 361-19530

Informationen zu den Themen Betreuungsrecht und über Vorsorge finden Sie unter www.soziales.bremen.de/betreuung/publikationen.

Betreuungsverein Deutsches Rotes Kreuz Referat Betreuungsrecht

Wachmannstr. 9
28209 Bremen
Tel. 3403140, Fax 3403144
Betreuungsrecht@drk-bremen.de

Betreuungsverein Hilfswerk Bremen für Menschen mit Beeinträchtigungen e. V.

Vegesacker Str. 59
28217 Bremen
Tel. 222 1523, Fax: 222 15259
betreuungsverein@hilfswerk-bremen.de

Betreuungsverein Bremerhaven e. V.

Stedinger Str. 2
27568 Bremerhaven
Tel. 0471 95459-0, Fax 0471 95459-70
info@betreuungsverein-bremerhaven.de

- » Die Übernahme einer rechtlichen Betreuung bietet die vielseitige Möglichkeit, sich sozial zu engagieren.
- » Sie unterstützen Menschen, die aufgrund einer Erkrankung oder Beeinträchtigung ihre Angelegenheiten nicht alleine regeln können.
- » Sie erhalten eine Einführung, Fortbildungen und laufende Unterstützung.
- » Sie können eine jährliche Aufwandsentschädigung geltend machen.

WWW.HILFSWERK-BREMEN.DE

WIR SUCHEN SIE...

hilfswerk
BREMEN

Betreuungsverein

**...als ehrenamtliche Betreuung (m/w/d)
für Menschen mit Unterstützungsbedarf in Bremen**

Vegesacker Straße 59 | 28217 Bremen | 0421 222 15 23 | betreuungsverein@hilfswerk-bremen.de



Leistungen der Pflegekassen bei Pflegebedürftigkeit

Die Pflegegrade

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

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

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

Alle Leistungen im Überblick

Pflegegrade	Geldleistung ambulant	Sachleistung ambulant	Entlastungsbetrag ambulant (zweckgebunden)	Leistungsbetrag vollstationär
Pflegegrad 1			131 €	131 €
Pflegegrad 2	347 €	796 €	131 €	805 €
Pflegegrad 3	599 €	1.497 €	131 €	1.319 €
Pflegegrad 4	800 €	1.859 €	131 €	1.855 €
Pflegegrad 5	990 €	2.299 €	131 €	2.096 €



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

- Pflegeberatung
- Beratung in der eigenen Häuslichkeit, beispielsweise zu Betreuungsleistungen
- Pflegehilfsmittel
- Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes
- zusätzliche Leistungen in ambulant betreuten Wohngruppen
- zusätzliche Betreuung und Aktivierung in stationären Pflegeeinrichtungen
- zusätzliche Leistungen bei Pflegezeit
- Pflegekurse
- digitale Pflegeanwendungen
- Entlastungsbetrag bis zu 131 € (auch f. pflegerische Unterstützung durch Pflegedienste)

Pflegegeld

Geldleistungen bei ambulantem Hilfebedarf (Pflegegeld) können in Anspruch genommen werden, wenn Angehörige oder Ehrenamtliche die Pflege übernehmen. In Form einer Kombinationsleistung kann das Pflegegeld auch mit ambulanten Pflegesachleistungen kombiniert werden.

Pflegesachleistungen

Mit den Pflegesachleistungen können Versicherte die Hilfe eines ambulanten Pflegedienstes in Anspruch nehmen. Ambulante Pflegesachleistungen können in Form einer Kombinationsleistung 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 42 € pro Monat werden von der Pflegekasse erstattet. Dazu gehören z. B. Einmalhandschuhe oder Betteinlagen.

Pflege bei Verhinderung der Pflegeperson

Pflegebedürftigkeit in Graden	Verhinderungspflege max. Leistungen pro Jahr
Pflegegrad I	
Pflegegrad 2–5	1.685 € für Kosten einer notwendigen Ersatzpflege bis zu sechs Wochen



Ist die private Pflegeperson im Urlaub oder ist sie durch Krankheit vorübergehend an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegeversicherung die Kosten einer Ersatzpflege. Diese sogenannte Verhinderungspflege kann etwa in einem Pflegeheim, durch einen ambulanten Pflegedienst, durch Einzelpflegekräfte, ehrenamtlich Pflegende oder nahe Angehörige erfolgen. Pro Kalenderjahr ist eine Ersatzpflege von bis zu sechs Wochen möglich. Die Leistung der Verhinderungspflege kann um bis zu 50 % aus nicht in Anspruch genommenen Leistungen für Kurzzeitpflege erhöht werden (das sind bis zu 843 €).

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

Kurzzeitpflege

Pflege- bedürftigkeit in Graden	Kurzzeitpflege max. Leistungen pro Jahr
Pflegegrad I	bis zu 131 € einsetz- barer Entlastungsbe- trag
Pflegegrad 2–5	1.854 € Kosten der Kurzzeitpflege bis zu acht Wochen

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

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

Der im Kalenderjahr bestehende, noch nicht verbrauchte Leistungsbetrag für Verhinderungspflege kann auch für Leistungen der Kurzzeitpflege eingesetzt werden. Dadurch kann der Leistungsbetrag der Kurzzeitpflege fast verdoppelt (seit 2025 gilt = 1.854 + 1.685 = 3.539 €) werden. Der für die Kurzzeitpflege in Anspruch genommene Erhöhungsbetrag wird auf den Leistungsbetrag für eine Verhinderungspflege angerechnet.

Ebenso besteht bei Inanspruchnahme einer Kurzzeitpflege für acht Wochen im Jahr ein Anspruch auf Weiterzahlung des hälftigen Pflegegeldes. Diese Ansprüche gelten für Pflegebedürftige der Pflegegrade 2 bis 5. Pflegebedürftige Personen mit dem Pflegegrad I können den Entlastungsbetrag in Höhe von 131 € pro Monat einsetzen, um Leistungen der Kurzzeitpflege in Anspruch zu nehmen.

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



Zusätzliche Leistungen für Pflegebedürftige in ambulant betreuten Wohngruppen

Pflege- bedürftigkeit in Graden	Wohngruppen- Anschubfinanzierung einmaliger Höchstbetrag
Pflegegrad I	2.613 € pro Person
	10.452 € pro Wohngruppe
Pflegegrad 2–5	2.613 € pro Person
	10.452 € pro Wohngruppe

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

Pflege- bedürftigkeit in Graden	Wohngruppen- zuschlag max. Leistungen/Monat
Pflegegrad I	224 €
Pflegegrad 2–5	224 €

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

Pflege- bedürftigkeit in Graden	Wohnumfeld- verbessernde Maßnahmen max. Zuschuss je Maßnahme
Pflegegrad I	4.180 €
Pflegegrad I wenn mehrere Antragsberechtigte zusammenwohnen	16.720 €
Pflegegrad 2–5	4.180 €
Pflegegrad 2–5 wenn mehrere Antragsberechtigte zusammenwohnen	16.720 €

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



**Teilstationäre Leistungen
der Tages-/Nachtpflege**

Pflegebe- dürftigkeit in Graden	Teilstationäre Tages-/Nachtpflege max. Leistungen pro Monat
Pflegegrad 1	bis zu 131 € einsetzbarer Entlastungsbetrag
Pflegegrad 2	721 €
Pflegegrad 3	1.357 €
Pflegegrad 4	1.685 €
Pflegegrad 5	2.085 €

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

Leistungen bei vollstationärer Pflege

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

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

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

**Angebote zur Unterstützung
im Alltag – Entlastungsbetrag**

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

Pflegebedürftige aller Pflegegrade (1 bis 5), die ambulant gepflegt werden, erhalten einen einheitlichen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 131 € monatlich. Dieser Entlastungsbetrag ist keine pauschale Geldleistung, sondern zweckgebunden. Er kann zur (Ko-)Finanzierung einer teilstationären Tages- oder Nachtpflege, einer vorübergehenden vollstationären Kurzzeitpflege oder von Leistungen ambulanter Pflegedienste (in den Pflegegraden 2 bis 5, jedoch nicht von Leistungen im Bereich der körperbezogenen Pflegemaßnahmen) verwendet werden (Personen mit dem Pflegegrad 1 können körperbezogene Pflegemaßnahmen als Sachleistung verwenden, z. B.



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

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

Pflege in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen

Pflege in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen
max. Leistungen pro Monat

278 €

Wenn Pflegebedürftige sich in vollstationären Einrichtungen der Hilfe für behinderte Menschen bzw. in sogenannten besonderen Wohnformen aufhalten, beteiligt sich die Pflegeversicherung in Anlehnung an die in den Einrichtungen erbrachten Pflegeleistungen pauschal in Höhe von zehn Prozent des Heimentgeltes, höchstens jedoch mit 278 € monatlich an den Einrichtungskosten.

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

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

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

Stationäre Kurzzeitpflege bei vorübergehender Pflegebedürftigkeit

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



zu acht Wochen. Der Zuschuss der Krankenkasse für die Kurzzeitpflegeeinrichtung beträgt jährlich 1.854 € 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, so dass 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 finden Sie zum Nachschlagen in der Broschüre des Bundesministeriums für Gesundheit: »Ratgeber Pflege. Alles, was Sie zum Thema Pflege und zu den Pflegestärkungsgesetzen wissen müssen«.

Weitere Hinweise zu den Leistungen der Pflegekassen

Schnellere Bescheide

Wer Pflegeleistungen beantragt, muss spätestens nach 25 Arbeitstagen ab Antragstellung von seiner Pflegekasse einen Bescheid erhalten. In bestimmten Sachverhalten, z. B. Aufenthalt in einem Krankenhaus, sind verkürzte Begutachtungsfristen geregelt. Wird die Frist bei Antragstellung versäumt, müssen die Pflegeversicherungen 70 € je angefangene Versäumniswoche an die/den Versicherte:n 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 16) und die Beratungsstellen der Pflegekassen wenden. Sie haben darüber hinaus Rechtsanspruch auf individuelle Beratung und Begleitung durch eine:n Pflegeberater:in. Diese informieren, organisieren Hilfen und Unterstützung. Sie stehen über die gesamte Dauer der Pflegebedürftigkeit zur Verfügung.





Begutachtung durch den Medizinischen Dienst (MD Bremen)

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

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

Weitere Hinweise erhalten Sie auch unter: www.md-bremen.com/versicherte

Medizinischer Dienst Bremen

Falkenstraße 9, 28195 Bremen

Pflegehotline 0511 8785 2750

info@md-bremen.org

Medizinischer Dienst Bremen GB Pflege

Otto-Lilienthal-Str. 29

28199 Bremen

Pflegehotline 0511 8785 2750

info@md-bremen.org

Medizinischer Dienst Niedersachsen

Standort Bremer Umland

Otto-Lilienthal-Straße 29

28199 Bremen

Pflegehotline 0511 8785 2750

bremer-umland@md-niedersachsen.de

Tagespflege als teilstationäre Leistung

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



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

Die Senatorin Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz

Referat Pflege, Heimrecht,
Wohn- und Betreuungsaufsicht
Björn Sander, Tel. 361-156 73
bjoern.sander@gesundheit.bremen.de

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

Tagespflege in der DKV-Residenz in der Contrescarpe

Am Wandrahm 40–43, 28195 Bremen
Tel. 322 90

Tagespflege Stiftungsdorf Rablinghausen

Rablinghauser Landstr. 51 e
28197 Bremen, Tel. 520 70
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Neustadt

Große Johannisstr. 131-139, 28199 Bremen
Tel. 50 60 90
tap-neustadt@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege St. Michael

Kornstr. 371, 28201 Bremen
Tel. 8779360, info@caritas-bremen.de

Stadtteilhaus St. Remberti Tagespflege

Hoppenbank 2/3, 28203 Bremen
Tel. 36 02-0

Tagespflege im Haus am Osterdeich

Osterdeich 136, 28205 Bremen
Tel. 49960, info@asb-bremen.de

Tagespflege Landhaus Horn

Schwachhauser Heerstr. 264
28213 Bremen, Tel. 2468170

Tagespflege Walle

Karl-Peters-Str. 76, 28217 Bremen
Tel. 336370

vacances Tagespflege Überseestadt

Konsul-Smidt-Straße 34, 28217 Bremen

Tagespflege Gröpelingen

Gröpelinger Heerstr. 228
28237 Bremen, Tel. 17513799

Tagespflege Gröpelingen Ella-Ehlers-Haus

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

Tagespflege Ohlenhof

Schwarzer Weg 92 d, 28239 Bremen
Tel. 61 90 186
tap-ohlenhof@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege Oslebshausen

Oslebshauser Landstr. 18
28239 Bremen, Tel. 33 60 750
tap-oslebshausen@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege Stadtteilhaus Huchting

Tegeler Plate 23, 28259 Bremen
Tel. 57220
bhs-huchting@bremer-heimstiftung.de



Tagespflege Kattenturm

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

Tagespflege Stadtteilhaus Kattenesch

Alfred-Faust-Str. 115
28277 Bremen, Tel. 8402119

Tagespflege Arsten

Heukämpendamm 56, 28279 Bremen
Tel. 55904570

Tagespflege Arberger Mühle

Vor dem Esch 7 a, 28307 Bremen
Tel. 69695999

Tagespflege Haus Sonnenschein

Mahndorfer Heerstr. 20 b
28307 Bremen, Tel. 4854645

Tagespflege Stiftungsdorf Hemelingen

Diedrich-Wilkens-Str. 18
28309 Bremen, Tel. 4104111
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Egestorff

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

Tagespflege 2 Egestorff

Stiftungsweg 2, 28325 Bremen
Tel. 4272155

Tagespflege Schweizer Viertel

Graubündener Str. 10
28325 Bremen, Tel. 69906863

Tagespflege Stiftungsdorf Osterholz

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

AWO Tagespflege Vahr

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

Tagespflege Gartenstadt Vahr

Wilseder Bergstr. 26, 28329 Bremen
Tel. 0157 0589950
m.stapel@martinsclub.de

Tagespflege newcare parc Oberneuland

Rockwinkeler Landstr. 1 e
28355 Bremen, Tel. 6963550

Tagespflege newcare parc Aumund

Am Aumunder Bahnhof 3, 28755 Bremen
Tel. 491840, aum-info@newcare.de

Tagespflege Stiftungsresidenz Ichon-Park

Oberneulander Landstr. 70
28355 Bremen, Tel. 25770

Tagespflege Stiftungsdorf Hollergrund

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

Tagespflege Borgfeld

Daniel-Jacobs-Allee 1
28357 Bremen, Tel. 69624696

Tagespflege Stiftungsresidenz Riensberg

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

Tagespflege Stiftungsresidenz Luisental

Brucknerstr. 15, 28359 Bremen
Tel. 23820, info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Stiftungsresidenz Marcusallee

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

Tagespflege Friedehorst

Rotdornallee 64, 28717 Bremen
Tel. 6381-345

Vacances Tagespflege Lesum

Charlotte-Wolf-Allee 9, 28717 Bremen
Tel. 706077, web@vacances.de



Tagespflege Grambke

Ellerbuschort 16, 28719 Bremen
Tel. 64900385
info@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege Stadtteilhaus Marßel

Helsingborger Str. 2, 28719 Bremen
Tel. 69679689
info@bremer-heimstiftung.de

Tagespflege Vegesack

Zur Vegesacker Fähre 49
28757 Bremen, Tel. 9599-795
TAP-Vegesack@sozialwerk-bremen.de

Tagespflege Stiftungsdorf Fichtenhof

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

Tagespflege Stiftungsdorf Blumenkamp

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

Tagespflege Stiftungsresidenz St. Ilsabeen

Billungstr. 31–33, 28759 Bremen
Tel. 62640

Tagespflege Stiftungsdorf Rönnebeck

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

Pflegezeit und Familienpflegezeit

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

Leistungen der Sozialhilfe bei Pflegebedürftigkeit/Hilfe zur Pflege

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





Ambulante Pflege

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

Stationäre Pflege

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

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

Zuständige Stellen:

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

Amt für Soziale Dienste Bremen

Sozialzentrum Hemelingen/Osterholz

Fachdienst Stationäre Leistungen
 Pfalzbürger Straße 69a, 28207 Bremen
sozialzentrum-hemelingen@afsd.bremen.de
 Sprechzeiten nach Vereinbarung
 Auch erreichbar über
 Tel. 361-3976,
 Bürgertelefon Tel. 115



Ambulante und stationäre Hospiz- und Palliativdienste

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

Ambulante Hospizdienste

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

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

Palliativstationen

- Am Klinikum Links der Weser
Tel. 8791650
- Am AMEOS Klinikum Bremerhaven
Tel. 0471182-0

Ambulante Palliativversorgung

Ambulanter Palliativdienst Bremen
Tel. 24711433

Stationäre Hospize

- Hospiz Brücke
Lange Reihe 102, 28219 Bremen
Tel. 380240
- Hospiz Lilge-Simon-Stift
Feldberg 1, 28757 Bremen
Tel. 6267070
- Hospiz Sirius
In der Laake 14, 28279 Bremen
Tel. 4304110
- Andreas-Hospiz
Werner-von-Siemens-Straße 55
28357 Bremen
Tel. 349672500
- Laurentius Hospiz in Falkenburg
Hauptstraße 32, 27777 Ganderkesee
Tel. 04222947020

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

Hospiz- und PalliativVerband Bremen e. V.

www.HPV-Bremen.de
Tel. 7949457

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 

Die UN-Behindertenrechtskonvention

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

Bremen hat einen Landesaktionsplan in Kooperation mit den Interessenvertretungen der Menschen mit Behinderungen entwickelt, der Handlungsfelder und Maßnahmen benennt, um die Teilhabe der Menschen mit Behinderung zu verbessern wie z. B. die Forderung nach barrierefreien 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. Aktuell wird der Landesaktionsplan weiterentwickelt.

Leistungen der Eingliederungshilfe für Menschen mit Behinderung (SGB IX)

Seit dem 1. Januar 2020 werden Leistungen für Menschen mit Behinderung im neu geschaffenen Teil 2 SGB IX geregelt. Diese Leistungen werden als »Leistungen der Eingliederungshilfe« bezeichnet. Sie sollen unter Beachtung der UN-Behindertenrechtskonvention Menschen mit Behinderung eine individuelle Lebensführung ermöglichen, um damit ihre volle, wirksame und gleichberechtigte Teilhabe am Leben in der Gesellschaft zu fördern. Mit den Leistungen soll eine möglichst selbstbestimmte und eigenverantwortliche Lebensplanung und -führung ermöglicht werden.

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

Für die Leistungen wurde in Bremen ein eigener Fachdienst im Amt für Soziale Dienste eingerichtet. Dort können die Anträge in Bremen gestellt werden.

Amt für Soziale Dienste

Fachdienst Teilhabe
Hansator 11, 28217 Bremen
Tel. 361-80 63 8
fachdienst-teilhabe@afsd.bremen.de



Wohnen in Bremen

Die Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung

Das Referat Wohnungswesen der Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung 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 Menschen mit Beeinträchtigungen. Entsprechend der Förderbedingungen sollen alle Neubauwohnungen gemäß § 50 BremLBO barrierefrei sein.

Die Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung

Referat 73 – Wohnungswesen

Contrescarpe 72, 28195 Bremen

Wohngeld

Siehe Finanzen und Rechtliches (S. 71)

Wohnberechtigungsschein

Siehe Finanzen und Rechtliches (S. 72)

Amt für Soziale Dienste – Zentrale Fachstelle Wohnen

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

Amt für Soziale Dienste

Zentrale Fachstelle Wohnen

Bahnhofsplatz 29, 28195 Bremen

Zentraler Service der ZFW

Tel. 361-2620

serviceZFW@afsd.bremen.de

Ansprechpartner:in Wohnungsanpassungsmaßnahmen/altersgerechtes Wohnen

Uta Reinke

Tel. 361-13834

uta.reinke@afsd.bremen.de

Für die Suche nach barrierefreien Wohnungen in Bremen

Die Nachfrage nach barrierefreien Wohnungen wird immer größer. Eine stufenlose Erreichbarkeit, möglichst mit Fahrstuhl oder im Erdgeschoss gelegen, mit breiten Türen und einem gut zugänglichen und niedrig-



schwelligen Bad sind die Wünsche, die häufig bei einer Wohnungssuche von älteren Menschen und Menschen mit Beeinträchtigungen 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 und die zentrale Möglichkeit zur Suche nach einer barrierefreien Wohnung auf barrierefrei.bremen.de

Die agWohnen – ein Zusammenschluss von zwölf Wohnungsunternehmen im Land Bremen – bietet vermietbare barrierefreie Wohnungen zentral auf den Seiten von barrierefrei.bremen.de an. Dabei handelt es sich um vollständig barrierefreie bzw. eingeschränkt barrierefreie Wohnungen. Wichtige Merkmale zur Erreichbarkeit und Nutzbarkeit der Wohnungen sind ebenso wie weitere Ansprechpartner:innen übersichtlich dargestellt. Dieses Angebot ist ein weiterer Baustein in dem Portal Bremen barrierefrei – Bremen für Alle. Siehe auch im Internet:

<https://barrierefrei.bremen.de/>
<https://www.bremen.de/barrierefrei/leben-arbeit/wohnen/wohnungsangebote>

Die Koordinierungsstelle für Baugemeinschaften bei der Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung

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 Bauresort unterstützt selbstorganisierte Gruppen



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

Die Senatorin für Bau, Mobilität und Stadtentwicklung

Referat 73 – Wohnungswesen
Contrescarpe 72, 28195 Bremen

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



Seriöse Schlüsseldienste

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



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

Präventionszentrum der Polizei

Am Wall 195, 28195 Bremen
Tel. 362-19003



Wohnen



Pflege

Pflege- und Betreuungseinrichtungen

Wohn- und Unterstützungsangebote

In den letzten Jahrzehnten haben sich sehr unterschiedliche »unterstützende Wohnformen« für ältere Menschen entwickelt, für die der alte Begriff »Heim« nicht mehr passend ist. Das Bremische Wohn- und Betreuungsgesetz (BremWoBeG) hat daher neue Begriffe eingeführt:

- Service-Wohnen,
- Wohngemeinschaften mit Unterstützungsleistungen,
- Gasteinrichtungen,
- Pflege- und Betreuungseinrichtungen.

Im Service-Wohnen werden eigenständige Wohnungen für Menschen angeboten, die ihr Leben noch überwiegend selbstständig gestalten können und je nach Bedarf einzelne Hilfsleistungen, auch pflegerische Hilfen, buchen können. Für alle verbindlich angeboten werden im Service-Wohnen lediglich der Notruf und die Vermittlung von weiteren Hilfsleistungen. Angebote des Service-Wohnens unterliegen einer Anzeigepflicht nach dem Bremischen Wohn- und Betreuungsgesetz.

Wohngemeinschaften mit Unterstützungsleistungen

In Wohngemeinschaften leben mehrere ältere Menschen (meist 8 bis 12) mit unterschiedlichen Pflegebedarfen in einer Wohnung mit einem gemeinsamen Haushalt zusammen. Ihnen werden je nach Bedarf von einem oder mehreren Dienstleister:innen Unterstützung, z. B. Betreuung, pflegerische oder hauswirtschaftliche Hilfen, angeboten.

Solche Wohngemeinschaften mit Unterstützungsleistungen können selbstorganisiert oder von einem Leistungsanbieter organisiert sein.

In selbstorganisierten Wohngemeinschaften leben zwar Menschen, die der Pflege und/oder Betreuung bedürfen, sie organisieren aber ihren Alltag selbstbestimmt und selbstständig oder mit zuverlässiger persönlicher Unterstützung. Sie entscheiden alle Angelegenheiten des Wohnens selbst und können die unterschiedlichen Hilfen frei wählen.

In anbieterorganisierten Wohngemeinschaften dagegen bietet ein Leistungsanbieter eine Wohnung an, in der dieser Anbieter mehreren älteren Menschen – im Unterschied zu den selbstorganisierten Wohngemeinschaften – »das Leben in einem gemeinsamen Haushalt« ermöglicht.



Nutzerinnen und Nutzer haben mit dem Anbieter einen individuellen Mietvertrag und können unabhängig davon entscheiden, von welchem Dienstleister sie pflegerische und andere Hilfen in Anspruch nehmen. In der Regel entscheiden sich die Nutzerinnen und Nutzer einer Pflege-WG gemeinsam für einen Pflegedienst, weil der für die individuellen Leistungen der Pflegeversicherung und die Eigenleistungen der Nutzerinnen und Nutzer dann eine umfassendere Präsenz von Pflegekräften in der Wohnung anbieten kann. Die Wohngemeinschaften für pflegebedürftige Menschen werden auch mit Leistungen der Pflegeversicherung (z. B. § 38a SGB XI) unterstützt. Hier bestimmt der Wohnungsanbieter über den Neueinzug der Nutzerinnen und Nutzer. Im laufenden Betrieb übernimmt er auf Wunsch der Nutzerinnen und Nutzer die Abstimmung der verschiedenen dort erbrachten Hilfen. Den Nutzerinnen und Nutzern bleibt jedoch mindestens in Bezug auf einen wesentlichen Teil der Unterstützungsleistungen die freie Wahl, von welchen Anbietern sie diese abnehmen.

Anbieterorganisierte Wohngemeinschaften unterliegen, im Gegensatz zu den selbstorganisierten Wohngemeinschaften, dem BremWoBeG und haben grundlegende Qualitätsstandards zu erfüllen. Bei Beschwerden über Qualitätsmängel werden sie von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht überprüft.

Gasteinrichtungen

Viele Pflegebedürftige sind nur für eine begrenzte Zeit auf Pflege in einer Einrichtung angewiesen, insbesondere zur Bewältigung von Krisensituationen bei der häuslichen Pflege oder übergangsweise im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt. Gasteinrichtungen sind:

- Kurzzeitpflegeeinrichtungen
- Tagespflege- oder Nachtpflegeeinrichtungen
- Hospize

Gasteinrichtungen unterliegen den Anforderungen des BremWoBeG. Sie haben die grundlegenden Qualitätsstandards für Wohn- und Unterstützungsangebote zu erfüllen. Bei Beschwerden über Qualitätsmängel werden sie von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht überprüft. Zusätzlich werden Kurzzeitpflegeeinrichtungen unabhängig von Beschwerden einmal im Jahr von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht geprüft.

Pflege- und Betreuungseinrichtungen

Pflege- und Betreuungseinrichtungen bieten für pflegebedürftige ältere Menschen und für erwachsene Menschen mit Behinderung das Wohnen, die Pflege und Betreuung sowie alle hauswirtschaftlichen Leistungen in einem Paket an. Diese Leistungen sind in einem einheitlichen Ver-



Wohnen



Pflege

trag geregelt, die Nutzerinnen und Nutzer haben in der Regel keine Wahl bzgl. der Anbieter der einzelnen Leistungen. Die Pflege- und Betreuungseinrichtungen unterliegen daher auch den weitestgehenden Anforderungen des BremWoBeG und werden auch unabhängig von Beschwerden einmal im Jahr von der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht geprüft. Die Nutzerinnen und Nutzer leben dort überwiegend in Ein- oder Zweibettzimmern. Das Bewohnerentgelt setzt sich zusammen aus den Pflegekosten, von denen je nach Pflegegrad ein Teil von der Pflegeversicherung übernommen wird, sowie aus den Hotelkosten (Unterkunft und Verpflegung) und den Investitionskosten. Vor der Aufnahme in der Einrichtung muss der Pflegegrad festgesetzt sein.

Was ist die Aufgabe der Bremischen Wohn- und Betreuungsaufsicht?

Durch Beratung, Kontrolle und notfalls durch ordnungsrechtliche Anordnungen sorgt die Bremische Wohn- und Betreuungsaufsicht dafür, dass gesetzliche Qualitätsstandards eingehalten werden und die Bedürfnisse und Interessen der Bewohnerinnen und Bewohner berücksichtigt werden.

Wer in einer Einrichtung auf seine/ihre Anregungen oder Beschwerden keine ausreichenden Antworten findet, kann die Bremische Wohn- und Betreuungsaufsicht ansprechen.

Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz

Referat 31 Pflege, Heimrecht, Wohn- und Betreuungsaufsicht

Björn Sander

bjoern.sander@gesundheit.bremen.de

Tel. 361-1 56 73

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

Diese Fragen stellen sich viele Senior:innen, 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, beispielsweise unbeaufsichtigt das Haus verlässt und herumirrt, elektrische und andere Geräte nicht sachgemäß handhabt, d. h.



mit seinem Verhalten sich und andere gefährdet,

- wenn ambulante Pflege und ergänzende Tagespflege nicht mehr ausreichen, die Versorgung und Betreuung der/des Pflegebedürftigen sicherzustellen, und insbesondere,
- wenn die unterstützenden Angehörigen körperlich und psychisch nicht mehr in der Lage sind, den/die Betroffene/n bei seinen/ihren täglichen Verrichtungen zu unterstützen und mittels eines ambulanten Pflegedienstes diese Leistungen nicht ersetzt werden können,
- wenn die unterstützenden Angehörigen durch die aufwändige Versorgung und Betreuung ihre eigene Gesundheit gefährden. Werten Sie diesen Schritt keinesfalls als »persönliches Versagen«, sondern als konsequente Weiterführung der Pflege und Versorgung durch dafür speziell geschultes Personal in einer Einrichtung.

Nutzer:innenbeirat und Nutzer:innenfürsprecher:innen

Der Nutzer:innenbeirat ist eine Interessenvertretung der Nutzer:innen von Pflegeeinrichtungen und Unterstützungsangeboten gegenüber dem Leistungsanbieter und stärkt die Wahrnehmung der Mitwirkungs- und zum Teil der Mitbestimmungsrechte der Nutzer:innen.

Interessenvertretung für mehr Selbstbestimmung und Verbraucherschutz

Einrichtungsleitung und Pflege- und Betreuungskräfte prägen oft die Atmosphäre von Wohn- und Unterstützungsangeboten. Von Nutzer:innen wird das manchmal als fremdbestimmt empfunden. Sie und ihre Angehörigen fühlen sich oft von Einrichtungsleitungen, Einrichtungsträgern und Pflegekräften abhängig. Sie scheuen sich, Kritik oder Verbesserungsvorschläge zu äußern. Mit dem Heimvertrag regeln sie nicht nur ein Konsumgeschäft, sondern ihre Lebensumstände. Teilweise sind sie alters- und/oder krankheitsbedingt in ihren Kräften und Möglichkeiten eingeschränkt und benötigen daher besonderen Schutz. Hier soll der Nutzer:innenbeirat oder der/die Nutzer:innenfürsprecher: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 Tagespflegegäst:innen gefördert werden. An der Aufstellung bzw. Änderung des Heim- oder Tagespflegevertrags, bei Maßnahmen der Unfallverhütung, bei Änderungen am



Wohnen



Pflege

Bewohnerentgelt sowie bei baulichen Veränderungen des Hauses besteht für die Interessenvertretung ein Mitwirkungsrecht.

Ein Mitbestimmungsrecht besteht für die Gestaltung der Hausordnung, der Aufenthaltsräume, des Außenbereiches für Veranstaltungen und für die Grundsätze der Verpflegungsplanung. Einrichtungsleitung und Einrichtungsträger sind verpflichtet, bei bestimmten Entscheidungen rechtzeitig und unaufgefordert die Interessenvertretung einzubeziehen.

Die Formen der Interessenvertretung

A.) Nutzer:innenbeirat

Der Nutzer:innenbeirat besteht aus Nutzer:innen sowie externen Mitgliedern. Er wird in regelmäßigen Abständen gewählt.

B.) Vertretungsgremium

In Wohn- und Unterstützungsangeboten, deren Nutzer:innen keinen Nutzer:innenbeirat wählen können oder wollen, kann die Wohn- und Betreuungsaufsicht anstelle des Nutzer:innenbeirates ein Vertretungsgremium anerkennen, bestehend aus Angehörigen oder aus anderen Personen, die das Vertrauen der Nutzer:innen haben.

C.) Nutzer:innenfürsprecher:innen

Nutzer:innenfürsprecher:innen werden von der zuständigen Behörde in solchen Fällen bestellt, in denen weder ein Nutzer:innenbeirat gewählt werden kann noch ein Vertretungsgremium zur Verfügung

steht. In Tagespflegeeinrichtungen ist die Interessenvertretung immer durch eine:n Nutzer:innenfürsprecher:in gewährleistet.

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

www.soziales.bremen.de/info/heimmitwirkung

Die Senatorin für Gesundheit, Frauen und Verbraucherschutz

Referat 3 I Pflege, Heimrecht, Wohn- und Betreuungsaufsicht

Meike Winkelmann, Tel. 361-68 95

meike.winkelmann@gesundheits.bremen.de

Checkliste Wohnstätten

Auswahl einer Pflege- und Betreuungseinrichtung

- ☐ Lage des Hauses (ländlich, Stadtrandlage, zentral?)
- ☐ Größe des Hauses, Zahl der Gebäude, der Einzel-, Doppel- und Mehrbettzimmer, Zahl der Wohnplätze
- ☐ Anzahl der Bewohner:innen
- ☐ Größe der Zimmer und Wohnungen
- ☐ Ausstattung der Zimmer und Wohnungen (Können bzw. müssen die Bewohner:innen eigene Möbel, Teppiche, Gardinen usw. mitbringen?)
- ☐ Ausstattung mit Bad und Toilette (Wie viele Bewohner:innen müssen sich diese Nebenräume teilen?)



- ☐ Klimaanlage (Gibt es eine Klimaanlage bzw. wie kann bei hohen 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 ein:e Bewohner:in die Essenszeiten nicht einhält, und zu welchen Mehrkosten?)
- ☐ Getränkeangebot und Zimmerservice (Nebenkosten?)
- ☐ Gibt es Probewohnen?
- ☐ Wäsche und Textilreinigung (Was wird von der Einrichtung gestellt? Was können bzw. müssen die Bewohner:innen mitbringen? Welche Leistungen der Wäsche und Reinigung sind im Grundpreis enthalten, welche werden zusätzlich berechnet? Wird die Wäsche gekennzeichnet? Wenn ja, wie wird diese Leistung berechnet?)
- ☐ Besuche (Gibt es Einschränkungen und warum?)
- ☐ Radio, TV und Internet (Welche technischen Voraussetzungen für den Empfang von Radio und Fernsehen sind im Bewohner:innenzimmer vorhanden? Welche Möglichkeiten der Internetnutzung bestehen? Welche Gebühren werden für Radio- und Fernsehempfang sowie für die Internetnutzung berechnet?)
- ☐ Bus- und Bahnverbindungen zur Einrichtung (Wann geht abends der letzte Bus von der Innenstadt zur Einrichtung? Was kostet eine Fahrt zum nächsten Bahnhof?)
- ☐ Können alle Bewohner:innen jederzeit eigenständig kommen und gehen?
- ☐ Können gegebenenfalls Tiere mit ins Haus genommen werden? Welche Kosten entstehen dafür?
- ☐ Einrichtungsvertrag (Gibt es einen Wohn- und Betreuungsvertrag, der den Bestimmungen des Wohn- und Betreuungsvertragsgesetzes – WVBG – entspricht? Erfüllt der Anbieter seine Informationspflichten vor Vertragsabschluss nach § 3 WVBG? Wird über Regel- und Zusatzkosten informiert?)
- ☐ Hausordnung (Enthält die Hausordnung Einschränkungen für ein selbstbestimmtes Leben, und können diese akzeptiert werden?)
- ☐ Betreuung der Bewohner:innen (Welche besonderen Angebote der Betreuung der Bewohner:innen gibt es? Wann hat die Wohn- und Betreuungsaufsicht zuletzt die Personalausstattung geprüft? Steht das Ergebnis der Prüfung zur Einsicht zur Verfügung? Kann man sich weiter von den niedergelassenen Ärzt:innen betreuen lassen, die bisher betreut haben? Mit welchen Ärzt:innen hat die Einrichtung eine besondere Kooperation?)



Wohnen



Pflege

Pflege-Portal-Bremen.de

Die Suche nach einem Pflegeplatz in Bremen und Bremerhaven ist nun deutlich einfacher.

Die Suche nach einem Platz in einem der rund 100 Pflegeheime in Bremen und Bremerhaven konnte bislang zum Telefon- oder Mail-Marathon werden. Mit dem »Pflege-Portal-Bremen« hat das Land nun erstmals eine Internetplattform eingerichtet, die auf einen Blick und tagesaktuell Auskunft geben kann, in welcher Einrichtung noch Plätze frei

sind. Dadurch wird die Suche erheblich erleichtert – sowohl für die Angehörigen als auch für ältere Menschen.

Die Suche nach einem Platz ist nach den drei Kategorien stationäre Pflege, Kurzzeitpflege und Tagespflege gegliedert. In der Detailsuche lassen sich zudem viele Kriterien von Anfang an filtern wie die Suche nach einer Einrichtung im Umkreis einer Postleitzahl.

Die Seite finden Sie unter der Adresse: <https://pflege-portal-bremen.bremen.de> (Reiter »Detailsuche«).

KONTAKTSTELLE FÜR SELBSTHILFEGRUPPEN IN BREMEN

Faulenstr. 31 | 28195 Bremen
 Telefon: 0421 704581
www.netzwerk-selbsthilfe.com
info@netzwerk-selbsthilfe.com



jetzt Gruppe
finden!

Selbst

HILFE

The screenshot shows the website of the Senator for Work, Social, Youth and Integration of the Free Hansestadt Bremen. The page is titled 'Pflege-Portal-Bremen.de' and features a search interface. At the top, there are navigation tabs for 'EINRICHTUNGEN' and 'DETAILSUCHE'. Below the tabs, a message states: 'Bitte wählen Sie mindestens ein Kriterium "Einrichtung" oder "Träger". Andernfalls ergibt die Suche kein Ergebnis.' The search form includes a text input field for 'Suche', a section for 'Suchergebnisse filtern nach' with checkboxes for 'Träger' and 'Einrichtung', a dropdown for 'Art der Leistung', a checkbox for 'mit gemeldeten Plätzen', and a section for 'Mit folgenden Merkmalen' with a dropdown for 'Umkreis'. At the bottom, there are input fields for 'Postleitzahl' and 'im Umkreis von' (km), and a 'Suchen' button.

Bremer Wohnstättenverzeichnis

Unterstützende Wohnformen

Inhalt:

Bremer Norden S. 104

Bremer Süden S. 107

Bremer Mitte S. 110

Bremer Westen S. 111

Bremer Osten & Östliche Vorstadt S. 114

Erläuterung **Wohnen:** Senior:innenwohnungen und Einrichtungplätze. **Wohnen mit Service (Service-Wohnen):** Wohnungen mit abrufbaren Zusatzleistungen und Notrufdienst. Zum Teil auch in Wohngruppen möglich. **Pflege:** Pflegewohnplätze. **WG-Pl.:** Wohnplätze in Senior:innenwohngemeinschaften. **Kosten:** Die genannten Preise verstehen sich als tägliches Entgelt (soweit nicht anders gekennzeichnet). **Pflegegrade 1–5:** Die genannten Preise verstehen sich als Gesamtkosten vor Abzug der Pflegeversicherung für Unterkunft und Verpflegung, Betreuung sowie einschl. Investitionskosten. **Sonstige Info:** Jedes Haus verfügt über ein mehr oder weniger großes Angebot an Zusatzleistungen, an baulichen, personellen oder auch persönlichen Vorzügen, die hier aus Platzgründen nur teilweise genannt werden können. Bitte informieren Sie sich direkt bei den Wohnstätten bzw. Residenzen darüber. **App.:** Appartements. **EBK:** Einbauküche. **EZ:** Einzelzimmer. **MZ:** Mehrbettzimmer. **NK:** Nebenkosten. **Zi:** Zimmer.

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
NORD Blumenthal						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rönnebeck Dillener Straße 69–71 28777 Bremen Tel. 6094-0, Fax 6094-119 Leitung: Frau Ulrich info@bremer-heimstiftung.de	139 Whg.	Pflege-WG	Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, teilweise öffentlich gefördert, Wohnrechtserwerb
Seniorenzentrum Haus Flethe Kapitän-Dallmann-Straße 24 28779 Bremen						
Burglesum/St. Magnus/Grambke						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Blumenkamp Billungstr. 21, 28759 Bremen Tel. 6268-0, Fax 6268-119 Leitung: Frau Mehrtens info@bremer-heimstiftung.de	51 Whg.	MS- Wohn- gruppe	Pflege in Hausgem., Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, nur öffentlich gefördert, Pflegezimmer, Park, Minigolfanlage, Kindergruppe
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Cigarrenmanufactur Stader Landstr. 42a+46 28719 Bremen Tel. 6268-108, Fax 6268-119 Leitung: Herr Johannsen info@bremer-heimstiftung.de	31 Whg.	Pflege- WG		Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Mehrgenerationenwohnen, Gemeinschaftsräume
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz St. Ilsabeen Billungstraße 31–33 28759 Bremen Tel. 6264-0, Fax 6264-119 Leitung: Frau Hoven info@bremer-heimstiftung.de	100 Whg. 8 Wohn- pflege- app.		Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Residenzwohnungen und Wohnpflegeapp., Wohnrechtserwerb, Park, Restaurant, Vital-Treff mit Sauna und Schwimmbad, Kindergruppe
RENAFAN ServiceWohnen Tauwerk Friedrich-Humbert-Straße 110 28759 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Servicewohnen Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-206 Koordination Servicewohnen: Tanja Spille tanja.spille.dsp@friedehorst.de	79			Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Service-Wohnen, Tagespflege, Kurzzeitpflege, vollstationäre Pflege mit eigenen angestellten Physiotherapeuten, Ergotherapeuten und Logopäden, Seelsorge, Wohnen im Parkgelände von Friedehorst
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Via Vita Rotdornallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-235, Fax 6381-8811 Leitung: Carsten Wenke carsten.wenke.dsp@friedehorst.de			80	Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Schwerstpflege, Beatmungspflege im Alter von 20 bis 60 Jahren, eigenes Therapeuten-Team
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Da Vinci Rotdornallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-814, Fax 6381-8814 Leitung: Claudia Bahr claudia.bahr.dsp@friedehorst.de			70	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Eigene angestellte Therapeuten, modernes Gebäude
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Haus Promente Rotdornallee 64, 28717 Bremen Tel. 6381-387, Fax 6381-42070 Leitung: Holger Boldt holger.boldt.dsp@friedehorst.de			74	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Spezialisiert auf die Pflege von Menschen mit Demenz, eigene angestellte Therapeuten
Stiftung Friedehorst Dienste für Senioren und Pflege, Friedehorst mobil Rotdornallee 64 28717 Bremen Tel. 6381-503 oder 606068 Pflegedienstleitung: Andrea Wenzel mobil@friedehorst.de						

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
HANSA Seniorenwohnpark an der Ihle Hindenburgstr, 7, 28717 Bremen Tel. 0421 – 47 87 5 Fax 0421 – 47 87 499 swp.ihle@hansa-gruppe.info https://www.hansa-gruppe.info	85		38	Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	
HANSA Seniorenwohnpark an der Lesum Am Burgplatz 2, 28719 Bremen Tel. 0421 – 64 35 5 Fax 0421 – 64 35 499 swp.burglesum@hansa-gruppe.info https://www.hansa-gruppe.info	68		36	Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Grambker See Hinterm Grambker Dorfe 3 28719 Bremen Tel. 64900-373, Fax 64900399 Leitung: Tatjana Kinast heimstaette-grambke@sozialwerk-bremen.de			80 42 Pflege 38 Geronto- psychi- atrische Pflege	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Einzelzimmer, WLAN, großer Garten, Balkon/ Terrasse in jeder Etage, Friseur, Service-Wohnen
Wohnen mit Service im Caritas-Haus St. Birgitta Göteborger Straße 34 28719 Bremen						
Caritas-Haus St. Birgitta Göteborger Str. 34, 28719 HB						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Grambke Hinterm Grambker Dorfe 3 28719 Bremen, Tel. 64900-385, Fax 64900-399 Ansprechpartnerin: Juana Viviane Pourgiazos sw-grambke@sozialwerk-bremen.de	40 Whg.				Auf Nachfrage	Standort: Ellerbuschort 14+14a, 16, 18a, 20+20a B-Schein erforderlich, Wohnungen überwiegend mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Notrufanlage in der Wohnung
Haus Lesmona Blauholzmühle 32 28717 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Aumund/Vegesack						
Seniorenheim Leeßem Barg Lesumstr. 1, 28759 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Fichtenhof Schönebecker Kirchweg 33 28757 Bremen Tel. 62 69-0, Fax 62 69-119 Leitung: Frau Fiorucci info@bremer-heimstiftung.de	27 Whg. 30 Pflege- App. Wohn- pflege		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, nur öffentlich gefördert, großzügiger Gartenpark, Kindergarten
Bremer Heimstiftung Haus Vier Deichgrafen Zum Alten Speicher 6 28759 Bremen Tel. 40 95-0, Fax 40 95-119 Leitung: Frau Egbers info@bremer-heimstiftung.de	59 Whg.				Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Gemeinschaftsraum, Wellnessbereich, Garten, direkt am Lesumufer gelegen
Christopher-Haus II Hammersbecker Str. 203/205 28755 Bremen						
Kursana, Haus Raphael Löhstraße 44, 28755 Bremen						
Residenz am Löhpark Kuhstraße 3, 28755 Bremen						
SÜD Arsten/Kattenturm/Kattenesch/Obervieland						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenesch Alfred-Faust-Straße 115 28277 Bremen Tel. 84 02-0, Fax 84 02-119 Leitung: Frau Kuls info@bremer-heimstiftung.de	39 Whg.		Pflege in Hausgem., Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Demenz-Pflegegruppe, Garten, Kindergarten
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Kattenturm Robert-Koch-Straße 70 28277 Bremen Tel. 56 34 23 98, Fax 56 34 24 38 Leitung: Herr Zieger info@bremer-heimstiftung.de	62 Whg.	Pflege- WG	Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Christliches Reha-Haus e. V. Kattenturmer Heerstraße 156 28277 Bremen						
Paritätische Dienste gGmbH Haus Obervieland Alfred-Faust-Straße 19 28277 Bremen						
Residenz-Gruppe Pflegezentrum Arsten Heukämpendamm 54 28279 Bremen						
Residenz-Gruppe Haus Rotbuche Hinter dem Vorwerk 32 28279 Bremen						
Seniorengem. Kattenturm VSR Vital Senioren Residenzen Kattenturmer Heerstraße 139 28277 Bremen						
RENAFAN ServiceLeben Haus O'land Alfred-Faust-Straße 1 28277 Bremen						
Wohnanlage CASA VITA Arsten August-Hagedorn-Allee 1 28279 Bremen						
Huchting						
Haus Invita Kirchhuchtinger Landstr. 79/81 28259 Bremen						
Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 1 Delfter Straße 25 28259 Bremen						
Residenz-Gruppe Haus am Sodenmattsee 2 Zwischen Dorpen 1 28259 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Huchting Tegeler Plate 23 28259 Bremen Tel. 57 22-0, Fax 57 22-119 Leitung: Frau Weber info@bremer-heimstiftung.de	124 Whg.		Pflege in Hausgem., Tagespflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, teilweise öffentlich gefördert, Wohnrechtserwerb, Garten, Kindergruppe
Neustadt/Woltmershausen/Rablinghausen						
Korian Haus Weserhof Hermann-Ritter-Straße 111 28197 Bremen						
Johanniter Service-Wohnen im Tabak Quartier Anna-Gondro-Weg 2 28197 Bremen Tel. 53696810 bremenverden@johanniter.de johanniter.de/tabak-quartier	24 barrierefreie Wohnungen				Auf Nachfrage	Wohnungen sind mit einem Hausnotruf ausgestattet, Beratungen und Gemeinschaftsangebote, kulturelle Angebote, Gastro und Einkaufsmöglichkeiten vor Ort
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Rablinghausen Rablinghauser Landstraße 51 a–e, 28197 Bremen Tel. 5207-0, Fax 5207-119 Leitung: Herr Kabbeck info@bremer-heimstiftung.de	56 Whg.		Pflege in Hausgem.	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, dörtl. Charakter mit großzügiger Grünanlage, am Weserdeich, öffentl. Restaurant
Wohnen mit Service für Senioren St. Pauli-Stift St.-Pauli-Deich 1 28199 Bremen						
Alten- und Pflegeheim der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz gGmbH St.-Pauli-Deich 26 28199 Bremen						
Bremer Heimstiftung Haus Stadtwerder Tanzwerder 20, 28199 Bremen Tel. 2445-0, Fax 2434-20120 Leitung: Frau Helmke info@bremer-heimstiftung.de		Pflege-WG		Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Exklusive, zentrale Lage in Wesernähe

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
HANSA Seniorenzentrum Westerstr. 19–31 28199 Bremen						
HANSA Seniorenzentrum Heinrich-Bierbaum-Straße 9 28199 Bremen						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Neustadt Große Johannisstr. 131–147 28199 Bremen Tel. 163393-20, Fax 163393-22 Ansprechpartnerin: Ivonne Schlüter, sw-neustadt@sozialwerk-bremen.de	40 Whg				Auf Nachfrage	Standort: Große Johannisstr. 131–147, teilweise B-Schein erforderlich, barrierefreie Wohnungen mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Notrufanlage in der Wohnung
Wohnanlage CASA VITA Neustadt Langemarckstraße 212–222 28199 Bremen						
Bremer Heimstiftung Haus in der Neustadt Hermannstraße 37–41 28201 Bremen Tel. 2445-0 Fax 2434-20120 Leitung: Frau Helmke info@bremer-heimstiftung.de	37 Whg.	Pflege-WG		Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Gemeinschaftsraum, Garten
Wohnen mit Service im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371, 28201 Bremen						
Ambulante Seniorenwohngemeinschaft im Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371 28201 Bremen						
Caritas-Stadtteilzentrum St. Michael Kornstraße 371 28201 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
MITTE						
Haus am Dobben Am Dobben Betreiber-GmbH Am Dobben 67–68 28203 Bremen						
Stiftung Lobetal Michaelis Haus Am Doventor Doventorsdeich 3–15 28195 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus St. Remberti Hoppenbank 2–3 28203 Bremen Tel. 36 02-0, Fax 36 02-119 Leitung: Frau Middelberg info@bremer-heimstiftung.de	57 Whg.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Praxis für Physio- therapie, Kindergarten
DKV-Residenz in der Contrescarpe Am Wandrahm 40–43 28195 Bremen						
WEST Findorff						
Zentrum für Betreuung und Pflege, Curanum Findorff Walsroder Straße 1 28215 Bremen						
RENAFAN ServiceLeben Weidedamm Ricarda-Huch-Str. 1 28215 Bremen	58 App. im Woh- nen mit Service		60 Plätze			
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			127 Plätze (91 EZ, 18 DZ)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Die aktuellen Preise finden Sie auf unserer Homepage	Cafeteria und Biblio- thek, Gartenbereich mit Terrasse und Dachterras- se, hauseigene Küche, Wäscherei, Friseur und Fußpflege, Sole-Oase, eigener Sanitärbereich, Wohlfühlbad

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
RENAFAN Service Wohnen Hemmstraße 345 28215 Bremen						
Paritätische Dienste Bremen Haus Weidedamm Ricarda-Huch-Straße 29 28215 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Findorff Ansbacher Straße 18 28215 Bremen Leitung: Frau Hachmeister Tel. 37 68 10 15 info@bremer-heimstiftung.de			Pflege in Hausgem.	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5		
Gröpelingen/Oslebshausen						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Ella-Ehlers-Haus Dockstraße 20 28237 Bremen Tel. 6 18 70, Fax 6 18 71 03 Leitung: Annette Zarnitz Annette.Zarnitz@awo-bremen.de			95 stationäre Plätze 5 Plätze Kurzzeit- pflege	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Selbstmöblierung mög- lich, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Gröpelingen Elbinger Straße 6 28237 Bremen Tel. 38 04-0, Fax 38 04-119 Leitung: Herr Johannsen info@bremer-heimstiftung.de	67 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, teilweise öffentlich ge- fördert, Tiefgarage, ›café brand‹, Kindergruppe, Begegnungsstätte von ZIS
Haus Emmaus gGmbH Adelenstraße 68 28239 Bremen Tel. 61 02 36 00 Fax 61 02 36 99 info.dpzb@diako-bremen.de www.haus-emmaus-bremen.de			85 Plätze stationäre Langzeit- pflege: ausschl. Einzelzim- mer	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	26 Pflegeplätze für Men- schen mit Demenz, große Parkanlage mit eigener Kirche, evangelische Seelsorge und wöchentliche Gottesdienste
DIAKO Kurzzeitpflege gGmbH Gröpelinger Heerstr. 406–408 28239 Bremen						



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
RENAFAN ServiceLeben Oslebshausen Am Oslebshauser Bahnhof 2 28239 Bremen						
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte Ohlenhof Schwarzer Weg 98 28239 Bremen Tel. 6190-20, Fax 6190299 Leitung: Vera Strech HeimstaetteOhlenhof@sozialwerk-bremen.de			63 43 Pflege 20 Geron- topsychi- atrische Pflege	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Zimmer überwiegend mit Balkon, Garten, eigene Möbel willkommen, regelmäßige Gottesdienste, Service-Wohnen und Tagespflege am Standort
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Heimstätte am Oslebshauser Park Oslebshauser Landstraße 20 28239 Bremen Tel. 3360-6, Fax 3360-799 Leitung: Michael Strauch HeimstaetteOslebshausen@sozialwerk-bremen.de			70	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Einzelzimmer mit Bad, Balkon/Terrasse in jeder Etage, Café im selben Gebäude, Wochenmarkt vor dem Haus, Service-Wohnen und Tagespflege am Standort
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen Ohlenhof Humannstraße 69 28239 Bremen Tel. 6190-269, Fax 6190-299 Ansprechpartnerin: Ilona Jade sw-ohlenhof@sozialwerk-bremen.de	10 Whg.				Auf Nachfrage	B-Schein erforderlich, barrierefreie Wohnungen mit Balkon oder Terrasse, EBK, Duschbad, Neubau 2010, Notrufanlage in der Wohnung
Sozialwerk der Freien Christengemeinde Service-Wohnen am Oslebshauser Park Oslebshauser Landstraße 20 28239 Bremen Tel. 3360-742, Fax 3360-799 Ansprechpartner: Robert Nicolaus sw-oslebshausen@sozialwerk-bremen.de	60 Whg.				Auf Nachfrage	Standort: Oslebshauser Landstr. 18, Menkenkamp 10+22 Barrierefreie Wohnungen mit Balkon und Terrasse, EBK, Duschbad, Baujahr 2005–2007, Notrufanlage in der Wohnung

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Walle						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Walle Reuterstraße 23–27 28217 Bremen Tel. 39020, Fax 3902191 Leitung: Frau Elisa Dimanski Elisa.Dimanski@awo-bremen.de			58	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Ein Haus für jüngere und ältere Menschen, Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Walle Karl-Peters-Straße 74 28217 Bremen Tel. 33637110, Fax 33637-119 Leitung: Frau Dunker info@bremer-heimstiftung.de	77 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Gemeinschaftsraum, Kin- dergruppe, Arztpraxen, Physiotherapiepraxis
Stiftung Friedehorst, Dienste für Senioren und Pflege, Almata-Stift Almatastraße 1–9 28219 Bremen Tel. 98896-531 Fax 98896-508 Leitung: Manuel Warnkens Manuel.Warnkens.dsp@ friedehorst.de			60	Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnküche und ge- mütlicher Speisesaal, Selbstmöbl. möglich, Haustiere nach Abspra- che möglich, Kapelle für regelm. Andachten, Garten und Wintergarten, liegt direkt am Waller Grünzug, Einkaufsmöglichkeit im WalleCenter
OST Borgfeld						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Borgfeld Daniel-Jacobs-Allee 1 28357 Bremen Tel. 69624696, Fax 69624695 Leitung: Frau Nowak info@bremer-heimstiftung.de	69 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Gemeinschaftsräume, großzügige Gartenanla- ge, Kindergruppe, Café, Restaurant, Arztpraxen, Bankfiliale



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Arbergen/Hemelingen/Hastedt						
AWOAmbulant gGmbH, Pflegeheim Rosmarie- Nemitz-Haus Hermann-Osterloh-Straße 117 28307 Bremen Tel. 489080, Fax 48908144 Leitung: Katarzyna Göbel Katarzyna.Goebel@ awo-bremen.de			80 stationäre Plätze	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Gelegen in der Nähe des Rodensees, Bushaltestelle vor der Haustür, Selbstmöblierung möglich, Haustiere nach Absprache, Balkon, DLZ und Begegnungsstätte im Haus
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Arberger Mühle Vor dem Esch 7, 28307 Bremen Tel. 69695999, Fax 69695998 Leitung: Frau Bonjer info@bremer-heimstiftung.de	53 Whg.		Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Kindergarten, Betreuung und Pflege durch Pflegeimpulse
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hemelingen Diedrich-Wilkens-Straße 18 28309 Bremen Tel. 4104-0, Fax 4104-119 Leitung: Frau Sasse info@bremer-heimstiftung.de	62 Whg.	jüdische Pflege- WG	Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, teilweise öffentlich gefördert, Garten, Kindergarten
Residenz-Gruppe Residenz am Rosenberg Am Rosenberg 33 a 28207 Bremen						
Residenz-Gruppe Seniorenresidenz Ellmers Neustadtstr. 4 28309 Bremen						
Horn-Lehe						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hollergrund Im Hollergrund 61 28357 Bremen Tel. 2785-0, Fax 2785-119 Leitung: Frau Hartwich info@bremer-heimstiftung.de	72 Whg.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, parkähnliches Dorfgelände, Gemeinschaftsräume, 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 Leitung: Frau Ritter info@bremer-heimstiftung.de	22 Whg.		Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, Park, Restaurant, Computer- Treff, Vital-Treff mit Sauna und Schwimmbad
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Marcus- allee mit Villa am Deliusweg Marcusallee 39 28359 Bremen Tel. 2385-0, Fax 2385-119 Leitung: Frau Slopinski info@bremer-heimstiftung.de	57 Whg.	12 App. im Domizil	Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, Park, Pflege-Domizil – exklusives Leben mit Demenz, Restaurant, Computer-Treff, Vital-Treff mit Schwimm- bad, Sauna, Kinder- gruppe
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Riensberg Riekestraße 2 28359 Bremen Tel. 2386-0, Fax 2386-119 Leitung: Frau Okun und Frau Hellberg info@bremer-heimstiftung.de	120 Whg. 19 Wohn- pflege- app.	10 App. im Domizil	Pflege in Haus- gemein- schaften, Kurzzeit- pflege, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, Lür-Oltmann-Domizil – exklusives Leben mit Demenz, Computer-Treff, Vital-Treff, Restaurant, Kindergruppe
Johanniter Bremen gGmbH Johanniterhaus Bremen Seiffertstraße 95 28359 Bremen						
Parkresidenz Bremen Marcusallee 2 28359 Bremen						

Oberneuland

Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Ichon-Park Oberneulander Landstraße 70 28355 Bremen Tel. 2577-0, Fax 2577-119 Leitung: Herr Hubig info@bremer-heimstiftung.de	28 Whg.		Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, großzügiger Park, Vital-Treff mit Sauna und Schwimmbad, Restau- rant, Emma-Holler- Domizil – exklusives Leben mit Demenz
---	---------	--	------------------	--	------------------	--



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
K&S Seniorenresidenz Bremen-Oberneuland Mühlenfeldstraße 38 28355 Bremen Tel. 3301-4, Fax 3301-999 bremen-oberneuland@ ks-residenz.de bremen-oberneuland.ks-gruppe.de	38 App. im Woh- nen mit Service		80 Plätze (66 EZ 7 DZ)	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Die aktu- ellen Preise finden Sie auf unserer Homepage	Cafeteria und Bibliothek, Atriumgarten und Dach- terrasse, hauseigene Kü- che, Wäscherei, Friseur und Fußpflege, Sole- Oase, eigener Sanitär- bereich, Wohlfühlbad
Wohnanlage CASA VITA Oberneuland Rockwinkeler Heerstraße 119 28355 Bremen						
Osterholz						
Haus der Blinden gGmbH Am Hahnenkamp 6 c 28325 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus Blockdiek Mülheimer Straße 1–3 28327 Bremen Tel. 4379088, Fax 4379107 Leitung: Frau Gräf info@bremer-heimstiftung.de	50 Whg.	Pflege- WG		Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff Blockdiek, großer Garten
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Osterholz Ellener Dorfstraße 3 28325 Bremen Tel. 4288-0, Fax 4288-119 Leitung: Frau Groth info@bremer-heimstiftung.de	101 Whg.		Pflege in Haus- gemein- schaften, Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, tw. öffentlich gefördert, Wohnrechtserwerb, öko- logisches Dorf, Garten- gelände, Kindergarten
Bremer Heimstiftung Stadtteilhaus OTe Ludwigshafener Straße 6 28325 Bremen Tel. 6961250, Fax 6961251 Leitung: Frau Munck info@bremer-heimstiftung.de	24 Whg.	Pflege- WG		Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Gemeinschaftsräume, Nachbarschaftstreff OTE

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung MGH Bremen-Schweizer Viertel Graubündener Straße 10 28325 Bremen Tel. 43819010 Leitung: Frau Aydt info@bremer-heimstiftung.de	8 Whg.	Pflege- WG	Tages- pflege	Grad 1 Grad 2 Grad 3 Grad 4 Grad 5	Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb
Egestorff im Alter zuhause gGmbH Stiftungsweg 2 28325 Bremen						
Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Ellener Hof Ludwig-Roselius-Allee 181 28327 Bremen, Tel. 407451 Leitung: Frau Drinnhaus info@bremer-heimstiftung.de	70 Whg.				Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Ge- meinschaftsräume, Park- anlage, gute Infrastruktur und Verkehrsanbindung
HANSA Forum Ellener Hof Pawel-Adamowicz-Straße 1 28327 Bremen						
etvoila care, Senioren- residenz Holter Fleet Osterholzer Heerstraße 73 28307 Bremen						
Östliche Vorstadt						
ASB Altenwohn- und Pflegeheim GmbH Haus am Osterdeich Osterdeich 136 28205 Bremen Tel. 4996105, Fax 4996107 Geschäftsführung: Frau Monika Luczak Einrichtungsleitung: Frau Yvonne Schönleben apz-leitung@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 indivi- duell gestaltet werden, Wintergarten, Gemein- schaftsräume, Garten, hauseigene Küche, Kurzzeit- und Verhinde- rungspflege, Tagespfle- ge, Service-Wohnen



Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
ASB-Seniorenresidenz Schierker Str. 36 28205 Bremen Tel. 499610, Fax 4996107 Leitung: Frau Luczak Apz-leitung@asb-bremen.de www.asb-bremen.de	30	Pflege-WG			48–88 qm, Mietende ab 1.030,- €	Siehe www.asb-bremen.de
Bremer Heimstiftung Haus im Viertel Auf der Kühlen 1 b 28203 Bremen Tel. 3349-0, Fax 3349-119 Leitung: Frau Halder info@bremer-heimstiftung.de	87 Whg.	Pflege-WG			Auf Nachfrage	Wohnen mit Service, Wohnrechtserwerb, Gemeinschaftsräume, Garten, Kindergarten
Paritätische Dienste Bremen gGmbH, Wohngemeinschaft im Alten Fundamt (Viertel) Seilerstraße 13, 28203 Bremen						
Senioren-Zentrum »Schöne Flora« Hermine-Berthold-Straße 30 28205 Bremen						
Seniorenhaus der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz gGmbH Friedrich-Karl-Straße 22 28205 Bremen						
Schwachhausen						
AWO Ambulant gGmbH, Pflegeheim Sparer Dank Kulenkampffallee 142 a 28213 Bremen Tel. 22070, Fax 2207106 Leitung: Fatameh Bücking Fatameh.Buecking@awo-bremen.de			70	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich, Räume für kleine Feiern, viele Veranstaltungen und Angebote
Haus St. Elisabeth Reinthalerstraße 17 28213 Bremen						

Einrichtung/Adresse	Wohnen	WG-Pl.	Pflege	Pflegegrad	Kosten	Sonstige Infos
Bremer Heimstiftung Stiftungsresidenz Landhaus Horn Schwachhauser Heerstr. 264 28213 Bremen Tel. 2468-0, Fax 2468-119 Leitung: Frau Rotgeri-Nunneemann info@bremer-heimstiftung.de	84 Whg.		Tages- pflege		Auf Nachfrage	Wohnrechtserwerb, großer Gartenpark mit Outdoorgeräten, großzü- gige Gesellschaftsräume, Vital-Treff, Restaurant, Kindergruppe
Caritas-Haus St. Franziskus Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen						
Wohnen mit Service St. Franziskus Georg-Gröning-Straße 55 28209 Bremen						
Vahr						
AWOPflege gGmbH, Pflegeheim Heinrich-Albertz-Haus Kurt-Schumacher-Allee 5 a 28329 Bremen Tel. 2772-101, Fax 2772111 Leitung: Juliana Bohlen Juliana.Bohlen@awo-bremen.de			105 stationäre Plätze	Auf Nachfrage	Auf Nachfrage	Einrichtung kann mit eigenen Möbeln ergänzt werden, Haustiere nach Absprache möglich
Caritas-Haus St. Laurentius Stellichter Straße 8 28329 Bremen						
Pflegeimpulse GmbH Wohngemeinschaft Vahr Gustav-Radbruch-Straße 29–31 28329 Bremen						

BINGO!

DIE LOTTERIE FÜR DIE UMWELT

EIN GEWINN FÜR DIE NATUR



In Deutschland lizenzierter Glücksspielveranstalter (Whitelist).
Spielen ab 18. Spielen kann süchtig machen.
Infos: In Annahmestellen und auf check-dein-spiel.de.
Fachberatung unter 0800 1372700 (kostenlos).

 **LOTTO**®
Bremen



BREMER HEIMSTIFTUNG

**Ihr seriöser Partner, wenn es um
Wohnen und Pflege im Alter geht.**

An mehr als 30 Standorten in ganz Bremen.

Bremer Heimstiftung · Marcusallee 39 · 28359 Bremen · Tel. 0421 24340

www.bremer-heimstiftung.de