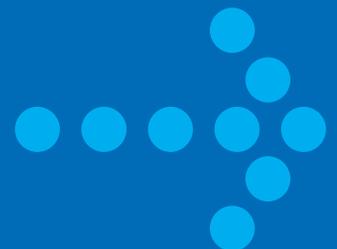


Alte Vielfalt

Ein Wegweiser für ältere Menschen in Mahndorf, Arbergen,
Hemelingen, Sebaldsbrück und Hastedt





Alte Vielfalt

**Ein Wegweiser für ältere Menschen in Mahndorf, Arbergen,
Hemelingen, Sebaldsbrück und Hastedt**

Herausgegeben vom Arbeitskreis „Alte Vielfalt“,
Hemelinger Stadtteilgruppe zur aktiven Unterstützung älterer Menschen

Bremen, Dezember 2022

Bremen



Liebe Leserin, lieber Leser,
„Alte Vielfalt“ ist ein wunderbares Motto für den stadtteil-orientierten Wegweiser für ältere Menschen. Denn das Motto verspricht Alt-Eingesessenes, Erprobtes und für gut Befundenes genauso wie vielfältige Angebote für alle Geschmäcker und Bedarfe. Genau das erwartet Sie in dieser aktuellen Broschüre für den Stadtteil Hemelingen. Hier finden Sie viele Informationen und Adressen rund um das Älterwerden ganz in Ihrer Nähe. Einiges kennen Sie vielleicht schon, von vielem sind Sie aber vielleicht überrascht.



Dieser Wegweiser zeigt, wie Jede und Jeder sich auf das Älterwerden vorbereiten oder Freunde und Angehörige dabei unterstützen kann. Hier in Hemelingen gibt es viele Angebote, die Ihnen ein aktives Leben im Stadtteil erleichtern und ermöglichen – vom Beginn der Rente an bis hinein ins hohe Alter. In Arbergen, Hastedt, Hemelingen, Mahndorf und Sebaldsbrück ist das Netzwerk aus Dienstleistungen und Beratungsangeboten, aus Orten für Gespräche und Begegnungen, für kulturelle und sportliche Aktivitäten gut ausgebaut. Ich hoffe, dass Sie viele Anregungen für Ihren Alltag finden.

Diese Broschüre entstand ursprünglich im Rahmen des Modell-Projektes „Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche“, das durch das Ressort Soziales, Jugend, Integration und Sport gefördert wurde. Aufsuchende Altenarbeit, auch mit dem neuen Schwerpunkt auf präventiven Hausbesuchen soll dazu beitragen, dass möglichst viele Bremerinnen und Bremer so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden oder im eigenen Stadtteil gut leben zu können. Diese Broschüre hilft Ihnen hoffentlich, die richtigen Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner vor Ort zu finden.

Ihre

Pinja Stahmann

Senatorin für Soziales, Jugend, Integration und Sport

Die Senatorin für Soziales,
Jugend, Integration und Sport



Netzwerk „Alte Vielfalt“

Das Netzwerk „Alte Vielfalt“ ist ein Zusammenschluss von öffentlichen und privaten Einrichtungen und Anbietern im Bereich ambulanter und stationärer Altenhilfe, der offenen Altenarbeit und Institutionen bzw. Personen, die die Altenhilfe oder Altenarbeit im Stadtteil fördern und unterstützen wollen. Das Netzwerk umfasst den Stadtteil Hemelingen mit seinen Ortsteilen Mahndorf, Arbergen, Hemelingen, Sebaldsbrück und Hastedt.

Aufgabe des Netzwerkes ist es, Altenhilfe und Altenarbeit im Stadtteil zu fördern, Missstände und Problemfelder im Lebensumfeld älterer Menschen zu erkennen und Hilfsangebote zu entwickeln. Dies geschieht durch regelmäßigen Austausch, Initiierung geeigneter Maßnahmen und Vernetzung der Hilfs- und Beratungsangebote.

Ziel des Netzwerkes ist es, den Stadtteil alters- und altersgerecht umzugestalten und somit Menschen die Möglichkeit zu bieten, im vertrauten Wohnumfeld alt zu werden.

Ansprechpartnerin für das Netzwerk:

Karin Schüdde, Begegnungszentrum der Ev. luth. Kirchengemeinde Hemelingen
Tel.: (0421) 45 11 16

Aktiv am Netzwerk beteiligt sind:

- Amt für Soziale Dienste, Sozialzentrum Hemelingen/Osterholz
- ASB Gesellschaft für seelische Gesundheit
- Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche
- AWO Arbergen Rosmarie-Nemitz-Haus
- Begegnungszentrum und -treffs der Ev. Brückengemeinden
- Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Arberger Mühle
- Bremer Heimstiftung Stiftungsdorf Hemelingen
- Bremer Heimstiftung Werkstatt Alter
- Bürgerhaus Hemelingen e.V.
- Bürgerhaus Mahndorf
- Dienstleistungszentrum AWO Osterholz
- Dienstleistungszentrum DRK Hastedt
- Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus
- Freundeskreis Hemelingen
- Gesundheitsfachkräfte in Bremer Quartieren
- ibs Institut für Berufs- und Sozialpädagogik e. V.
- NABU Bremen e.V.
- Netzwerk Selbsthilfe
- Polizeirevier Hemelingen
- Quartiersmanagement Hemelingen
- Residenzgruppe Haus Ellmers und Haus am Rosenberg
- Seniorenvertretung
- Stadtteilmarketing Hemelingen
- St. Raphael-Gemeinde
- WH Care Bremen Hemelingen Haus Odem

Liebe Hemelingerinnen und Hemelinger,

wir freuen uns, Ihnen mit der Neuauflage des Wegweiser „Alte Vielfalt“ einen aktuell überarbeiteten Überblick über die zahlreichen Träger, Vereine, Projekte und Institutionen in den Ortsteilen Mahndorf, Arbergen, Hemelingen, Hastedt und Sebaldsbrück geben zu können.

Die Broschüre hat großen Anklang gefunden, worüber wir uns sehr freuen.

Die speziell auf das Alter und Altern ausgerichteten Angebote umfassen die Bereiche Beratung, Gesundheit, ambulante, teilstationäre und stationäre Hilfen, Behörden sowie Freizeit und Kultur.

Diese Broschüre soll Ihnen behilflich sein, die passenden Ansprechpersonen oder erste Anlaufstellen zu finden, die Ihnen Antworten auf Ihre Fragen geben können.

Leider ist es uns nicht möglich, den Wegweiser in mehreren Sprachen zu erstellen. Unter der Telefonnummer (0421) 361-166 06 können Sie weitere Informationen erfragen.

Dear people from Hemelingen,

We are happy to present you with the new edition of the booklet "Alte Vielfalt". It provides you with a revised overview of the various clubs, projects and institutions in Mahndorf, Arbergen, Hemelingen, Hastedt and Sebaldsbrück.

We are pleased to let you know that the brochure has been very well received.

The offers which are directed at elderly people include the domains counselling, health, outpatient or inpatient assistance, administration, leisure and culture.

The brochure helps you to find the right contact persons who can answer your questions.

Unfortunately we cannot publish the booklet in other languages than German. If you call (0421) 361-16606 you will be connected to a counsellor who speaks your language.

Sevgili Hemelingenliler,

Mahndorf, Arbergen, Hemelingen, Hastedt ve Sebaldsbrück semtlerindeki çok sayıda dernekler, kurumları ve onların projelerini tanıtan „Alte Vielfalt“ isimli rehberimizi, üzerinde yeniden çalışıp hazırlayarak size sunabilmekten mutluluk duyuyoruz.

Bu rehberin büyük bir yankı bulması bizi çok sevindirdi.

Özel olarak yaşlılık ve yaşlanmak üzerine hazırlanan sunumlar şunlardır: Danışma, sağlık, ayakta tedavi, yatılı ve yarı yatılı tedaviler, devlet daireleri, kültür ve boş zaman değerlendirme gibi hizmetlerdir.

Bu rehber sizin ilgili kişilere ve yerlere ulaşmanızı ve sorularınıza cevap bulmanıza yardımcı olması için hazırlanmıştır.

Rehberimiz her dilde hazırlanamadığından dolayı bu telefonlarımızdan istediğiniz dilde bir danışmana ulaşabilirsiniz (0421) 361-16606.

اعزائي سكان هيميلينغن,

يسرنا ان نقدم لكم الدليل في لمحة صياغة محددة عن الاعداد الوفيرة من اصحاب العمل, اتحادات, مشاريع, ومؤسسات في ضاحية ماندورف, أربرن, هيميلينغن, هاشتنت وزبالسبروغ.

هذا المنشور كان له صدى كبير في الضاحية وهذا ما يسرنا.

خاصية النشاطات المقدمة للمسنين والمسنات تتمحور في المجالات التالية

النصائح الاستشارية في مجال الصحة العامة, وحالة العلاج للطوارئ والعلاج المؤقت والدوائر الرسمية واوقات الفراغ والثقافة.

هذا المنشور هو عامل مساعد لكم لايجاد الشخص المناسب لمساعدتكم او الجهة المرجو ايجادها للحصول على اجوبة لاسئلتكم.

للاسف لم نستطع ترجمة هذا المنشور الى لغات عديدة

تحت ارقام الهاتف هذه 361-16606 (0421) تستطيعون التواصل مع المستشارين والمستشارات بلختكم.

Уважаемые жители Hemelingen,

мы рады, что можем вам предоставить новое издание справочника „Alte Vielfalt“ с обработанным по новому обзором о многочисленных организациях, обществах, проектах и учреждениях в таких частях города как Mahndorf, Arbergen, Hemelingen, Hastedt и Sebaldsbrück.

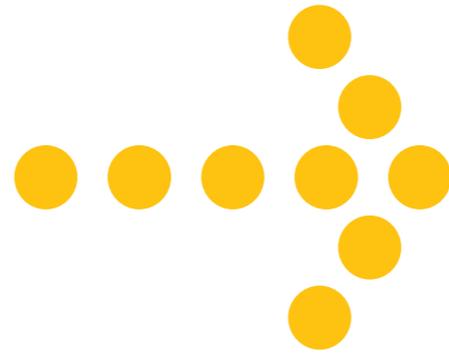
Брошюра получила много одобрений, о чём мы очень рады.

Специально направленные на определённую возрастную группу людей предложения, охватывают области консультации, здоровья, амбулаторной, полустационарной и стационарной помощи, органов власти, досуга и культуры.

Брошюра поможет вам в нахождении специалистов, в которых вы нуждаетесь или учреждений, где вам смогут помочь и ответить на ваши вопросы.

К сожалению мы не можем издать справочник на иностранных языках. По телефону (0421) 361-16606 вы можете получить нужную вам информацию от наших консультантов на вашем родном языке.

Inhalt



Wichtige Telefonnummern für den Notfall	15
--	-----------

1 Freizeit- und Kulturangebote **17**

Begegnungszentrum Arbergen	18
Begegnungstreff „Die Brücke“	19
Begegnungszentrum plus Hemelingen	20
Busbibliothek – Stadtbibliothek Bremen	21
Bürgerhaus Hemelingen	22
Bürgerhaus Mahndorf	23
Café MOBILE im Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus	24
Begegnungstreff Guter Hirte	25
impuls e.V. – Zentrum für gesunde und künstlerische Bewegung	26
Interkulturelle Seniorengruppe und Seniorencafé	27
Katholische Kirchengemeinde St. Raphael	28
NABU Bremen e.V.	29
Sportvereine und Schwimmbäder	30
Kirchengemeinden und religiöse Gemeinschaften	31

2 Behördliche Dienste **33**

Haus der Familie im Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus	34
Behandlungszentrum Ost, Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz	35
Ortsamt Hemelingen	36
Quartiersmanagement Hemelingen	37
Polizeirevier Hemelingen	38

3 Ambulante Hilfen, Beratung und Tagespflege **41**

ASB Gesellschaft für Seelische Gesundheit mbH	42
Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche im Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus	43
Dienstleistungszentrum Hastedt	44
Dienstleistungszentrum Osterholz	45
Dienstleistungszentrum Vahr	46
Freundeskreis Hemelingen	47
Malteser Hilfsdienst gGmbH	48
PatientInnenstelle im Gesundheitsladen Bremen e.V.	49
Tagespflege Haus Sonnenschein	50
Pflegedienste, Hausnotrufe	51
Hospizdienste	52
Menü-Bringdienste, Getränke-Lieferanten	53

4 Gesundheit und Ambulante Therapien 55

Gesundheitsfachkräfte im Quartier	56
Zentrum für Musiktherapie	57
Allgemeinärzte und Internisten	58
Krankenhäuser	59
Physiotherapie	60
Apotheken, Ergotherapie	61
Sanitätshäuser, Logopädie	62
Akustiker, Augenoptiker	63

5 Wohnen 65

Kaufhaus Hemelingen	66
kom.fort – Beratung für barrierefreies Bauen und Wohnen	67
Pflegeeinrichtung Rosmarie-Nemitz-Haus	68
Seniorenresidenz Ellmers	69
Stiftungsdorf Arberger Mühle	70
Stiftungsdorf Hemelingen	71

6 Weitere Angebote und Einrichtungen 73

Stadtteilmarketing Hemelingen e.V.	74
Seniorenbüro e.V. Bremen	75
Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e.V.	76
Seniorenvertretung der Stadtgemeinde Bremen	77
Weitere Einrichtungen	78



Wichtige Telefonnummern für den Notfall

Polizei: 110

Feuerwehr: 112

Notarzt-Rettungswagen: 112

Bürgertelefon Bremen: 115

Ärztlicher Bereitschaftsdienst der KV Bremen: 116 117

Zentraler EC-Karten-Sperr-Notruf: 116 116

Telefonseelsorge: 0800 1 11 01 11; (0421) 50 40 40 oder 50 41 41



Freizeit- und Kulturangebote



Begegnungszentrum Arbergen



TRÄGER

Aktive Menschen Bremen e.V.

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Christa Sönksen

ADRESSE

Hermann-Osterloh-Straße 117
28307 Bremen

TELEFON

(0421) 48 80 97

FAX

(0421) 48 908-144

E-MAIL

bgst-arbergen@web.de

INTERNET

www.aktive-menschen-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 41, 44 (Haltestelle „Nauheimer Straße“)

BESCHREIBUNG

Ein Treffpunkt für die mittlere und ältere Generation. Wir bieten vielfältige Veranstaltungen z. B. aus den Bereichen Gesundheit, Kultur und Bildung sowie Beratung, gemeinsames Frühstück und Tanztee an. Ausflüge innerhalb Bremens und Tagesfahrten werden organisiert. Sonderveranstaltungen finden außerhalb des Rahmenprogramms statt.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Gymnastik, Sitzgymnastik, Orientalischer Tanz für Frauen, Männerfrühstück einmal im Monat, BGZ unterwegs

BESONDERHEITEN

Die Angebote werden von Ehrenamtliche mitgestaltet und begleitet

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Je nach Angebot, Gruppe oder Veranstaltung wird ein Kostenbeitrag erhoben.

Begegnungstreff „Die Brücke“



TRÄGER

Ev. Versöhnungsgemeinde

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Karin Schüdde

ADRESSE

Sebaldsbrücker Heerstraße 52
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 45 16 05

FAX

E-MAIL

begegnung.hemelingen@kirche-bremen.de

INTERNET

www.kirche-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Straßenbahn 2, 10, Landbus 730 (Haltestelle „Bhf Sebaldsbrück“; DB-Bahnhof „Sebaldsbrück“)

BESCHREIBUNG

Der von der Stadt Bremen geförderte Treff ist offen für alle Menschen im höheren Erwachsenenalter, die ihre Freizeit aktiv miteinander gestalten wollen. Verschiedene Gruppentreffen, Projekte und Veranstaltungen, sowie Beratung zu Fragen und Problemen des Älterwerdens werden angeboten.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Singkreis, MontagSuppe, Yoga, Qi Gong, Kartenspielkreise, Malgruppe, Gedächtnistraining, Frühstück, Kulturveranstaltungen

BESONDERHEITEN

Gemeindenachmittag, Besuchsdienstkreis, Plattdeutschrunde

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Zum Teil kostenlos; möglichst geringe Beiträge für Bewirtung und einige Angebote

Begegnungszentrum plus Hemelingen



TRÄGER

Ev. luth. Kirchengemeinde Hemelingen

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Karin Schüdde

ADRESSE

Christernstraße 18 a
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 45 11 16

FAX

E-MAIL

begegnung.hemelingen@kirche-bremen.de

INTERNET

www.kirche-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 29, 40, 41 (Haltestelle „Glockenstraße“; DB Bahnhof „Hemelingen“)

BESCHREIBUNG

Das von der Stadt Bremen geförderte Zentrum plus ist offen für alle Menschen im höheren Erwachsenenalter, die ihre Freizeit aktiv miteinander gestalten wollen. Verschiedene Gruppentreffen, Projekte und Veranstaltungen, sowie Beratung zu Fragen und Problemen des Älterwerdens werden angeboten.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Nordic Walking, Gymnastik, ErlebnisTanz, Yoga, Spiel- und Gesprächsgruppen, Handytreff, Theaterfahrten, Ausflüge, Reisen, Feste, Vorträge, Kulturveranstaltungen.

BESONDERHEITEN

Offener Treff, ehrenamtliches Engagement

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Zum Teil kostenlos; möglichst geringe Teilnehmer*innenbeiträge für Bewirtung und einige Angebote.

Busbibliothek – Stadtbibliothek Bremen



TRÄGER

Stadtbibliothek Bremen

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Matthias Weyh

ADRESSE

(siehe unten)
Zentrale: Am Wall 201, 28195 Bremen

TELEFON

(0421) 361-91 73 (AB)

FAX

E-MAIL

busbibliothek@stabi-hb.de

INTERNET

www.stabi-hb.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 40,41, 41E, 42 (Haltestelle „Hemelinger Bahnhofstraße“)

BESCHREIBUNG

Mobile Zweigstelle
der Stadtbibliothek Bremen

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Ab dem 65. Geburtstag, bzw. bei Vorlage eines Rentenausweises bezahlen Sie nur 16 Euro für 12 Monate.

Haltestelle Hemelingen

Hemelinger Bahnhofstraße (Marktplatz)
Haltezeit: Dienstag 16.00 - 17.00 Uhr
(alle vier Wochen)
Aktuelle Fahrplaninformation siehe
Homepage www.stabi-hb.de

Unsere aktuelle Entgeltordnung finden Sie auf
unserer Homepage www.stabi-hb.de

Ausleihe und Rückgabe von Medien aus
dem Gesamtbestand der Stadtbibliothek
Bremen.

Bürgerhaus Hemelingen



TRÄGER Bürgerhaus Hemelingen e.V.	ANSPRECHPARTNER/INNEN Eva-Maria Ehlers	
ADRESSE Godehardstraße 4 28309 Bremen	TELEFON (0421) 45 61 98	FAX (0421) 45 26 41
SPRECHZEITEN Montag bis Freitag 8.00 - 15.00 Uhr	E-MAIL info@buergerhaus-hemelingen.de	
	INTERNET www.buergerhaus-hemelingen.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV Bus 40, 41; Straßenbahn 2, 10 (Haltestelle „Hemelinger Bahnhofstraße“)	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG
Das Bürgerhaus Hemelingen ist ihre Adresse für: Kultur, Kunst, Theater, Konzerte, Nachbarschaftstreff, Initiativen, Seminare, Tagungen, Veranstaltungen, Kleinkunst, Bildung, Kurse, Raum- und Saalvermietungen, Freizeit, Feiern aller Art, Seniorenangebote und vieles mehr!

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE
Yoga 50+, Seniorentanz



Bürgerhaus Mahndorf



TRÄGER Bürgerhaus Mahndorf e.V.	ANSPRECHPARTNER/INNEN Till Locher, Sven Bohling	
ADRESSE Mahndorfer Bahnhof 10 28307 Bremen	TELEFON (0421) 48 58-15	FAX (0421) 48 58-170
SPRECHZEITEN Montag bis Donnerstag, 8.30 - 22.00 Uhr Freitag, 8.30 - 18.00 Uhr am Wochenende bei Veranstaltungen	E-MAIL info@buergerhaus-mahndorf.de	
	INTERNET www.buergerhaus-mahndorf.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV Bus 37, 40, 41 (Haltestelle „Bahnhof Mahndorf“); Straßenbahn 1; DB-Bahnhof „Mahndorf“	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG
Sozialkulturelle Einrichtung mit Beratungs-, Unterhaltungs-, Sport-, Bastel- und Musikangeboten, Spielertreffs, Sprachkursen, div. Gruppenangeboten.
- KiTa
- BürgerInnencafé

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE
Cafébetrieb, Seniorengymnastik, diverse Gruppenangebote (siehe Website)

BESONDERHEITEN
Montag bis Freitag
offenes Bürgercafé ohne Verzehrzwang

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE
Bitte individuell erfragen



Café MOBILE im Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus



TRÄGER ASB	ANSPRECHPARTNER/INNEN Ilona von Komorowski	
ADRESSE Hinter den Ellern 1 a 28309 Bremen	TELEFON (0421) 9 89 72-668	FAX (0421) 9 89 72-800
	E-MAIL 	
SPRECHZEITEN Montag bis Freitag 9.00 - 14.00 Uhr	INTERNET www.asb-bremen.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV Bus 40, 41, 44 (Haltestelle „Brünsweg“)		

BESCHREIBUNG
Im Café MOBLE kann montags bis freitags von 9.00 - 11.00 Uhr gefrühstückt werden. Von 12.00 - 13.30 Uhr gibt es einen abwechslungsreichen Mittagstisch mit Salat und Nachtisch.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE
Die Speisenpreise sind moderat.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE
Seniorencafé
Dienstags 15.00 - 17.00 Uhr



Begegnungstreff Guter Hirte



TRÄGER Ev. luth. Gemeinde des Guten Hirten	ANSPRECHPARTNER/INNEN Karin Schüdde	
ADRESSE Forbacher Straße 18 28309 Bremen	TELEFON (0421) 45 11 16	FAX
	E-MAIL begegnung.hemelingen@kirche-bremen.de	
SPRECHZEITEN Freitag, 15.00 - 16.30 Uhr und nach Vereinbarung	INTERNET www.kirche-bremen.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input type="checkbox"/> NEIN <input checked="" type="checkbox"/>	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV Bus 21, 29, 33, 34, 37 (Haltestelle „Osterholzer Friedhof“; ca. 500 Meter Fußweg)		

BESCHREIBUNG
Der von der Stadt Bremen geförderte Treff ist offen für alle Menschen im höheren Erwachsenenalter, die ihre Freizeit aktiv miteinander gestalten wollen. Verschiedene Gruppentreffen, Projekte und Veranstaltungen, sowie Beratung zu Fragen und Problemen des Älterwerdens werden angeboten.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE
Tanzen im Sitzen, Skat, Spieleabend, Frühstück, Kulturveranstaltungen

BESONDERHEITEN
Offenes Café, jeden Freitag um 15.00 Uhr

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE
Zum Teil kostenlos; möglichst geringe Beiträge für Bewirtung und einige Angebote.

impuls e.V. – Zentrum für gesunde und künstlerische Bewegung



TRÄGER

impuls e.V.

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Inge Deppert

ADRESSE

Fleetrade 78/Rathausplatz 1, 28207 Bremen
(ehem. Rathaus Hemelingen)

TELEFON

(0421) 4 98 94 94

FAX

(0421) 4 98 60 48

E-MAIL

info@impuls-bremen.de

INTERNET

www.impuls-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Straßenbahn 3, Bus 40, 41 (Haltestelle „Weserwehr“)

BESCHREIBUNG

impuls e.V. bietet im Bereich Gesundheit und Bewegung für Seniorinnen und Senioren ein umfangreiches Kursangebot. Die wöchentlich stattfindenden Bewegungsangebote sind für alle Menschen gedacht, die Spaß an gesunder Bewegung haben und die Freude daran wieder entdecken möchten. Die meisten Kurse können über eine ärztliche Empfehlung zum Rehasport kostenlos für einen bestimmten Zeitraum besucht werden.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Ausgleichsgymnastik für den Rücken, Gehschule, Bewegung und Tanz, demnächst Tanzveranstaltungen für Senioren, Yoga, Veranstaltungen

BESONDERHEITEN

Die Leiterinnen der Kurse sind professionell ausgebildete Fachkräfte.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Eine Mitgliedschaft kostet 33,00 Euro im Monat

Interkulturelle Seniorengruppe und Seniorencafé

TRÄGER

Anatolisches Bildungs- und Beratungszentrum e.V.

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Rahmi Tuncer

TELEFON

01520 295 53 20

FAX

ADRESSE

Bitte nachfragen. Derzeit ohne festen Standort; manche Angebote finden in der Christernstraße 18 a statt.

E-MAIL

rahmituncer@web.de

INTERNET

www.anadolu-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

BESCHREIBUNG

- Beratung in Fragen Rente, Pflegeversicherung, Grundsicherung, Schwerbehindertenrecht etc. Muttersprachliche Infobroschüre, Bücher, Filme etc. zu altersspezifischen Fragen und Sorgen, z.B. zur Gesundheitssituation.
- Organisation von Ausflügen, Spaziergängen, Stadtrundfahrten, Veranstaltungen, Begegnungsfesten, Sport (Gymnastik und Schwimmen) etc.
- Herausgabe von zweisprachigen Infobroschüren im Rahmen des interkulturellen Seniorencafés

Katholische Kirchengemeinde St. Raphael



TRÄGER

Kath. Kirchengemeinde St. Raphael,
Gemeindekirche St. Godehard

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Ursula Frantzen

TELEFON

(0421) 45 19 38

FAX

(0421) 9 58 09 39

ADRESSE

Kath. Kirchengemeinde St. Raphael
Büro St. Godehard
Godehardstraße 25, 28309 Bremen

E-MAIL

godehard@raphael-bremen.de

INTERNET

www.raphael-bremen.de

SPRECHZEITEN

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Straßenbahn 2, 10 (Haltestelle „Sebaldsbrücker Bahnhof“ oder „Trinidadstraße“)
Bus 40, 41, 44 (Haltestelle „Hemelinger Bahnhofstraße“ oder „Christernstraße“)

BESCHREIBUNG

- Jungsenioren treffen sich 1 mal monatlich zur Freizeitgestaltung
- Gemeindenachmittage für Senioren (2 mal jährlich)
- Besuchsdienste zu verschiedenen Anlässen wie z.B. Geburtstage, Neuzugezogene und andere.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Gemeinsames Singen

ADRESSEN

Katholische Kirche St. Godehard

Godehardstr. 25
28309 Bremen

Kirchengemeinde St. Raphael

Kurt-Schumacher-Allee 62
28327 Bremen

NABU Bremen e.V.



ADRESSE

Vahrer Feldweg 185
28309 Bremen

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Dorothee Meier, Jessica Wildner

TELEFON

(0421) 48 44 48 70

FAX

(0421) 48 44 48 77

ÖFFNUNGSZEITEN RUNDWEG & GELÄNDE

Montag bis Freitag
Sommer (Mrz - Okt) 10.00 - 18.00 Uhr
Shop: 15.00 - 18.00 Uhr
Winter (Nov-Feb) 9.00 - 17.00 Uhr
Shop: 14.00 - 17.00 Uhr

E-MAIL

info@nabu-bremen.de

INTERNET

www.nabu-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 25 (Haltestelle „Im Holter Feld“, Fußweg ca. 600 m)
Bus 21 (Haltestelle „Parsevalstraße“, Fußweg ca. 800 m)

BESCHREIBUNG

Der NABU entwickelt das drei Hektar große, ehemalige Gärtnerei-Gelände zu einer Kombination aus Vogel- und Insektenparadies mit Wald, Obstbaumwiesen, Blühflächen und Nutzpflanzenanbau. Neben jederzeit zugänglichen Schautafeln werden Rundgänge und zahlreiche thematische Veranstaltungen für junge und ältere Naturbegeisterte angeboten. Im Naturshop gibt es Nistkästen, Vogelfutter und mehr.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Acker AG, Kräuter AG, Exoten AG, Näh- und Kreativtreff, Metall- und Holztreff, Hoffeste für die ganze Familie; Programmheft erscheint alle 3 Monate

BESONDERHEITEN

ehrenamtliches Engagement, generationsübergreifende Angebote

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Die meisten Angebote sind für NABU-Mitglieder kostenfrei, sonst 3,00 Euro oder siehe Programmheft.

Sportvereine

ATSV Sebaldsbrück

Sebaldstraße 3 a
28309 Bremen
Tel.: (0421) 41 40 59
Email: info@
atsv-sebaldsbrueck.de
www.atsv-sebaldsbrueck.de

SV Hemelingen

Am Sportplatz 2
28309 Bremen
Tel.: (0421) 41 22 04
Fax: (0421) 2 76 23 95
Email: geschaeftsstelle@
svhemelingen.de
www.svhemelingen.de

SGBO Sportgemeinschaft

Bremen-Ost

Arberger Heerstraße 111
28307 Bremen
Tel.: (0421) 48 04 37
Email: info@sgbo.de
www.sgbo.de

Landessportbund

Bremen e.V.

Hutfilterstraße 16-18
28195 Bremen
Tel.: (0421) 79 28 70
Email: info@lsb-bremen.de
www.lsb-bremen.de

Schwimmbäder

Vitalbad Vahr (Hallenbad)

Kurt-Schumacher-Allee 5
28329 Bremen
Tel.: (0421) 46 80 70

OTe Bad (Hallenbad)

Koblenzer Str. 3, 28325 Bremen
Tel.: (0421) 40 18 82

Schlossparkbad (Kombibad)

Schlossparkstr. 52, 28309 Bremen
Tel.: (0421) 6 99 39 90

Stadionbad (Freibad)

Franz-Böhmert-Str. 13
28205 Bremen
Tel.: (0421) 691 51 89

Freizeitstätte Arberger

Sommerbad e.V.

Arberger Heerstr. 37
28307 Bremen
Tel.: (0421) 48 00 57

Hansegasser-Hallenbad

Franz-Böhmertstr. 11
28205 Bremen
Tel.: (0421) 44 36 63

Kirchengemeinden/Religiöse Gemeinschaften

Evangelische Brücken- gemeinden des Bremer Ostens

Gemeinde des Guten Hirten

Forbacher Straße 18

Gemeinde Hemelingen

Christernstraße 18 a

Melanchthon-Gemeinde

Osterholzer Heerstraße 124

Versöhnungsgemeinde

Sebaldsbrücker Heerstr. 52

Gemeindeservicebüro:

Sebaldsbrücker Heerstr. 52,
28309 Bremen
Tel.: (0421) 62 03 44-0
Fax: (0421) 62 03 44-25
Email: brueckenbuero@
kirche-bremen.de

Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Johannis Arbergen

Arberger Heerstraße 77,
28307 Bremen
Tel.: (0421) 48 08 61
Fax: (0421) 48 08 95
Email: buero.arbergen@
kirche-bremen.de

Ev.-luth. Kirchengemeinde St. Nicolai Bremen-Mahndorf

Mahndorfer Deich 48
28307 Bremen
Tel.: (0421) 48 01 22
Fax: (0421) 48 02 34
Email: kirche.mahndorf@
kirche-bremen.de

Ev. Auferstehungsgemeinde

Drakenburger Straße 42
28207 Bremen
Tel.: (0421) 44 69 31
Fax: (0421) 4 34 92 43
Email:
ev.auferstehungsgemeinde@
kirche-bremen.de

Alt-Hastedter Evangelische Kirchengemeinde

Bennigsenstr. 7, 28205 Bremen
Büro: Drakenburger Str. 42,
28207 Bremen
Tel.: (0421) 44 69 31
Email: buero.alt-hastedt@
kirche-bremen.de

Kath. Gemeinde St. Johann

St. Elisabeth-Kirche
Suhrfeldstr. 161, 28207 Bremen
Tel.: (0421) 36 94 115
Email: pfarrbuero@
st-johann-bremen.de

Neuapostolische Kirche Sebaldsbrück

Vahrer Str. 162, 28309 Bremen
Tel.: 0172/4165087
Email: bremen-sebaldsbrueck@
nak-nordost.de

Quba-Moschee

IGMG Bremen Hemelingen e.V.
Hemelinger Bahnhofstr. 44
Tel.: (0421) 4 17 45 79
Mobil: 0172 4 08 43 00



2

Behördliche Dienste

Haus der Familie im Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus



TRÄGER

Amt für Soziale Dienste

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Charlotte Krull, Conny Nerz

ADRESSE

Hinter den Ellern 1 a
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 361-166 01/166 02

FAX

(0421) 361-166 05

E-MAIL

hdf-familienzentrum.mobile@afsd.bremen.de

INTERNET

www.familienzentrum-mobile-mgh.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 40, 41, 44 (Haltestelle „Brünsweg“)

BESCHREIBUNG

Das Haus der Familie ist eine stadtteilbezogene Familienbildungseinrichtung. Die Angebote richten sich an alle Menschen im Stadtteil, in erster Linie an Eltern und ihre Kinder. Wir sind offen für alle Nationalitäten und die unterschiedlichsten Formen des familiären Zusammenlebens. Das Haus der Familie bietet niedrigschwellige Beratung sowie eine unbürokratische Wegweiserberatung zu weiteren Diensten und Angeboten.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Offener Treff für Familien
Mi 15.00 - 17.00 Uhr

BESONDERHEITEN

Das Haus der Familie koordiniert zusätzlich die Angebote im gesamten Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Die Angebote sind kostenlos



Behandlungszentrum Ost Sozialpsychiatrische Beratungsstelle und Ambulanz

TRÄGER

Gesundheit Nord, Klinikum Bremen Ost

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Sekretariat

ADRESSE

Osterholzer Landstraße 51 (Haus 7)
28325 Bremen

TELEFON

(0421) 408 - 1850

FAX

(0421) 408 - 1851

E-MAIL

SPRECHZEITEN

Montag bis Freitag, 8.30 - 17.00 Uhr
Termine nach telefonischer Absprache

INTERNET

www.klinikum-bremen-ost.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 33, 34 (Haltestelle „Poggenburg“)

BESCHREIBUNG

Beratung und Krisenintervention für psychisch kranke und suchtkranke Menschen und deren Angehörige. In besonderen Fällen auch multiprofessionelle Behandlung durch die psychiatrische Institutsambulanz.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Kostenlos als öffentlicher Gesundheitsdienst, in Behandlungsfällen über die Krankenkasse

BESONDERHEITEN

nach Absprache auch Hausbesuche möglich

Ortsamt Hemelingen



TRÄGER

Freie Hansestadt Bremen

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Jörn Hermening, Silke Lüerssen, Lucy Reinke

ADRESSE

Godehardstraße 19
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 361-3060

FAX

(0421) 496-3060

E-MAIL

office@hemelingen.ortsamt.bremen.de

INTERNET

www.ortsamt-hemelingen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 40, 41 (Haltestelle „Hemelinger Bahnhofstraße“)

BESCHREIBUNG

Das Ortsamt Hemelingen leitet die Sitzungen des Beirates Hemelingen, der alle vier Jahre parallel zur Bürgerschaftswahl gewählt wird. Zu vielen Anliegen der Stadt muss der Beirat angehört werden, einige Dinge werden direkt im Stadtteil entschieden, bei anderen muss die Stellungnahme des Beirates einfließen. Die 19 gewählten Mitglieder des Beirates und Sachkundigen der unterschiedlichen Parteien sind über das Ortsamt ansprechbar. In den Sitzungen des Beirates und der Fachausschüsse können auch

Bürger:innen ihre Anliegen vortragen und mitdiskutieren. Ebenso können alle Hemelinger/innen Bürgeranträge zum Stadtteil stellen. Wir vom Ortsamt helfen bei Fragen zum Stadtteil gerne weiter.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Öffentliche Beiratssitzungen,
Einwohnerversammlungen und Fachausschüsse

Quartiersmanagement Hemelingen



win Wohnen in Nachbarschaften

TRÄGER

Amt für Soziale Dienste

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Frau Schilling

ADRESSE

Hinter den Ellern 11
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 95 88 604

FAX

-

E-MAIL

win-hemelingen@afsd.bremen.de

INTERNET

www.win-hemelingen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 40, 41, 44 (Haltestelle „Brünsweg“)

BESCHREIBUNG

Bremen ist bunt, lebendig und lebenswert. In allen Teilen der Stadt lässt es sich gut leben, aber manche Gebiete brauchen besondere Unterstützung. Deshalb haben Senat und Bürgerschaft beschlossen, dass diese Gebiete konkrete Hilfe erhalten. Die Mittel dafür kommen aus verschiedenen Förderprogrammen. Das Quartiersmanagement unterstützt bei der Umsetzung von Ideen, der Vernetzung von Akteuren und der Antragstellung von Projekten, die einer sozialen Stärkung im Quartier zuträglich sind. Es stimmt

die verschiedenen Tätigkeiten, Abläufe und Förderprogramme miteinander ab und lädt zu den Forumsitzungen ein.

Eine telefonische Terminabsprache ist sinnvoll.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Regelmäßige öffentliche WiN-Foren, für Bürger, Akteure Ortsteilpolitiker und viele andere, die sich im Ortsteil Hemelingen konstruktiv einbringen und engagieren möchten.

Polizeirevier Hemelingen



ADRESSE

Christernstraße 16
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 362 - 0

INTERNET

www.polizei.bremen.de

SPRECHZEITEN

Dienstags 10.00 - 12.00 Uhr
oder nach Vereinbarung

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 29, 40/41/42 Haltestelle „Glockenstraße“; DB-Bahnhof „Hemelingen“

BESCHREIBUNG

Präsenzstreifen in den Quartieren,
Präventionsmaßnahmen, Netzwerkarbeit,
Verkehrserziehung, Bürgersprechstunde
mit Beratung und Fahrradregistrierung.

Online-Anzeige

www.onlinewache.bremen.de
oder über den QR-Code



(Nur für folgende Strafanzeigen: Fahrraddiebstahl, Sachbeschädigung,
Dokumentendiebstahl, Sachbeschädigung an einem Kraftfahrzeug)

BESONDERHEITEN

Im Polizeirevier Hemelingen ist **keine**
Anzeigenaufnahme möglich. Bitte nutzen
Sie die zentralen Annahmestellen:

Telefonische Anzeigenaufnahme

(0421) 362 - 12700
Montag bis Freitag, 8.00 - 20.00 Uhr
Samstag und Sonntag, 9.00 - 17.00 Uhr

Zentralruf (0421) 362-0

Für allgemeine Fragestellungen und Hin-
weise. Hier haben Sie die Möglichkeit,
einen Termin für die Stellung einer Straf-
anzeige an einem zentralen Anzeigenauf-
nahmestandort zu buchen.

Zentrale Anzeigenaufnahme

Revier Innenstadt (Hauptbahnhof)
Beim Handelsmuseum 1, 28195 Bremen
Montag bis Freitag, 8.00 - 20.00 Uhr
Samstag und Sonntag, 10.00 - 18.00 Uhr

KONTAKTBEAMT/INNEN UND ANSPRECHPARTNER/INNEN

Referatsleitung Kontaktdienst

Dirk Bülow
E-Mail: dirk.buelow@polizei.bremen.de

Verkehrssachbearbeitung

Heiko Wolf
E-Mail: heiko.wolf@polizei.bremen.de

Kontaktbeamter Hastedt

Sven Weigel
E-Mail: sven.weigel@polizei.bremen.de

Kontaktbeamter Sebaldsbrück

Stephan Rother
E-Mail: stephan.rother@polizei.bremen.de

Kontaktbeamter Hemelingen I

(Bereich Nord/West)
Norbert Goretzky
E-Mail: norbert.goretzky@polizei.bremen.de

Kontaktbeamter Hermelingen II

(Bereich Süd/Ost)
Matthias Buttler
E-Mail: matthias.buttler@polizei.bremen.de

Kontaktbeamter Arbergen

Kai-Uwe Struck
E-Mail: kai-uwe.struck@polizei.bremen.de

Kontaktbeamtin Mahndorf

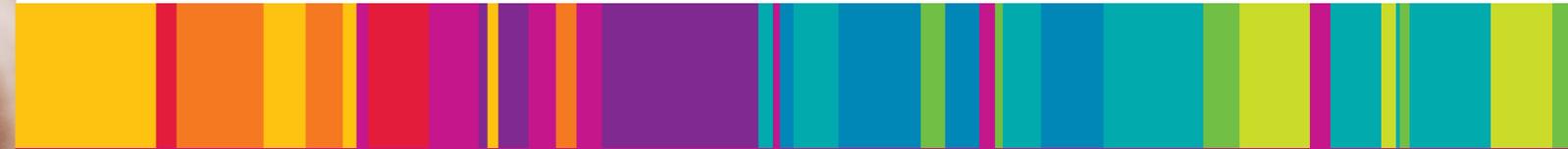
Katrin Magnus
E-Mail: katrin.magnus@polizei.bremen.de

Zentrale telefonische Erreichbarkeit:
(0421) 362 - 0



3

Ambulante Hilfen, Beratung und Tagespflege



ASB Gesellschaft für Seelische Gesundheit mbH



TRÄGER

Arbeiter Samariter Bund

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Josef Lenczowski, Vera Grund

ADRESSE

Rathausplatz 1
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 98 97 26 00

FAX

(0421) 98 97 28 00

E-MAIL

seelischegesundheit@asb-bremen.de

INTERNET

www.asb-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 40, 41, 42 (Haltestelle „Hemelinger Bahnhofstraße“); Bus 29 („Hannoversche Straße“)

BESCHREIBUNG

Die ASB-Gesellschaft für Seelische Gesundheit ist zuständig für Menschen, die psychisch erkrankt oder aufgrund ihrer Lebenssituation von Krankheit und Ausgrenzung bedroht sind. Hierzu gehören auch Menschen, die im Alter psychische Probleme entwickeln. Alle Angebote richten sich an Betroffene, Angehörige und Einrichtungen im Stadtteil.

Wir bieten Leistungen aus dem SGB V (Ambulante Psychiatrische Pflege, Ergotherapie, Soziotherapie) und nach dem SGB IX (Betreutes Wohnen, Tagesstätte, Besondere Wohnformen).

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

- Mittagessen in der Tagesstätte „Villa Wisch“
- Angebote verschiedenster Art: Kreativ, Bewegung, Ernährung

Aufsuchende Altenarbeit – Hausbesuche im Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus



TRÄGER

Freundeskreis Haus der Familie e.V.

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Gaby Dönselmann, Charlotte Krull

ADRESSE

Hinter den Ellern 1 a
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 361-16 606

FAX

(0421) 361-16 605

E-MAIL

gaby.doenselmann@afsd.bremen.de

INTERNET

www.aufsuchende-altenarbeit.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 40, 41, 44 (Haltestelle „Brünsweg“)

BESCHREIBUNG

Die Aufsuchende Altenarbeit informiert und berät ältere Menschen und unterstützt bei der Einrichtung von ambulanten Hilfen. Die BesuchsdienstlerInnen des Besuchsdienstes bieten regelmäßig und kostenlos Unterstützung und Begleitung bei alltäglichen Angelegenheiten wie z. B. Einkaufen, Spazieren gehen, Vorlesen, Gesellschaft leisten usw. an.

BESONDERHEITEN

Zum Seniorencafé können wir bei Bedarf einen Fahrdienst über den ASB organisieren.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Besuchs- und Fahrdienst sind kostenlos; geringfügige Kosten für Kaffee und Kuchen

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

- Seniorencafé MOBILE
Dienstags 15.00 - 17.00 Uhr
- Mittagstisch



Mehr Generationen Haus
Miteinander – Füreinander



Dienstleistungszentrum Hastedt



TRÄGER

Deutsches Rotes Kreuz, KV Bremen

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Mona Stammes, Jessica Klemmt

ADRESSE

Hastedter Heerstraße 250
28207 Bremen

TELEFON

(0421) 34 03-347/-348

FAX

E-MAIL

dlz-hastedt@drk-bremen.de

INTERNET

www.drk-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Straßenbahn 2, 10 (Haltestelle „Malerstraße“)

BESCHREIBUNG

Organisierte Nachbarschaftshilfe;
Alltagsassistenz; Unterstützung im
Haushalt, Begleitung, Einkauf

BESONDERHEITEN

Aufwandsentschädigung für die Helfer/Innen

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

monatliche Servicepauschale;
bei einem Pflegegrad: Abrechnung der Kosten bei der
Pflegekasse

Dienstleistungszentrum Osterholz



TRÄGER

AWO Soziale Dienste gGmbH

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Stella Schröder

ADRESSE

Ludwig-Roselius-Allee 181
28327 Bremen

TELEFON

(0421) 42 98 44-0

FAX

(0421) 42 98 44-4

E-MAIL

dlz-osterholz@awo-bremen.de

INTERNET

www.awo-bremen.de, www.dlz-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

StraBa 1 (Haltestelle „Düsseldorfer Str.“); Bus 25 (Haltestelle „Einkaufszentrum Blockdiek“)

BESCHREIBUNG

- Beratung für ältere Menschen, chronisch kranke Menschen, Menschen mit Behinderungen und deren Angehörige
- Organisation und Vermittlung von Organisierter Nachbarschaftshilfe und Alltagsassistenz (auch in unterschiedlichen Sprachen möglich)
- Neutrale Beratung über ambulante und stationäre Pflege, mobile Essensdienste und Mittagstische, Hausnotrufanbieter, Tagesbetreuung, Angehörigengruppen
- Unterstützung bei der Stellung von Anträgen

BESONDERHEITEN

Das DLZ Osterholz ist zuständig für die Stadtteile Osterholz (Ellener Feld, Ellenerbrok-Schevemoor, Osterholz, Tenever, Mahndorf) sowie Arbergen und Hemelingen.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Kostenlose Beratung und Vermittlung von verschiedenen Hilfsangeboten, bei Inanspruchnahme von weiteren Diensten entstehen Kosten lt. Leistungsangebot des jeweiligen Anbieters.

Dienstleistungszentrum Vahr



TRÄGER AWO Soziale Dienste gGmbH	ANSPRECHPARTNER/INNEN Mio Hamann	
ADRESSE Berliner Freiheit 9 C 28327 Bremen	TELEFON (0421) 46 803 27	FAX (0421) 46 803 67
	E-MAIL dlz-vahr@awo-bremen.de	
SPRECHZEITEN Montag bis Freitag 9.00 - 13.00 Uhr und nach Vereinbarung	INTERNET www.awo-bremen.de, www.dlz-bremen.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV StraBa 1 (Haltestelle „Berliner Freiheit“); Bus 24, 29 (Haltestelle „Friedrich-Stampfer-Straße“)		

- BESCHREIBUNG**
- Beratung für ältere Menschen, chronisch kranke Menschen und Menschen mit Beeinträchtigungen und deren Angehörige
 - Organisation und Vermittlung von Nachbarschaftshilfe und Alltagsassistenz (auch in unterschiedlichen Sprachen möglich)
 - Hausbesuche im Rahmen der Alltagsassistenz und Nachbarschaftshilfe
 - Überblick zu Unterstützungsangeboten

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE
Demenz Angehörigengruppe
(Anmeldungen bitte über Mio Hamann)

BESONDERHEITEN
Das DLZ Vahr ist zuständig für: Gartenstadt Vahr, Neue Vahr Nord, Neue Vahr Südwest, Neue Vahr Südost, Blockdiek, Sebaldsbrück.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE
Unsere Beratungen sind kostenlos.
Für weitere Hilfen können Kosten laut Leistungsangebot des jeweiligen Angebots entstehen.

Freundeskreis Hemelingen

TRÄGER	ANSPRECHPARTNER/INNEN Werner Bolte	
ADRESSE Hermann-Osterloh-Straße 26 b 28307 Bremen	TELEFON (0421) 48 36 03	FAX (0421) 48 52 716
	E-MAIL iwebo@t-online.de	
SPRECHZEITEN Nach Vereinbarung	INTERNET www.sovd-hb.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV Bus 41, 44 (Haltestelle „Ruppertshainer Straße“)		

BESCHREIBUNG
Der Freundeskreis ist in sozialen Fragen engagiert. Engagiert in der Seniorenarbeit, Betreuung. Kultur Veranstaltungen, Gesellschaftliche Treffen, Klönschnack und Stammtisch sowie Ausflüge und Fahrten vieles mehr.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE
Klön Treff zu aktuellen Fragen des Lebens
Wie meistern wir den Alltag mit Beeinträchtigungen-
wo und wie wird Hilfe organisiert

Malteser Hilfsdienst gGmbH



TRÄGER	ANSPRECHPARTNER/INNEN	
	Michael Haar	
ADRESSE	TELEFON	MOBIL
Winkelstrasse 30 28207 Bremen	(0421) 4 27 49 42	0151 57 62 73 03
SPRECHZEITEN	E-MAIL	
Montag - Donnerstag 9.00 - 16.30 Uhr Freitag 9.00 - 14.00 Uhr		
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV	INTERNET	
Straßenbahn 2, 10 (Haltestelle „Föhrenstraße“)	www.malteser-bremen.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG

Ein Sturz, ein plötzlicher Schwächeanfall oder Schlimmeres – mit dem Alter steigt die Sorge vor den kleinen oder großen Notfällen im Alltag. Wie gut, wenn immer jemand da ist: Der Malteser Hausnotruf ist per Knopfdruck rund um die Uhr erreichbar und hilft, wenn es darauf ankommt. Erfahren Sie hier, wie Sie oder Ihre Angehörigen alleine weiter selbstbestimmt und unbeschwert zu Hause leben können.

Mit dem Malteser Hausnotruf lässt sich bei Bedarf schnell und einfach Hilfe auf Knopfdruck anfordern. Das kleine, handliche Gerät kann wie eine Armbanduhr am Handgelenk getragen werden oder auf Wunsch auch als Halskette.

Sie möchten sich unverbindlich beraten lassen? Sehr gerne. In einem persönlichen Gespräch stellen wir Ihnen den Malteser Hausnotruf vor und informieren Sie über Verfügbarkeit, Kosten und sinnvolle Zusatzleistungen für Ihre Sicherheit. Wenn Sie sich bereits entschieden haben, können Sie hier direkt den Malteser Hausnotruf bestellen.

PatientInnenstelle im Gesundheitsladen Bremen e.V.



TRÄGER	ANSPRECHPARTNER/INNEN	
Gesundheitsladen Bremen e.V.	Edeltraud Paul-Bauer	
ADRESSE	TELEFON	FAX
Braunschweiger Straße 53 b 28205 Bremen	(0421) 49 35 21	(0421) 6 99 18 62
SPRECHZEITEN	E-MAIL	
Dienstags und Freitags 10.00 - 12.00 Uhr und nach Vereinbarung	ps-bremen@web.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV	INTERNET	
Straßenbahn 3 (Haltestelle „Weserstadion“); Linie 2, 10 (Haltestelle „St. Jürgen-Straße“)	www.gesundheitsladen-bremen.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG

Die PatientInnenstelle Bremen besteht seit 1993. Wir verstehen uns als unabhängige Informations-, Beratungs- und Beschwerdestelle zu allen Fragen im Gesundheitssystem und des gesundheitlichen Verbraucherschutzes. Wir sind parteilich und lassen uns von den aus langjähriger Beratungstätigkeit mit Ratsuchenden gewonnenen Erfahrungen leiten.

Wir bieten Unterstützung und Ermutigung nach dem Prinzip ‚Hilfe zur Selbsthilfe‘:

- Einzelfallhilfe und Unterstützung für

Betroffene

- Initiierung und Begleitung von Gesprächskreisen
- Vermittlung von Betroffenenkontakten zur gegenseitigen Unterstützung
- Öffentlichkeits- und Lobbyarbeit

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Regelmäßige Gruppenberatungen und Infoveranstaltungen zu: Zahnersatz, Patientenrechte, IGeL-individuelle Gesundheitsleistungen, Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Beratungen und Info-Veranstaltungen sind kostenfrei

Tagespflege Haus Sonnenschein

Seniorentagespflege

Haus Sonnenschein



TRÄGER

Sonja Gawron

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Frau Sonja Gawron

ADRESSE

Mahndorfer Heerstraße 20 b
28307 Bremen

TELEFON

(0421) 4 85 46 45

FAX

(0421) 4 89 97 63

E-MAIL

s.gawron@gmx.de

INTERNET

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Linien 40, 41, 44 (Haltestelle „Kluvenhagener Straße“)

BESCHREIBUNG

- Tagesbetreuung und Pflege in gemütlicher Atmosphäre
- 3 Mahlzeiten
- Gruppenangebote
- Einzelbetreuung
- Kostenloser Probetag
- Fahrdienst

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Abwechslungsreiche Aktivitäten
Spaziergänge oder Ausflüge

BESONDERHEITEN

Familiäre Atmosphäre
Öffnungszeiten von Montag bis Samstag

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Die Kosten werden in der Regel von der Pflegekasse übernommen; Abrechnung der Betreuungsleistung nach §45 b SGB XI möglich

Pflegedienste

AKS Ambulante Kranken- und Seniorenbetreuung GmbH

Osterholzer Heerstr. 129
28307 Bremen

Tel.: (0421) 417 20 72

Email: info@pflagedienst-aks.de

ASB Ambulante Pflege GmbH Pflegedienst Ost

Elisabeth-Selbert-Str. 3
28307 Bremen

Tel.: (0421) 41 78 711

Email: stefan.block@
asb-bremen.de

ASK Ambulante Seniorenbetreuung und Krankenpflege

Hemelinger Heerstr. 29
28309 Bremen

Tel.: (0421) 417 10 37

Email: info@ask-bremen.de

Pflegeimpulse Busch+Lorenz GS-Ost

Züricher Str. 5, 28325 Bremen
Tel.: (0421) 409 30 23

Email: info.bremen@
primapflege-netzwerk.de

Paritätische Pflegedienste Bremen gGmbH

Hemelinger Bahnhofstr. 29
28309 Bremen

Tel.: (0421) 958 57 01

Email: hemelingen@
ppd-bremen.de

Prosano Häusliche Alten- und Krankenpflege GmbH

Colshornstr. 63, 28307 Bremen
Tel.: (0421) 48 19 36

Email: info@
prosano-pflegedienst.de

RENAFAN Ambulante Pflege

Hemeligen
Hemelinger Heerstr. 44a
28309 Bremen

Tel.: (0421) 48 40 68 98

Email: hemelingen@renefan.de

Zentrale für Private Fürsorge

Hastedter Heerstr. 250
28207 Bremen

Tel.: (0421) 434 01 11

Email: info@zfpf.de

Hausnotrufe

Hausnotruf Bremen – Johanniter Ortsverband Bremen

Tel.: (0800) 00 19 214

Hausnotruf Malteser Bremen

Tel.: (0800) 99 66 001

Volbert Hausnotruf

Tel.: (0421) 8 400 200

Hausnotruf der Zentrale für Private Fürsorge

Tel.: (0421) 70 00 55

ASB Bremen Hausnotruf

Tel.: (0421) 3 86 90-777
Email: Notrufdienste@
asb-bremen.de

DRK – Hausnotruf

Tel.: (0800) 36 50 24 000

Notruf Nord

Tel.: (0421) 84 00 200
Email: info@notruf-nord.de

Hausnotruf Bremen

Tel.: (0421) 38 98 500

Hospizdienste

Hospiz:brücke

Lange Reihe 102
28219 Bremen
Tel.: (0421) 380 24-0
www.hospiz-bruecke.de

Hospiz der Johanniter

Lilge-Simon-Stift
Feldberg 1, 28757 Bremen
Tel.: (0421) 626 70 70
www.johanniter.de

Hospizverein Bremen Lebens- und Sterbebegleitung e.V.

Schwachhauser Heerstr. 45a
28211 Bremen
Tel.: (0421) 4 09 28 28
www.hospizverein-bremen.de

Hospizhilfe Bremen e.V.

Außer der Schleifmühle 35/37
28203 Bremen
Tel.: (0421) 32 40 72
www.hospiz-bremen.de

Hospiz Bremen Nord e.V.

Hammersbecker Str. 228
28755 Bremen
Tel.: (0421) 6 58 61 08
www.hospiz-bremen-nord.de

Hospiz Horn e.V.

Riekestr. 2, 28359 Bremen
Tel.: (0421) 23 52 35
www.hospiz-horn.de

Hospizdienst der Bremischen Schwesternschaft vom Roten Kreuz e.V.

St.-Pauli-Deich 26
28199 Bremen
Tel.: (0421) 55 99 392
www.drk-schwesternschaft-
bremen.de

Hospiz Sirius

**Zentrale für private Fürsorge
e.V.**
In der Laake 14, 28279 Bremen
Tel.: (0421) 38 02 40
www.hospiz-sirius.de

Paritätischer Pflegedienst Hemelingen gGmbH

Hemelinger Bahnhofstr. 29
28309 Bremen
Tel.: (0421) 958 57 01
www.ppd-bremen.de

Andreas Hospiz Mission Lebenshaus gGmbH

Werner-von-Siemens-Str. 55
28357 Bremen
Tel.: (0421) 349 67 25 00
www.andreas-hospiz.de

Palliativstation am Klinikum

Links der Weser
Senator-Weßling-Str. 1
28277 Bremen
(0421) 879 16 50
www.palliativ-bremen.de

Menü-Bringdienste

Bremer Essen auf Rädern (Hanse Service GmbH)

Tel.: (0421) 40 44 16 10

Gloria Menü-Bringdienst

Tel.: (0421) 61 00 10

Meyer Menüservice

Tel.: (0421) 53 65 40
www.meyer-menue.de

Landhausküche von apetito AG Bremen

Tel.: 0800 120 80 20
www.landhaus-kueche.de

Getränke-Lieferanten

Albert Jung

Getränke Vertrieb
Tel.: (0421) 48 02 66

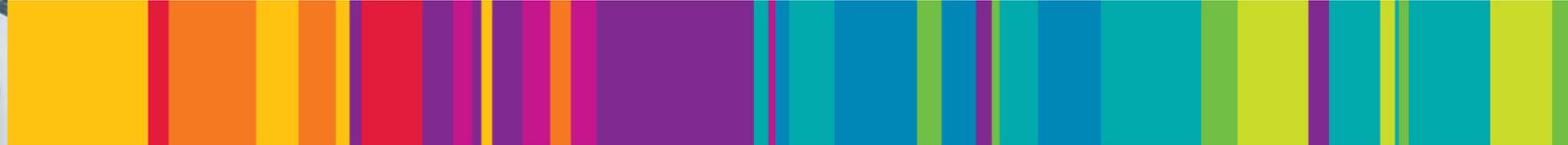
Getränke Partner Bischoff

Tel.: (0421) 48 01 31

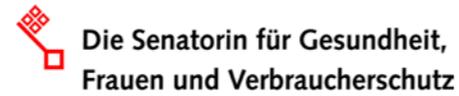


4

Gesundheit und Ambulante Therapien



Gesundheitsfachkräfte im Quartier Tätigkeitsgebiet: Ortsteil Hemelingen



TRÄGER

Landesvereinigung für Gesundheit
und Akademie für Sozialmedizin
Niedersachsen e.V.

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Leman Hasanova
Telefon: 0176 21 44 14 83
E-Mail: leman.hasanova@gesundheit-nds.de

SPRECHZEITEN

nach Vereinbarung

Elizaveta Gidion
Telefon: 0176 88 09 42 28
E-Mail: elizaveta.gidion@gesundheit-nds.de

INTERNET

www.gesundheitsfachkraefte-im-quartier.de



BESCHREIBUNG

Die Gesundheitsfachkräfte im Quartier sind Ansprechpersonen für Bewohner*innen und Multiplikator*innen im Stadtteil und beraten zu allgemeinen gesundheitsbezogenen Fragen und zur COVID-19-Pandemie. Hierbei werden insbesondere Gesundheitsinformationen (mehrsprachig und in leicht verständlicher Sprache) verbreitet, um die Gesundheitskompetenz der Menschen im Stadtteil zu stärken. Zudem initiieren sie Projekte und Angebote zu verschiedenen Gesundheitsthemen.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Beratungsangebote und Vorträge sowie Unterstützung bzw. Initiierung von Angeboten/Projekten im Bereich Gesundheitsförderung und Prävention

BESONDERHEITEN

- Aufsuchende Gesundheitsarbeit
- Beratung auf Deutsch, Englisch, Bulgarisch und Türkisch

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

In der Regel sind die Angebote kostenfrei

Zentrum für Musiktherapie



TRÄGER

Bremer Institut für Musiktherapie und
seelische Gesundheit

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Julia Rettig, Friederike Jacob

TELEFON

0152 38 30 23 25

FAX

ADRESSE

Stresemannstr. 54 (im Hof, 1. OG)
28207 Bremen

E-MAIL

info@musik-bim.de

SPRECHZEITEN

nach Vereinbarung

INTERNET

www.musik-bim.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 25 (Haltestelle „Steubenstraße“)

BESCHREIBUNG

Musiktherapie Einzel oder in Gruppen nach Absprache. Es stehen verschiedene leicht spielbare Instrumente zur Verfügung und es kann auch gerne gesungen werden. Musik kann im Alter helfen, Erinnerungen wach zu halten und fördert die Lebensqualität durch regelmäßigen Kontakt und Freude am aktiven Musikspiel. Der Fokus wird individuell besprochen.

Allgemeinärzte und Internisten

PLZ-Bereich 28309:

Georg Kückelmann
Sarah Sperling
Dr. med. Michael Sandhop
Schlengstr. 2 c,
28309 Bremen
Tel.: (0421) 48 99 72-0; Fax -50

Dr. med. Boris Müller
Hemelinger Bahnhofstraße 15
28309 Bremen
Tel.: 0421 453309

Stephan Bohnenkamp
Dr. med. Elke Mülle
Dr. med. Claudia Hlawatsch
Allgemeinmedizin
Schlengstraße 2 c
28309 Bremen
Tel.: 0421 48997233

Dr. med. Bernhard Pähler-Duensing
Vahrer Str. 7
28309 Bremen
Tel.: 0421 453228

Peter Schrudlach
Allgemeinmedizin
Sebaldsbrücker Heerstr. 115
28309 Bremen

PLZ-Bereich 28207:

Dr. med. Jürgen Kellermann
Dr. med. Christoph Kellermann
Dr. med. Anna Meyer-Rewerts
Luise Fink
Dr. med. Ines Wolf
Hastedter Heerstraße 102
28207 Bremen
Tel.: 0421 444232

Natascha Rahn
Hastedter Heerstraße 367
28207 Bremen
Tel.: 0421 453647

Julien Dufayet
Hastedter Heerstraße 165
28207 Bremen
Tel.: 0421 447778

PLZ-Bereich 28307:

Dr. med. Dr. rer. nat.
Johannes Botzenhardt
Dr. med. Ulrike Gottesleben
Dr. med. Ralf Ostersehl
Colshornstraße 31
28307 Bremen
Tel.: 0421 480129

Dr. med. Monika Haenelt
Mahndorfer Heerstraße 7
28307 Bremen
Tel.: 0421 34912462

Dr. med. Michael Wülfrath
Dr. med. Andreas Lampe
Dr. med. Ansgar Müller
Tanja Müller
Oberurseler Straße 4
28307 Bremen
Tel.: 0421 483115

PLZ-Bereich 28329:

Dr. med. Udo Vehlies
Vahrer Str. 203,
28329 Bremen
Tel.: 0421 467046

Dr. med. Ulrike
Christiane von Rolbicki
Vahrer Str. 203,
28329 Bremen
Tel.: 0421 435460

Krankenhäuser

Klinikum Bremen-Ost
Züricher Str. 40, 28325 Bremen
Tel.: (0421) 408-0

Klinikum Bremen Mitte
St. Jürgen Str. 1, 28205 Bremen
Tel.: (0421) 497-0

Klinikum Links der Weser
Senator Weißling Straße 1
28277 Bremen
Tel.: (0421) 879-0

St. Joseph Stift GmbH
Schwachhauser Heerstr. 54
28209 Bremen
Tel.: (0421) 347-0

Physiotherapie

Elke von Euen

Stoevesandtstr. 12
28309 Bremen
Tel.: (0421) 48 53 39 22

Katrin Hellmiß

radius physiotherapie
Vor dem Esch 7
28307 Bremen
Tel.: (0421) 48 85 83

Peter Holtkamp

Arberger Heerstr. 50
28307 Bremen
Tel.: (0421) 48 21 65

K & K Physio

Matthias Kallenheim
Diedrich-Wilkens-Str. 18
28309 Bremen
Tel.: (0421) 4 17 33 80

M. Niezgodka

Mahndorfer Bahnhof 6
28307 Bremen
Tel.: (0421) 4 84 32 15

Claudia Osmer

Hastedter Heerstr. 353
28207 Bremen
Tel.: (0421) 45 37 04

Physiofit | Sara Nickel

Hastedter Heerstraße 281
28207 Bremen
Tel.: (0421) 46 88 28 06

radius physiotherapie

Stiftungsdorf Arberger Mühle

Arberger Heerstraße 90 a
28307 Bremen
Tel.: (0421) 9 59 70 00
www.radius-physiotherapie.de

Jemilla Shah-Matanovic

Hannoversche Str. 8
28309 Bremen
Tel.: (0421) 67 32 74 94

Mobile Reha Bremen

Graubündener Str. 10
28325 Bremen
Tel.: 43 81 90 50

S. Fürst

Privatpraxis für Physiotherapie
und osteopathische Techniken
Ortwisch 100, 28307 Bremen
Tel: 0163 16 23 172

Praxis für Physiotherapie

Wagner & Katsis

Embsener Str. 4, 28307 Bremen
Tel.: 48 99 99 00

Apotheken

Bremer Schlüssel

Colshornstr. 31
28307 Bremen
Tel.: 0421 483138

Apotheke im Hansacarree

Pfalzburger Str. 41
28207 Bremen
Tel.: 0421 4986700

Plantanen Apotheke

Hastedter Heerstr. 102
28207 Bremen
Tel.: 0421 441301

Hemelinger Apotheke

Hemelinger Bahnhofstr. 16
28309 Bremen
Tel.: 0421 48999955

Schleng Apotheke

Schlengstr. 31
28309 Bremen
Tel.: 0421 452215

Albatros Apotheke

Oberurseler Str. 2
28307 Bremen
Tel.: 0421 482505

antares-apotheke

Bernd Streit e.K.
Hannoversche Str. 69
28309 Bremen
Tel.: 0421 6963570

Ergotherapie

Angela Rieken

Sebaldsbrücker Heerstr. 115
28309 Bremen
Tel.: (0421) 4 17 28 17

Ergotherapiepraxis

ASB-Gesellschaft

für Seelische Gesundheit

Rathauspl. 1, 28309 Bremen
Tel.: (0421) 98 97 26 62
Mobil: 0162-4169655
Ansprechpartnerin:
Imke Handelsmann

Sanitätshäuser

Schämann Orthopädie-Technik

Hemelinger Bahnhofstr. 30-32
28309 Bremen

Tel.: (0421) 48 53 99 62

E-Mail: info@ot-schaemann.de

Assmann

Arberger Heerstr. 23 und 31
28307 Bremen

Tel.: (0421) 48 53 94 91

Fax: (0421) 48 53 94 - 92

REHA-Technik in Bremen

Neidenburger Str. 20
28207 Bremen

Tel.: (0421) 43 04 34

E-Mail: info@rtb-bremen.de

Sanitätshaus Medisan

Sonneberger Straße 1
28329 Bremen

Tel.: (0421) 24 76 70

Fax: (0421) 24 76 720

E-Mail: info@medisan-ot.de

Butschek Sanitätshaus

Stresemannstr. 52
28207 Bremen

Tel: (0421) 98 53 83 - 0

Fax (0421) 98 53 83 - 11

E-Mail: info@butschek-ot.de

Butschek Sanitätshaus

Zermatterstr. 21
28325 Bremen

Tel: (0421) 98 53 83 - 20

Fax (0421) 98 53 83 - 22

osterholz@butschek-ot.de

Logopädie

Katrin Peutow

Hannoversche Str. 88
28309 Bremen

Tel.: (0421) 45 64 54

Dirk Stratmann

Stiftungsdorf Arberger Mühle
Vor dem Esch 7

28309 Bremen

Tel.: (0421) 45 85 50 80

www.stratmann-logopaedie.de

Akustiker

Bärbel Peters

Arberger Heerstraße 31
28307 Bremen

Tel.: (0421) 48 40 70 51

E-Mail: info@

peters-hoersysteme.de

Kind Hörgeräte

Zum Sebaldsbr. Bahnhof 63
28309 Bremen

Tel.: (0421) 41 19 39

E-Mail: bremen-

sebaldsbrueck@kind.com

Volkersen Hörstudio

Züricher Straße 3
28325 Bremen

Tel.: (0421) 40 91 71 - 0

Fax (0421) 40 91 71 - 2

E-Mail: zuericher@

volkersen-hoerstudio.de

Hörakustik Hebecker

Am Hulsberg 120
28205 Bremen

Tel: (0421) 43 08 49 54

Augenoptiker

Optiker Grau

Hemelinger Heerstr. 50
28309 Bremen

Tel.: (0421) 45 10 36

Blickpunkt 31

Arberger Heerstr. 31
28307 Bremen

Tel.: (0421) 48 42 113

Dankleff Optik

Mahndorfer Heerstr. 103
28307 Bremen

Tel.: (0421) 48 77 76

Apollo-Optik

Pfalzburger Str. 41
28207 Bremen

Tel.: (0421) 43 03 57 37

Segebade

Bei den Drei Pfählen 46
28205 Bremen

Tel.: (0421) 44 68 96

Hallmann Optik

Berliner Freiheit 11
28327 Bremen

Tel.: (0421) 46 25 14



5

Wohnen



Kaufhaus Hemelingen



TRÄGER

Gröpelinger Recycling Initiative e.V.,
ASB, ProJob

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Jörn Schultze, Susanne Quest

ADRESSE

Hemelinger Bahnhofstraße 21-23
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 48 54 17 44

FAX

E-MAIL

INTERNET

www.gri-bremen.de/mobelhallen/kaufhaus-hemelingen

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Zug RS 1, Straßenbahn 10, Bus 29 (Haltestelle „Sebaldsbrück“)

BESCHREIBUNG

In der Hemelinger Bahnhofstraße befindet sich im ehemaligen „Eisen-Werner“ unser Kaufhaus Hemelingen. In dem Ladengeschäft präsentieren wir Wohn- und Schlafzimmermöbel, Kinder- und Kleinmöbel. Zum Warensortiment gehören auch Elektrogeräte, Kinder- und Erwachsenenbekleidung, Haushaltswaren, Bilder, Bücher, Spiele und Wohnaccessoires. Gerne nehmen wir hier auch Ihre Warenspenden an. Das Kaufhaus Hemelingen ist ein Kooperationsprojekt von ASB, ProJob und GRI Bremen.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Werktäglich Verkauf von gebrauchten Möbeln und Secondhand-Kleidung. Immer frischer Café, Kuchen und Snacks im Café Werner.

BESONDERHEITEN

In unregelmäßigen Abständen finden Lesungen, musikalische Darbietungen u.v.m statt. Sie werden jeweils rechtzeitig angekündigt.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Gebrauchte Möbel, Secondhandkleidung und die Angebote im Café sind günstig. Gut geeignet für einkommensschwache Menschen.

kom.fort – Beratung für barrierefreies Bauen und Wohnen



TRÄGER

kom.fort e.V.

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Meike Austermann-Frenz

ADRESSE

Landwehrstraße 44
28217 Bremen

TELEFON

(0421) 790 11-0

FAX

(0421) 790 11-20

E-MAIL

info@kom-fort.de

INTERNET

www.kom-fort.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Straßenbahn 2, 10 (Haltestelle „Haferkamp“)

BESCHREIBUNG

Beratung zur altersgerechten Umgestaltung der Wohnung, Hilfsmittelberatung, Hausbesuch, fachliche Begleitung bei Umbauarbeiten

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Wohnberatung, Ausstellung mit innovativen Produkten, die den Alltag und die Selbstständigkeit erleichtern und ermöglichen
Baufachliche Beratung, Informationen

BESONDERHEITEN

zu rollstuhlgerechten Wohnungen, Technikberatung (Smarthome)

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Beratung in der Beratungsstelle: kostenfrei
Hausbesuch: Eigenanteil 50,00 Euro (in Ausnahmefällen kostenfrei)
Gruppenführung nach Absprache

Pflegeeinrichtung Rosmarie-Nemitz-Haus



TRÄGER

AWO Ambulant gGmbH

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Katarzyna Göbel

ADRESSE

Hermann-Osterloh-Straße 117
28307 Bremen

TELEFON

(0421) 48 908-0

FAX

(0421) 48 908-144

E-MAIL

katarzyna.goebel@awo-bremen.de

INTERNET

www.awo-bremen.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 41, 44 (Haltestelle „Nauheimer Straße“)

BESCHREIBUNG

Stationäre Pflege – in unserem Haus leben wir Gemeinschaft. Vom gemütlichen Kaffeeklatsch über Filmvormittage bis zum Gedächtnistraining. Frisör und Fußpflege sind direkt im Haus. Einmal in der Woche klingelt der „Eierwagen“ vor der Tür. Wir sind zudem sehr gut angebunden – ob an Ärzte, Supermärkte und Cafés im Quartier oder bis nach Bremen hinein. Unser engagiertes Team in Pflege und Betreuung unterstützt jeden Einzelnen dabei, mit Lebensfreude eigenen Wünschen und Interessen nachzugehen. Auch demenziell erkrankte Bewohner*innen

finden bei uns einen Ort zum Leben, der viel Sicherheit aber auch viele Anregungen bietet.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Buntes Veranstaltungsprogramm

BESONDERHEITEN

Modernisiert und großzügig

Seniorenresidenz Ellmers



TRÄGER

Senioren Wohnpark Weser GmbH

ANSPRECHPARTNER/INNEN

Anke Gerlitz

ADRESSE

Neustadtstraße 4
28309 Bremen

TELEFON

(0421) 566 499 - 10

FAX

(0421) 566 499 - 20

E-MAIL

el-hemeligen@residenz-gruppe.de

INTERNET

www.residenz-gruppe.de

BARRIEREFREIER ZUGANG: JA NEIN

ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV

Bus 40, 41, 44 (Haltestelle „Marschstraße“)

BESCHREIBUNG

Das Haus „Ellmers“ besteht aus einem Hauptgebäude mit 3 Wohnebenen. Es verfügt über 43 Pflegeplätze, welche ausschließlich in Einzelzimmern angeboten werden. Die Zimmer sind mit einer Nasszelle ausgestattet, bzw. jeweils zwei Zimmer teilen sich eine großzügig bemessene Nasszelle. Unsere Zimmer sind hell, freundlich und mit Mobiliar ausgestattet. Gern darf mit eigenem Mobiliar ergänzt werden. Die Zimmer sind zwischen 15,4 und 18,4 m² groß und verfügen über Fernseh- und Telefonanschluss und den Schwesternruf.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Gedächtnistraining, Sitzgymnastik, Singkreis, kreatives Gestalten

BESONDERHEITEN

Zusätzliche Betreuung und Aktivierung nach § 43b SGB XI. Für die Pflegebedürftigen wird durch den Einsatz zusätzlicher Betreuungskräfte die Betreuung intensiviert und die Lebensqualität verbessert. Ebenso wird durch die zusätzliche Betreuung und Aktivierung die Kommunikation mit anderen Menschen gefördert, Alltagsaktivitäten unterstützt und mehr Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft ermöglicht.

Stiftungsdorf Arberger Mühle



Stiftungsdorf Arberger Mühle
BREMER HEIMSTIFTUNG

TRÄGER Bremer Heimstiftung	ANSPRECHPARTNER/INNEN Sabine Bonjer	
ADRESSE Vor dem Esch 7/7a 28307 Bremen	TELEFON (0421) 69 69 65 55	FAX (0421) 69 69 59 98
SPRECHZEITEN Montag bis Freitag 9.00 - 12.00 Uhr und nach Vereinbarung	E-MAIL bhs-arbergen@bremer-heimstiftung.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV Buslinie 40 (Haltestelle „Colshornstraße“)	INTERNET www.bremer-heimstiftung.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG

- 53 barrierefreie Wohnungen aus dem „Wohnen mit Service“ von 46 - 130 m², mit 2 - 4 Zimmern, Küche, Duschbad und Balkon oder Terrasse, sowie Abstell- oder Kellerraum. Tagespflege für 18 Gäste. Pflegewohngemeinschaft für dementiell erkrankte Menschen.

BESONDERHEITEN

Leben unter den Flügeln der denkmalgeschützten Arberger Mühle. Gemeinschaftsraum in der Mühle. Kinderkrippe. Gästestudio. PKW-Stellplätze und Tiefgarage. Fahrradraum.

KOSTENRAHMEN DER ANGEBOTE

Auf Anfrage



REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Mietertreff in der Mühle,
„Smartphone & Co“

Stiftungsdorf Hemelingen



BREMER HEIMSTIFTUNG

TRÄGER Bremer Heimstiftung	ANSPRECHPARTNER/INNEN Cornelia Wente	
ADRESSE Diedrich-Wilkens-Straße 18 28309 Bremen	TELEFON (0421) 41 04-0	FAX (0421) 41 04-119
SPRECHZEITEN Montag bis Freitag 9.00 - 16.00 Uhr	E-MAIL bhs-hemelingen@bremer-heimstiftung.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV Bus 40, 41 (Haltestelle „Glockenstr.“) Straßenbahn 2, 10 (Haltestelle „Sebaldsbrücker Bahnhof“)	INTERNET www.bremer-heimstiftung.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG

- Wohnen mit Service in 53 Mietwohnungen (48 - 60 m²) für SeniorInnen mit Wohnberechtigungsschein
- 53 Langzeitpflegeplätze in Hausgemeinschaften
- 20 Kurzzeitpflegeplätze
- Wohnen mit Service in 9 Pflegeappartements mit ambulanter Pflege und Tagespflege
- 18 Tagespflegeplätze
Mo - Fr, 8.30 - 16.30 Uhr
- Jüdisch-Russische Pflegewohngemeinschaft „Hillel“

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

- Sing- und Musiknachmittage
- Sitztanz, Sitzgymnastik, Gedächtnistraining
- Stadtbibliothek Treffpunkt, Do 10.00 - 16.00 Uhr
- Kindergarten „Kinderhaus Freunde“ des DRK
- K&K Physio-Praxis-Krankengymnastik
- Seminarräume vom „Haus der Freundschaft“ für Sprachkurse
- Mittagstisch auf Anfrage
- Friseur (Donnerstags, Termine auf Anfrage)



6

Weitere Angebote und Einrichtungen



Stadtteilmarketing Hemelingen e.V.



TRÄGER	ANSPRECHPARTNER/INNEN	
	Birgit Benke	
ADRESSE	TELEFON	FAX
Godehardstr. 3 a 28309 Bremen	(0421) 988 65 98	(0421) 988 65 99
SPRECHZEITEN	E-MAIL	
Montag bis Freitag 10.00 - 16.00 Uhr und nach Vereinbarung	kontakt@hemelingen-marketing.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV	INTERNET	
Buslinie 40, 41, 42 (Haltestelle „Hemelinger Bahnhofstraße“) Regionalbahn (HS „Sebaldsbrück“)	www.hemelingen-marketing.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG

Das Stadtteilmarketing Hemelingen ist ein Verein der seit 2021 als Institution von der Senatorin für Wirtschaft, Arbeit und Europa finanziell unterstützt wird. Ein Vorstandsteam arbeitet gleichberechtigt mit einer Stadtteilmanagerin erfolgreich zusammen.



Birgit Benke

Birgit Benke ist seit 2014 Ansprechpartnerin für viele Themen, nicht nur für die Wirtschaft im Stadtteil. Einige neue und bestehende Projekte werden mit Herzblut betreut: Kostenlose Lastenräder, Hundekotbehälter und diversere Sauberkeitsaktionen, Freiraum/Belebung, Leerstandserhebung und Vermittlung, Netzwerkerin, Organisation des Stadtteilfestes HEVIE immer am ersten September-Wochendende, Hemelinger Adventsleuchten, Hemelinger Business-treffen, Freiräumetreffs, Unterstützerin von Ortsteilfesten, KUBIKO Ehrenamtspreis für Hemelinger im Bereich Kultur, Bildung und Kommunikation. Print- und Social-Media-Aktionen.

Seniorenbüro e.V. Bremen



TRÄGER	ANSPRECHPARTNER/INNEN	
Amt für Soziale Dienste Bremen	Hartmut Strudthoff	
ADRESSE	TELEFON	FAX
Breitenweg 12 28195 Bremen	(0421) 32 05 49	(0421) 3 37 97 06
SPRECHZEITEN	E-MAIL	
Montag bis Mittwoch 9.00 - 12.00 Uhr	info@seniorenbuero-bremen.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV	INTERNET	
Bus 20, 24, 25, 26, 27, 63; Straßenbahn: 1, 4, 6, 8, 10 (Haltestelle „Hauptbahnhof“)	www.seniorenbuero-bremen.de	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input type="checkbox"/> NEIN <input checked="" type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG

Verschiedene Gruppenangebote, PC-Schulungen, Smartphone- / Tablet-kurse, Reisen, Tagesfahrten

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

Bridge, Englisch talk, Malen, Männerrunde, monatlicher Vortrag mit anschließendem Kaffeetrinken und Aussprache zum Thema

KOSTEN

unterschiedlich, bitte nachfragen

Netzwerk Selbsthilfe Bremen-Nordniedersachsen e.V.



TRÄGER	ANSPRECHPARTNER/INNEN	
	Volker Donk	
ADRESSE	TELEFON	FAX
Faulenstraße 31 28195 Bremen	(0421) 70 45 81	(0421) 70 74 72
SPRECHZEITEN	E-MAIL	
Montag bis Freitag, 10.00 - 13.00 Uhr Montag und Donnerstag, 14.00 - 18.00 Uhr Dienstag und Mittwoch, 14.00 - 16.00 Uhr	info@netzwerk-selbsthilfe.com	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV	INTERNET	
Straßenbahn 2, 3, Buslinie 25 (Haltestelle „VHS/Radio Bremen“)	www.netzwerk-selbsthilfe.com	
	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	

BESCHREIBUNG
Das Netzwerk Selbsthilfe ist die Anlaufstelle für Menschen mit Idee, Initiative und Engagement. Wir sind die Adresse, wenn es darum geht, eine Selbsthilfegruppe zu finden, eine Initiative auf den Weg zu bringen, einen Verein ins Leben zu rufen oder soziales Engagement in die Tat umzusetzen.

REGELMÄSSIGE PROGRAMMPUNKTE

- Treffen von Selbsthilfegruppen möglich, unter anderem für Pflegende Angehörige
- Fortbildungsveranstaltungen für Selbsthilfegruppen und Vereine

BESONDERHEITEN
Das Netzwerk Selbsthilfe ist die Selbsthilfekontaktstelle in Bremen

KOSTEN
Für Fortbildungen wird ein kleiner Kostenbeitrag erhoben

Seniorenvertretung der Stadtgemeinde Bremen



ANSPRECHPARTNER/INNEN	TELEFON	FAX
Dr. Andreas Weichert, Vorsitzender	(0421) 361-67 69	
ADRESSE	E-MAIL	
Bahnhofsplatz 29 28195 Bremen	seniorenvertretung@soziales.bremen.de	
SPRECHZEITEN	INTERNET	
Montag bis Donnerstag 9.00 - 12.00 Uhr	https://seniorenlotse.bremen.de	
ERREICHBARKEIT MIT ÖPNV	BARRIEREFREIER ZUGANG: JA <input checked="" type="checkbox"/> NEIN <input type="checkbox"/>	
Bus 20, 24, 25, 26, 27, 63; Straßenbahn: 1, 4, 6, 8, 10 (Haltestelle „Hauptbahnhof“)		

BESCHREIBUNG
Wir sind die vom Bremer Senat anerkannte Interessenvertretung von ca. 140 000 Bremerinnen und Bremern über 60 Jahre. Wir wollen, dass die Bedürfnisse der Älteren in der Gesellschaft berücksichtigt werden.

Ob eine Stadt senioren- und seniorinnengerecht ist, lässt sich nicht allein durch kluge Expertisen feststellen, dazu bedarf es der aktiven Beteiligung der Betroffenen auf allen politischen und gesellschaftlichen Ebenen. Wir wollen mitgestalten. Helfen sie uns, Unzulänglichkeiten aufzudecken, damit wir deren Beseitigung veranlassen können.

Unsere Aufgabe ist es dafür zu sorgen, dass die Bedürfnisse der Älteren berücksichtigt werden, damit ein solidarisches Miteinander aller gesellschaftlichen Gruppen entsteht.

Weitere Einrichtungen

Stadtamt Bremen

Stresemannstraße 48
28207 Bremen
Tel.: (0421) 361-0

Sozialdienst Erwachsene Sozialzentrum Ost

Amt für Soziale Dienste
Wilhelm-Leuschner-Str. 27
28329 Bremen
Tel.: (0421) 361-19 500
sozialzentrum-vahr@
afsd.bremen.de

Sozialverband Deutschland

Kreisverband Bremen
Breitenweg 10/12
28195 Bremen
Tel.: (0421) 16 38 49 0
kreis-bremen@sovdbremen.de

Landesverband der

Gehörlosen Bremen e.V.
Schwachhauser Heerstr. 266
28359 Bremen
Tel.: (0421) 22 311-31
Fax: (0421) 22 311-39

Gesundheitsamt Bremen

Horner Straße 60 - 70
28203 Bremen
Tel.: (0421) 361-15 113

Gesundheitsamt Bremen Selbsthilfegruppen

Horner Straße 60 - 70
28203 Bremen
Tel.: (0421) 361-15 141
Tel.: (0421) 361-15 163

Stadtbibliothek Bremen

Am Wall 201, 28195 Bremen
www.stadtbibliothek-bremen.de
Tel.: (0421) 361-44 65

Bremer Krebsgesellschaft e.V.

Am Schwarzen Meer 101-105
28205 Bremen
Tel.: (0421) 491 92 22

Blinden- und Sehbehinderten- Beratungsstelle

Schwachhauser Heerstr. 266
28359 Bremen
Tel.: (0421) 24 40 16-10

DIKS – Demenz Informations- und Koordinationsstelle

Sögestraße 55/57
28195 Bremen
Tel.: (0421) 98 99 52 99

Pflegestützpunkt Bremen

im Einkaufszentrum
Berliner Freiheit
Berliner Freiheit 3
28327 Bremen
Tel.: (0421) 69 62 42-0

Help-Line

für pflegende Angehörige und
ältere Menschen
Mo - Fr, 14.00 - 17.00 Uhr
Tel.: (0421) 98 99 52 80

Recyclingbörse Hastedt

Neidenburgerstr. 22
28207 Bremen
Tel.: (0421) 44 51 50

Kaufhaus Hemelingen

Gebrauchtwaren und Café
Hemelinger Bahnhofstr. 1-5
28309 Bremen
Tel.: (0421) 48 54 17 56

Bremer Tafel e.V.

Brauerstraße 13
28309 Bremen
Tel.: (0421) 434 19 59
Fax: (0421) 960 79 65
www.bremertafel.de

Tiertafel

Faulenstraße 75
28195 Bremen
Ausgabe: Fr 14.00 - 17.30 Uhr
Tel.: 0177 333 55 68

Kleiderkammern

Pro Job
Hemelinger Bahnhofstr. 35
28309 Bremen
Tel.: (0421) 41 74 95 59

Deutsches Rotes Kreuz

Karoline-Kettler-Haus
Hastedter Heerstr. 250
Tel.: (0421) 4 36 70-0

Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus

Hinter den Ellern 1 a
28309 Bremen
Tel.: (0421) 361-16 601
oder (0421) 361-16 602

Wohnungsbaugesellschaften

Gewoba
Rembertiring 27
28195 Bremen
Tel.: (0421) 36 72-0

Brebau

Schlachte 12-13
28195 Bremen
Tel.: (0421) 3 49 62-0

ESPA-Bau

Meraner Str. 18, 28215 Bremen
Tel.: (0421) 3 77 57-0

Vonovia

www.vonovia.de

WGS Bremen Wohnungs- Genossenschaft Selbsthilfe

Sielwall 12, 28203 Bremen
Tel.: (0421) 791 76-0

Gefördert durch:

- Sparkasse in Bremen
- Quartiersmanagement Hemelingen – Wohnen in Nachbarschaften (WiN)
- Stadtteilstiftung Hemelingen
- Bremer Heimstiftung
- Familienzentrum MOBILE Mehrgenerationenhaus



BREMER HEIMSTIFTUNG



Die Senatorin für Soziales,
Jugend, Integration und Sport



Impressum

Herausgeber

Arbeitskreis „Alte Vielfalt“, Hemelinger Stadtteilgruppe zur aktiven Unterstützung älterer Menschen

Redaktion

Peter Birkholz, Sabine Bonjer, Gaby Dönselmann, Heike Schilling, Karin Schüdde, Sharlina Spiering

Bildnachweis

Stadtteilmarketing Hemelingen (Seite 32, 54), Dönselmann (Seite 64), pixabay/sabinevanerp (Seite 40)

Gestaltung

www.RamschDesign.de

