# Senioren im Bezirk Hamburg-Nord

## Älter werden – in Kontakt bleiben

Hamburg

# WOLFFHEIM WOLFFHEIM
## IMMOBILIEN

erfolgreich | freundlich | anders

Veränderte Lebenssituationen können auch bei Immobilien Fragen und Sorgen bringen:
Umzug ? Verkauf ? Leibrente ? Erbschaft ?

Unsere Stärke ist die sehr persönliche Betreuung. Wir konzentrieren uns auf Ihre individuellen Belange und können so Ihre Interessen mit viel Einfühlungsvermögen vertreten.

Sprechen Sie uns an. Wir freuen uns, Sie kennenzulernen.

Eppendorfer Landstraße 32 | www.wolffheim.de
Telefon 040 - 460 59 39 | 20249 Hamburg | info@wolffheim.de

Willkommen zu Hause.

**Seniorenzentrum Röweland**

Röweland 6 a
22419 Hamburg

Tel: 040/530465-0
Fax: 040/530465-903

info@roeweland.de
www.roeweland.de

2011 1,0 MDK Qualitätsnote

Seniorenzentrum Röweland

Das Seniorenzentrum Röweland, ein modernes Haus, ausgestattet überwiegend mit Einzelzimmern, liegt in ruhiger Lage in Langenhorn mit kurzer Anbindung zum Langenhorner Ortskern.
Wir orientieren uns mit unseren Angeboten des Wohnens, der Verpflegung sowie der Betreuung an den individuellen Wünschen und Gewohnheiten unserer Bewohner.
In der angenehmen Atmosphäre unseres Hauses und des schönen Gartens mit Sonnenterrasse werden Sie sich zu Hause fühlen.
Für Menschen mit Demenz bieten wir einen besonderen Wohnbereich mit individueller Betreuung und einer eigenen Gartenanlage.
Wer nur vorübergehend Hilfe benötigt, wird in unserem Seniorenzentrum gerne als Gast im Rahmen der Kurzzeitpflege betreut.
Rufen Sie uns an, wir informieren Sie gern über unsere Angebote und Einrichtung.

© inixmedia

# Verehrte Leserin, lieber Leser,

diese Broschüre ist nicht nur für interessierte, aufgeschlossene und aktive Senioren gedacht. Sie richtet sich auch an jene Leserinnen und Leser, gleich welchen Alters, die sich in der Familie bzw. im Freundes- oder Bekanntenkreis um ältere Menschen kümmern und sich ein Bild davon machen wollen, welche Angebote, Ideen und Anregungen es in dieser Lebenslage in Hamburg-Nord gibt.

In diesem Sinne ist dieses Informationsheft nicht nur als ein nützlicher Wegweiser durch die staatlichen und privaten Angebote und Dienstleistungen zu verstehen, sondern es vermittelt zugleich auch einen Überblick über die fachliche Ausrichtung der Seniorenpolitik in Hamburg.

Im Dezember 2010 lebten fast 50.000 Menschen über 65 Jahre im Bezirk Hamburg-Nord, die Hälfte von ihnen in Ein-Personen-Haushalten. Bis zum Jahr 2025 wird sich ihre Anzahl schätzungsweise mehr als verdreifacht haben, wenn nämlich die sogenannten Babyboomer, also die starken Geburtsjahrgänge von 1955 bis 1965, das Rentenalter erreicht haben werden. Alle Prognosen weisen in diese Richtung.

Es ist darum dringend geboten, infrastrukturelle Voraussetzungen für ein seniorenfreundliches Lebensumfeld zu formulieren, bestehende Barrieren zu erkennen und diese abzutragen. Auch muss älteren Menschen noch häufiger als bisher ermöglicht werden, sich nach ihren individuellen Möglichkeiten in ihrem sozialen Umfeld zu engagieren und so ihren wertvollen Beitrag für eine positive Entwicklung der Gesellschaft zu leisten.

Bezirkliche Seniorenberatung, Seniorenhilfe sowie fachpolitische Gremien verfolgen darum ein gemeinsames Ziel: älteren Menschen ein so weit und so lange als möglich selbstbestimmtes Leben zu Hause oder in speziellen unterschiedlich ausgestalteten Wohnformen in ihren Stadtteilen und damit auch im Schutz einer nachbarschaftlichen Solidargemeinschaft zu ermöglichen.

Barrierefreie Wohnräume, wohnortnahe Versorgungseinrichtungen, Service- und Kulturangebote sowie familienorientierte Nachbarschaftsstrukturen sollten in allen Stadtteilen unseres Bezirks selbstverständlich gewährleistet sein – im Interesse aller Generationen.

Diese Broschüre liefert Ihnen einen umfassenden Überblick über aktuelle – und nicht nur seniorenspezifische – Angebote.

Ich wünsche Ihnen eine interessante Lektüre!

Ihr Harald Rösler
Bezirksamtsleiter

## Inhaltsverzeichnis


Vorstellung Bezirks-Seniorenbeirat ..... 3
Erste Anlaufstellen ..... 4
Bürgerengagement vor Ort ..... 11
Freizeitgestaltung ..... 12
Kirchen und Glaubensgemeinschaften ..... 25
Wohnmöglichkeiten ..... 29
Dienstleistungen und Assistenzen ..... 37
Branchenverzeichnis | Impressum ..... 49
Hilfe im Notfall ..... 51

LOHNSTEUERHILFE BAYERN E. V.

LHB

Lohnsteuerhilfeverein
www.lohi.de

# STEUERN auf Ihre Rente!

Wir beraten Sie gerne und erstellen Ihre **Einkommensteuererklärung***

**Beratungsstelle Hamburg**
zertifizierter Beratungsstellenleiter Lorenz Palte

**Hamburger Str. 146 - 22083 Hamburg**

Tel. (040) 29 97 063
Fax (040) 29 97 043
E-Mail LHB-0219@lohi.de

GEPRÜFT NACH ZVL DIN 77700

* Im Rahmen einer Mitgliedschaft nach § 4 Nr. 11 StBerG, zeigen wir Ihnen alle Möglichkeiten auf, um Ihre Steuervorteile zu nutzen.

---

In der Arbeitsgemeinschaft 60plus der SPD wird Politik für und mit Seniorinnen und Senioren gestaltet. Wir laden Sie ein:

Arbeiten Sie mit! Entscheiden Sie mit!

**Hamburg braucht Sie!**

SPD Hamburg-Nord
Kreisgeschäftsführerin: Kerstin Bake-Völsch
Am Hasenberge 44, 22337 Hamburg
Telefon 460 30 42, Fax 46 23 68
hh-nord@spd.de | www.spd-hamburg.de/Nord

60 plus SPD

---

BHN

**Betreuungsverein Hamburg-Nord e.V.**

Telefonische Sprechzeiten:
Mo. und Mi. 9.00-12.00 Uhr · Do. 14.00-18.00 Uhr

**Wohldorfer Straße 9 · 22081 Hamburg**
**Telefon 040/27 28 77/78/79/80**
**E-Mail: info@bhn-ev.de · www.bhn-ev.de**

---

# Altersarmut muss jetzt bekämpft werden!

## Maßnahmen gegen Altersarmut:

- **Rente mit 67 muss weg**
  - Dieses Vorhaben ist eine Rentenkürzung
- **Mindestlohn von 10,- € die Stunde**
  - Aufstockerlöhne sind sittenwidrig
- **Jedem Jugendlichen eine Ausbildung**
  - Ihre Enkel werden es Ihnen danken
- **Eine Mindestrente muss her**
  - Alle müssen hier einzahlen
- **Arbeitszeitverkürzung heißt das Gebot**
  - Natürlich bei vollem Lohnausgleich
- **Keine Kriegseinsätze**
  - Das Geld für eine menschenwürdige Pflege einsetzen
- **Geld ist vorhanden**
  - nur in den falschen Händen

**Wo ein Wille ist, ist auch ein Weg.**
**Gemeinsam können wir es schaffen!**

DIE LINKE.
Fraktion in der Bezirksversammlung Hamburg Nord

**Hartzlohplatz 1**
**22307 Hamburg**
**Tel: 63 67 68 30**
**www.linksfraktion-nord.de**

**Sozialberatung: Mo. 18 bis 20 Uhr sowie Mi. 10 bis 14 Uhr**

©inixmedia

# Vorstellung Bezirks-Seniorenbeirat

Liebe Leserinnen und Leser,

wir wünschen Ihnen bei der Lektüre dieses Wegweisers, dass Sie viele wichtige Informationen und Hinweise finden.

Es gibt in einer Großstadt wie Hamburg viele Angebote, aber es ist oft mühselig, das Richtige im Bezirk oder Stadtteil ausfindig zu machen. Dabei soll Ihnen dieser Wegweiser helfen.

Bei dieser Gelegenheit möchte sich der Seniorenbeirat bei Ihnen vorstellen. Der Bezirksseniorenbeirat wird alle vier Jahre aus der Mitte der Seniorendelegiertenversammlung des Bezirks Hamburg-Nord gewählt.

Wir vertreten ehrenamtlich, parteipolitisch und konfessionell unabhängig die Interessen der gesamten älteren Generation.

Unsere Arbeitsgrundlage war bisher die Senatsanordnung von 1979. Im Oktober 2012 ist nun ein Seniorenmitwirkungsgesetz von der Hamburgischen Bürgerschaft beschlossen worden.

Damit wird die Arbeit der Seniorenbeiräte auf ein sicheres Fundament gestellt. Der wichtigste Punkt ist aber geblieben: Der Seniorenbeirat hat nur ein Mitwirkungsrecht.

Das ist nach der Hamburgischen Verfassung auch nicht anders möglich, die Abgeordneten vertreten den Bürger. Das bedeutet aber:

**Der Seniorenbeirat kann nur mit Überzeugungskraft die Interessen der älteren Generation gegenüber Politik, Verwaltung und Öffentlichkeit vertreten.**

Die Basis der Seniorenvertretung ist die Delegiertenversammlung. Sie setzt sich bisher und auch in Zukunft aus Vertretern von Einrichtungen, in denen Seniorenarbeit geleistet wird, zusammen.

Nach dem neuen Seniorenmitwirkungsgesetz besteht nun auch die Möglichkeit, über 20 Unterstützerunterschriften in die Delegiertenversammlung zu kommen. Aus der Delegiertenversammlung wird dann der Seniorenbeirat gewählt. Dieser setzt sich für alle Belange der älteren Generation im Bezirk ein.

Das betrifft alle Bereiche des Lebens, zum Beispiel: altersgerechte Wohnungen, gute Infrastruktur, Barrierefreiheit, Sicherheit und Verkehr, Toleranz, aktive, selbstbestimmte Teilhabe am Leben in der heutigen Gesellschaft, eine würdevolle Versorgung von Kranken, Pflegebedürftigen und Sterbenden, Bildung und Kultur auch für Bürger mit nachlassender Mobilität und kleinem Geldbeutel.

Wir freuen uns immer über Anregungen, Wünsche und Beschwerden und sind dafür erreichbar über unsere zentrale
**Telefonnummer** 428 04-20 65 und
**E-Mail** *bsb-nord@lsb-hamburg.de*

Ursula Preuhs, Vorsitzende
Helmut Krumm, Stellvertreter
Helmut Riedel, Stellvertreter

# Erste Anlaufstellen

## Bezirkliche Seniorenberatung

Kann ich häusliche Pflege oder Hilfen im Haushalt in Anspruch nehmen? Wer finanziert diese? Meine Wohnung muss altersgerecht angepasst werden – an wen wende ich mich? Ich möchte einen Angehörigen in einem Pflegeheim anmelden – was ist zu beachten?

Bei der Bezirklichen Seniorenberatung handelt es sich um einen stadtteilbezogenen Sozialdienst, der älteren Menschen und ihren (pflegenden) Angehörigen Hilfe und Unterstützung bietet.

Ob ambulante Dienste, altersgerechte Wohnformen, sozialhilferechtliche Fragen oder Freizeitangebote – die Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter der Seniorenberatung beraten zu allen altersspezifischen Fragestellungen.

Falls Sie uns nicht aufsuchen können, besuchen wir Sie gerne nach vorheriger Terminabsprache zu Hause.

**Bezirksamt Hamburg-Nord**
**Soziales Dienstleistungszentrum I Seniorenberatung**
Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg

*Diese Einrichtung ist barrierefrei.*

### Kerngebiet

**Eppendorf I Hoheluft-Ost I anteilig Winterhude**
Frau Radmann-Tietje, Zi. 183 ☎ 4 28 04-23 11

**Alsterdorf I Groß-Borstel I anteilig Winterhude**
Frau Bredehöft, Zi. 183 a ☎ 4 28 04-23 55

### Barmbek I Uhlenhorst

**Dulsberg I Hohenfelde I Barmbek-Nord**
Frau Sage, Zi. 184 a ☎ 4 28 04-23 54

**Uhlenhorst**
Frau Radmann-Tietje, Zi. 183 ☎ 4 28 04-23 11
Frau Bredehöft, Zi. 183 a ☎ 4 28 04-23 55

**Barmbek-Süd**
Frau Schröder, Zi. 188 ☎ 4 28 04-40 53

### Fuhlsbüttel I Langenhorn

**Langenhorn I Fuhlsbüttel I Ohlsdorf**
Herr Zech (Di. bis Fr.), Zi. 187 ☎ 4 28 04-43 13
Frau Schröder, Zi. 188 ☎ 4 28 04-40 53
**Sprechzeiten:**
Mo., Di., Do., Fr. 8.30-10.00 Uhr und nach Vereinbarung

Mit allen Anliegen, die die Lebensgestaltung, die Infrastruktur und die politischen Angelegenheiten älterer Menschen betreffen, können Sie sich weiterhin an den Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord und an den Landes-Seniorenbeirat Hamburg wenden.

Die Beiräte setzen sich für seniorenspezifische Belange ein und vertreten die Interessen und Bedürfnisse älterer Menschen gegenüber Politik, Verwaltung und Öffentlichkeit.

## Pflegestützpunkt Hamburg-Nord

Speziell mit Fragen und Angelegenheiten rund um das Thema Pflege beschäftigen sich die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Pflegestützpunktes im Bezirksamt Hamburg-Nord. Hierbei handelt es sich um eine bezirkliche Beratungsstelle, die von den Kranken- und Pflegekassen und der Stadt Hamburg gemeinsam getragen wird.

Betroffene und Angehörige können sich mit ganz allgemeinen Fragen an den Pflegestützpunkt wenden: Wie finde ich eine geeignete Pflegeeinrichtung? Ich möchte gerne in meinen eigenen vier Wänden bleiben – welche Pflegemöglichkeiten gibt es? Wie beantragen wir Versicherungs- und Sozialleistungen für einen pflegebedürftigen Angehörigen? Welche Seniorenbetreuungs- und Begleitdienste gibt es in meiner Nähe?

Es besteht darüber hinaus die Möglichkeit, eine individuelle und umfassende Pflegeberatung zu erhalten. Das Beratungsangebot ist kostenlos und erfolgt unabhängig von der Kassenzugehörigkeit oder dem Bezug von Sozialhilfe.

**Bezirksamt Hamburg-Nord**
**Soziales Dienstleistungszentrum I Pflegestützpunkt**
Kümmellstraße 7 (Zi. 183 und 184 a, 196-198)
20249 Hamburg ☎ 4 28 99-10 60
*pflegestuetzpunkt@hamburg-nord.hamburg.de*

Persönliche Beratung:
Mo. 8.00-12.00 Uhr,
Do. 14.00-18.00 Uhr (auch ohne Voranmeldung)
Telefonische Beratung: Di. und Fr. 8.00-12.00 Uhr

Eine telefonische Terminvereinbarung für ein persönliches Beratungsgespräch ist jederzeit möglich. Gerne kommt eine Mitarbeiterin oder ein Mitarbeiter des Pflegestützpunktes auch ins Haus.

*Diese Einrichtung ist barrierefrei.*

## Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord

**Geschäftsstelle im Bezirksamt Hamburg-Nord**
Matthias Huster
Fachamt Sozialraummanagement
Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg ☎ 4 28 04-24 42
*matthias.huster@hamburg-nord.hamburg.de*

**Büro des Bezirks-Seniorenbeirats im Bezirksamt Hamburg-Nord**
Kümmellstraße 7 (Zi. 195)
20249 Hamburg ☎ 4 28 04-20 65
*bsb-nord@lsb-hamburg.de*

## Landes-Seniorenbeirat Hamburg (LSB)

**Geschäftsstelle**
Susanne Wegener
Heinrich-Hertz-Straße 90
22085 Hamburg ☎ 4 28 37-19 34
*lsb@lsb-hamburg.de*
*www.lsb-hamburg.de*

## Wohn-Pflege-Aufsicht

Für Fragen, die das Leben und Angelegenheiten in einer Wohneinrichtung betreffen, ist die bezirkliche Wohn-Pflege-Aufsicht da. Im Sinne des Hamburgischen Wohn- und Betreuungsqualitätsgesetzes führt sie Qualitätskontrollen in Pflege- und Betreuungseinrichtungen durch und berät Nutzerinnen und Nutzer, deren Angehörige sowie Betreiber von Einrichtungen.

Die Interessen und Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner stehen dabei im Mittelpunkt. Ziel ist es, die Selbstständigkeit und Eigenverantwortung der zu Betreuenden zu wahren, ihnen eine größtmögliche Teilhabe zu gewährleisten und für ihre Wünsche und Sorgen ein offenes Ohr zu haben.

**Bezirksamt Hamburg-Nord I Fachamt Gesundheit**
Doris Glavinic, Zi. 515, Eppendorfer Landstraße 59
20249 Hamburg ☎ 4 28 04-22 12
*doris.glavinic@hamburg-nord.de*
Mo., Di., Fr. 9.00-12.00 Uhr, Do. 14.00-17.00 Uhr
und nach Vereinbarung
↳ **Beschwerdetelefon Pflege**
Beratung und Unterstützung für Pflegebedürftige
und Angehörige in Hamburg ☎ 28 05 38 22

## Offene Seniorenarbeit und Bürgerschaftliches Engagement

Im Bezirksamt Hamburg-Nord übernimmt das Fachamt Sozialraummanagement Beratungs- und Planungsaufgaben mit dem Ziel, das Gemeinwesen zu fördern. Maßnahmen werden unterstützt und begleitet. Darüber hinaus wird die Vernetzung der Akteure vor Ort aktiv gefördert.

Für Fragen, Anregungen und Ideen im Bereich der Offenen Seniorenarbeit und des Bürgerschaftlichen Engagements steht Ihnen

Petra Schröder
Bezirksamt Hamburg-Nord
Fachamt Sozialraummanagement
Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg ☎ 4 28 04-26 76
*petra.schroeder@hamburg-nord.hamburg.de*

als Ansprechpartnerin gerne zur Verfügung.

## Beratungszentrum sehen I hören I bewegen I sprechen

Das Angebot richtet sich an Kinder, Jugendliche und Erwachsene, an von Behinderung bedrohte Menschen sowie ihre Angehörigen und Freunde. Alle Beratungen und Untersuchungen sind kostenlos und vertraulich. Die Beratung erfolgt telefonisch, persönlich, bei Bedarf auch aufsuchend.

**Bezirksamt Hamburg-Nord I Fachamt Gesundheit**
Eppendorfer Landstraße 59
20249 Hamburg ☎ 4 28 04-25 45
*beratungszentrum@hamburg-nord.hamburg.de*
*www.hamburg.de/beratungszentrum-sehen-hoeren-bewegen-sprechen*
Mo. bis Do. 8.00-16.00 Uhr, Fr. 8.00-14.00 Uhr

*Diese Einrichtung ist barrierefrei.*

evangelisches krankenhaus alsterdorf

Medizinisch. Menschlich.
Wir kümmern uns um Sie.

Unsere Schwerpunkte in der Behandlung:

- Geriatrie und Tagesklinik mit Therapiegarten
- Komplextherapie, z. B. nach Schlaganfall
- Station DAVID für Menschen mit Demenz und einer akuten Erkrankung
- Handchirurgie, u.a. bei Arthrose
- Orthopädie, u.a. Hüft- und Kniegelenkersatz
- Psychiatrie mit Tagesklinik
- Innere Medizin
- Epilepsiezentrum
- Radiologie
- Suchttherapie

Unser Gesundheitszentrum theravitalis bietet Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Fitnesstraining an.

Evangelisches Krankenhaus Alsterdorf · Bodelschwinghstr. 24 · 22337 Hamburg · Tel. 0 40.50 77 03
www.evangelisches-krankenhaus-alsterdorf.de

Soziale Verantwortung ist Ehrensache

Unser Ziel: Menschen in jeder Altersstufe ein selbstbestimmtes Leben in Würde zu ermöglichen

Unsere Pflegedienste

- Sozialstation Eppendorf, Martinistraße 29, 20251 Hamburg — Tel. 040 - 46 20 22
- Sozialstation Wandsbek-Barmbek, Hellbrookkamp 58, 22177 Hamburg — Tel. 040 - 691 18 42
- Pflegedienst Fuhlsbüttel-Langenhorn, Ratsmühlendamm 11, 22335 Hamburg — Tel. 040 - 500 53 111

Unsere Begegnungsstätte

- Begegnungsstätte Martinistraße, Martinistraße 33, 20251 Hamburg — Tel. 040 - 48 78 39

Unsere Vermittlungsstelle

- Vermittlungsstelle Mutter, Vater & Kind-Kuren, Uhlenhorster Weg 7 - 11, 22085 Hamburg — Tel. 040 - 22 72 98 14

Unsere Beratungsstellen

- Beratungsstelle für ältere Menschen und ihre Angehörigen, Hellbrookkamp 58, 22177 Hamburg — Tel. 040 - 460 21 58
- Beratungs- und Begegnungszentrum, Uhlenhorster Weg 7 - 11, 22085 Hamburg — Tel. 040 - 22 75 71 30
- Sozialpsychiatrisches Beratungszentrum, Chemnitzstraße 2, 22767 Hamburg — Tel. 040 - 38 43 86

HAMBURGISCHE BRÜCKE
Gesellschaft für private Sozialarbeit e.V.
Im Einsatz für ein würdiges Leben – seit 1913

1913 - 2013 100 JAHRE HAMBURGISCHE BRÜCKE

Geschäftsstelle: Uhlenhorster Weg 7-11 · 22085 Hamburg · Tel. 040-227 298 0
Weitere Infos: www.hamburgische-bruecke.de · info@hamburgische-bruecke.de

Anzeige

„Wir *Hamburger* lassen keinen von uns über Bord gehen“

HAMBURGISCHE BRÜCKE
Gesellschaft für private Sozialarbeit e.V.
Im Einsatz für ein würdiges Leben – seit 1913

Seit 100 Jahren steht die Hilfe für Menschen im Mittelpunkt unserer Tätigkeit. Wir wollen Menschen motivieren, ihren eigenen Lebensentwurf trotz Behinderung, Krankheit, Pflegebedürftigkeit oder besonderer sozialer Einschränkungen, zu entwickeln und zu verwirklichen.

Aufgrund der altersdemographischen Entwicklung wird Demenz als eine der größten sozial- und gesundheitspolitischen Herausforderungen unserer alternden Gesellschaft angesehen. Alter ist der entscheidende Risikofaktor für die Erkrankung an einer Demenz. Es wird davon ausgegangen, dass derzeit in Hamburg 26.000 Menschen an einer Demenz erkrankt sind.
Bis 2050 soll sich die Anzahl der Erkrankten mehr als verdoppelt haben. Dieser gewaltigen gesellschaftlichen Herausforderung stellen wir uns. Wir bieten sowohl Betreuung sowie Pflege für die Erkrankten an, als auch Beratung sowie Entlastung für die Angehörigen.

Rufen Sie uns an, damit wir Ihnen helfen können.

© inixmedia

# Weitere Beratungseinrichtungen

**Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.**
Wandsbeker Allee 68, 22041 Hamburg ☎ 68 91 36 25
*info@alzheimer-hamburg.de, www.alzheimer-hamburg.de*
Telefonische Beratung ☎ 47 25 38
Mo. und Do. 10.00-13.00 Uhr
Persönliche Beratung: Di. nach Terminvereinbarung

**Beratungsstelle Barmbek**
Hilfe bei Obdachlosigkeit oder drohendem Verlust der Wohnung, Mittellosigkeit, Schulden, Problemen mit Ämtern und Behörden
Poppenhusenstraße 1, 22305 Hamburg ☎ 2 84 10 70
*bsb@bsbarmbek.de, www.bsbarmbek.de*

**Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e. V.**
Louis-Braille-Center
Holsteinischer Kamp 26
22081 Hamburg ☎ 20 94 04-0
Veranstaltungstelefon ☎ 20 94 04-66
*info@bsvh.org, www.bsvh.org*

**Bund der Schwerhörigen e. V. Hamburg**
Hörberatungs- und Informationszentrum
Wagnerstraße 42
22081 Hamburg ☎ 29 16 05, 2 99 72 65 (Fax)
*info@bds-hh.de, www.bds-hh.de, www.hoerbiz.de*

**Deutsche Rentenversicherung Nord**
Dienstort Hamburg
Friedrich-Ebert-Damm 245, 22159 Hamburg ☎ 53 00-0
*info@drv-nord.de, www.deutsche-rentenversicherung.de*

**Gehörlosenverband Hamburg e. V.**
Bernadottestraße 126, 22605 Hamburg ☎ 88 09 88 18
Schreibtelefon ☎ 88 20 51
*info@glvhh.de, www.gglvhh.de*

**HAMBURGISCHE BRÜCKE**
Gesellschaft für private Sozialarbeit e. V.
Beratungsstelle für ältere Menschen und ihre Angehörigen
Hellbrookkamp 58, 22177 Hamburg ☎ 4 60 21 58
*bst@hamburgische-bruecke.de*
*www.hamburgische-bruecke.de*

**I.K.A.R.U.S. e. V.**
Informations- und Kontaktstelle Aktiver Ruhestand e. V.
Schopenstehl 23, 20095 Hamburg ☎ 33 54 08
*info@ikarus-wegweiser.de*
*www.ikarus-wegweiser.de*

**Insel e. V. – integriert und selbstbestimmt leben**
Betreuungsverein für Migranten in Hamburg
Heußweg 25, 20255 Hamburg ☎ 21 00 67 67
*betreuungsverein.migranten@insel-ev.de*
*www.insel-ev.de*
Alle Angebote in verschiedenen Sprachen!

**Integrationszentrum Hamburg-Nord I Interkulturelle Beratungsstelle**
Agnieszka Sieja-Gorczyca ☎ 32 96 85 68, 38 63 07 68
*iz-nord@diakonie-hamburg.de*
*www.diakonie-hamburg.de/integrationszentrum*
↳ **Standort Barmbek**
Barmbeker Markt 11, 22081 Hamburg ☎ 32 96 85 68
↳ **Standort Langenhorn**
Im Krohnstieg Center, 2. OG
Krohnstieg 41-43, 22415 Hamburg ☎ 38 63 07 68

**Medizinischer Dienst der Krankenversicherung (MDK) Nord**
Hammerbrookstraße 5, 20097 Hamburg
Ambulante Versorgung ☎ 0 18 03/6 35 68-1 *
Stationäre Versorgung ☎ 0 18 03/6 35 68-2 *
Pflegeversicherung ☎ 0 18 03/6 35 68-3 *
Sonstige Anliegen ☎ 2 51 69-56 00
*info@mdk-nord.de, www.mdk-nord.de*
* 9 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz

**Seniorenberatung und -begleitung in Barmbek**
Allgemeine Senioren- und Sozialberatung
(AWO Sozialstation Eimsbüttel gGmbH im Auftrag der Baugenossenschaft freier Gewerkschafter eG und der Elisabeth-Kleber-Stiftung)
Anke Anders
BGFG Verwalterbüro
Fuhlsbüttler Straße 244
22307 Hamburg ☎ 01 77/8 68 58 27
Termine nach Vereinbarung

# Medizinische Versorgung I Krankenhäuser

**Agaplesion Diakonieklinikum Hamburg**
Hohe Weide 17, 20259 Hamburg ☎ 7 90 20-0
*www.d-k-h.de*

**Asklepios Klinik Barmbek**
Rübenkamp 220, 22291 Hamburg ☎ 18 18-8 20
*www.asklepios.com/barmbek*

**Asklepios Klinik Nord** ☎ 18 18-8 70
*www.asklepios.com/nord*
↳ **Standort Heidberg**
Tangstedter Landstraße 400, 22417 Hamburg
↳ **Standort Ochsenzoll**
Langenhorner Chaussee 560, 22419 Hamburg

**Evangelisches Krankenhaus Alsterdorf**
Bodelschwinghstraße 24, 22337 Hamburg ☎ 50 77 03
*www.evangelisches-krankenhaus-alsterdorf.de*

**Facharztklinik Hamburg**
Martinistraße 78, 20251 Hamburg ☎ 4 90 65-0
*www.facharztklinik-hamburg.de*

SOZIALVERBAND

VdK

HAMBURG

## Einige unserer Serviceleistungen:

**Soziale Interessenvertretung**
Wir gestalten seit Jahrzehnten das Sozialrecht auf kommunaler, auf Landes-, Bundes- und auch auf internationaler Ebene mit.

**Umfassender Sozialrechtsschutz**
Die hauptberuflichen, qualifizierten Sozialreferenten beraten unsere Mitglieder nicht nur in allen Fragen des umfangreichen Sozialrechts, sondern vertreten sie außerdem nach den geltenden Richtlinien in Widerspruchs- und Klageverfahren.

Hammerbrookstraße 93 · 20097 Hamburg
Telefon (040) 40 19 49-0 · Fax (040) 40 19 49-30

www.vdk.de/hamburg

**Frank Oliver Leist**
Rechtsanwalt
Erbrecht | Wohnungseigentumsrecht
Verkehrsrecht

Termine nach Vereinbarung, auch außer Haus
Bachstraße 50 Telefon (040) 648 605 70
22083 Hamburg Telefax (040) 648 605 75
E-Mail: info@kanzlei-leist.de

MIELKE KOY BUTENBERG
Rechtsanwälte

- Vorsorgevollmacht, Patienten-, Betreuungsverfügung
- Testaments- und Erbvertragsgestaltung
- Beratung zur Erbschaft- und Schenkungsteuer, Erstellung von Steuererklärungen, Einspruchsverfahren
- Beratung und Vertretung von Erben, Erbengemeinschaften, Pflichtteilsberechtigen, Vermächtnisnehmern

Ralph Butenberg
Rechtsanwalt
Fachanwalt für Steuerrecht

Flachsland 10
22083 Hamburg
www.mkb-recht.de

TEL: 040 / 642 02 686
FAX: 040 / 642 24 712
kanzlei@mkb-recht.de

**FUCHS** Rechtsanwälte

| Alexander Fuchs | Julia Gerstein-Thole | Jean Dibs-Laban | Torben Fuchs |
|---|---|---|---|
| FA Arbeitsrecht | FAin Familienrecht | FA Steuerrecht | |
| Immobilienrecht | Erbrecht | Steuerrecht | Mietrecht |
| Arbeitsrecht | Familienrecht | Verkehrsrecht | Allg. Zivilrecht |

Hummelsbütteler Landstraße 42 | 22335 Hamburg | Telefon (040) 78 89 26 34
www.FuchsRAe.de | Parkplätze hinter dem Haus

DIPLOM-KAUFMANN
THOMAS
STEUER BOVE+
BERATER

+ Beratung bei der Betreuung von
· Renteneinkünften · Einkünften aus Kapitalvermögen
· Vermietung und Verpachtung · Beteiligungseinkünften
+ Vermögensberatung und -Verwaltung
+ Bei Bedarf auch Hausbesuche

Mundsburger Damm 45 · 22087 Hamburg · Tel. (040) 22 52 62
Fax (040) 227 96 02 · Stb.Bove@t-online.de · www.steuerberater-bove.de

**Private Pflege ist gesetzlich unfallversichert** - Anzeige -

Private Pflegekräfte, die einen pflegebedürftigen Menschen, zum Beispiel einen Familienangehörigen, Freund oder Nachbarn in seiner häuslichen Umgebung pflegen, sind bei der Unfallkasse (UK) Nord gesetzlich unfallversichert.

Der Versicherungsschutz besteht bei der Durchführung der Pflege, etwa bei der Körperpflege, Hilfe beim An- und Auskleiden oder beim Essen reichen. Aber auch auf dem direkten Weg von und zum Pflegebedürftigen, bei der Versorgung des Haushaltes sowie beim Einkaufen für die pflegebedürftige Person sind häusliche Pflegepersonen unfallversichert.

Dieser Versicherungsschutz ist beitragsfrei, wenn die finanzielle Zuwendung für die Pflegetätigkeit nicht das gesetzliche Pflegegeld übersteigt bzw. die Pflege nicht erwerbsmäßig durchgeführt wird. Kommt es zu einem Arbeits- oder Arbeitswegeunfall bei der privaten Pflege, trägt die UK Nord die Kosten für die Genesung.

Weitere Informationen finden Sie unter **www.uk-nord.de**, Webcode P00342.
Oder Sie rufen uns an unter 040 / 271 53 - 402.

© lixmedia

**Israelitisches Krankenhaus Hamburg**
Orchideenstieg 14, 22297 Hamburg ☎ 5 11 25-0
*www.ik-h.de*

**Katholisches Marienkrankenhaus Hamburg**
Alfredstraße 9, 22087 Hamburg ☎ 25 46-0
*www.marienkrankenhaus.org*

**Schön Klinik Hamburg Eilbek**
Dehnhaide 120, 22081 Hamburg ☎ 20 92-0
*www.schoen-kliniken.de/ptp/kkh/eil/*

**Universitätsklinikum Hamburg-Eppendorf**
Martinistraße 52, 20246 Hamburg ☎ 74 10-0
*www.uke.de*

## Rechtsberatung I Rechtliche Vorsorge

### Betreuungsstellen

**Betreuungsstelle Nord**
Bezirksamt Altona I
Fachamt für Hilfen nach dem Betreuungsgesetz
Winterhuder Weg 31
22085 Hamburg ☎ 4 28 63-54 52
*betreuungsstellen@altona.hamburg.de*

**Betreuungsverein Hamburg-Nord e. V. (BHN)**
Wohldorfer Straße 9, 22081 Hamburg ☎ 27 28 77
*info@bhn-ev.de*
*www.bhn-ev.de*

### LITERATURTIPP!

**Patientenverfügung, Betreuungsverfügung, Vorsorgevollmacht, Betreuungsrecht**

Zahlreiche Broschüren und Beiträge, die sich mit dem weiten Feld der rechtlichen Vorsorge beschäftigen, finden Sie im Internet. Hilfreich ist z. B. der Link *www.hamburg.de/betreuungsrecht*

Dort erhalten Sie wichtige Informationen zur rechtlichen Vorsorge, teilweise auch in englischer, französischer, türkischer und russischer Sprache.

Auch beim Bundesministerium der Justiz können Sie kostenlose Publikationen zur rechtlichen Vorsorge erhalten. Bestellung: *www.bmj.de*; Publikationsversand der Bundesregierung, Postfach 48 10 09, 18132 Rostock; Tel. 0 18 05/77 80 90 (14 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz); Fax 0 18 05/77 80 94

© Rainer Sturm, www.pixelio.de

### Öffentliche Rechtsauskunft- und Vergleichsstelle Hamburg (ÖRA)

Beratung in allen Rechtsgebieten (z. B. zu Testament oder Betreuung), Streitschlichtung und Mediation
*www.hamburg.de/oera*

↳ **Hauptstelle**
Dammtorstraße 14
20354 Hamburg ☎ 4 28 43-30 71, -30 72
Mo. bis Fr. 8.00-13.00 Uhr

↳ **Bezirksstelle Barmbek**
Poppenhusenstraße 12, 22305 Hamburg
Mo. und Do. 17.00-18.30 Uhr

↳ **Bezirksstelle Eppendorf**
Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg
Mo. und Do. 17.00-18.30 Uhr

↳ **Bezirksstelle Fuhlsbüttel**
Hummelsbütteler Landstraße 46, 22335 Hamburg
Mo. und Do. 17.00-18.30 Uhr

**Achtung!** Ein rechtsverbindlicher Kontakt per E-Mail oder eine telefonische Beratung sind leider nicht möglich. Folgende Rechtsgebiete werden ausschließlich in der Hauptstelle oder der Bezirksstelle Hamburg-Mitte (Adresse s. Hauptstelle, Sprechzeiten: Mo. und Do. 17.00-18.30 Uhr) beraten: Asylrecht, öffentliches Recht, Arbeits- und Sozialversicherungsrecht.

### Sozialverbände

**Sozialverband Deutschland (SoVD) e. V.**
Landesverband Hamburg
Pestalozzistraße 38, 22305 Hamburg ☎ 61 16 07-0
*info@sovd-hh.de, www.sovd-hh.de*

**Sozialverband VdK Hamburg**
Landesverband Hamburg e. V.
Hammerbrookstraße 93, 20097 Hamburg ☎ 40 19 49-0
*hamburg@vdk.de, www.vdk.de/hamburg*

Die **Asklepios Klinik Barmbek** bietet kompetente und individuelle Versorgung – mit einem breiten medizinischen und therapeutischen Leistungsspektrum, überregional etablierten Behandlungsschwerpunkten, einem modernen Gebäude, auf den Patienten abgestimmten Prozessen und hoher Sicherheit.

ASKLEPIOS
Klinik Barmbek

# Ihre Krankenhäuser im Hamburger Norden

Das Zentrum für Ältere der **Asklepios Klinik Nord** ist eine in Hamburg einmalige Einrichtung. Es bietet Menschen ab dem 60. Lebensjahr eine spezialisierte, ganzheitliche Versorgung bei allen körperlichen und seelischen Erkrankungen des höheren Alters. Einen besonderen Schwerpunkt bilden die Diagnostik und Therapie von Demenzerkrankungen.

ASKLEPIOS
Klinik Nord, Hamburg
Heidberg · Ochsenzoll · Psychiatrie Wandsbek

EARCARE
HÖRSYSTEME
WIR GEHÖREN ZU **VITAKUSTIK**

- Moderne Hörsysteme in allen Preisklassen
- Große Auswahl an Marken-Hörsystemen
- Unverbindliches Probetragen von Hörsystemen
- Kostenlose Höranalyse nach Vereinbarung
- Gehörschutz in allen Ausführungen
- Hörgeräte-Service, Reinigung und Wartung

**EARCARE HÖRSYSTEME**
Rothenbaumchaussee 83
20148 Hamburg
Telefon 040/41309958
hamburg.rotherbaum@earcare.de

**www.earcare.de**

© inixmedia

# Bürgerengagement vor Ort

In Hamburg gibt es mehr als 400.000 Menschen, die sich ehrenamtlich engagieren und mit ihrer Tätigkeit eine wichtige Funktion wahrnehmen.

In Vereinen, Kirchengemeinden, Schulen, Nachbarschaftsnetzwerken, sozialen Einrichtungen und vielen weiteren Bereichen sind Hamburger Bürgerinnen und Bürger aller Generationen aktiv tätig und übernehmen durch ihr Engagement gesellschaftliche Verantwortung. Dabei ergeben sich die Chancen, neue Kontakte zu knüpfen, sich weiterzubilden sowie die eigenen Fähigkeiten und Erfahrungen einzubringen.

Sollten auch Sie Lust haben, sich freiwillig zu engagieren oder als Organisation Unterstützung suchen, wenden Sie sich bitte an

## 1. Freiwilligenagentur Nord

Dilek Acil
Alsterdorfer Markt 18
22297 Hamburg ☎ 0 15 25/3 75 51 95
*dilek.acil@alsterdorf-assistenz-west.de*
*www.freiwilligenagentur-nord.de*

Die Freiwilligenagentur Nord steht allen Bürgerinnen und Bürgern sowie Organisationen des Bezirks Hamburg-Nord offen.

Sie bietet

- Beratung und Information für Interessierte
- Vermittlung in Engagement
- Unterstützung von Organisationen
- Fortbildung
- Entwicklung neuer Ideen und Projekte
- Vernetzung und Austausch

## 2. AKTIVOLI Netzwerk ☎ 4 11 88 69 00

*www.aktivoli.de*
*www.eaktivoli.de*

(Vor-) Lesen verbindet Generationen

# Freizeitgestaltung

## Theater

### Kerngebiet

**Alma Hoppes Lustspielhaus**
Ludolfstraße 53, 20249 Hamburg ☎ 55 56 55 56
*www.almahoppe.de*
- Parkett und WC mit dem Rollstuhl zugänglich

**Ernst-Deutsch-Theater**
Friedrich-Schütter-Platz 1, 22087 Hamburg ☎ 22 70 14-20
*www.ernst-deutsch-theater.de*
- Rollstuhlgerechte Plätze, WC-Anlagen und Parkplätze
- Hörhilfen kostenlos an der Garderobe erhältlich

**Komödie Winterhuder Fährhaus**
Hudtwalckerstraße 13, 22299 Hamburg ☎ 48 06 80-80
*www.komoedie-hamburg.de*
- Rollstuhlgerechte Zugänge und WC-Anlagen
- Hörhilfen gegen eine geringe Gebühr an der Garderobe erhältlich

© Bernd Sterzl, www.pixelio.de
Idylle im Haynspark

**The English Theatre of Hamburg**
Lerchenfeld 14, 22081 Hamburg ☎ 2 27 70 89
*www.englishtheatre.de*
- Rollstuhlgerechte Zugänge und WC-Anlagen

### Barmbek I Uhlenhorst

**Amateurtheater V. B. Thalia von 1879 e. V.**
Rainer Pietschmann (1. Vors.)
Geschäftsstelle
Maike-Harder-Weg 19, 22399 Hamburg ☎ 6 02 32 83
*www.thalia-hamburg.de*
- Aufführungen im Theater an der Marschnerstraße, s. unten
- barrierefreier Zugang und WC vorhanden
- Infrarothörgeräte werden kostenlos an der Garderobe ausgegeben
- 1 Rollstuhlstellplatz für die Aufführungen – bitte vorher anmelden

**Kampnagel Hamburg**
Jarrestraße 20, 22303 Hamburg ☎ 27 09 49-0
*www.kampnagel.de*
- Ermäßigung für Senioren
- 2 Behindertenparkplätze in der Jarrestraße 20
- Rollstuhlgerechter Zugang zu den Hallen, Rollstuhl-WC vorhanden
- Rollstuhl-Zuschauerplätze in begrenzter Anzahl vorhanden – bitte vorher anmelden

### KULTUR AM NACHMITTAG

Ideal für alle, die am späten Abend ungern unterwegs sein möchten, sind die Kultur-Abos für Veranstaltungen am Nachmittag des gemeinnützigen Vereins inkultur – Hamburger Volksbühne e. V. Die Preise sind moderat und auch für kleine Geldbeutel erschwinglich. Es kann zwischen Theater, Oper, Konzert und Ballett gewählt werden, auch Wahl- und Kombi-Abos sind erhältlich.

**Serviceline** ☎ 22 70 06 66
*service@inkultur.de, www.inkultur.de*

**Theater an der Marschnerstraße – Kulturelle Vereinigung Volksheim e. V.**
Marschnerstraße 46, 22081 Hamburg ☎ 29 26 65
*www.theater-marschnerstrasse.de, www.volksheim.de*
- Rollstuhlgerechter Zugang und WC vorhanden
- 1 Rollstuhlstellplatz für die Aufführungen – bitte vorher anmelden

## Kinos

**Alabama Kino**
Kampnagel
Jarrestraße 20, 22303 Hamburg ☎ 28 80 30 70
*www.alabama-kino.de*

**Holi-Kino**
Schlankreye 69, 20144 Hamburg ☎ 4 22 30 40

**MAGAZIN-Filmkunsttheater**
Fiefstücken 8 a, 22299 Hamburg ☎ 5 11 39 20
Ermäßigung für Senioren sowie für Vorführungen vor 16.30 Uhr
*www.magazinfilmkunst.de*

# Bildung I Weiterbildung

**Deutscher Senioren-ComputerClub Hamburg e. V.**
Dr. Barbara Nakielski (1. Vors.)
Oehleckerring 6 a
22419 Hamburg ☎ 6 06 28 04 oder ☎ 53 16 92 67
*info@dscc-hamburg.de, www.dscc-hamburg.de*

Deutscher Senioren-ComputerClub Hamburg

**Friedrich-Spee-Akademie Nord**
soziale, kulturelle und politische Bildungsangebote für Menschen in der zweiten Lebenshälfte
Regionalbüro Hamburg
Günther Tobias
Elbschloß Residenz
Elbchaussee 374, 22609 Hamburg ☎ 56 64 44
*g.tobias-hh@freenet.de, www.friedrich-spee-akademie.de*

**Kontaktstudium für ältere Erwachsene**
Universität Hamburg
Arbeitsstelle für wissenschaftliche Weiterbildung (AWW)
Karin Pauls und Stefanie Woll
Vogt-Kölln-Straße 30, Haus E
22527 Hamburg ☎ 4 28 83-24 77, -24 99
*kse@aww.uni-hamburg.de, www.aww.uni-hamburg.de*

Elke Krause, Kontaktstudentin an der Universität Hamburg

## MEDIENBOTEN

Für ältere Menschen, für die der Weg in die nächstgelegene Bücherhalle zu beschwerlich ist, sind die Medienboten da. Sie bringen die jeweils gewünschten Bücher und Hörbücher direkt ins Haus und haben auch noch Zeit für einen Klönschnack. Wer den Medienlieferservice in Anspruch nehmen möchte, wende sich bitte direkt an den Projektkoordinator

Gerhard Kessel ☎ 43 26 37 83
Hühnerposten 1, 20097 Hamburg
*gerhard.kessel@buecherhallen.de*
*www.buecherhallen.de*

Medienlieferservice der Bücherhallen

**MAS Musik-Akademie für Senioren e. V.**
Barbara Zahn
Volksdorfer Weg 31
22391 Hamburg ☎ 6 40 88 09
*zahn@musik-akademie.de*
*www.musik-akademie.de*

**Seniorenbildung Hamburg e. V.**
Brigitte Pagendamm
Bahrenfelder Straße 242
22765 Hamburg ☎ 3 91 06-36
*pagendamm@seniorenbildung-hamburg.de*
*www.seniorenbildung-hamburg.de*

**Seniorenbüro Hamburg e. V.**
Ulrich Kluge
Brennerstraße 90
20099 Hamburg ☎ 30 39 95-07
*engagementlotsen@seniorenbuero-hamburg.de*
*www.seniorenbuero-hamburg.de*

### Verein für berufliche Weiterbildung e. V.
Computer- und Sprachkurse für SeniorInnen
Mexikoring 15, 22297 Hamburg ☎ 48 50 99-26
*zentrale@weiterbildung-in-hamburg.de*
*www.weiterbildung-in-hamburg.de*

**Wenn die Sehkraft nachlässt,** muss es mit dem Lesen nicht vorbei sein! Die Alternative: Sie lassen vorlesen aus Daisy-Hörbüchern! Einfach, komfortabel und kostenlos kommen die Hörbücher auf CD mit der Post zu Ihnen nach Haus. Eine große Auswahl an Romanen, Krimis, Biografien und vieles mehr bietet die NBH Menschen mit Seheinschränkung.
**Unverbindliche Beratung unter Tel. (040) 227 28 60**
www.daisybuecherei.de
**Norddeutsche Blindenhörbücherei e. V. NBH**
Herbert-Weichmann-Str. 44-46 · 22085 Hamburg
- Anzeige -

### Volkshochschule
VHS-Zentrum Nord
Poppenhusenstraße 12
22305 Hamburg ☎ 4 28 04-58 01
*nord@vhs-hamburg.de*
*www.vhs-hamburg.de*

### Weiterbildung Hamburg
Steindamm 91, 20099 Hamburg ☎ 28 08 46-0
Weiterbildungstelefon ☎ 28 08 46-66

#### ↳ Beratungsstelle Barmbek
c/o Bücherhalle Barmbek
Poppenhusenstraße 12, 22305 Hamburg
jeden 2. und 4. Di. im Monat 10.00-15.00 Uhr

#### ↳ Beratungsstelle Langenhorn
c/o STEG Quartiersbüro Langenhorn Markt
Langenhorner Markt 5 a (neben der Haspa)
22415 Hamburg
jeden 2. und 4. Mo. im Monat 10.00-14.00 Uhr

## Bücherhallen
*www.buecherhallen.de*

### Barmbek
Poppenhusenstraße 12, 22305 Hamburg ☎ 29 15 91
*barmbek@buecherhallen.de*

### Dehnhaide
Wohldorfer Straße 30, 22081 Hamburg ☎ 29 55 10
*dehnhaide@buecherhallen.de*

### Fuhlsbüttel
Ratsmühlendamm 23, 22335 Hamburg ☎ 50 20 82
*fuhlsbuettel@buecherhallen.de*

### Langenhorn
Langenhorner Markt 9 (EKZ, 3. OG)
22415 Hamburg ☎ 5 31 30 76
*langenhorn@buecherhallen.de*

### Winterhude/Eppendorf
Winterhuder Marktplatz 6 (EKZ)
22299 Hamburg ☎ 2 79 26 25
*winterhude@buecherhallen.de*

### Stiftung Centralbibliothek für Blinde und Norddeutsche Blindenhörbücherei e. V.
Herbert-Weichmann-Straße 44-46
22085 Hamburg ☎ 22 72 86-0
*info@blindenbuecherei.de*
*www.blindenbuecherei.de*

## DIALOG IN DEUTSCH

Sie möchten gerne Ihr Deutsch verbessern und mit anderen Menschen zusammenkommen? Das können Sie bei Dialog in Deutsch in einer Bücherhalle in Ihrer Nähe. Wann sich eine Gruppe in Ihrem Stadtteil trifft sowie Näheres zum ehrenamtlichen Engagement erfahren Sie bei

Annja Haehling von Lanzenauer
(Projektleitung und Büroteam
Bücherhallen Medienprojekte gGmbH
Hühnerposten 1, 20097 Hamburg ☎ 4 26 06-3 33
*dialogindeutsch@buecherhallen.de*
*www.buecherhallen.de/ehrenamt*

Dialog in Deutsch - Kostenlose Gesprächsgruppen in den Bücherhallen für Menschen mit Migrationshintergrund

BÜCHERHALLEN HAMBURG

Dialog in Deutsch

# Stadtteilkultur- und Nachbarschaftszentren

**Die nachfolgend aufgeführten Einrichtungen** bieten ganz unterschiedliche Freizeitangebote im musischen, kreativen, sozialen oder auch im sportlichen Bereich an. Viele Kurse und Veranstaltungen richten sich speziell an ältere Menschen. Fragen Sie einfach direkt bei der Einrichtung nach oder werfen Sie einen Blick auf die jeweilige Internetseite, um sich nach den Angeboten zu erkundigen.

## Kerngebiet

**Alte Küche**
**event markt alsterdorf**
Alsterdorfer Markt 6, 22297 Hamburg ☎ 50 77-50 50
*www.alsterdorf.de*

**Freunde des Stavenhagenhauses e. V.**
Burkhard Holzapfel ☎ 5 11 97 84
*burkhard.holzapfel@web.de*

**Goldbekhaus e. V.**
Zentrum für Stadtteilkultur Winterhude
Meggi Krieger
Moorfuhrtweg 9, 22301 Hamburg ☎ 27 87 02-0, -14
*meggi.krieger@goldbekhaus.de*
*www.goldbekhaus.de*

**Kampnagel Hamburg**
Jarrestraße 20, 22303 Hamburg ☎ 27 09 49-0
*www.kampnagel.de*

**Kulturhaus Eppendorf e. V.**
Julius-Reincke-Stieg 13 a
20251 Hamburg ☎ 48 15 48
*www.kulturhaus-eppendorf.de*

Kulturhaus Eppendorf

**kunstforum matthäus e. V.**
Bei der Matthäuskirche 6
22301 Hamburg ☎ 27 61 71
*www.kunstforum-matthaeus.de*

## KULTURDATENBANK

### www.kulturbank-hh-nord.de

Als erster Bezirk „verwaltet" Hamburg-Nord sein kulturelles Vermögen in einer Datenbank, die eingesehen und ergänzt werden kann und zahlreiche Kulturanbieter, Kulturschaffende, Galerien und Bücherhallen aufführt. Die als Plattform und Schnittstelle gedachte Datenbank wurde vom Kulturforum Hamburg-Nord initiiert und möchte Bürgerinnen und Bürgern einen aktuellen und informativen Kulturservice bieten.

**MARTINIerLEBEN e. V.**
Kulturhaus Eppendorf
Julius-Reincke-Stieg 13 a
20251 Hamburg ☎ 46 77 93 25
*www.martinierleben.de*

**Planetarium Hamburg**
Hindenburgstraße 1 b
22303 Hamburg ☎ 4 28 86 52-0/-10
*www.planetarium-hamburg.de*

## Barmbek I Uhlenhorst

**BARMBEK°BASCH e. V.**
Zentrum für Kirche, Kultur und Soziales
Wohldorfer Straße 30
22081 Hamburg ☎ 5 19 00 80-55/-56
*www.barmbek-basch.info*

**Bürgerhaus in Barmbek**
Lorichsstraße 28 a, 22307 Hamburg ☎ 6 30 40 00
*www.buergerhaus-in-barmbek.de*

**Kulturelle Vereinigung Volksheim e. V.**
Marschnerstraße 46
22081 Hamburg ☎ 29 26 65
*www.volksheim.de*

**Literaturhaus Hamburg e. V.**
Schwanenwik 38, 22087 Hamburg ☎ 22 70 20 11
*www.literaturhaus-hamburg.de*

**Literaturzentrum Hamburg e. V.**
Schwanenwik 38
22087 Hamburg ☎ 2 27 92 03, ☎ 20 76 90 37
*www.lit-hamburg.de*

**Museum der Arbeit**
Wiesendamm 3, 22305 Hamburg ☎ 42 81 33-0
*www.museum-der-arbeit.de*

**Stadtteilbüro Dulsberg/Kulturhof Dulsberg**
Probsteier Straße 15
22049 Hamburg ☎ 6 52 80 16
*www.dulsberg.de/info/stadtteilbuero*

**Vincent e. V.** – der andere Kunstverein
Gisela Baumgardt
Winterhuder Weg 132, 22085 Hamburg ☎ 22 23 63
*g.baumgardt@t-online.de*

**Zinnschmelze –**
**Barmbeker Verein für Kultur und Arbeit e. V.**
Maurienstraße 19, 22305 Hamburg ☎ 2 99 20 21
*www.zinnschmelze.de*

Zinnschmelze

## Fuhlsbüttel I Langenhorn

**Backstube Fuhlsbüttel e. V.**
Verein für stadtteilbezogene Kulturarbeit e. V.
Am Hasenberge 48, 22337 Hamburg
*www.backstubefuhlsbuettel.de*

**ella – Kulturhaus Langenhorn**
Käkenflur 30, 22419 Hamburg ☎ 53 32 71 50
*www.ella.mookwat.de*

ella – Kulturhaus Langenhorn

## LITERATURTIPP!

### Senioren Kulturführer Hamburg

Eine Entdeckungsreise durch die Hamburger Kunst- und Kulturszene mit vielfältigen Anregungen bietet der Senioren Kulturführer Hamburg des Landes-Seniorenbeirats. Das Nachschlagewerk in einer aktualisierten Auflage von 2012 gibt Auskunft über Erreichbarkeit, Barrierefreiheit, Preisermäßigungen und Tagesangebote der Kulturstätten.

Den Kulturführer erhalten Sie kostenlos
bei Ihrem Bezirksamt oder per Post direkt vom
Landes-Seniorenbeirat Hamburg
Heinrich-Hertz-Straße 90
22085 Hamburg ☎ 4 28 63-19 34
Fax 4 28 63-46 29
*lsb@lsb-hamburg.de*

**Förderkreis Ohlsdorfer Friedhof e. V.**
Fuhlsbüttler Straße 756
22337 Hamburg ☎ 50 05 33 87
*www.fof-ohlsdorf.de*

**Kunstverein Kettenwerk e. V.**
Essener Straße 2-4, Haus 7 b
22419 Hamburg ☎ 01 72/4 02 95 52
*www.kunstverein-kettenwerk.de*

Kunstverein Kettenwerk

**LaLi – Börner Kulturhaus**
Genossenschaft der Fritz-Schumacher-Siedlung
Tangstedter Landstraße 182 a
22415 Hamburg ☎ 5 20 37 78
*www.genossenschaft-fss-langenhorn.de*

**Langenhorner Bürgerhaus**
Detlef Hannicke ☎ 5 31 30 42
Tangstedter Landstraße 41
22415 Hamburg

**Stadtteilverein „Im Tarpenwinkel" e. V.**
Käkenkamp 3
22419 Hamburg ☎ 5 27 82 98
*www.tarpenwinkel.de*

Geschichtswerkstatt Barmbek

## Geschichtswerkstätten und Stadtteilarchive

Lebendige Geschichte bieten die Geschichtswerkstätten, Geschichtsgruppen und Stadtteilarchive an. Sie suchen alte Tagebücher, Dias und Fotos und freuen sich über aktive Seniorinnen und Senioren, die die Arbeit mit ihrem Erfahrungsschatz bereichern. In dem jährlich erscheinenden Flyer „Kiek mol" informieren die Werkstätten und Archive regelmäßig über ihre Stadtteilrundgänge. Den Flyer erhalten Sie bei den Bezirksämtern, in den Bücherhallen und natürlich bei den Geschichtswerkstätten selbst.

### Kerngebiet

**Jarrestadt-Archiv**
Wiesendamm 123, 22303 Hamburg ☎ 2 79 18 17
*www.jarrestadt-archiv.de*

**Stadtteilarchiv Eppendorf**
Julius-Reincke-Stieg 13 a (Hinterhof)
20251 Hamburg ☎ 4 80 47 87
*www.stadtteilarchiv-eppendorf.de*

### Barmbek I Uhlenhorst

**Geschichtsgruppe Dulsberg e. V.**
Dulsberg-Süd 12, 22049 Hamburg ☎ 22 60 99 72
*www.gg-dulsberg.de*

**Heimatmuseum und Geschichtswerkstatt Barmbek e. V.**
Wiesendamm 25, 22305 Hamburg ☎ 29 31 07
*geschichtswerkstattbarmbek@alice-dsl.de*
*www.geschichtswerkstatt-barmbek.de*

### Fuhlsbüttel I Langenhorn

**Willi-Bredel-Gesellschaft Geschichtswerkstatt e. V.**
Im Grünen Grunde 1 c, 22337 Hamburg ☎ 59 11 07
*willi-bredel-gesellschaft@t-online.de*
*www.bredelgesellschaft.de*

## Bürgervereine

### Kerngebiet

**Alsterdorfer Bürgerverein von 1990 e. V.**
Geschäftsstelle (Heubergredder Apotheke)
Alsterdorfer Straße 284, 22297 Hamburg
Hilde Lüders (1. Vors.) ☎ 5 11 90 61
*hilde.lueders@web.de*
*vorstand@alsterdorfer-bv.de*
*www.alsterdorfer-bv.de*

**Eppendorfer Bürgerverein von 1875**
Martinistraße 33, 20251 Hamburg ☎ 46 96 11 06
*www.ebv.info-eppendorf.de*

**Kommunal-Verein von 1889 zu Groß-Borstel r. V.**
Wolf Wieters
Roggenbuckstieg 5, 22453 Hamburg ☎ 5 53 59 19
*kv-vorsitz@grossborstel.de*
*www.grossborstel.de*

**Stadtpark Verein Hamburg e. V.**
Hindenburgstraße 1, 22303 Hamburg ☎ 58 73 47
*www.stadtparkverein.de*

Hohenfelder-Uhlenhorster Bürgerverein

**Winterhuder Bürgerverein von 1872 r. V.**
Postfach 60 51 69, 22246 Hamburg
*www.winterhuder-buergerverein.de*

### Barmbek I Uhlenhorst

**Bürgerverein zu Barmbek r. V.**
Fuhlsbüttler Straße 687
22337 Hamburg ☎ 5 00 54 34-0
*michael-weidmann@t-online.de*

**Hohenfelder-Uhlenhorster Bürgerverein von 1883**
Vereinsbüro:
Mundsburger Damm 37
22087 Hamburg ☎ 20 98 29 71
*info@hubv.de, www.bvhu.de*

## Fuhlsbüttel I Langenhorn

**Bürgerverein Fuhlsbüttel-Hummelsbüttel e. V.**
Klaus Rittmeier
Fuhlsbüttler Straße 687, 22337 Hamburg ☎ 50 24 45
*verlag_weidmann@t-online.de*

**Heimatverein Klein Borstel e. V.**
Borstels Ende 39
22391 Hamburg ☎ 5 36 51 04, ☎ 59 88 11
*klein-borstel@web.de*
*www.heimatverein-kleinborstel.de*

**Langenhorner Bürger- und Heimatverein e. V.**
Tangstedter Landstraße 41
22415 Hamburg ☎ 5 31 99 44
*michael.behrmann@langenhorner-heimatverein.de*
*www.langenhorner-heimatverein.de*
*www.langenhorn-karte.de*

# Seniorentreffs

## Kerngebiet

**Aktivtreff Winterhude (AWO LV Hamburg e. V.)**
Alsterdorfer Straße 43-45, 22299 Hamburg ☎ 4 60 31 21
*at-winterhude@web.de*
*www.awo-hamburg.org*

AWO-Aktivtreff Winterhude, Gymnastikgruppe

**Begegnungsstätte Martinistraße „Leben im Alter" (DW/KG St. Martinus)**
Anette Riekes
Martinistraße 33, 20251 Hamburg ☎ 48 78 39
*leben@alsterbund.de*
*www.st-martinus-eppendorf.de*

**Nachbarschaftstreff Alsterdorf (BGFG)**
Offener Treff mit vielfältigen Angeboten für Seniorinnen und Senioren
Helma Walther
Bilser Straße 14-16, 22297 Hamburg ☎ 21 11 00-21
*walther@bgfg.de*

**Seniorentreff Epiphanien (DW/KG Epiphanien)**
Angela Händler
Großheidestraße 44, 22303 Hamburg ☎ 2 70 83 07
*kirche@epiphaniengemeinde.de*
*www.epiphaniengemeinde.de*

**Seniorentreff Eppendorf (DPWV/LAB)**
Sybil Strauß
Eppendorfer Weg 232, 20251 Hamburg ☎ 4 20 63 23
*eppendorf@lab-hamburg.de*
*www.lange-aktiv-bleiben.de*

**Seniorentreff Groß Borstel (DPWV/LAB)**
Herr C. W. Papka
Borsteler Chaussee 49, 22453 Hamburg ☎ 38 65 21 13
*grossborstel@lab-hamburg.de*
*www.lange-aktiv-bleiben.de*

**Seniorentreff Winterhude-Uhlenhorst (DW/KG Winterhude-Uhlenhorst)**
Andrea Trumpler
Bei der Matthäuskirche 6, 22301 Hamburg ☎ 2 79 33 06
*matthaeuscafe@aol.com*
*www.winterhude-uhlenhorst.de*

## Barmbek I Uhlenhorst

**Seniorencafé in Barmbek (BGFG)**
Offenes Caféangebot für Ältere aus der Region Barmbek (AWO Sozialstation Eimsbüttel gGmbH im Auftrag der Baugenossenschaft freier Gewerkschafter eG und der Elisabeth-Kleber-Stiftung)
Heidi Riemer
AWO Beratungsbüro Barmbek
Habichtsplatz 3/am Durchgang Habichtsweg
22307 Hamburg ☎ 21 11 00 66

**Seniorentreff Alt-Barmbek (Barmbek Basch) (DW/KG Alt-Barmbek)**
Pastor Walter Günther
Wohldorfer Straße 30
22081 Hamburg ☎ 5 19 00 80-0, ☎ 29 05 64
*walter.guenther@kirche-alt-barmbek.de*
*www.kirche-alt-barmbek.de*

**Seniorentreff Barmbek-Nord (AWO LV Hamburg e. V.)**
Andreas Werling
Habichtsplatz 17, 22307 Hamburg ☎ 61 24 48
*www.awo-hamburg.org*

**Seniorentreff Barmbek-Nord/St. Bonifatius (DW/KG St. Bonifatius)**
Pastorin Idalena Urbach, Heike Schmeling
Lämmersieth 65, 22305 Hamburg ☎ 6 92 95 93
*mail@st-bonifatius.de*
*www.st-bonifatius.de*

Seniorentreff Barmbek-Süd
(Barmbek Basch) (AWO LV Hamburg e. V.)
Helga Bölk
Wohldorfer Straße 32, 22081 Hamburg ☎ 2 99 33 97
*www.awo-hamburg.org*

Seniorentreff der Ev.-luth. Kirchengemeinde
Barmbek-Nord (DW/KG Barmbek-Nord)
Auferstehungskirche
Pastor Rainer Hanno
Tieloh 26, 22307 Hamburg ☎ 6 91 50 71
*rainer.hanno@auferstehungskirche-barmbek.de*
*www.auferstehungskirche-barmbek.de*

Seniorentreff Dulsberg (Seniorenbildung Hamburg e. V.)
Stefan Harms
Dulsberg Süd 12, 22049 Hamburg ☎ 01 78/2 09 73 42
*harms@seniorenbildung-hamburg.de*
*www.seniorenbildung-hamburg.de*

Seniorentreff Elligersweg (Seniorenbüro Hamburg e. V.)
Anke Brandes ☎ 63 97 79 89
Ulrich Kluge ☎ 30 39 95-07
Steilshooper Straße 242 b (Ecke Elligersweg)
22307 Hamburg
*senioren1@aol.com*
*engagementfoerderung@seniorenbuero-hamburg.de*
*www.seniorenbuero-hamburg.de*

Goldbekhaus (s. Seiten 15 und 21) – Theaterstück der Altentheatergruppe „Die Herbst-Zeitlosen“ (Produktion „Helga macht nicht mit“)

Seniorentreff Kirchengemeinde St. Gertrud
(DW/KG St. Gertrud)
Pastorin Christine Cornelius
Käte Rodemann
Immenhof 10, 22083 Hamburg ☎ 2 20 33 53
*info@st-gertrud-hamburg.de*
*kaeterodemann@yahoo.de*
*www.st-gertrud-hamburg.de*

### Fuhlsbüttel | Langenhorn

Seniorentreff Fuhlsbüttel (DPWV/LAB)
Christiane Appenroth
Fliederweg 7, 22335 Hamburg ☎ 59 24 55
*fuhlsbuettel@lab-hamburg.de*
*www.lange-aktiv-bleiben.de*

Langenhorner Bürger- und Heimatverein (Eintrag s. Seite 18)
Mitglied Ursula Bülow – Nordic Walkerin der ersten Stunde

Seniorentreff Langenhorn (Bürgerhaus)
(AWO LV Hamburg e. V.)
Harro Brehmer
Tangstedter Landstraße 41
22415 Hamburg ☎ 5 33 99 03
*senioren.langenhorn@awo-hamburg.de*
*www.awo-hamburg.org*

Seniorentreff Langenhorn (DW/KG St. Jürgen-Zachäus)
Rainer Dommaschk
Käkenflur 22 a, 22419 Hamburg ☎ 51 49 95 45
*rainerdommaschk@aol.com*
*www.zachaeus-online.de*

Seniorentreff Ohlsdorf (DPWV/LAB)
N. N.
Böckelweg 21, 22337 Hamburg ☎ 55 77 93-80
*ohlsdorf@lab-hamburg.de*
*www.lange-aktiv-bleiben.de*

## Seniorenkreise

### Barmbek | Uhlenhorst

„Die jungen Alten“ im Bürgerhaus Hartzlohplatz
(AWO LV Hamburg e.V.)
Lorichstraße 28 a, 22307 Hamburg ☎ 4 60 31 21
*www.awo-hamburg.org*

**DRK Gemeinschaftszentrum Barmbek**
**(DRK KV Hamburg-Nord e. V.)**
Steilshooper Straße 2, 22305 Hamburg ☎ 29 80 39 50
Leiterin des Zentrums: Susanne Kiendl
*info@drk-hamburg-nord.de, www.drk-hamburg-nord.de*

**Seniorenkreis (Bund der Schwerhörigen e. V.)**
Wagnerstraße 42
22081 Hamburg ☎ 29 16 05, 2 99 72 65 (Fax)
*info@bds-hh.de, www.bds-hh.de, www.hoerbiz.de*

**Seniorenkreis (DPWV/Hilfswerk der Unitarier e. V.)**
Dirk Compall, Frau Möller
Diedenhofer Straße 2-2 a, 22049 Hamburg ☎ 2 54 22 48
*hamburg@unitarier.de*

**Seniorenkreis Barmbek-Nord (KG St. Gabriel)**
Hartzlohplatz 17, 22307 Hamburg ☎ 6 32 61 46

**Seniorenkreis Frohbotschaftskirche Dulsberg**
**(DW/KG Dulsberg)**
Straßburger Platz 2 (Eingang Nr. 4)
22049 Hamburg ☎ 61 69 80

**Seniorenkreis St. Franziskus**
**(Kath. Pfarrei St. Franziskus)**
Kranichweg 20, 22305 Hamburg ☎ 61 77 14

Deutscher Senioren-ComputerClub Hamburg e. V. (Eintrag s. Seite 13)

**Seniorenkreis St. Sophien (Kath. Pfarrei St. Sophien)**
Weidestraße 53, 22083 Hamburg ☎ 18 02 50 00-9

**Seniorenrunde Dulsberg (DW/KG Dulsberg)**
Frau Kühn
Nachbarschaftstreff
Elsässer Straße 15, 22049 Hamburg

## Fuhlsbüttel | Langenhorn

**DRK Gemeinschaftszentrum Langenhorn**
**(DRK KV Hamburg-Nord e. V.)**
Wördemoorweg 2
22415 Hamburg ☎ 53 93 17 50
Leiterin des Zentrums: Susanne Kiendl
*info@drk-hamburg-nord.de, www.drk-hamburg-nord.de*

## SENIORENTANZ –

### aktiv und fit bleiben!

Neben entspannter Bewegung bietet das Tanzen gleichzeitig Spaß und Geselligkeit und ist auf spielerische Art sowohl Balancetraining als auch Sturzprophylaxe.

**Bundesverband Seniorentanz e. V.**
Landesverband Hamburg
Petra Knemeyer-Gaede ☎ 0 41 62/54 43
Doris Ramsel ☎ 7 21 56 33
*hamburg@seniorentanz.de, www.seniorentanz.de*

Bundesverband Seniorentanz © Petra Knemeyer-Gaede

Seniorentanz – mehr als 75 Tanzkreise in Hamburg und Umgebung!

**Seniorenclub Langenhorn-Nord**
**(AWO LV Hamburg e. V.)**
„Olen Börner"
Tangstedter Landstraße 223
22417 Hamburg ☎ 4 60 31 21
*www.awo-hamburg.org*

**Seniorenkreis Fuhlsbüttel/Groß Borstel**
**(Ev.-luth. KG St. Lukas)**
Hummelsbütteler Kirchenweg 3
22335 Hamburg ☎ 59 64 00

**Seniorenkreis St. Annen**
**(Caritasverband/Kath. KG St. Annen)**
Schmuggelstieg 22, 22419 Hamburg ☎ 5 20 16 50

### Erklärung der Abkürzungen

| | | |
|---|---|---|
| AWO | = | Arbeiterwohlfahrt (LV = Landesverband) |
| BGFG | = | Baugenossenschaft freier Gewerkschafter |
| DPWV | = | Der Paritätische Wohlfahrtsverband |
| DRK | = | Deutsches Rotes Kreuz (KV = Kreisverband) |
| DW | = | Diakonisches Werk |
| LAB | = | Lange Aktiv Bleiben |
| KG | = | Kirchengemeinde |

# Sportvereine

Im Folgenden finden Sie eine Auflistung derjenigen Sportvereine im Bezirk Hamburg-Nord, die **spezielle Kurse und Programme für Ältere** anbieten. Fragen Sie gerne auch noch mal in Ihrem Stadtteil im Verein nach besonderen Angeboten.

## SELBSTBEHAUPTUNG UND GEWALTPRÄVENTION

**Hamburgischer Ju-Jutsu Verband e. V.**
Seniorenbeauftragte
Fatma Keckstein ☎ 2 79 35 59
*fatma.keckstein@hjjv.eu*
*www.hjjv.net*

## Kerngebiet

**Aktiv ab 40 e. V.**
Ursula Schneider
Brödermannsweg 47 f, 22453 Hamburg ☎ 5 53 26 48

**Goldbekhaus e. V.**
Bewegungskultur – fit, gesund und kreativ 55 plus
Suse Hartmann
Moorfuhrtweg 9, 22301 Hamburg ☎ 27 87 02-13
*suse.hartmann@goldbekhaus.de*
*www.goldbekhaus.de*

Goldbekhaus

**Sport-Club Sperber v. 1898 e. V.**
Heubergredder 38, 22297 Hamburg ☎ 5 11 68 81
*sport.club.sperber@t-online.de*
*www.sperber-hamburg.de*

**TANZPARTERRE seit 1988**
Himmelstraße 10-16, 22299 Hamburg ☎ 47 58 65
*123@tanzparterre.de, www.tanzparterre.de*

**Verein für Leibesübungen Hamburg v. 1893 e. V.**
Barmbeker Straße 62, 22303 Hamburg ☎ 2 79 83 77
*info@vfl93.de, www.vfl93.de*

**Winterhude-Eppendorfer Turnverein v. 1880 e. V.**
Erikastraße 196, 20251 Hamburg ☎ 4 80 27 75
*info@wet-sport.de*
*www.wet-sport.de*

Winterhude-Eppendorfer Turnverein, Wassergymnastik

## Barmbek I Uhlenhorst

**Barmbeker Schachklub von 1926 e. V.**
Michael Bahlmann
Spielort: Stadtteilzentrum Barmbek Basch
Wohldorfer Straße 30, 22081 Hamburg ☎ 60 95 14 66
*vorsitzender@barmbeker-schachklub.de*
*www.barmbeker-schachklub.de*

## SPORTANGEBOTE

### für Seniorinnen und Senioren

Bewegung hält fit! Besonders im Alter kann richtig durchgeführte und wohl dosierte Bewegung entscheidend zum Wohlbefinden und zur Gesundheit beitragen. „Fit ab Fifty – mehr Bewegung für mehr Gesundheit" heißt darum auch die Broschüre des Hamburger Sportbunds für Bewegungsinteressierte der Generation 50+. Die Broschüre bietet einen übersichtlichen Einblick in das Angebot der Hamburger Vereine. Interessierte finden durch die Sortierung nach Stadtteilen, Verein und Sportangebot schnell das passende Angebot heraus. Adressen, Telefon- und Faxnummern sowie E-Mail- und Internetadressen erleichtern die Kontaktaufnahme mit den Vereinen.

**Hamburger Sportbund e. V.**
Haus des Sports
Heidenkampsweg 58
20097 Hamburg ☎ 4 19 08-1 11
[nur vorübergehend bis Ende 2012, ab 2013 wieder Haus des Sports, Schäferkampsallee 1, 20357 Hamburg]
*hsb@hamburger-sportbund.de*
*www.hamburger-sportbund.de*

HAMBURGER VOLKSHOCHSCHULE
REGION NORD

Bildung für alle ganz in Ihrer Nähe!

**VHS-Zentrum Nord**
Poppenhusenstr. 12
22305 Hamburg
Tel: 42804-5801
E-Mail: nord@vhs-hamburg.de
www.vhs-hamburg.de

Hamburg

## Gesundheitssport in geselliger Runde

Sport- und Freizeitclub Barmbek e.V.

**Wassergymnastik · Nordic Walking**
**Fitness 50+ · Kegeln**
**Geselliger Nachmittag**

Weitere Informationen bei Sportlehrer Lorenz Nickels:
Tel. 040/29 35 67 · lorenz.nickels@freenet.de

ProReha aktiv Hamburg e.V.
Telefon 040/28 41 02 8-0

Der **Verein ProReha aktiv** Hamburg bietet Rehabilitationssport im Reha-Zentrum im Hammonia Bad an. Rehasport ist ein ärztlich verordnetes rehabilitatives Bewegungstraining in Gruppen, wird in der Regel von den gesetzlichen Krankenkassen, Renten- oder Unfallversicherungen übernommen. Der Rehasport wird ausschließlich von speziell qualifizierten Sport- und Physiotherapeuten angeleitet und hat den Schwerpunkt des Kursangebotes im Bereich **Orthopädie** bzw. **Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates.** Er umfasst zurzeit die Gruppenangebote **Wassergymnastik (im 32° warmen Wasser), „Rund um Fit", Wirbelsäulengymnastik, „Fit ab 70" und Hockergymnastik.** Auch ohne ärztliche Rehabilitationssportverordnung können die Teilnehmer (auf eigene Kosten) an dem Kursprogramm teilnehmen. Viele Teilnehmer sind bereits im Seniorenalter, durch die Teilnahme in den Gruppen wird auch ein Schwerpunkt auf den sozialen Charakter gelegt.

Anzeige

## 60+ Ballett: Bewegen Sie sich in gesunder Balance

Anzeige

In der zweiten Lebensphase sollten Sie Ihrem Körper etwas Gutes tun. Zusätzlich zu den 30 Minuten täglicher Bewegung, die von Ärzten empfohlen werden, halten Sie sich durch Ballett bis ins hohe Alter fit. Gerade wer viel sitzt und oft angespannt ist, findet in unserem Tanzunterricht einen Ausgleich in Bewegung, Rhythmus und Harmonie. Lernen Sie Ihren Körper bis in die Fußspitzen kennen: Sie sind die Energie in Person!

Konzentrieren, Dehnen, Rücken stärken und Balance halten: alles eine Frage der Tanztechnik. Und sollten Sie an Ihre Grenzen kommen, zeigen wir Ihnen neue Möglichkeiten auf, wie Sie leicht Verspannungen lösen sowie Muskeln und Bänder stärken können. Ein Einstieg ist jederzeit möglich.

60+ Ballett erhält lebenswichtige Ressourcen wie
Gehirn, Rücken, Gelenke und beugt Haltungsschäden vor.

TANZPARTERRE

TANZPARTERRE

**60+ Ballett: Bewegen Sie sich in gesunder Balance**

Tanzen ist gesund, weil es

- Körper und Geist trainiert
- vor Krankheiten schützt
- das Selbstvertrauen stärkt
- die Kommunikation fördert

www.tanzparterre.de

Himmelstraße 10-16 · 22299 Hamburg
Tel.: 040 - 475 865

© ixmedia

Tanzparterre, 60+ Ballett (Eintrag s. Seite 21)

Hamburger Turngesellschaft
Barmbek-Uhlenhorst e. V. von 1876
Klinikweg 10, 22081 Hamburg ☎ 2 99 50 78
*htbusport@htbu-ev.de, www.htbu-ev.de*

ProReha aktiv Hamburg e. V.
Lerchenfeld 14, 22081 Hamburg ☎ 2 84 10 28-0
*kontakt@reha-hammonia-bad.de*
*www.reha-hammonia-bad.de*

Sport-Club Urania v. 1931 e. V.
Habichtstraße 14, 22305 Hamburg ☎ 6 91 50 63
*info@scurania.de, www.scurania.de*

Sport- und Freizeitclub Barmbek e. V.
Lorenz Nickels
Witthof 18, 22305 Hamburg ☎ 29 35 67
*lorenz.nickels@freenet.de*
Es gibt keine feste Adresse, die Kurse finden in Schulen/Turnhallen in der Umgebung statt, Wassergymnastik im Ohlsdorfer Bad.

Uhlenhorster Sport-Club „Paloma“ v. 1909 e. V.
Brucknerstraße 24, 22083 Hamburg ☎ 29 41 26
*info@uscpaloma.de, www.uscpaloma.de*

## Fuhlsbüttel | Langenhorn

„Oberalster“ Verein für Wassersport e. V.
Geschäftsstelle:
Hermann-Ruge-Weg 13, 22339 Hamburg ☎ 53 88 97 01
*info@oberalster.de, www.oberalstervfw.de*

# Bäder

## Bäderland Hamburg GmbH
*www.baederland.de*

Mit Ausnahme des Naturbads Kiwittsmoor erreichen Sie alle der folgenden Badeeinrichtungen über die

zentrale Bäderland-Hotline ☎ 18 88 90
(Mo. bis Fr. 8.00-19.00 Uhr, Sa. und So. 10.00-16.00 Uhr)

## Kerngebiet

Holthusenbad
Goernestraße 21, 20249 Hamburg

## Barmbek | Uhlenhorst

Bartholomäustherme
Bartholomäusstraße 95, 22083 Hamburg

Freibad Dulsberg
Am Dulsbergbad, 22049 Hamburg

Naturbad Stadtparksee
Südring 5 b, 22303 Hamburg

## Fuhlsbüttel | Langenhorn | Ohlsdorf

Hallen- und Freibad Ohlsdorf
Im Grünen Grunde 1, 22335 Hamburg

Naturbad Kiwittsmoor
Hohe Liedt, 22417 Hamburg ☎ 5 37 02 47
*www.naturbad-kiwittsmoor.de*

Barmbeker Schachklub (Eintrag s. Seite 21)

# Vorsorge und Familienfeiern

Café Fritz am Ohlsdorfer Parkfriedhof


**Bestattungsvorsorge** - Anzeige -

Das GBI, aus einem sozialen Gedanken heraus vor 92 Jahren gegründet, ist immer, 24 Stunden, für Sie bereit: 0 40-24 84 00. In Ohlsdorf, Fuhlsbüttler Straße 735 sind wir jeden Arbeitstag 10 Stunden für Sie da, auch ohne Anmeldung.

Ebenso können Sie ein kostenloses Beratungsgespräch für Bestattungsvorsorge in Anspruch nehmen. Das GBI bietet für die Bestattungsvorsorge: Preisgarantie, Bankbürgschaft, Vorsorgeordner und 60 Jahre Erfahrung mit Bestattungsvorsorge.

Wenn Sie in einem anderen Büro beraten werden möchten, 14 haben Sie zur Auswahl, so rufen Sie kurz vorher an, um einen Termin zu vereinbaren:
**Telefon 0 40-24 84 00 oder www.gbi-hamburg.de**

GBI · Fuhlsbüttler Str. 735, 22337 Hamburg · Telefon 040 24 84 00
Jederzeit gerne für Sie da!

Ihr Partner
für Bestattungsvorsorge.
Eigene Hauskapelle.
Abschiedsräume.

Segeberger Chaussee 56-58

Wulff & Sohn
Bestattungsinstitut seit 1912
100 Jahre

www.wulffundsohn.de
Tel. (040) 529 61 73

**Ich bin ein Vorsorger!**

Ich geh' gern auf Nummer sicher – auch bei meinem Finale auf Erden. Komme, was wolle: Alles ist jetzt in besten Händen.

Fuhlsbüttler Str. 735
Hamburg-Ohlsdorf
www.gbi-hamburg.de

GBI
Großhamburger Bestattungsinstitut rV

# Kirchen und Glaubensgemeinschaften

Brunnen (Ohlsdorfer Friedhof)

© Matthias Pätzold, www.pixelio.de

## Ev.-luth. Kirchengemeinden

*www.nordkirche.de*
*www.kirche-hamburg-ost.de*

### EIN VIELSEITIGES PROGRAMM …

Die Kirchen und religiösen Glaubensgemeinschaften bieten Seniorinnen und Senioren ein vielseitiges Programm. Zum Angebot zählen Freizeitaktivitäten wie Seniorentreffs und Seniorenkreise (siehe auch Seiten 18 bis 20), Begleit-, Betreuungs- und Freiwilligendienste. Für weitere Informationen wenden Sie sich bitte direkt an die jeweilige Gemeinde oder Gemeinschaft in Ihrer Nähe.

**Christophorusgemeinde zu Hamburg-Hummelsbüttel**
Poppenbüttler Stieg 25, 22339 Hamburg ☎ 52 01 95-20
*www.christophoruskirche.de*

**Epiphaniengemeinde Hamburg-Winterhude**
Großheidestraße 44, 22303 Hamburg ☎ 2 70 83 07
*kirche@epiphaniengemeinde.de*

**Kirchengemeinde Alt-Barmbek**
Wohldorfer Straße 30, 22081 Hamburg ☎ 51 90 08 00
*www.kirche-alt-barmbek.de*

**Kirchengemeinde Ansgar Hamburg-Langenhorn**
Langenhorner Chaussee 266
22415 Hamburg ☎ 5 31 85 10
*www.kirchengemeinde-ansgar.net*

**Kirchengemeinde Auferstehungskirche Nord-Barmbek**
Tieloh 22, 22307 Hamburg ☎ 61 53 41
*www.auferstehungskirche-barmbek.de*

**Kirchengemeinde Broder Hinrick Hamburg-Langenhorn**
Tangstedter Landstraße 220
22417 Hamburg ☎ 5 20 42 81
*www.broder-hinrick.de*

**Kirchengemeinde Eirene Hamburg-Langenhorn**
Willersweg 31, 22415 Hamburg ☎ 5 20 28 08
*www.eirenekirche-hamburg.de*

**Kirchengemeinde Hamburg-Dulsberg**
Straßburger Platz 2, 22049 Hamburg ☎ 61 69 80
*www.kirche-dulsberg.de*

**Kirchengemeinde Maria Magdalenen Klein Borstel**
Stübeheide 172, 22337 Hamburg ☎ 59 69 66
*www.gemeinde-maria-magdalenen.de*

**Kirchengemeinde Ohlsdorf**
Fuhlsbüttler Straße 656 a
22337 Hamburg ☎ 4 11 88 17-0
*buero-nikodemus@kg-ohlsdorf-fuhlsbuettel.de*

**Kirchengemeinde St. Anschar zu Hamburg**
Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg ☎ 46 19 04
*st.anschar@kirnet.de*

**Kirchengemeinde St. Gabriel zu Hamburg-Barmbek**
Hartzlohplatz 17, 22307 Hamburg ☎ 4 11 88 98-11
*www.kirche-st-gabriel.de*

**Kirchengemeinde St. Gertrud in Hamburg**
Immenhof 10, 22087 Hamburg ☎ 2 20 33 53
*www.st-gertrud-hamburg.de*

**Kirchengemeinde St. Johannis zu Hamburg-Eppendorf**
Ludolfstraße 66, 20249 Hamburg ☎ 47 79 10
*www.johannis-eppendorf.de*

**Kirchengemeinde St. Jürgen-Zachäus Hamburg-Langenhorn**
Eichenkamp 10, 22417 Hamburg ☎ 5 37 05 75
Büro Zachäus:
Käkenflur 22 b, 22419 Hamburg ☎ 5 27 05 61
*www.zachaeus-online.de*

**Kirchengemeinde St. Lukas zu Hamburg-Fuhlsbüttel**
Hummelsbütteler Kirchenweg 3
22335 Hamburg ☎ 59 64 00
*www.st-lukas-online.de*

Ansicht des „Museum Friedhof Ohlsdorf", das der Förderkreis Ohlsdorfer Friedhof ehrenamtlich betreut und in dem sich auch das Büro des Förderkreises befindet (Eintrag s. Seite 16).

**Kirchengemeinde St. Marien zu Hamburg-Fuhlsbüttel**
Am Hasenberge 44, 22337 Hamburg ☎ 59 62 04

Ein Zuhause in Gemeinschaft...

- Betreuung und Pflege mit Herz und Verstand
- Dementenbetreuung
- Vollstationäre Pflege/ Kurzzeitpflege
- Heim steht der Allgemeinheit offen
- Eigene Küche

Das Veteranenheim liegt im Hamburger Stadtteil Poppenbüttel, also im Nordosten der Stadt. Eine Lage für eine attraktive Umgebung unseres Hauses. Zum Alsterwanderweg beispielsweise gelangen unsere Bewohnerinnen und Bewohner in nur fünf Gehminuten. Für einen Einkaufsbummel ist es nicht weit zum beliebten Alstertal-Einkaufszentrum. Die Leitung und Pflegekräfte in unserem Haus legen großen Wert auf liebevolle Betreuung. Die Bewohner wissen das zu schätzen.

STIFTUNG Veteranenheim DEUTSCHER SOLDATEN FREIE UND HANSESTADT HAMBURG
Poppenbütteler Weg 186-190
22399 Hamburg
Telefon: 040/606 84 - 0
Telefax: 040/606 84 - 414
www.zuhause-in-gemeinschaft.de

pro seniore
Pro Seniore Residenz Hamburg
Gazellenkamp 38 · 22529 Hamburg-Lokstedt
Telefon 040 41925-09 · www.pro-seniore.de

**Diakonische Einrichtungen der Evangelisch-reformierten Kirche in Hamburg**

**Altenhof**
Wir bieten:
- Stationäre Pflege
- besondere stationäre Dementenbetreuung
- Betreutes Wohnen in unseren Häusern 102, 106 und 108
- Kurzzeitpflege

Winterhuder Weg 98
22085 Hamburg
www.erk-altenhof.de
Telefon 22 94 11 - 0

**Ambulanter Alten- und Hospizpflegedienst**
Wir helfen, beraten und pflegen Sie in Ihrer Häuslichkeit
- bei Krankheit
- bei Pflegebedürftigkeit
- bei Haushaltsproblemen
- Begleitung bei Arztbesuchen und sonstigen außerhäuslichen Terminen
- Hilfe bei Einkäufen etc.

AMBULANTER Alten- und Hospiz-PFLEGEDIENST
Winterhuder Weg 106
22085 Hamburg
www.ambulanter-pflegedienst-hamburg.de
Telefon 22 94 11 22

**Kirchengemeinde St. Markus-Hoheluft**
Heider Straße 1, 20251 Hamburg ☎ 4 20 19 48
*www.st-markus-hh.de*

**Kirchengemeinde St. Martinus-Eppendorf**
Martinistraße 33, 20251 Hamburg ☎ 48 78 39
*www.alsterbund.de/St-Martinus*

**Kirchengemeinde St. Nicolaus zu Hamburg-Alsterdorf**
Alsterdorfer Markt 11 (Haus Schönbrunn)
22297 Hamburg ☎ 50 77 41 40
*st.nicolaus@alsterdorf.de*

**Kirchengemeinde St. Peter zu Hamburg-Groß Borstel**
Borsteler Chaussee 139, 22453 Hamburg ☎ 5 53 49 10
*st.peter@alsterbund.de*

**Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst**
Winterhuder Weg 132, 22085 Hamburg ☎ 41 34 66-0
*buero@winterhude-uhlenhorst.de*

**Martin-Luther-Gemeinde zu Hamburg-Alsterdorf**
Bebelallee 156, 22297 Hamburg ☎ 51 49 18 73
*www.martin-luther-alsterbund.de*

Ohlsdorfer Friedhof

**Paul-Gerhardt-Gemeinde zu Hamburg-Winterhude**
Braamkamp 51, 22297 Hamburg ☎ 5 11 77 33
*www.alsterbund.de/Paul-Gerhardt*

**St. Bonifatius in Hamburg-Barmbek**
Lämmersieth 65, 22305 Hamburg ☎ 6 92 95 93
*www.st-bonifatius.de*

## Röm.-kath. Kirchengemeinden
*www.erzbistum-hamburg.de*

**Heilige Familie**
Tannenweg 24, 22415 Hamburg ☎ 5 31 30 08
*www.heilige-familie-hamburg.de*

**St. Antonius**
Lattenkamp 20, 22299 Hamburg ☎ 52 90 66 30
*www.st-antonius-hamburg.de*

**St. Franziskus Hamburg-Barmbek**
Kranichweg 20, 22305 Hamburg ☎ 61 77 14
*www.st-franziskus-hamburg.de*

**St. Sophien Hamburg-Barmbek**
Weidestraße 53, 22083 Hamburg ☎ 1 80 25 00 09
*www.sanktsophien.de*

## Neuapostolische Kirchengemeinden
*www.nak-norddeutschland.de*

**Gemeinde Hamburg-Barmbek**
Schwalbenstraße 2, 22305 Hamburg

**Gemeinde Hamburg-Eppendorf**
Abendrothsweg 18, 20251 Hamburg

**Gemeinde Hamburg-Fuhlsbüttel**
Hornkamp 13, 22337 Hamburg

**Gemeinde Hamburg-Langenhorn**
Wördenmoorweg 76, 22415 Hamburg

## Weitere Glaubensgemeinschaften

**Buddhistische Gesellschaft Hamburg e. V**
Beisserstraße 23, 22337 Hamburg ☎ 6 31 36 96
*www.bghh.de*

**Die Christengemeinschaft in Hamburg K.d.ö.R.**
Verwaltung:
Mittelweg 13, 20148 Hamburg ☎ 44 40 54-22
*www.christengemeinschaft.org*

**Feikirche der Siebenten-Tags-Adventisten**
Kirchengemeinde Hamburg-Barmbek
Haferkamp 14, 22081 Hamburg ☎ 30 98 47 77
*www.adventisten.de*

**Hamburg-Ghanaer**
Sootbörn 24, 22453 Hamburg ☎ 50 09 09 35

**Islamisches Zentrum Hamburg e. V.**
Imam Ali Moschee
Schöne Aussicht 36
22085 Hamburg ☎ 22 94 86 10, ☎ 22 12 20, ☎ 22 12 40
*www.izhamburg.com*

**Jüdische Gemeinde Hamburg**
Grindelhof 30, 20146 Hamburg ☎ 4 40 94 40
*www.jghh.org*

**Liberale jüdische Gemeinde Hamburg e. V.**
Große Johannisstraße 13
20457 Hamburg ☎ 32 08 66 77
*www.davidstern.de*

Imam Ali Moschee in Uhlenhorst

*Ihr Zuhause mit Zukunft!*

Baugenossenschaft
Hamburger
**Wohnen**

# Sicher und preiswert wohnen!

Mehr zum Wohnen in der starken Gemeinschaft unserer Baugenossenschaft und aktuelle Angebote finden Sie im Internet unter www.hamburgerwohnen.de

Baugenossenschaft Hamburger Wohnen eG
Försterweg 46 I 22525 HH I T 040 540 006 0 I F 040 540 006 30
www.hamburgerwohnen.de I info@hamburgerwohnen.de

## Gute Karten für Senioren

Beim Doppelkopf können wir Ihnen nicht weiterhelfen, aber bei der Wahl der passenden Wohnung. Von betreuten Wohnanlagen bis zu Wohnheimen mit umfassender Pflege in vielen Hamburger Stadtteilen. Wir informieren Sie gern.

Informationen und Angebote:
**SAGA GWG**
Vermietungshotline: (0 40) 42 666 666
www.saga-gwg.de

SAGA GWG
Mehr Hamburg

Unser Angebot:
Wohnen | Betreuung | Pflege

Foto: © Fotolia / Yuri Arcurs

Rufen Sie uns heute noch an:
Tel.: 040 - 25 15 12 222
Wir beraten Sie gern.
Oder besuchen Sie unsere
Homepage: www.vhw-hamburg.de

Vereinigte Hamburger
Wohnungsbaugenossenschaft eG

vhw wohnen im alter

© inixmedia

# Wohnmöglichkeiten

## Wohnraumanpassung

Beratungszentrum für
Technische Hilfen & Wohnraumanpassung
(Träger: Barrierefrei Leben e. V.)
Richardstraße 45 (Richardhof)
22081 Hamburg ☎ 29 99 56-0
*beratung@barrierefrei-leben.de*
*www.barrierefrei-leben.de*
*www.online-wohn-beratung.de*
Kostenlose Beratung und Hausbesuche möglich.
Bitte Termin vereinbaren.

## Wohnen mit Dienstleistungen: Servicewohnen

Für alle, die so selbstständig wie möglich wohnen möchten und Unterstützung nur bei Bedarf in Anspruch nehmen wollen, ist das „Servicewohnen" (ehemals „Betreutes Wohnen") die ideale Wohnform, da sie zahlreiche Vorteile bietet.

Beim „Servicewohnen" wird eine seniorengerechte und barrierefreie Wohnung in einer Wohnanlage angemietet. An den Mietvertrag ist ein Betreuungsvertrag gebunden, der den Umfang der gewünschten Betreuungs- und Serviceleistungen festhält. Zu den Standardleistungen, die allen Bewohnern zur Verfügung stehen und für die ein Betreuungszuschlag in Rechnung gestellt wird, können – je nach Einrichtung – verschiedene Wahlleistungen hinzugewählt werden.

### Die Standardleistungen umfassen in der Regel:

- Eine regelmäßig vor Ort erreichbare Betreuungsperson
- Einen festen Ansprechpartner inkl. Beschwerdemanagement
- Regelmäßige Information und Beratung (z. B. in Form einer festen Sprechstunde)
- Vermittlung von ambulanten Hilfsdiensten (z. B. ambulanter Pflege-, Mahlzeiten- oder Hausnotrufdienst)
- Hilfestellung bei Anträgen und behördlichem Schriftwechsel
- Freizeit- und Kommunikationsangebote, Vermittlung von Kontakten (in der Servicewohnanlage oder im Stadtteil)

Die angebotenen Leistungen sind am besten bei der jeweiligen Servicewohnanlage zu erfragen. Weitere Informationen erhalten Sie bei der Bezirklichen Seniorenberatung, beim Pflegestützpunkt, bei der Wohn-Pflege-Aufsicht (siehe „Erste Anlaufstellen", Seiten 4-5) sowie unter folgendem Link:

**LITERATURTIPP!**

**Betreutes Wohnen in Hamburg –
Ein Ratgeber für Seniorinnen und Senioren**

*www.hamburg.de/pflege/veroeffentlichungen/116612/betreutes-wohnen.html*

## Servicewohnanlagen

### Barmbek-Nord

Seniorenwohnanlagen
der Heinrich und Caroline Köster Testament-Stiftung
Meisenstraße 25, 22305 Hamburg ☎ 69 70 62-0
Amalie-Dietrich-Stieg 2, 22305 Hamburg ☎ 69 70 62-0
*www.koester-stiftung.de*

### Dulsberg

Seniorenwohnanlage Kiefhörn
der Vereinigten Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft eG
Kiefhörn 1-3, 22049 Hamburg ☎ 6 96 80 20 00
*kiefhoern@vhw-hamburg.de*

### Eppendorf

Stiftung Anscharhöhe
Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg ☎ 46 69-0
*info@anscharhoehe.de*
*www.anscharhoehe.de*
↳ Emilienstift
Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg ☎ 46 69-6 79
↳ Emmaus I
Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg ☎ 46 69-6 79
↳ Nedderfeld
Nedderfeld 110 a-h, 22529 Hamburg ☎ 30 70 77 05
Verwaltung für Nedderfeld:
Klimek & Co. Grundstücksverwaltungen GmbH
Simon-von-Utrecht-Straße 33
20359 Hamburg ☎ 30 70 77 05

Ratgeber für Ihre persönlichen Immobilienfragen in hanseatischer Tradition.

ANDREA DIECKMANN
Wohnimmobilien
T 040/414095-32

GUSTAFSEN & CO®
IMMOBILIEN · GEGRÜNDET 1931
Hochallee 2 · 20149 Hamburg

PHILIP WEX
Anlageimmobilien
T 040/414095-41

zapf umzüge®
Internationale Umzugsfachspedition
• Unverbindliche Beratung • Beiladungen • Lagerservice
• Nah – Fern – Übersee • Kartonverkauf
Tel. 040 - 8533390
Fax 040 – 8515150 • E-Mail: hamburg@zapf.de • www.zapf.de
AMÖ-Spediteure Die Möbeltransport-Experten


## VATERSTÄDTISCHE STIFTUNG

Mitglied im PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband Hamburg e.V.

J. E. Oppenheim Stift

### Eppendorf

Im Herzen von Eppendorf stehen 171 aufwendig restaurierte und modernisierte Altenwohnungen auf ca. 35.000 m² Grundstück in historischen Gebäuden zur Verfügung. Der nahe gelegene Eppendorfer Park lädt zum Spaziergang ein.

John-R.-Warburg-Stift

### Fuhlsbüttel

Das größte, schönste und modernste Stift wurde 1997 in Fuhlsbüttel eingeweiht. Zum ersten Mal konnten die Vorstellungen von der Gestaltung moderner Altenwohnungen verwirklicht werden. 105 Wohnungen in Fuhlsbüttel, in der Nähe des Alsterwanderweges.

Noch heute prägen das Hamburger Stadtbild Wohnstifte, die in ihrer architektonischen Vielfalt Zeugnisse einer spezifischen Form der städtischen Sozialfürsorge darstellen. Die Tradition dieser Institutionen reicht bis in das Mittelalter zurück. Bis 1914 entstanden insgesamt hundert Wohnstiftungen, die meisten von ihnen in den Jahrzehnten um die Jahrhundertwende.
An dieser Zunahme war maßgeblich die 1849 gegründete Vaterstädtische Stiftung beteiligt, die noch heute mit 10 Wohnstiften und 428 Wohnungen einen kontinuierlichen Beitrag für das Sozialwesen der Stadt leistet, geleitet vom Grundgedanken der Stiftung „älteren, würdigen, in gedrückten Verhältnissen lebenden Angehörigen des hamburgischen Staates, gleich welcher Konfession, angemessene Wohnungen zu gewähren."

Die 1-, 1½- und 2-Zimmer-Wohnungen in Eppendorf und Fuhlsbüttel sind ausgestattet mit Küche, Duschbad/WC, Kabelfernsehen oder Satellitenantenne. Die Wohnungen sind zum größten Teil barrierefrei (behindertenfreundlich), einige sind behindertengerecht mit entsprechenden Küchen- und Bad-Einbauten. Betreuungsvertrag.

**Vaterstädtische Stiftung,**
**Kielortallee 25, 20144 Hamburg, Tel. 45 69 74**
**– werktäglich (außer mittwochs) 8.00-13.00 Uhr**

© nixmedia

Vaterstädtische Stiftung
Kielortallee 25, 20144 Hamburg ☎ 45 69 74
*kontakt@vaterstaedtische-stiftung.de*
*www.vaterstaedtische-stiftung.de*

↳ Alfred und Otto-Beil-Stift
Schedestraße 4, 20251 Hamburg ☎ 47 62 25

↳ Gustav-Kämmerer-Stift
Schedestraße 2, 20251 Hamburg ☎ 47 62 25

↳ John-R.-Warburg-Stift
Kurzer Kamp 6, 20251 Hamburg ☎ 59 52 07

↳ Julius und Ernst Oppenheim-Stift
Frickestraße 26, 20251 Hamburg ☎ 47 62 25

↳ Martin-Brunn-Stift
Frickestraße 24, 20251 Hamburg ☎ 47 62 25

↳ Paul-Wohlwill-Stift
Kurzer Kamp 2, 20251 Hamburg ☎ 59 52 07

## Groß Borstel

Betreutes Wohnen für Senioren Groß Borstel
f & w fördern und wohnen AöR
Borsteler Chaussee 301
22453 Hamburg ☎ 4 28 35-26 55
*www.foerdernundwohnen.de*

Rosenstift
Freimaurerische Senioren-Wohnanlage
Weg beim Jäger 78, 22453 Hamburg ☎ 5 53 53 38
*www.rosenstift.de*

Seniorenwohnanlage
Schwartauer Straße 2-6
22453 Hamburg ☎ 4 26 66 82 00

## Langenhorn

Seniorenwohnanlage Langenhorn
der Vereinigten Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft eG
Dortmunder Straße 19-21
22419 Hamburg ☎ 5 37 59-20 00
*langenhorn@vhw-hamburg.de*

© absolut, www.fotolia.com

© duj Lara Huck

PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST

## Ohlsdorf

Betreutes Wohnen Alsterdorf
der Vereinigten Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft eG
Alsterdorfer Straße 529, 22337 Hamburg ☎ 2 51 51 20

## Uhlenhorst

Altenhof der Ev.-ref. Kirche in Hamburg
Winterhuder Weg 98, 22085 Hamburg ☎ 22 94 11-0
*altenhof@erk-hamburg.de, www.erk-altenhof.de*

Wilhelm und Else Steenbeck-Stiftung
Seniorenwohnhaus
Averhoffstraße 5, 22085 Hamburg ☎ 22 69 55 90

# Wohneinrichtungen I Stationäre Pflegeeinrichtungen: Senioren- und Pflegeheime

Vielleicht ist es Ihnen nicht mehr möglich, in der eigenen Wohnung zu leben, da diese nicht barrierefrei ist, Sie pflegebedürftig sind oder sich nicht mehr selbst versorgen können. In einem Senioren- oder Pflegeheim können Sie ein neues Zuhause finden und in begrenztem Umfang Hilfe erhalten oder auch umfassend betreut oder gepflegt werden. Bei den folgenden Einrichtungen können Sie sich über einen Wohnplatz informieren.

## Alsterdorf

PFLEGEN & WOHNEN ALSTERBERG
Maienweg 145, 22297 Hamburg ☎ 20 22-39 00
*alsterberg@pflegenundwohnen.de*
*www.pflegenundwohnen.de*

Seniorenresidenz Alsterpark
der Vereinigten Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft eG
Rathenaustraße 4-10, 22297 Hamburg ☎ 5 11 27-20 00
*alsterpark@vhw-hamburg.de*
*www.vhw-alsterpark.de*

Diakoniestiftung Alt-Hamburg

## ST. GERTRUD GEMEINDEPFLEGE
## Alten- und Pflegeheim

- Ein Haus in ruhiger und zentraler Lage mit Ein- und Zweipersonenzimmern und Apartments, 25 - 28 qm
- Großzügige Gartenanlage und Außenbereiche auf allen Ebenen
- Qualifizierte und bewohnerorientierte Pflege
- Umfangreiche Betreuungsangebote
- Seniorenmittagstisch für Gäste

Schubertstraße 16 · 22083 Hamburg
Telefon 040/ 227 23 75 - 0 · Fax 040/22 72 37 53
verwaltung@gertrud.diakoniestiftung.de
www.diakoniestiftung.de

*„Eines Tages – ganz unbemerkt – spricht man von seinem Zuhause und meint Epiphanien…“,*

sagte uns einmal eine Bewohnerin.

Und wir im Epiphanienhaus waren uns einig: Das ist das schönste Kompliment, das man uns machen kann! Das Epiphanienhaus verfügt über freundliche, helle Apartments, viele auch mit einem Balkon. Gerne können Sie Ihr Apartment mit Ihren eigenen Möbeln ausstatten und sich so einen Teil Ihrer vertrauten Umgebung erhalten.

Außenansicht Epiphanienhaus

## Das Epiphanienhaus

**Alten- und Pflegeheim der Diakoniestiftung Alt-Hamburg**
Jarrestraße 75 · 22303 Hamburg
Telefon (040) 27 84 45
Telefax (040) 27 84 46 00
verwaltung@epiphanien.diakoniestiftung.de

**Wollen Sie das Epiphanienhaus einmal persönlich kennenlernen?**
Besuchen Sie uns in unserer Informationsstunde:
mittwochs 10.00 - 11.00 Uhr und donnerstags 17.00 - 18.00 Uhr.
Unser Heimbeirat führt Sie gerne durchs Haus und auch für ein persönliches Gespräch haben wir Zeit.

Diakoniestiftung Alt-Hamburg

## SENIORENHAUS MATTHÄUS
## Alten- und Pflegeheim

Das Seniorenhaus Matthäus befindet sich im Stadtteil Winterhude direkt an der Alsterkehre zum Rondeel und zum Leinpfad.

- Bewohnerorientierte Pflege
- Umfangreiche Betreuungsangebote
- 113 Einzelzimmer, 3 Doppelzimmer

Maria-Louisen-Straße 30 · 22301 Hamburg
Tel. 040/468 53-0 · Fax 040/468 53-599
www.diakoniestiftung.de

www.ahdh.de

**HESSE DIEDERICHSEN**
HEIM

## Ein Herz
## muss Hände haben

**Ein neues Zuhause für ältere, pflegebedürftige Menschen:**

- Pflege in freundlichen Einzel- und Doppelzimmern
- Vollverpflegung, auch Diätkost
- Umfangreiche soziale Betreuung
- Vielseitiges kulturelles Angebot

**Bitte fordern Sie unseren Hausprospekt an!**

Kurzzeitpflege möglich

**Hesse Diederichsen Heim**
**Lämmersieth 75**
**22305 Hamburg (Barmbek)**
**Tel. 040 61 18 41-0**

© inixmedia

## Barmbek-Nord

**Hesse Diederichsen Heim**
Lämmersieth 75, 22305 Hamburg ☎ 61 18 41-0
*info@hesse-diederichsen-heim.de, www.ahdh.de*

**Integra Seniorenpflegezentrum Hamburg-Barmbek**
Andreas-Knack-Ring 2, 22307 Hamburg ☎ 80 60 07-0
*hamburg-barmbek@integra-sw.de*
*www.integra-seniorenimmobilien.de*

**KerVita Senioren-Zentrum „Am Osterbekkanal"**
Lämmersieth 14, 22305 Hamburg ☎ 42 10 47-0
*amosterbekkanal@kervita.de*
*www.kervita.de*

## Barmbek-Süd

**St. Gertrud Gemeindepflege**
der Diakoniestiftung Alt-Hamburg
Schubertstraße 16, 22083 Hamburg ☎ 2 27 23 75-0
*www.gertrud.diakoniestiftung.de*

PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST

## Dulsberg

**Seniorenwohnanlage Kiefhörn**
der Vereinigten Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft eG
Kiefhörn 1-3, 22049 Hamburg ☎ 6 96 80-20 00
*kiefhoern@vhw-hamburg.de*

**Sozialwerk Heimstätte Eden e. V.**
Bostelreihe 9, 22083 Hamburg ☎ 22 71 97-40

## Eppendorf

**Altenheim Kalbus**
Goernestraße 31, 20249 Hamburg ☎ 48 69 05

**ELIM Seniorencentrum Eppendorf**
Frickestraße 22, 20251 Hamburg ☎ 46 06 34-0
*kus@fegn.de, www.fegn.de*

## KURZZEITPFLEGE

Die meisten vollstationären Pflegeeinrichtungen bieten auch die Möglichkeit einer Kurzzeitpflege (max. 28 Tage) an. Diese kann z. B. nach einem Krankenhausaufenthalt nötig sein und wirkt darauf hin, die Selbstständigkeit der zu pflegenden Person individuell zu fördern, um die baldige Rückkehr in die eigene Wohnung zu ermöglichen.

Die Pflegekassen unterstützen diese Behandlung durch einen Kostenbeitrag. Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse, bei der Bezirklichen Seniorenberatung und beim Pflegestützpunkt (siehe „Erste Anlaufstellen", Seite 4).

**Stiftung Anscharhöhe**
Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg ☎ 46 69-0
*info@anscharhoehe.de*
*www.anscharhoehe.de*

## Fuhlsbüttel

**Generationenhaus Rommerskirchen GbR**
Alsterkrugchaussee 614, 22335 Hamburg ☎ 51 20 88-0
*info@rommerskirchen-gbr.de*
*www.rommerskirchen-gbr.de*

**Pflegezentrum Alsterberg**
Suhrenkamp 40, 22335 Hamburg ☎ 20 22-39 00

## Hohenfelde

**AMARITA Hamburg-Mitte**
Angerstraße 20-22, 22087 Hamburg ☎ 55 50 02-98
*info@marseille-kliniken.com, www.amarita-hamburg.de*

## Langenhorn

**Altenzentrum Ansgar** der Diakoniestiftung Alt-Hamburg
Reekamp 49-51, 22415 Hamburg ☎ 53 04 74-0
*grunwald@ansgar.diakoniestiftung.de*
*www.ansgar.diakoniestiftung.de*

**Seniorenwohnanlage Langenhorn**
der Vereinigten Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft eG
Dortmunder Straße 19-21
22419 Hamburg ☎ 5 37 59-20 00
*langenhorn@vhw-hamburg.de*

**Seniorenzentrum Röweland**
Röweland 6 a, 22419 Hamburg ☎ 53 04 65-0
*info@roeweland.de*
*www.roeweland.de*

# FRANK WAGNER HOLDING
## Seniorenpflegedomizile in Hamburg

★ Komfortable 1- & 2-Bett-Appartements ★ Zahlreiche Aufenthaltsmöglichkeiten wie Wohnzimmer, Therapieräume, Gärten, Terrassen, etc. ★ Alle Mahlzeiten werden in eigenen Küchen frisch zubereitet ★ Zahlreiche Therapie- und Beschäftigungsangebote ★ Überdurchschnittlich viele Fachkräfte pflegen "rund um die Uhr" ★ Bezug von Sozialhilfe ggf. möglich ★ Kurzzeitpflege und Probewohnen ist möglich

HAUS ALSTERTAL in Klein Borstel
HAUS BIRKENGRUND in Rahlstedt
HAUS VOLKSDORF in Volksdorf
ALSTERDOMIZIL in Wellingsbüttel
HAUS FRÖHLICH in Bergstedt

Rufen Sie uns an oder besuchen Sie uns, wir freuen uns auf Sie!

Telefon 040-970 70 970
www.fw-holding.de



# Altenzentrum Ansgar
– Diakoniestiftung Alt-Hamburg –
## Alten- und Pflegeheim

– Kompetente und individuelle Pflege und Betreuung in privater Atmosphäre –
Interessiert? Nehmen Sie mit uns Kontakt auf.
Wir freuen uns auf Sie!

Reekamp 49-51 • 22415 Hamburg-Langenhorn
Telefon 040/530474-0 • www.ansgar.diakoniestiftung.de

Im Mittelpunkt
unseres Handelns steht der
ältere pflegebedürftige Mensch.

INTEGRA

Integra Seniorenpflegezentrum
Hamburg-Barmbek

Die richtige Adresse für
professionelle Pflege und Betreuung
in Hamburg-Barmbek.

040 - 806 007 - 0

Andreas-Knack-Ring 2
*Höhe Rübenkamp 148 im Quartier 21*
22307 Hamburg

www.integra-seniorenimmobilien.de


© nixmedia

## Ohlsdorf

**Alsterdomizil**
Seniorenpflegedomizil der FRANK WAGNER HOLDING
Hanseatische Management GmbH
Wellingsbütteler Weg 71
22391 Hamburg ☎ 9 70 70-0
*info@alsterdomizil.de*
*www.fw-holding.de*

**Haus Alstertal**
Seniorenpflegedomizil der FRANK WAGNER HOLDING
Hanseatische Management GmbH
Wellingsbütteler Landstraße 217-221
22337 Hamburg ☎ 5 07 15-0
*kontakt@haus-alstertal.de*
*www.fw-holding.de*

© Gerd Altmann, www.pixelio.de

Beratung und Hilfe für Menschen mit Demenz: *www.hamburg.de/demenz*

## Uhlenhorst

**Altenhof der Ev.-ref. Kirche in Hamburg**
Winterhuder Weg 98, 22085 Hamburg ☎ 22 94 11-0
*altenhof@erk-hamburg.de, www.erk-altenhof.de*

**PFLEGEN & WOHNEN FINKENAU**
Finkenau 11, 22081 Hamburg ☎ 20 22-34 45
*finkenau@pflegenundwohnen.de*
*www.pflegenundwohnen.de*

**PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST**
Heinrich-Hertz-Straße 90
22085 Hamburg ☎ 20 22-43 05
*uhlenhorst@pflegenundwohnen.de*
*www.pflegenundwohnen.de*

**Seniorenresidenz Uhlenhorst**
Herbert-Weichmann-Straße 62
22085 Hamburg ☎ 22 10 37
*srulapanske@aol.com*
*www.seniorenresidenz-uhlenhorst.de*

## Winterhude

**Epiphanienhaus** der Diakoniestiftung Alt-Hamburg
Jarrestraße 75, 22303 Hamburg ☎ 27 84 45
*www.epiphanien.diakoniestiftung.de*

**Haus Winterhude**
Zentrale Stubbenhof Betriebs GmbH
Willistraße 1, 22299 Hamburg ☎ 4 80 24 92
*winterhude@stubbenhof.de, www.stubbenhof.de*

**Seniorenhaus Matthäus**
der Diakoniestiftung Alt-Hamburg
Maria-Louisen-Straße 30, 22301 Hamburg ☎ 4 68 53-0
*www.matthaeus.diakoniestiftung.de*

Einrichtungen, die **Tagespflege** anbieten, ein teilstationäres Pflege- und Betreuungsangebot, finden Sie bei den Dienstleistungen und Assistenzen auf Seite 45.

# Wohngemeinschaften

Eine weitere Wohnmöglichkeit, auch für pflege- und assistenzbedürftige ältere Menschen, sind Wohngemeinschaften, in denen mithilfe ambulanter oder auch stationärer Betreuung und Dienste ein weitestgehend selbstständiges und selbstbestimmtes Leben möglich ist.

Einen Überblick über bestehende und geplante ambulant und stationär betreute Wohn-Pflege-Gemeinschaften sowie weitere Informationen erhalten Sie bei der

**Hamburger Koordinationsstelle für Wohn-Pflege-Gemeinschaften**
(Träger:
STATTBAU HAMBURG Stadtentwicklungsgesellschaft mbH)
Sternstraße 106, 20357 Hamburg ☎ 43 29 42 23
*koordinationsstelle@stattbau-hamburg.de*
*www.stattbau-hamburg.de*

## Für Menschen mit Demenz

**Wohngemeinschaft Bärenhof**
Bärenhof 3, 22419 Hamburg ☎ 41 30 42 90

**Wohngemeinschaft Erdkampsweg**
Erdkampsweg 122, 22335 Hamburg ☎ 57 14 59 90

**Wohngemeinschaft Haus am Kanal**
Krausestraße 23, 22049 Hamburg ☎ 63 64 47 34

## Für psychisch kranke, pflegebedürftige ältere Menschen

**Stiftung Freundeskreis Ochsenzoll**
Fuhlsbütteler Damm 83-85
22335 Hamburg ☎ 53 32 28 14 17

STARKER PARTNER DER Deutsche Seniorenliga e.V.

BERGER 1A IMMOBILIEN

SEIT ÜBER 35 JAHREN

☑ ÜBER 35 JAHRE ERFAHRUNG IM NORDEN
☑ HANSEATISCH UND ZUVERLÄSSIG
☑ KOSTENLOSE BEWERTUNG IHRER IMMOBILIE

...LASSEN SIE SICH BERATEN!

Berger 1A Immobilien · Bahrenfelder Straße 57 · 22765 Hamburg
040/55 44 022 80 · info@berger-1a.de · www.berger-1a.de

IMMOBILIEN SERVICE ZIMMERMANN
WILHELM ZIMMERMANN

Hausverkauf im Alter???

Seminare für interessierte Immobilieneigentümer

Weitere Informationen, aktuelle Termine und Anmeldung für kostenlose Teilnahme telefonisch oder unter www.zimmermann-aktuell.de. Bei konkreten Verkaufs- oder Vermietungsüberlegungen beraten wir Sie gern in einem persönlichen Gespräch.

Frahmredder 7 in 22393 Hamburg
Telefon: 040- 600 10 600
www.zimmermann-ivd.de

**Wertschätzung in jeder Hinsicht**

Sicherheit, Geborgenheit, Zufriedenheit - all das verbindet man mit „Zu-Hause-sein". Kein Wunder, dass man sich nur schwer davon trennen kann, nur schwer ein neues findet. Wir wissen das und möchten es daher für Sie leichter machen, Ihr Haus oder Ihre Wohnung zu verkaufen oder zu kaufen. Lernen wir uns kennen.
Sein Zuhause vertraut man schließlich nicht jedem an.

*Wir freuen uns auf Ihren Anruf!*

*Sabine Hempel*

*Wolfgang Sattler*

*Andrea Spreckels*

ImmobilienHaus Hamburg

Alsterdorfer Straße 81
22299 Hamburg
Tel.: 040 - 49 29 59 66
www.immobilienhaus-hamburg.de

## Betreutes Wohnen für Senioren – Behaglichkeit in Hamburg-Groß Borstel

Bei uns bewahren Sie Ihre Selbstständigkeit und wohnen gut betreut, denn ein freundliches Mitarbeiterteam steht Ihnen mit Rat und Tat zur Seite. In einem denkmalgeschützten Schumacher-Bau voller Atmosphäre bieten wir 159 Ein- und Zwei-Zimmer-Wohnungen für Alleinstehende und Paare an (Wohnberechtigungsschein erforderlich). Zur Ausstattung gehören eine separate Küchenzeile, ein modernes Duschbad und ein Hausnotrufsystem. Im Haus befinden sich Friseur, Fußpflege und Physiotherapie, ein Kiosk und ein Café mit schöner Sonnenterrasse.

**Wir bieten Ihnen Serviceleistungen, wie z. B.**
• Sozialpädagogische Beratung • ein vielfältiges Freizeitangebot, das Sie aktiv mit gestalten können • Vermittlung von Dienstleistungen • Probewohnen und Gästewohnung.

Der **Betreuungsvertrag**, den Sie in Verbindung mit Ihrem Mietvertrag abschließen, garantiert Ihnen bei Bedarf Beratung, Unterstützung und Hilfestellung durch unser fachkompetentes Mitarbeiterteam. Seit 2012 gilt für unser Dienstleistungsangebot sowie für die Ausstattung unserer Betreuten Wohnanlagen für Senioren in Groß-Borstel und Altona das Zertifikat Betreutes Wohnen „DIN geprüft" gemäß DIN 77800.

fördern wohnen

**Kontakt:**
f & w Betreutes Wohnen für Senioren
Borsteler Chaussee 301 · 22453 Hamburg · Leitung: Sabine Nusser
Telefon (0 40) 4 28 35 - 26 55 · E-Mail: mietwohnen.hamburg@foerdernundwohnen.de · www.foerdernundwohnen.de

DIN Geprüft

© inixmedia

# Dienstleistungen und Assistenzen

© Gerd Altmann, www.pixelio.de

## Ambulante Pflegedienste

Wer im eigenen Zuhause lebt und pflegebedürftig wird oder auf zusätzliche Hilfe angewiesen ist, kann Unterstützung von einem Ambulanten Pflegedienst erhalten. Die Ambulanten Pflegedienste helfen bei der Körperpflege, bei täglichen Verrichtungen im Haushalt oder bei der Einnahme von Medikamenten. Neben ambulanten Pflege- und Betreuungsleistungen kann auch Häusliche Krankenpflege durchgeführt werden.

Über die Finanzierung, den Umfang und die Qualität der Pflegeleistungen können Sie sich am besten bei Ihrer Pflegekasse, den Pflegediensten sowie der Bezirklichen Seniorenberatung und dem Pflegestützpunkt informieren (siehe „Erste Anlaufstellen", Seite 4).

© Bücherhallen Medienprojekte gGmbH

Einen Hinweis auf den Medienlieferservice der Bücherhallen finden Sie auf Seite 13.

**AAK Ambulante Alten- und Krankenpflege**
Heike Clococeanu
Erikastraße 77, 20251 Hamburg ☎ 48 18 48
*heike.loco@t-online.de, www.aak-hamburg.de*

**A.H.B. Ambulante Hausbetreuung**
Elisabeth Reinholtz GmbH
Geschwister-Scholl-Straße 67
20251 Hamburg ☎ 46 07 02 01
*info@ahbhamburg.de*
*www.ahb-hamburg.de*

**AIP Ambulante IntensivPflege GmbH**
Geibelstraße 56, 22303 Hamburg ☎ 63 60 98 85
*mail@aip-intensivpflege.de*
*www.aip-intensivpflege.de*

**AKS**
**Ambulante Kranken- und Seniorenbetreuung GmbH**
Ratsmühlendamm 33
22335 Hamburg ☎ 61 35 66

**Aktiv Pflege**
Ambulanter Pflegedienst Netzeband
Foorthkamp 7, 22419 Hamburg ☎ 53 04 85 15
*aktivpflege@aol.com*
*www.aktiv-pflege.de*

**Ambulante Krankenpflege Angela Greizer**
Langenhorner Chaussee 163
22415 Hamburg ☎ 53 05 04 70
*info@krankenpflege-greizer.de*
*www.krankenpflege-greizer.de*

**Ambulante Krankenpflege Reimers & Muroni GbR**
Erdkampsweg 3+7
22335 Hamburg ☎ 5 00 72 14
*ambulante-pflege@freenet.de*
*www.hamburger-krankenpflege.de*

**Ambulante Krankenpflege Simone Schubert**
Jarrestraße 90-92, 22303 Hamburg ☎ 69 79 35 68
*info@akss-hamburg.de*
*www.akss-hamburg.de*

**Ambulante Pflege APS**
Großheidestraße 34, 22303 Hamburg ☎ 2 79 98 73

**Ambulante Senioren- und Krankenpflege Joan Knackstedt**
Diekmoorweg 12 a, 22419 Hamburg ☎ 5 20 84 88

**Ambulanter Alten- und Hospizpflegedienst der Ev.-ref. Kirche in Hamburg**
Winterhuder Weg 106
22085 Hamburg ☎ 22 94 11-22
*amb-dienst@erk-hamburg.de*
*www.ambulanter-pflegedienst-hamburg.de*

**Ambulanter Betreuungsdienst A. Düwel**
Krohnskamp 13, 22301 Hamburg ☎ 51 92 46
*info@ambulanter-betreuungsdienst-duewel.de*
*www.ambulanter-betreuungsdienst-duewel.de*

**Ambulanter Pflegedienst Heinrich und Caroline Köster Testament-Stiftung**
Meisenstraße 25, 22305 Hamburg ☎ 69 70 62-0
*info@koester-stiftung.de*
*www.koester-stiftung.de*

**Ambulanter Pflegedienst Ideal**
Pestalozzistraße 29
22305 Hamburg ☎ 7 30 27 74

## Seniorenservice in Langenhorn

VERBANDSHAUS HAMBURG

**Wir begleiten Sie gerne und kostenlos auf Ihren täglichen Wegen!**

- bei Ihren Einkäufen und individuellen Erledigungen
- zu Terminen beim Arzt oder med. Anwendungen
- auf Ihren Wegen zu Behörden, Post und Bank u. v. m.

**Telefon (040) 53 88 97 33**
**Montag-Freitag 9.00-17.00 Uhr**

## Ambulante Senioren- und Krankenpflege

Joan Knackstedt
Dipl. Krankenschwester

Notruf 01 71/5 27 32 79

Diekmoorweg 12 a
22419 Hamburg

Telefon 0 40-5 20 84 88
Fax 0 40-5 20 44 56

## Theodor Fliedner Haus

Evangelisches Seniorenwohn- und Pflegezentrum Hamburg Bramfeld
Träger: +) Diakonie und Bildung des Evangelisch-Lutherischen Kirchenkreises Hamburg-Ost

- **qualifizierte stationäre Pflege**
- **stationäre Dementenbetreuung**
- **helle, große Zimmer**
- **seelsorgerische Angebote**
- **Kurzzeitpflege, Probewohnen**
- **Notaufnahmen**
- **umfangreiches Freizeitangebot**

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Berner Chaussee 37-41 · 22175 Hamburg · Telefon (040) 6 460 450
E-Mail: info@tfh-hamburg.de · www.tfh-hamburg.de

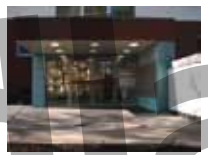
*Wir arbeiten nach den Vorgaben des Handbuches Diakoniesiegel Pflege*

## mensch raum • vision

Wir vermieten, verkaufen und verwalten Wohnqualität. Immobilienkompetenz seit 1949.

**meravis**
**Wohnungsbau- und Immobilien GmbH & Co. KG**

**ab 19. November in der**
Katharinenstraße 13
20457 Hamburg
Tel.: 040 / 35 915 – 0
www.meravis.de



Hannover | Hamburg | Düsseldorf

meravis
mensch • raum • vision

© inixmedia

© Rainer Sturm, www.pixelio.de

**Ambulanter Pflegedienst Kölschbach/Weiss GmbH**
Heitmannstraße 72, 22083 Hamburg ☎ 2 28 00 50
*hamburger-pflege@email.de*
*www.hamburger-pflege.de*

**Ambulantes Pflegeteam Hamburg GmbH**
Probsteier Straße 18, 22049 Hamburg ☎ 67 04 95 92
*info@ambulant-team.de*
*www.ambulant-team.de*

**APTK Ambulante Pflege Team Krugmann GmbH**
Papenreye 53, 22453 Hamburg ☎ 41 26 39 70
*aptk@gmx.net*
*www.aptk-pflege.de*

**Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)**
*www.asb-hamburg.de/senioren*

↳ **ASB-Sozialstation Barmbek-Süd**
Hamburger Straße 200, 20081 Hamburg ☎ 29 17 09

↳ **ASB-Sozialstation Dulsberg**
Dithmarscher Straße 32, 22049 Hamburg ☎ 68 71 92

↳ **ASB-Sozialstation Eimsbüttel/Eppendorf**
Langenfelder Damm 61, 22525 Hamburg ☎ 4 80 03 40

↳ **ASB-Sozialstation Nord**
Langenhorner Markt 9 (Bücherturm, 2. OG)
22415 Hamburg ☎ 52 73 38 73

**AWO Sozialstation Eimsbüttel gGmbH**
Beratungsbüro Barmbek
Habichtsplatz 3, 22307 Hamburg ☎ 43 17 00-0
*pflege@awo-hamburg.de*

**bodelschwingh Ambulante Pflege Diakoniestation**
Forsmannstraße 19, 20303 Hamburg ☎ 2 79 41 41
*www.bodelschwingh.com*

**Curatio Pflegedienst GmbH**
Elsässer Straße 26, 22049 Hamburg ☎ 61 16 14-0
*info@curatio-pflegedienst.de*
*www.curatio-pflegedienst.de*

**Curitana Häusliche Gesundheitspflege & Beratung**
Arne Nielsen
Stückenstraße 60, 22081 Hamburg ☎ 5 55 65 80
*info@curitana.de*
*www.curitana.de*

**„Dialog" GmbH Ambulanter Pflegedienst**
Barmbeker Markt 31, 22081 Hamburg ☎ 57 00 39 68
*info@dialog-pflegedienst.de*
*www.dialog-pflegedienst.de*
Nur russischsprachige Patienten!

**Die Alternative Pflegedienst**
Schleidenstraße 6, 22083 Hamburg ☎ 6 42 61 32
*diealternative@aol.com*

**Die Club 68 Helfer e. V.**
Alsterdorfer Markt 6, 22297 Hamburg ☎ 55 50 16 60
*kontakt@club68helfer.de*
*www.club68helfer.de*

**Doris Böttcher**
**ambulante Alten- und Krankenpflege GbR**
Hamburger Straße 181 a
22083 Hamburg ☎ 69 70 25 27
*info@pflegedienstdb.de*
*www.pflegedienstdb.de*

**Doris Schwahn Hauskrankenpflege**
Hartzlohplatz 9-11, 22307 Hamburg ☎ 6 32 59 42
*www.dorisschwahn.de*

**Eppendorfer Pflegeteam**
Hanna Helmer
Lehmweg 58, 20251 Hamburg ☎ 4 80 13 45
*hanna.helmer@t-online.de*
*www.eppendorfer-pflegeteam.de*

**FSK Fuhlsbütteler Stadtteilkrankenpflege GmbH**
Erdkampsweg 73, 22335 Hamburg ☎ 50 33 22
*info@fsk-pflege.de, www.fsk-pflege.de*

© Gerda Mahmens, www.pixelio.de
Pflegeübung

Seit 1996 können sich unsere Kunden individuell und vor allem menschlich und fachlich gut betreut fühlen.

individuell & zuverlässig

**Ritter**
Krankenpflegedienst

Krankenpflegedienst Ritter
Alsterdorfer Straße 268 | 22297 Hamburg
Telefon (040) 410 84 68 | www.ritter-pflege.de

---

medizinisch pflegen
+ häuslich helfen

**maike hansen gmbh**

+ examinierte Krankenschwester
fachschwester für
intensivmedizin und Anaesthesie
dipl.-sozialökonomin
dipl.-betriebswirtin
Pflegeberaterin

winterhuder weg 63
22085 hamburg
Tel. 040/22944665
Tel. 040/22716134
info@maike-hansen.de
www.maike-hansen.de

*Ziel unserer Arbeit ist, Ihre Gesundheit und Ihre Lebensqualität zu verbessern!*

**>> Arbeit von Mensch zu Mensch <<**

*Was immer wir für Ihre Gesundheit tun können - an erster Stelle steht für uns:*

**>> Wir lassen Sie nicht allein! <<**

---

**CURATIO PFLEGEDIENST** GMBH

**Elsässer Straße 26 · 22049 Hamburg**
**Telefon: 040 / 611 614 - 0**
**Internet: www.Curatio-Pflegedienst.de**

Die Curatio Pflegedienst GmbH ist in Hamburg seit 1993 erfolgreich in der ambulanten Seniorenbetreuung und Krankenpflege tätig und betreut mit viel Erfahrung, Kompetenz und Herz ihre Patienten und deren Angehörige. Den Curatio Pflegedienst und seine Pflegekräfte zeichnen Kontinuität, Qualität und einfühlsame Pflege aus.

Sie sind pflegebedürftig oder brauchen Unterstützung bei der Bewältigung der Aufgaben des Alltags? Sie benötigen eine Nachversorgung nach einem Krankenhausaufenthalt? Sie möchten sich als Angehöriger informieren?

---

## Bei uns können Sie in Sicherheit sorglos leben!

**Zu unseren Leistungen zählen:**

- Großzügige und komfortable Einzel- und Zweibettzimmer mit eigenem Bad
- Gemütliche Cafeteria
- Sechs schmackhafte Mahlzeiten täglich
- Urlaubs- und Kurzzeitpflege
- Pflege für Demenzkranke im beschützten Bereich

**Für Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.**
**Wir freuen uns auf Ihren Besuch!**

**Senioren-Zentrum „Am Osterbekkanal“**
Lämmersieth 14, 22305 Hamburg
Tel.: 040/421047-0
E-Mail: AmOsterbekkanal@kervita.de

**www.kervita.de**

KerVita
Mit Sicherheit sorglos leben

---

© inixmedia

**HAMBURGISCHE BRÜCKE**
Gesellschaft für private Sozialarbeit e. V.
↳ **Pflegedienst Fuhlsbüttel-Langenhorn**
Ratsmühlendamm 11, 22335 Hamburg ☎ 50 05 31 11
*pfl-fl@hamburgische-bruecke.de*
↳ **Sozialstation Eppendorf**
Martinistraße 29, 20251 Hamburg ☎ 46 20 22
*soz-epp@hamburgische-bruecke.de*
↳ **Sozialstation Wandsbek-Barmbek**
Hellbrookkamp 58, 22177 Hamburg ☎ 6 91 18 42
*soz-wb@hamburgische-bruecke.de*

© Bernd Sterzl, www.pixelio.de
Winterhuder Kai

**HAP Hanse Ambulanter Pflegedienst GmbH**
Bramfelder Chausee 29-31
22177 Hamburg ☎ 63 66 97 60
*info@hanse-pflegedienst.de, www.hanse-pflegedienst.de*

**Hauskrankenpflege Hellbrook**
Am Ohlmoorgraben 16, 22415 Hamburg ☎ 5 31 98 08

**Häusliche Alten- & Krankenpflege Dogan GmbH**
Mühlendamm 5
22087 Hamburg ☎ 22 69 91 10, ☎ 01 72/4 32 23 26
*info@dogan-pflege.de, www.dogan-pflege.de*

**Häusliche Kranken- und Altenpflege mit Herz**
Krausestraße 2, 22049 Hamburg ☎ 61 65 82
*info@pflege-kohnen.de*
*www.pflege-kohnen.de*

**Häusliche Krankenpflege Jörg Schluchtmann**
Tangstedter Landstraße 234 a
22417 Hamburg ☎ 5 20 70 51, ☎ 01 72/4 24 33 43
*schluchtmann@arcor.de*
*www.krankenpflege-hamburg.de*

**Häuslicher Kranken- und psychiatrischer Pflegedienst Hahne GmbH**
Am Ochsenzoll 8, 22417 Hamburg ☎ 5 26 42 38

**HDH –**
**HILFE DAHEIM Häusliche Pflegegemeinschaft GmbH**
Fuhlsbüttler Straße 324, 22307 Hamburg ☎ 6 39 07 00
*info@hilfedaheim.de, www.hilfedaheim.de*

**HGB Hauskrankenpflege Groß Borstel GmbH**
Borsteler Chaussee 154, 22453 Hamburg ☎ 5 53 67 82
*info@hgb-pflege.de, www.hgb-pflege.de*

**Initiative Häusliche Krankenpflege Nord GmbH**
Fuhlsbüttler Straße 425, 22309 Hamburg ☎ 6 32 33 32
*www.ihk-pflegedienst.de*

**Interkultureller Pflegedienst GmbH**
Bramfelder Chaussee 1 (EKZ Zebra, 1. OG)
22177 Hamburg ☎ 64 22 07 40
*info@interkultureller-pflegedienst.de*
*www.interkultureller-pflegedienst.de*

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**
Regionalverband Hamburg e. V.
Helbingstraße 47, 22047 Hamburg ☎ 6 50 54-0
*www.johanniter.de*

**Krankenpflegedienst Ritter**
Alsterdorfer Straße 268
22297 Hamburg ☎ 4 10 84 68
*info@ritter-pflege.de, www.ritter-pflege.de*

**Lebensabend-Bewegung Hamburg gGmbH (LAB)**
Eidelstedter Weg 22, 20255 Hamburg ☎ 6 36 84 00
*info@pflegedienst-hamburg.de*

**maike hansen gmbh**
medizinisch pflegen + häuslich helfen
Winterhuder Weg 63
22085 Hamburg ☎ 22 94 46 65, ☎ 22 71 61 34
*info@maike-hansen.de, www.maike-hansen.de*

**MCH MediCareHome GmbH**
Gehlengraben 2
22415 Hamburg ☎ 32 59 06 27, ☎ 01 73/6 44 01 86
*info@mch-medicarehome.de, www.mch-medicarehome.de*

**MEDIRAN Pflegedienst GmbH & Co. KG**
Martinistraße 27-28, 20251 Hamburg ☎ 46 07 11 60

**Kostenfreier Seniorenservice im Bezirk Nord**
- Anzeige -
Seit Januar 2012 gibt es den Seniorenservice im Bezirk Nord, der von älteren Menschen montags bis freitags (9.00-17.00 Uhr) kostenfrei genutzt werden kann. Ein Team von Mitarbeitern/innen unterstützt Senioren/innen bei den verschiedensten Dingen des täglichen Lebens, wie die Begleitung beim Einkauf, bei Behördengängen, zu Arztterminen, zum Friseur oder beim Gang zur Post. Beliebt ist neben einem Spaziergang auch die Freizeitgestaltung durch gemeinsames Spielen oder Vorlesen. Interessierte Senioren/innen können unter der Telefonnummer 040/53 88 97 33 einen Termin mit unserem Büroteam vereinbaren. Die angebotene Dienstleistung umfasst keine pflegerischen oder haushaltsnahen Tätigkeiten.


**miCura Pflegedienste Hamburg GmbH**
Neubergerweg 233, 22419 Hamburg ☎ 53 20 30 90
*hamburg@micura.de, www.micura.de*

**Mobile Seniorenbetreuung und Krankenpflege**
Rehmstraße 5, 22299 Hamburg ☎ 48 20 14
*info@mobile-sen.de, www.mobile-sen.de*

STAMBULA
☎ 2000 1111

**Fahrservice**
für Senioren und Rollstühle

*Arztfahrten, Tagesstätten, Theater, Verwandtenbesuch*

Abrechnung mit Krankenkassen

**Reisebusse**
für Rollstuhlbeförderung

*Ausflüge, Tagesfahrten, Ferien, Seniorengruppen*

Individuelle Reiseprogramme

www.stambula.de

**Treffpunkt Volkshochschule:** Direkt gegenüber dem Barmbeker Bahnhof, auf drei Etagen über der Bücherhalle, laden 12 freundliche, erwachsenengerechte Unterrichtsräume zur Weiterbildung ein. Mit den Nachbarn Museum der Arbeit, Zinnschmelze, Bücherhalle und Globetrotter nutzt die VHS Nord diesen attraktiven Standort für gemeinsame Kultur-, Bildungs- und Freizeitvergnügen, z. B. für Sommerfeste oder Veranstaltungsreihen wie die Barmbeker Hofkultur. Aber nicht nur in Barmbek: An 30 weiteren Unterrichtsorten im Bezirk Nord treffen Sie auf interessierte Menschen und vielfältige VHS-Angebote.

ANZEIGE

**«Sorgen kennen kein Alter. Hilfe auch nicht.»**

In gewohnter Umgebung bleiben. Selbstständigkeit bewahren, solange es geht. Durch qualifizierte ambulante Pflege in mehr als zwölf Stadtteilen helfen wir Ihnen, Lebensqualität und Lebensfreude zu erhalten.

**www.bodelschwingh.com**

bodelschwingh
Ambulante Pflege

**Diakoniestation Ambulante Pflege**
Forsmannstr. 19
20303 Hamburg
Tel. (040) 279 41 41

Im Verbund der Diakonie

**Häusliche Pflege – aber sicher!**

Sie kümmern sich um pflegebedürftige Angehörige – wir kümmern uns um Sie. Passiert bei der häuslichen Pflege ein Unfall, sind Sie bei der Unfallkasse Nord versichert – automatisch und beitragsfrei.

**www.uk-nord.de**

Ambulante Krankenpflege
Reimers & Muroni GbR

Luisella Muroni
*exam. Fachkrankenschwester*

Fred Reimers
*exam. Krankenpfleger*

**Ihnen ist es wichtig, zuverlässig versorgt zu sein.**

Mit unserer aktivierenden Pflege bleiben Sie solange wie möglich zu Hause. Ihr körperliches, sellisches und geistiges Wohlbefinden ist uns wichtig.

Wir arbeiten eng mit Ihrem Arzt des Vertrauens zusammen.

Das freundliche und hilfsbereite Team ist fachlich qualifiziert und langjährig erfahren.

Selbstverständlich sind wir zu jeder Zeit ansprechbar.

Zufriedenheit und Wohlbefinden unserer Patienten und Angehörigen stehen für uns an erster Stelle; wir stehen Ihnen und Ihren Angehörigen beratend zur Seite.

Wünschen Sie unsere professionelle Krankenpflege ... rufen Sie an!

*Wir möchten uns an dieser Stelle herzlich bei unseren Patienten und Mitarbeitern bedanken!*

*Erdkampsweg 3+7*
*22335 Hamburg*
***Tel.: 500 72 14***

**www.hamburger-krankenpflege.de**
*Vertragspartner aller Kassen · Mitglied im ZHP/HPG*

© Albrecht E. Arnold, www.pixelio.de

Dank Ambulanter Pflege sicher und gut umsorgt zu Hause wohnen.

**Optima Ambulante Pflege**
Flachsland 33, 22041 Hamburg ☎ 68 91 23 36
*kontakt@optima-pflege.de, www.optima-pflege.de*

**Optimal GbR**
Bramfelder Chaussee 41, 22177 Hamburg ☎ 27 14 88 47
*info@optimal-pflege.de*
*www.optimal-pflegedienst.de*

**Pflegedienst Christine Heß GmbH**
Dieselstraße 46, 22307 Hamburg ☎ 6 91 93 06
*info@christinehess.de, www.christinehess.de*

**Pflegedienst Hinsch**
Barmbeker Markt 8, 22081 Hamburg ☎ 29 53 02
*info@pflegedienst-hinsch.de*
*www.pflegedienst-hinsch.de*

**Pflegedienst M.I.T. Beratung GmbH**
Hanssensweg 14, 22303 Hamburg ☎ 27 80 85 42

**Pflegedienst PWC Pflegen und Wohlfühlen Care OHG**
Carl-Petersen-Straße 41
20535 Hamburg ☎ 21 90 81 66
*info@pflegenundwohlfuehlen.de*
*www.pflegenundwohlfuehlen.de*

**Pflegedienst „Vier Jahreszeiten" GbR**
Fuhlsbüttler Straße 289, 22307 Hamburg ☎ 67 99 81 42
*kontakt@pflegedienst-vier-jahreszeiten.de*
*www.pflegedienst-vier-jahreszeiten.de*

**Pflegedienst Wirth**
Häusliche Kranken-, Alten- und Behindertenpflege
Langenhorner Chaussee 682
22419 Hamburg ☎ 53 71 74-0
*info@wmb-pflegedienst.de*
*www.wmb-pflegedienst.de*

**Pflegedienstleistungen Kerstin Lübcke GmbH**
Stückenstraße 3, 22081 Hamburg ☎ 29 82 05 15
*info@pflegedienst-luebcke.de*
*www.pflegedienst-luebcke.de*

**PflegeHamburg GmbH**
Schiffbeker Weg 230 b
22119 Hamburg ☎ 68 68 34
*info@pflegehamburg.de, www.pflegehamburg.de*

**RENAFAN Ambulante Pflege Barmbek**
Fuhlsbüttler Straße 181
22307 Hamburg ☎ 61 13 74 00
*barmbek@renafan.de, www.renafan.de*

**Sanare Pflegegesellschaft mbH**
Osterbekstraße 90 c, 22083 Hamburg ☎ 24 31 55
*info@sanare-pflege.de, www.sanare-pflege.de*

**SKB Senioren- und Krankenbetreuung Renate Köster GmbH**
Marschnerstraße 30, 22081 Hamburg ☎ 2 99 10 40

**Stiftung Freundeskreis Ochsenzoll**
Ambulanter Pflegedienst
Gudrun Lamer
Alsterdorfer Straße 570
22337 Hamburg ☎ 53 32 28-14 44
*gudrun.lamer@freundeskreis-ochsenzoll.de*
*www.freundeskreis-ochsenzoll.de/ambulante-pflege*

**Straßburger Pflegedienst GmbH**
Straßburger Straße 44, 22049 Hamburg ☎ 68 74 48
*info@pflege-zuhaus.de, www.pflege-zuhaus.de*

**vhw wohnen im alter Ambulanter Dienst GmbH**
Rathenaustraße 4, 22297 Hamburg ☎ 5 11 27 28 83
*www.vhw-hamburg.de*

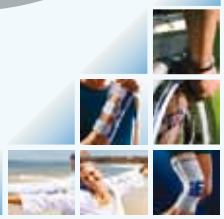
Mit uns läufts besser!

- Rollatoren
- Rollstühle/Elektromobile
- Badhilfen
- Pflegebetten
- Prothesen · Bandagen
- Kompressionsstrümpfe
- Alltagshilfen

www.san-rosenau.de

Sanitätshaus Rosenau GmbH
Orthopädie-Technik • Rollstühle • Reha-Artikel • Medizintechnik

... Helfen ist unser Handwerk



Hamburg:
Ostpreußenplatz 20 ✆ 040 4689939-0
Lesserstraße 180 ✆ 040 69206794
Horner Landstraße 200 ✆ 040 6501739
Kaltenkirchen:
Königstraße 1 ✆ 04191 3950
Bad Bramstedt: im Klinikum
Oskar-Alexander-Straße 26 ✆ 04192 902550

Servicetelefon Hamburg: ✆ 040 4689939-0 www.san-rosenau.de

Gartenstadt-Apotheke

Lesserstraße 162 · 22049 Hamburg
Telefon (040) 6 93 27 40
Telefax (040) 6 93 70 86

Am U-Bahnhof Wandsbek-Gartenstadt
Mo.-Fr. 8.30-18.00 · Sa. 8.30-12.00
Traditionelle Apotheke mit gutem Service
und zuverlässiger Kundenberatung

www.Gartenstadt-Apotheke-Hamburg.de

OPTIK köpke

Für jeden Anlass die passende Brille!

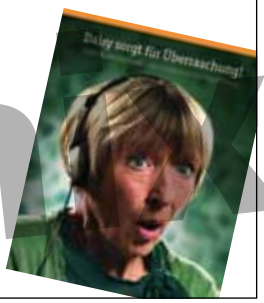
Mit einer zweiten Brille überlassen Sie nichts dem Zufall!

Bei uns sparen Sie jetzt beim Kauf von 2 Brillen
50% auf den Kaufpreis der günstigeren Gläser!*

Erdkampsweg 27, 22335 Hamburg,
Tel: 040/59 56 67
Eppendorfer Landstr. 86, 20249 Hamburg,
Tel: 040/47 58 58

*Das Angebot ist personenbezogen und gilt beim Kauf von 2 Brillen auf den Kaufpreis der günstigeren Gläser mit der gleichen Stärke. Angebote und Aktionen ausgeschlossen.

Norddeutsche Blindenhörbücherei e. V.




Herbert-Weichmann-Str. 44-46
22085 Hamburg
Telefon (040) 22 72 86-0
Telefax (040) 22 72 86-20
info@blindenbuecherei.de
www.blindenbuecherei.de

Deutsches Rotes Kreuz

Wir machen Sie mobil

Wir bieten Menschen jeden Alters unseren zertifizierten Fahrdienst für die Erweiterung Ihrer Mobilität an.
Ob Sie z. B. einen Ausflug planen, zum Arzt oder zur Kur gefahren werden, ein Konzert oder eine Sportveranstaltung besuchen möchten oder einen Bahnhofs- oder Flughafentransfer benötigen, wir bieten Ihnen zuverlässige Fahrdienste nach Ihren Wünschen an. Auch wenn Abhol- oder Zielort nicht behindertengerecht ausgestattet sind, wir finden eine Lösung für Ihr Problem.

Sie erreichen uns unter: 040 - 55420 - 126
www.drk-mediservice.de

DRK Hamburg mediservice gGmbH • Behrmannplatz 3 • 22529 Hamburg

Diakonie pflegt

RZH Reha-Zentrum im Hammonia Bad GmbH

Gesundheit · Bewegung · Vertrauen

- Ambulante muskuloskeletale Rehabilitation
- Krankengymnastik / Physiotherapie
- Bewegungsbad 32°
- Prävention / Gesundheitssport

Lerchenfeld 14 (U3 – Mundsburg) · 22081 Hamburg

Telefon 040/28410 28-0 · Telefax 040/28410 28-20
kontakt@reha-hammonia-bad.de · www.reha-hammonia-bad.de

Gebührenpflichtige Parkplätze direkt hinter dem Haus

## Hospizpflege I Trauerbegleitung

**Ambulanter Alten- und Hospizpflegedienst der Ev.-ref. Kirche in Hamburg**
Winterhuder Weg 106, 22085 Hamburg ☎ 22 94 11-22
*amb-dienst@erk-hamburg.de*
*www.ambulanter-pflegedienst-hamburg.de*

**Beratungsstelle CHARON**
Hilfen im Umgang mit Sterben, Tod und Trauer
Winterhuder Weg 29, 22085 Hamburg ☎ 2 26 30 30-0
*charon@hamburger-gesundheitshilfe.de*
*www.hamburger-gesundheitshilfe.de*

© Ramona Heim, www.pixelio.de

## Tagespflege

Mithilfe der Tagespflege können pflegebedürftige Menschen in der eigenen Wohnung bleiben und tagsüber eine Pflegestätte besuchen. Dieses teilstationäre Pflege- und Betreuungsangebot kann z. B. in Anspruch genommen werden, wenn die häusliche Pflege nicht in ausreichendem Maße sichergestellt ist oder eine Pflegeperson entlastet werden muss. Dies ist auch für einzelne Tage in der Woche möglich. An den Kosten der pflegerischen Aufwendungen beteiligen sich die Pflegekassen abhängig von der festgestellten Pflegestufe. Nähere Informationen erteilen Ihre Pflegekasse, die Bezirkliche Seniorenberatung und der Pflegestützpunkt (siehe „Erste Anlaufstellen“, Seite 4).

**alter + pflege e. V.**
↳ **Tagespflege Barmbek**
Steilshooper Straße 242 b, 22307 Hamburg ☎ 63 20 15-0
Plätze: 30
↳ **Tagespflege Haus am Kanal (Dulsberg)**
Krausestraße 23, 22049 Hamburg ☎ 6 93 96 97
Plätze: 20
↳ **Tagespflege in der Köster-Stiftung**
Amalie-Dietrich-Stieg 2, 22305 Hamburg ☎ 35 73 38 44
Plätze: 18

**Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)**
ASB-Tagespflege Eimsbüttel
Langenfelder Damm 63, 22525 Hamburg ☎ 5 40 67 53
Plätze: 17

**Integra Seniorenpflegezentrum Hamburg-Barmbek**
Andreas-Knack-Ring 2, 22307 Hamburg ☎ 80 60 07-0
Plätze: 15

**Victoria Tagespflege**
Hamburger Straße 178, 22083 Hamburg ☎ 42 90 95 11
Plätze: 25

## Ambulante Hilfen – Unterstützung im Alltag

Wer hilft mir im Haushalt? Ich kann nicht mehr alleine einkaufen und kochen – an wen wende ich mich? Gibt es jemanden, der mich bei Spaziergängen begleiten kann? Eine Vielzahl professioneller und ehrenamtlicher Hilfsdienste setzt mit ihren Dienstleistungen genau hier an.

Mahlzeitendienste, die auch spezielle Bedürfnisse berücksichtigen, Betreuungs-, Besuchs- und Fahrdienste erleichtern das Leben und bieten Unterstützung im Alltag. Zahlreiche Friseure, Fußpfleger und Physiotherapeuten kommen auf Wunsch nach Hause. Und die meisten Supermärkte und Apotheken bieten einen Lieferservice an, der Ihnen das Gewünschte direkt ins Haus bringt.

### Fahrdienste

Viele Verbände der Freien Wohlfahrtspflege bieten auch einen Fahrdienst an. Um Genaueres zu erfahren, wenden Sie sich bitte an die jeweilige Einrichtung (s. Seite 48).

**Blindenmobil**
Kostenloser Fahrdienst und Begleitservice ☎ 01 51/24 19 85 34

**SENIORENBETREUUNG AM FLUGHAFEN**

Die mediservice am Flughafen Hamburg unterstützt und begleitet ältere Menschen auch gerne bei der Flugvorbereitung und beim Gang zum Flieger.

© saschay2k, www.pixelio.de

**DRK Hamburg mediservice gGmbH**
Behrmannplatz 3, 22529 Hamburg ☎ 5 54 20-1 26
*info@drk-mediservice.de, www.drk-mediservice.de*

**Stambula Fahrservice GmbH**
Marschnerstraße 6, 22081 Hamburg ☎ 2000 1111
*www.stambula.de*

... für Hamburg!

## Mit Sicherheit gut umsorgt

• Häusliche Pflege • Hilfen im Haushalt
• Hausnotruf • Tagespflege

**Sozialstation Barmbek-Süd**
Hamburger Straße 200, ☎ 040/29 17 09

**Sozialstation Dulsberg**
Dithmarscher Straße 32, ☎ 040/68 71 92

**Sozialstation Nord**
Langenhorner Markt 9, 2. OG, ☎ 040/52 73 38 73

**Sozialstation Eimsbüttel/Eppendorf**
Langenfelder Damm 61, ☎ 040/48 00 340

**Tagespflege Eimsbüttel**
Langenfelder Damm 63, ☎ 040/540 67 53

**www.asb-hamburg.de/senioren**

ASB Arbeiter-Samariter-Bund

## Deutsches Rotes Kreuz

**Kreisverband Hamburg-Nord e. V.**
**Steilshooper Straße 2, 22305 Hamburg**

Unsere behindertengerechten Einrichtungen in Barmbek und Langenhorn bieten ein vielfältiges Kursangebot im Bereich Gesundheits- und Freizeitförderung, nicht nur für Bürger vor Ort...

**Wir beraten Sie gern!**

**Besuchen Sie uns doch einfach...**

**Wördenmoorweg 2, 22415 Hamburg ☎ 0 40 53 93 17 50**
**Steilshooper Straße 2, 22305 Hamburg ☎ 0 40 29 80 39 50**

**www.drk-hamburg-nord.de**

## „ICH FREU MICH DRAUF!"

alter+pflege – die Tagespflegen für alle Senioren, Pflegebedürftigen und Demenzerkrankten. Gemeinnützig. Individuell. Professionell. Kostenübernahme durch Pflegekassen.
1-6 mal pro Woche, Entlastung pflegender Angehöriger.
Jetzt 3 x in HH:
Tagespflege Haus am Kanal.
Tagespflege Barmbek.

**NEU**: Tagespflege
in der Kösterstiftung

**Tel. 040 636 44 73 4**

*alter + pflege*
NEUE WEGE. SELBSTBESTIMMT.
www.alterundpflege.de

**Ihr Chauffeur, Ihr Koch, Ihre Krankenschwester und Ihr 24-Stunden-Notruf!**

**Und was können wir für Sie tun?**
**Wir beraten Sie gerne unter 040 65054-0.**

**www.johanniter.de/hamburg**

TÜV SÜD
Ambulante Pflege
Hausnotruf
Rettungsdienst

DIE JOHANNITER 60 Jahre
Aus Liebe zum Leben

„Ich pflege aus Leidenschaft", erklärt Cornelia Heinrich-Zager. Seit 2003 arbeitet die 52-Jährige mit den kurzen blonden Haaren im ambulanten Pflegedienst der Johanniter. Zur Frühschicht steht sie selbst an Feiertagen wie Weihnachten um 4:30 Uhr auf, um pünktlich um 6:00 Uhr bei ihrem ersten Patienten zu sein. Ihr Geheimnis? Eine kalte Dusche, jeden Morgen. Auch an trüben Tagen oder nach einer unruhigen Nacht kennt die sportliche Blondine keine schlechte Laune: „Sobald ich meine Dienstkleidung übergezogen habe, bin ich gut drauf", berichtet sie. „Ich lache viel mit den Patienten, das ist die beste Medizin."

Rund 300 angestellte Mitarbeiter und 800 Ehrenamtliche engagieren sich im **Regionalverband Hamburg der Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.** An 365 Tagen im Jahr besetzen sie Tag und Nacht die Hausnotrufzentrale, versorgen die Kunden mit heißen Menüs oder sind im Rettungsdienst und Fahrdienst auf den Straßen von Hamburg und Umgebung unterwegs. Cornelia Heinrich-Zager ist in ihrem Traumjob angekommen. „Für mich steht der Mensch im Mittelpunkt. Ich gehe jeden Tag mit einem guten Gefühl in den Feierabend, weil ich meine Patienten gut versorgt weiß", erklärt sie ihr Engagement.

Weitere Informationen unter ☎ 040 65054-0.

- Anzeige -

© ixmedia

## Menüdienste

**AlsterDienst**
Elisabeth-Flügge-Straße 12
22337 Hamburg ☎ 50 77-50 82
*www.alster-dienst.de*

**apetito | Landhausküche AG**
(auch Tiefkühlmenüs)
Bonifatiusstraße 305
48432 Rheine ☎ 0 18 02/22 79 79 **
*www.landhauskueche.de*

**HANSE Menü-Dienst GmbH & CO. KG**
Am Neumarkt 30, 22041 Hamburg ☎ 7 27 67 27
*www.hanse-menuedienst.de*

**Heimfrost**
(Tiefkühlmenüs und andere Tiefkühlkost)
Bodestraße 23, 21031 Hamburg ☎ 7 38 10 51

**HKH Hamburger Küche & Heimkost GmbH**
Haldesdorfer Straße 161, 22179 Hamburg ☎ 69 65 50-0
*www.hamburger-kueche.de*

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**
Regionalverband Hamburg e. V.
Helbingstraße 47, 22047 Hamburg ☎ 6 50 54-1 35
**Johanniter-Menüservice** ☎ 0 18 05/10 11 99 ***
*www.johanniter.de*

**Meyer Menü GmbH & Co. KG**
Altes Feld 10, 2285 Barsbüttel ☎ 67 08 83 27
Hotline ☎ 08 00/1 50 15 05 *
*www.meyer-menue.de*

* kostenfreie Servicenummer
** 6 Ct./Anruf aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz
*** 14 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz

## Anbieter Hausnotrufe

**Anschlusskosten** und **monatliche Gebühren** sowie **Extras** und **Leistungsumfang** sind beim jeweiligen Anbieter zu erfragen. Bei anerkannter Pflegebedürftigkeit kann die Teilnahme am Hausnotrufsystem bei der Pflegekasse beantragt werden, die die Kosten teilweise übernimmt.

**Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)**
ASB Sozialeinrichtungen (Hamburg) GmbH
Hausnotruf
Heidenkampsweg 81, 20097 Hamburg ☎ 8 33 98-1 65
*asb-hausnotruf@asb-hamburg.de*

**Deutsches Rotes Kreuz (DRK)**
Kreisverband Hamburg-Nord e. V.
Steilshooper Straße 2
22305 Hamburg ☎ 46 51 71, ☎ 47 06 56
*info@drk-hamburg-nord.de, www.drk-hamburg-nord.de*

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**
Regionalverband Hamburg e. V.
Frau Müller ☎ 6 50 54-4 22
Helbingstraße 47, 22047 Hamburg
*www.johanniter.de*

**Malteser Hilfsdienst gGmbH**
Kai Harms ☎ 20 94 08-14
Eichenlohweg 24, 22309 Hamburg
*kai.harms@malteser.org*
*www.malteser-hausnotruf.de*

© absolut, www.fotolia.com

**PentaKom GmbH**
Penta Kommunikations Systeme GmbH
Friedrich-Ebert-Damm 30, 22049 Hamburg ☎ 69 69 98-0
*info@thiele-gruppe.de, www.thiele-gruppe.de*

**SONOTEL**
Gemeinnützige Gesellschaft für
Hausnotruf und Soziale Kommunikation mbH
Hausnotrufzentrale
Rosengarten 17, 22880 Wedel ☎ 0 41 03/1 88 89-10
*info@sonotel.de, www.sonotel-hausnotruf.de*

**Vitakt Hausnotruf GmbH**
Hörstkamp 32, 48431 Rheine ☎ 0 59 71/93 43 56 *
*info@vitakt.com, www.vitakt.com*

* 14 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz

## Besuchs- und Begleitdienste I sonstige Hilfen

**ASB Zeitspender-Agentur Hamburg**
Heidenkampsweg 81, 20097 Hamburg ☎ 8 33 98-3 39
*zeitspender@asb-hamburg.de, www.zeitspender.de*

**Deutsches Rotes Kreuz (DRK)**
Kreisverband Hamburg-Nord e. V.
Steilshooper Straße 2
22305 Hamburg ☎ 46 51 71, ☎ 47 06 56
*info@drk-hamburg-nord.de*
*www.drk-hamburg-nord.de*

**Jung & Alt e. V.**
Projekt Senioren-Hilfsdienst I
Hilfsangebote für SeniorInnen
Mühlendamm 86, 22087 Hamburg ☎ 2 51 77 33
*info@jaz-ev.de, www.jaz-ev.de*

**Senio-hilft**
Hilfe in Haus und Garten, Betreuung, Bewegung und Unterstützung, Ausflüge und Gespräche
Beratung und Kontakt ☎ 22 60 45 84
*info@senio-hilft.de, www.senio-hilft.de*

**Seniorenservice im Bezirk Nord** ☎ 53 88 97 33
siehe Seiten 38 und 41

© Alexander Raths, www.dreamstime.com

## Umzugsservice

**DomiCare Immobilien & Betreuung UG**
Seniorenumzüge und Haushaltsauflösungen in ganz Hamburg
Milchstraße 2 a, 20148 Hamburg ☎ 41 49 70 44
*hamburg@domicare.de, www.domicare.de*

## Verbände der Freien Wohlfahrtspflege

**Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)**
Landesverband Hamburg e. V.
ASB Sozialeinrichtungen (Hamburg) GmbH
Heidenkampsweg 81, 20097 Hamburg ☎ 8 33 98-0
*info@asb-hamburg.de, www.asb-hamburg.de*
↳ **ASB Ortsverband Hamburg-Nordost e. V.**
Ahrenshooper Straße 27, 22147 Hamburg ☎ 66 97 66 28
*ov-nordost@asb-hamburg.de*

**Arbeiterwohlfahrt (AWO)**
Landesverband Hamburg e. V.
Witthöfftstraße 5-7, 22041 Hamburg ☎ 41 40 23-0
*info@awo-hamburg.de, www.awo-hamburg.org*
↳ **AWO Kreisbüro Hamburg-Nord**
Alsterdorfer Straße 43-45, 22299 Hamburg ☎ 48 53 70
*hamburg-nord@awo-hamburg.de*

**Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege Hamburg e. V.**
Burchardstraße 19, 20095 Hamburg ☎ 23 15 86
*info@agfw-hamburg.de, www.agfw-hamburg.de*

**Caritasverband für Hamburg e. V.**
Danziger Straße 66, 20099 Hamburg ☎ 28 01 40-0
*info@caritas-hamburg.de, www.caritas-hamburg.de*

**Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e. V.**
Wandsbeker Chaussee 8, 22089 Hamburg ☎ 41 52 01-0
*info@paritaet-hamburg.de, www.paritaet-hamburg.de*

**Deutsches Rotes Kreuz (DRK)**
Landesverband Hamburg e. V.
Behrmannplatz 3, 22529 Hamburg ☎ 5 54 20-0
*info@lv-hamburg.drk.de, www.drk-hamburg.de*
↳ **Kreisverband Hamburg-Nord e. V.**
Steilshooper Straße 2
22305 Hamburg ☎ 46 51 71, ☎ 47 06 56
*info@drk-hamburg-nord.de*
*www.drk-hamburg-nord.de*

**Deutsches Sozialwerk (DSW)**
Landesverband Hamburg e. V.
Großer Burstah 31, 20457 Hamburg ☎ 37 20 07
*dsw-hamburg@web.de, www.dsw-ev.de*

**Diakonisches Werk Hamburg**
Königstraße 54, 22767 Hamburg ☎ 3 06 20-0
*info@diakonie-hamburg.de, www.diakonie-hamburg.de*

**Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.**
Regionalverband Hamburg e. V.
Helbingstraße 47, 22047 Hamburg ☎ 6 50 54-0
*www.johanniter.de*

**Malteser Hilfsdienst gGmbH**
Bezirksgeschäftsstelle Hamburg
Eichenlohweg 24, 22309 Hamburg ☎ 20 94 08-0
*malteser@malteser.org, www.malteser-hamburg.de*

**Sozialverband Deutschland e. V. (SoVD)**
Landesverband Hamburg
Pestalozzistraße 38, 22305 Hamburg ☎ 61 16 07-0
*info@sovd-hh.de, www.sovd-hh.de*

**Sozialverband VdK Hamburg**
Landesverband Hamburg e. V.
Hammerbrookstraße 93, 20097 Hamburg ☎ 40 19 49-0
*hamburg@vdk.de, www.vdk.de/hamburg*

© Rainer Sturm, www.pixelio.de

# Branchenverzeichnis | Impressum

Feenteich in Uhlenhorst

**Bitte berücksichtigen Sie die Inserenten aus Ihrer Region, die auch die kostenlose Verteilung der Broschüre ermöglicht haben.**


**Alten-, Pflege-/Seniorenheime, Seniorenresidenzen/-zentren**
Altenhof der Ev.-ref. Kirche in Hamburg ... 26
alter + pflege
Tagespflege Hamburg ... 46
Diakoniestiftung Alt-Hamburg
Altenzentrum Ansgar ... 34
Das Epiphanienhaus ... 32
Seniorenhaus Matthäus ... 32
St. Gertrud Gemeindepflege ... 32
FRANK WAGNER HOLDING
Seniorenpflegedomizile ... 34
Hesse Diederichsen Heim ... 32
Integra Seniorenpflegezentrum Hamburg-Barmbek ... 34
KerVita Senioren-Zentrum „Am Osterbekkanal" ... 40
PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG ALSTERBERG, FINKENAU & UHLENHORST ... U4
Pro Seniore Residenz Hamburg-Lokstedt ... 26
Seniorenzentrum Röweland ... U2
Stiftung Anscharhöhe ... 26
Stiftung Veteranenheim ... 26
Theodor Fliedner Haus ... 38
**Ambulante Alten- und Krankenpflege, Pflegedienste**
Ambulante Krankenpflege Reimers & Muroni ... 42
Ambulante Senioren- und Krankenpflege Joan Knackstedt ... 38
Ambulanter Alten- und Hospizpflegedienst der Ev.-ref. Kirche in Hamburg ... 26
Arbeiter-Samariter-Bund Hamburg ... 46
bodelschwingh
Ambulante Pflege Diakoniestation ... 42
Curatio Pflegedienst ... 40
Diakonisches Werk Hamburg ... 44
HAMBURGISCHE BRÜCKE Gesellschaft für private Sozialarbeit ... 6
Johanniter-Unfall-Hilfe ... 46
Krankenpflegedienst Ritter ... 40
Lebensabend-Bewegung Hamburg ... 40
maike hansen medizinisch pflegen + häuslich helfen ... 40
**Apotheken**
Gartenstadt-Apotheke ... 44
**Augenoptiker**
Optik Köpke ... 44
**Baugenossenschaften**
GWG ... 28
Hamburger Wohnen ... 28
SAGA ... 28
Vereinigte Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft ... 28
**Beratung | Beratungsstelle**
HAMBURGISCHE BRÜCKE Gesellschaft für private Sozialarbeit ... 6


## Impressum


**Konzeption:**
inixmedia nord/west GmbH
Geschäftsführer: Thorsten Drewitz
Stresemannallee 90, 22529 Hamburg
Telefon: 040/89 06 67 38-0, Fax: 040/89 06 67 38-9
E-Mail: nordwest@inixmedia.de

**Herausgeber:**
inixmedia GmbH Marketing & Medienberatung
HRB 5629, Kiel
Geschäftsführer: Claus Udo Monica, Dagmar Monica
Liesenhörnweg 13, 24222 Schwentinental
Telefon: 04 31/6 68 48-60, Fax: 04 31/6 68 48-70
*info@inixmedia.de, www.inixmedia.de*

Im Auftrag des Bezirksamtes Hamburg-Nord
1. Auflage – Ausgabe 2013/2014

**Redaktion/Lektorat Verlag:** Lea Gutscher/Anne Scheel
**Redaktion Bezirksamt:** Annemarie Babbel, Katja Glahn, Miriam Redlin (HAW), Petra Schröder
**Anzeigenberatung:** Michael Branzke, Karin Thiele
**Layout/Satz:** Silvia Bestling
**Fotos Titel (im Uhrzeigersinn):**
Marie-Jonas-Platz Eppendorf/Katja Glahn; Bundesverband Seniorentanz/Wilma Müller; Außenalster bei Uhlenhorst/Bernd Sterzl, www.pixelio.de; PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST/duj Lara Huck
**Druck:** nndruck, Kiel (PN 880)



Text, Umschlaggestaltung, Art und Anordnung des Inhalts sind urheberrechtlich geschützt. Nachdruck – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Weder das Bezirksamt Hamburg-Nord noch der Verlag können für die Vollständigkeit und korrekte Wiedergabe der zahlreichen Adressen oder Telefonnummern eine Gewähr übernehmen.

# Branchenverzeichnis

Hudtwalckerstraße


**Bestattungen**
GBI Großhamburger Bestattungsinstitut ... 24
Wulff & Sohn ... 24

**Betreutes Wohnen | Servicewohnen**
Altenhof der Ev.-ref. Kirche in Hamburg ... 26
f & w fördern und wohnen ... 36
Stiftung Anscharhöhe ... 26
Vaterstädtische Stiftung ... 30

**Bildung | Weiterbildung**
VHS-Zentrum Nord ... 22, 42

**Bücher | Büchereien**
Norddeutsche Blindenhörbücherei ... 14, 44

**Cafés**
Café Fritz ... 24

**Fahrservice**
DRK Hamburg mediservice ... 44
Johanniter-Unfall-Hilfe ... 46
Stambula ... 42

**Freizeiteinrichtungen**
Tanzparterre ... 22

**Hausnotruf**
Arbeiter-Samariter-Bund Hamburg ... 46
Johanniter-Unfall-Hilfe ... 46

**Hörgeräte | -akustiker**
EarCare Hörsysteme/Vitakustik ... 10

**Immobilien | Immobilienmakler**
Berger 1A Immobilien ... 36
Gustafsen & Co ... 30
ImmobilienHaus Hamburg ... 36
Immobilien Service Zimmermann ... 36
meravis ... 38
Wolffheim & Wolffheim Immobilien ... U2

**Krankenhäuser**
Asklepios Klinik Barmbek ... 10
Asklepios Klinik Nord ... 10
Evangelisches Krankenhaus Alsterdorf ... 6

**Lohnsteuerhilfe**
Lohnsteuerhilfe Bayern ... 2

**Medizinischer Service**
DRK Hamburg mediservice ... 44

**Menü-Dienste**
Johanniter-Unfall-Hilfe ... 46

**Optiker**
Optik Köpke ... 44

**Orthopädiebedarf | -technik**
Sanitätshaus Rosenau ... 44

**Parteien**
DIE LINKE.
Bezirksfraktion Hamburg-Nord ... 2
SPD Hamburg-Nord ... 2

**Rechtsanwälte | Rechtsanwältinnen**
Dr. Shafaei & Partner, Dr. Reza F. Shafaei, Mehdi Shafai, Dr. Marco Tyarks ... U4
Fuchs Rechtsanwälte
Alexander Fuchs, Julia Gerstein-Thole, Jean Dibs-Laban, Torben Fuchs ... 8
Leist, Frank Oliver ... 8
Mielke, Koy, Butenberg ... 8

**Rehatechnik | Rehasport**
ProReha aktiv Hamburg ... 22
RZH Reha-Zentrum im Hammonia Bad ... 44

**Reisen**
Stambula ... 42

**Restaurants**
Café Fritz ... 24

**Sanitätshaus**
Sanitätshaus Rosenau ... 44

**Sozialstationen**
Arbeiter-Samariter-Bund Hamburg ... 46
HAMBURGISCHE BRÜCKE Gesellschaft für private Sozialarbeit ... 6

**Sozialverbände | Wohlfahrtsverbände**
Arbeiter-Samariter-Bund Hamburg ... 46
Betreuungsverein Hamburg-Nord ... 2
Deutsches Rotes Kreuz ... 46
Diakonisches Werk Hamburg ... 44
HAMBURGISCHE BRÜCKE Gesellschaft für private Sozialarbeit ... 6
Johanniter-Unfall-Hilfe ... 46
Lebensabend-Bewegung Hamburg ... 40
Sozialverband VdK Hamburg ... 8

**Sport**
ProReha aktiv Hamburg ... 22
Sport- und Freizeitclub Barmbek ... 22

**Steuerberatung**
Diplom-Kaufmann Thomas Bove ... 8

**Stiftungen**
Diakoniestiftung Alt-Hamburg ... 32, 34
Stiftung Anscharhöhe ... 26
Stiftung Veteranenheim ... 26
Vaterstädtische Stiftung ... 30

**Tagespflege**
alter + pflege Tagespflege Hamburg ... 46
Arbeiter-Samariter-Bund ... 46
Integra Seniorenzentrum Hamburg-Barmbek ... 34

**Umzüge**
Zapf Umzüge ... 30

**Vereine und Verbände**
Betreuungsverein Hamburg-Nord ... 2
HAMBURGISCHE BRÜCKE Gesellschaft für private Sozialarbeit ... 6
Norddeutsche Blindenhörbücherei ... 14, 44
ProReha aktiv Hamburg ... 22
Sport- und Freizeitclub Barmbek ... 22
Verbandshaus Hamburg/ Seniorenservice in Langenhorn ... 38, 41
Sozialverband VdK Hamburg ... 8

**Verkehrsbetriebe**
Hamburger Hochbahn ... 52, U3
HVV-Seniorenberatung ... 52, U3

**Versicherungen**
Unfallkasse Nord ... 8, 42

**Wohnungsverwaltung | Wohnungsbau**
f & w fördern und wohnen ... 36
GWG ... 28
Hamburger Wohnen ... 28
meravis ... 38
SAGA ... 28
Vereinigte Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft ... 28


U = Umschlagseite

**www.markt-hh.de**

Diese Broschüre finden Sie online unter:
www.senioren-hh-nord.proaktiv.de


www.inixmedia.de

**Wir sind:** Ein erfolgreicher Verlag im Bereich der kommunalen Printmedien mit eingeführten Produkten – ein Beispiel halten Sie in Ihren Händen.

**Wir suchen: Selbstständige Außendienstmitarbeiter/innen** mit Spaß am Verkauf, gern auch branchenfremd, für die Regionen Schleswig-Holstein, Hamburg und Niedersachsen.

**Wir bieten:** Sorgfältige Einarbeitung · regelmäßiges leistungsgerechtes Einkommen · eine interessante und lukrative Tätigkeit im Außendienst.

**inixmedia GmbH** | Stresemannallee 90 | 22529 Hamburg | Fon 040/89 06 67 38-0 | jobs@inixmedia.de

# Hilfe im Notfall

## WICHTIGE TELEFONNUMMERN

| | |
|---|---|
| Polizei, Notruf, Überfall | ☎ 1 10 |
| Polizeinotruf für Gehörlose | ☎ 4 28 65 55 42 |
| Feuer, Rettungsdienst, 1. Hilfe | ☎ 1 12 |
| Feuerwehrnotruf für Gehörlose | ☎ 1 92 96 |
| Rettungsdienst (Krankentransport) | ☎ 1 92 22 |
| Ärztlicher Bereitschaftsdienst (Notfalldienst) | ☎ 22 80 22 oder ☎ 116 117 * |
| Ärztlicher Notfalldienst für Gehörlose | ☎ 22 80 24 75 |
| Zahnärztlicher Notdienst (1) | ☎ 18 03 05 61 |
| oder | ☎ 0 18 05/05 05 18 **** |
| Giftnotruf (Gift-Infozentrum Nord) | ☎ 05 51/1 92 40 |

## Medizinische Notdienste

| | |
|---|---|
| Alzheimer-Telefon | ☎ 0 18 03/17 10 17 *** |
| Apothekennotdienst | ☎ 22 80 22 |
| Beschwerdetelefon Pflege | ☎ 28 05 38 22 |
| Privatärztlicher Notdienst | ☎ 1 92 46 |
| Privatzahnärztlicher Notdienst (1) | ☎ 18 03 05 60 |
| oder | ☎ 0 18 05/05 05 18 **** |
| Tierärztlicher Notdienst | ☎ 43 43 79 |
| Tierrettungsdienst des Hamburger Tierschutzvereins | ☎ 22 22 77 |

## HAUSNOTRUF

Der Hausnotruf bietet Menschen Sicherheit, die gerne eigenständig und in ihrer gewohnten Umgebung leben möchten. Ein kleiner Sender, der drahtlos mit dem Telefon verbunden ist, wird als Armband oder Kette am Körper getragen. Er verfügt über einen Alarmknopf, über den direkt Kontakt mit einer Notrufzentrale aufgenommen werden kann. Dort erscheinen auf dem Computerbildschirm Informationen zu Medikamenten, Krankheiten oder Hausarzt der anrufenden Person. Hier kann dementsprechend sofort reagiert werden, indem Verwandte, Nachbarn, der Arzt oder der Rettungsdienst benachrichtigt werden. Außerdem wird oftmals ein 24-Stunden-Bereitschaftsdienst angeboten – bei Bedarf fährt ein Mitarbeiter des Hausnotrufs direkt zum Anrufer.

Die Teilnahme am Hausnotrufsystem kann bei anerkannter Pflegebedürftigkeit bei der Pflegekasse beantragt werden, die die Kosten teilweise übernimmt. Anbieter von Hausnotruf-Diensten finden Sie auf S. 47.

## Soziale Notdienste

| | |
|---|---|
| AIDS-Hilfe | ☎ 1 94 11 |
| AIDS-Seelsorge | ☎ 2 80 44 62 |
| Anonyme Alkoholiker | ☎ 1 92 95 oder ☎ 2 71 33 53 |
| Anwaltlicher Notdienst | ☎ 01 71/6 10 59 49 |
| Öffentliche Rechtsauskunft- und Vergleichsstelle | ☎ 4 28 43-30 71, -30 72 |
| Opferhilfe Weißer Ring | ☎ 11 60 06 * |
| Suchtprävention | ☎ 28 49 91 80 |
| Suizidambulanz im UKE | ☎ 7 41 05 41 12 |
| Telefonseelsorge | |
| evangelisch | ☎ 08 00/111 0 111 * |
| katholisch | ☎ 08 00/111 0 222 * |

## Gewerbliche und andere Notdienste

| | |
|---|---|
| Notdienst-Gemeinschaft der Elektro-Handwerker Hamburg | ☎ 51 43 04 30 |
| Notdienstzentrale der Klempnerinnung | ☎ 2 99 94 90 |
| Sperr-Notruf (EC-Karten etc.) | ☎ 116 116 * |
| Sturmflut-Ansagedienst Hamburg | ☎ 4 28 99-1 11 11 |
| Sturmflutschutz (Hamburg Port Authority) | ☎ 42 84 70 |
| Sturmflutwarndienst | ☎ 31 90 31 90 |

## Störungsannahme

| | |
|---|---|
| E.ON Hanse | ☎ 0 18 01/616 616 ** |
| Hamburg Wasser | |
| Wasserversorgung | ☎ 78 19 51 |
| Abwasser | ☎ 34 98 60 00 |
| Vattenfall | |
| Öffentliche Beleuchtungs- und Ampelanlagen | ☎ 63 96-23 55 |
| Strom | ☎ 08 00/1 439 439 * |
| Wärme | ☎ 63 96-28 71 |

## Taxizentralen

| | |
|---|---|
| DAS TAXI Funk & Service e.G. | ☎ 22 11 22 |
| Hansa-Taxi | ☎ 211 211 oder ☎ 311 311 |
| Taxi Alstertal | ☎ 6 00 30 40 |

* kostenfreie Servicenummer

** 3,9 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz

*** 9 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz

**** 14 Ct./Min. aus dem dt. Festnetz, max. 42 Ct./Min. aus dem Mobilfunknetz

(1) Der nächtliche Zahnärztliche Notdienst befindet sich im Bundeswehrkrankenhaus Hamburg
Lesserstraße 180, 22049 Hamburg ☎ 69 47-0
Öffnungszeiten 19.00-2.00 Uhr (Einlass bis 1.00 Uhr)

# Liebe Hamburgerinnen und Hamburger,

- Anzeige -

**flexibel und mobil zu sein, ist in jedem Lebensalter wichtig. Dem Hamburger Verkehrsverbund ist es deshalb ein großes Anliegen, eine möglichst einfache und barrierefreie Nutzung des öffentlichen Nahverkehrs zu ermöglichen.**

## Einsteigen ohne Barrieren

Viele Schnellbahn- und Regionalverkehrshaltestellen bieten bereits einen barrierefreien Zugang zu den Bahnsteigen mittels Aufzug oder Rampe. Hier ist auch ein Einstieg mit Rollator oder Rollstuhl kein Problem. Im Bezirk Nord finden Sie 16 barrierefreie Haltestellen, weitere Umrüstungen sollen folgen.
Die hilfreiche Broschüre „Barrierefrei unterwegs" mit Einzelheiten über die Ausstattung von öffentlichen Verkehrsmitteln und Haltestellen finden Sie in allen HVV-Servicestellen sowie im Internet unter *www.hvv.de*
Autofahrern bietet der HVV die Möglichkeit, ihr Auto einfach auf einer der zahlreichen Park + Ride-Anlagen zu parken. Im Bezirksgebiet Nord gibt es derzeit acht Anlagen. Sechs davon befinden sich an barrierefrei ausgebauten Schnellbahnhaltestellen. Probieren Sie es aus und fahren Sie einmal ganz entspannt mit der S- oder U-Bahn in die Innenstadt. Einen Überblick über die Park + Ride-Anlagen erhalten Sie auf der HVV-Internetseite unter der Rubrik *Wissenswertes/ Für Autofahrer*. Ferner sind alle Park + Ride-Anlagen in den Schnellbahn-/Regionalverkehrsplänen vermerkt, die Sie in unseren Haltestellen, Fahrzeugen und Broschüren finden.

## Orientierungshilfen

Damit Sie sich gut zurechtfinden, haben wir unsere Haltestellen mit Stadt-, Umgebungs- und Tarifplänen sowie Fahr- und Linienplänen ausgestattet. In den Bahnen sorgt der Schnellbahn-/Regionalverkehrsplan für schnelle Orientierung. Damit Sie Ihren Ausstieg nicht verpassen, werden die Haltestellen in den Fahrzeugen angesagt und angezeigt. Elektronische Anzeigetafeln informieren Sie im Schnellbahnbereich und an vielen Bushaltestellen über die nächste Abfahrt.

## Sicher unterwegs

Es ist uns wichtig, dass Sie sich sicher- und wohlfühlen. Im Bereich der Schnell- und Regionalbahnen sind rund 600 Mitarbeiter für Ihre Sicherheit aktiv – und das rund um die Uhr. Auf allen Bahnsteigen der Schnellbahnhaltestellen stehen Rufsäulen bereit, die Sie im Notfall – aber auch für eine Auskunft – nutzen können. Die Züge selbst sind mit Videokameras versehen und es besteht eine Sprechverbindung zum Fahrer. Durch Kameras hat unser geschultes Sicherheitspersonal die Haltestellen stets im Blick.
Wussten Sie schon, dass im Bezirk Nord auf vielen Buslinien ab 19 Uhr (und sonn- und feiertags ganztägig) das Aussteigen zwischen den Haltestellen möglich ist? Im Fahrplanbuch sind diese Linien mit einem Hinweistext versehen. Sprechen Sie die Busfahrer einfach an. Fahrgästen mit Rollator, Rollstuhl oder Kinderwagen können wir diesen Service leider nicht anbieten, da ein sicherer und problemloser Ausstieg für sie nur an den Haltestellen möglich ist.

## Die richtige Fahrkarte

Das Fahrkartenangebot des HVV bietet für ältere Fahrgäste interessante Angebote wie die Seniorenkarte, die ab 63 Jahren in Anspruch genommen werden kann. Sie berechtigt montags bis freitags zwischen 9 und 6 Uhr des Folgetages zu beliebig vielen Fahrten mit allen HVV-Verkehrsmitteln und gilt sonnabends, sonntags und feiertags ganztägig. Die stark rabattierte Seniorenkarte wird gegen Vorlage eines Altersnachweises und eines Lichtbildes in allen HVV-Servicestellen ausgestellt.
Alternativ bieten wir die CC-Karte ohne Altersbeschränkung an. Sie gilt montags bis freitags von 9 bis 16 Uhr und ab 18 bis 6 Uhr des Folgetages, sonnabends, sonntags und feiertags ganztägig. Sie beinhaltet eine zuschlagsfreie Nutzung der Schnellbusse und die Mitnahme von bis zu 3 Kindern im Alter bis 14 Jahre – machen Sie doch mal wieder einen Ausflug mit Ihren Enkeln!

## HVV-Infoline

Sie haben noch Fragen? Wir beraten Sie gern zu Fahrzeiten, Fahrrouten und Fahrkarten und senden Ihnen kostenlos Informationen zu. Sie erreichen uns täglich, auch am Wochenende, unter ☎ **040/19 449**. Wenn Sie unterwegs eine Auskunft benötigen, sprechen Sie einfach unser Personal an oder benutzen Sie die Rufsäulen. Alle Informationen finden Sie auch auf *www.hvv.de*

**Wir wünschen Ihnen stets eine gute Fahrt mit unseren Verkehrsmitteln!**

# Bleiben Sie mit uns mobil!

NEU

## HVV-Mobilitätsberatung für Junggebliebene

Gemeinsam mit HVV-erfahrenen Senioren geben wir Ihnen Tipps zur Nutzung von Bus und Bahn. Das neue, kostenlose Schulungsprogramm speziell für Senioren wird wöchentlich in gut erreichbaren Räumlichkeiten in der Hamburger Innenstadt durchgeführt.

### Wir informieren Sie z. B. über folgende Themen:

- Wie komme ich ins Theater oder zu meiner Enkelin?
- Welche Fahrkarte ist für mich die richtige?
- Und wo kann ich diese kaufen?
- Wo kann ich barrierefrei ein- und aussteigen?
- Wie kann ich Auto und HVV kombiniert nutzen?

### Interessiert? Dann melden Sie sich an!

Telefon: 040/68 98 98 68-0 | Sprechzeiten: Dienstag von 9 –12 Uhr und Donnerstag von 14 –17 Uhr oder schreiben Sie uns eine E-Mail an junggebliebene@hvv.de. Machen Sie mit! Wir freuen uns auf Sie!

Mehr als ein Ziel HVV

© inixmedia

## LEGENDE

S Barrierefrei erreichbarer Bahnsteig; Einstieg für Rollstuhlbenutzer mit Einstiegshilfe an der 1. Fahrzeugtür möglich.
**Achtung:** An den Haltestellen Blankenese, Altona und Ohlsdorf müssen Sie ggf. in die neue Zugspitze umsteigen.

U Barrierefrei erreichbarer Bahnsteig; durchgehend niedrige Stufe zwischen Bahnsteig und Fahrzeug. Einstieg für Rollstuhlbenutzer im gekennzeichneten Bereich.

U Barrierefrei erreichbarer Bahnsteig; Bahnsteig ist in einem Teilbereich erhöht. Einstieg für Rollstuhlbenutzer im gekennzeichneten Bereich.

R Barrierefrei erreichbarer Bahnsteig; Einstieg mit fahrzeuggebundener Einstiegshilfe möglich.

R Barrierefrei erreichbarer Bahnsteig; Einstieg für Rollstuhlbenutzer mit Einstiegshilfe möglich.

**Bitte informieren Sie sich unter:**
**R 10, R 20, R 60, R 70**
Tel. 01805/512 512**

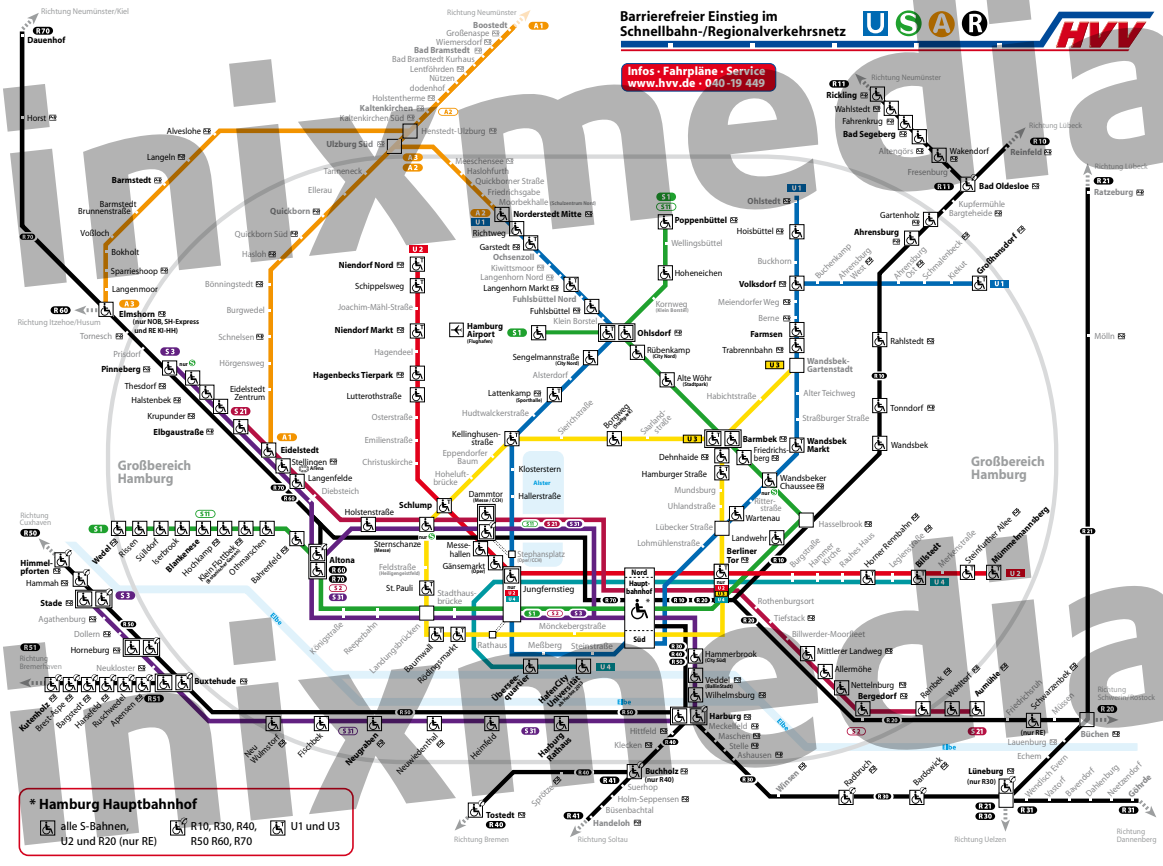
**R 30, R 40, R 50**
Mitfahrt grundsätzlich möglich, Anmeldung empfohlen:
Tel. 0581/97 164-164

**R 41**
Einstieg nur mit Hilfe möglich, Anmeldung 24 Std. vorher unter:
Tel. 05191/969 44-250

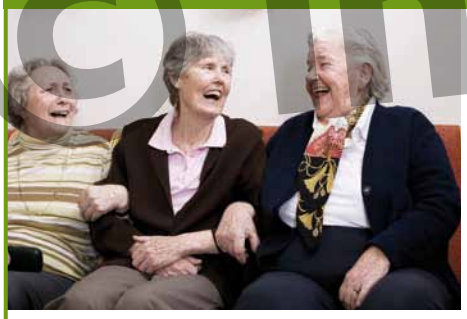
**R 51**
Bitte Einsatz der Züge mit Einstiegshilfen unter Tel. 04761/99 31 50 erfragen.

** 14 ct/Min. aus dem Festnetz, Mobilfunk max. 42 ct/Min.

© HVV 12.2012 | Alle Angaben ohne Gewähr



PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG
*In Gemeinschaft leben. Seit 1619*



## Unsere Erfahrung für Sie –

Seit 400 Jahren in Hamburg

www.pflegenundwohnen.de

Gemeinsam finden wir Lösungen, die sich an der Bedürftigkeit älterer Menschen orientieren. Als hoch spezialisierter Anbieter vereinen wir verschiedene Pflegebereiche unter einem Dach:

- Normalstationäre Pflege
- Besondere Betreuung für Menschen mit Demenz (offen und geschlossen)
- Kurzzeitpflege
- Palliativ Care
- Wohnbereich für jüngere, erwachsene Pflegebedürftige
- Pflege von Menschen im Wachkoma (Phase F)

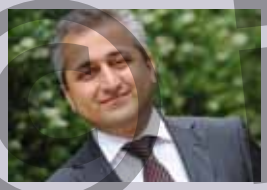
PFLEGEN & WOHNEN FINKENAU
Finkenau 11
22081 Hamburg
Tel.: (040) 2022-3445

PFLEGEN & WOHNEN ALSTERBERG
Maienweg 145
22297 Hamburg
Tel.: (040) 2022-3900

PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST
Heinrich-Hertz-Straße 90
22085 Hamburg
Tel.: (040) 2022-4305

# DR. SHAFAEI & PARTNER

## RECHTSANWÄLTE


Dr. Reza F. Shafaei

Herr Mehdi Shafai

Dr. Marco Tyarks

**Wir bieten kompetente und auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnittene Rechtsberatung an:**

- **Sozialrecht**
- **Heimrecht**
- **Behindertenrecht**
- **Pflegerecht**
- **Gesundheitsrecht**
- **Erbrecht**
- **Familienrecht**
- **Betreuungsrecht**
- **Vorsorgerecht**
- **Medizinrecht**

Herbert-Weichmann-Straße 50
22085 Hamburg
www.alster-recht.de

Tel. 040/350175 60
Fax 040/350175 610
info@alster-recht.de

© nixmedia