

## Seniendomizil an der Panke

Familiäre Pflege mitten im Kiez, Plätze in allen Pflege-stufen von 0 bis 3, auch Schwerstpflege. Wir bieten Ihnen fachärztliche Versorgung im Haus, einen großen Garten sowie auf den einzelnen Bewohner abgestimmte kulturelle und soziale Angebote.

Kontakt:

**Clarissa Meier** (Leitung), Koloniestraße 23, Tel. 49 98 84 9-0, kontakt@seniendomizilpanke.de

## Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V.

Der Verein möchte dabei helfen, den Übergang vom Berufsleben in den Ruhestand gut zu gestalten.

Schwerpunkte der Aktivitäten und Angebote sind: Information und Beratung, Aufbau und Begleitung von Selbsthilfegruppen, Bildungsveranstaltungen, Betrieb von Begegnungsstätten, Förderung freiwilligen Engagements, Generationsübergreifende Projekte

Kontakt:

**Dorothea Reinhardt**, Stettiner Straße 63, Tel. 49 33 677, d.reinhardt@sh-vor-ruhestand.de

## Mobilitätshilfedienst Berlin-Mitte

Rein ins Leben... Wir gehen mit Ihnen in Ihrer Umgebung spazieren. Erkunden und entdecken Sie Ihr Lebensumfeld neu. Wir begleiten Sie auf allen Wegen, die auch mit kleineren Erledigungen verbunden sein können. Wir helfen Ihnen, Ihre Termine wahrzunehmen.

Kontakt:

Humanistischer Verband Deutschland, Wallstr. 65, **Sonja Möser**, Tel. 61 39 04-95, mobilitaetshilfe@hvd-berlin.de

## Beratungsstelle für behinderte und krebserkrankte Menschen

Bezirksamt Mitte von Berlin, Gesundheitsamt

Angebote: Beratung zu Pflege, Pflegegeld, Hilfsmittel, Versorgung im häuslichen Bereich, Schwerbehindertenrecht, Leistungen nach SGB II, Grundsicherung, Sozialleistungen, behindertengerechter Wohnraum, Reha-Maßnahmen, Hilfe bei Vermittlung von Präventionsmaßnahmen und Selbsthilfegruppen. Auf Wunsch auch Hausbesuche.

Kontakt:

**Gesundheitsamt**, Reinickendorfer Str. 60 b, 90 18-45 181 oder 90 18-43 287, bfb@ba-mitte.berlin.de

Offene Sprechzeiten: Dienstag 9 - 12 Uhr

Telefonische Sprechzeiten: Donnerstag 9 -12 Uhr

## Nachbarschaftsetage Fabrik Osloer Straße e.V.

Seit über 30 Jahren ist die Nachbarschaftsetage ein offener Treffpunkt für nachbarschaftliche Begegnungen aller Generationen im Stadtteil. Die Nachbarschaftsetage greift die sozialen, kulturellen und gesellschaftlichen Interessen der Menschen im Quartier auf.

Kontakt:

Nachbarschaftsetage Fabrik Osloer Straße, Osloer Str. 12, **Maïke Janssen**, Tel. 493 90 42, stadtteilkoordination@nachbarschaftsetage.de, www.nachbarschaftsetage.de

## Brunnenviertel e.V.

Seit fast 20 Jahren treffen sich aktive Bewohner des Brunnenviertels, um gemeinsam an der Verbesserung des Wohnumfeldes mitzuwirken. Der Verein möchte u.a. das Gemeinschaftsgefühl von Menschen verschiedener Herkunft und Generationen fördern und verbessern, die Nachbarschaftshilfe und ein Verantwortungsgefühl für das Wohnumfeld stärken und durch Beratungen und Veranstaltungen zu einer Erhöhung der Sicherheit im Brunnenviertel einen Beitrag leisten.

Kontakt:

Brunnenviertel e.V., Freizeiteck, Graunstraße 28, **Beate Chudowa**, info@brunnenviertel.de

## SeniorInnenvertretung Mitte

Die SeniorInnenvertretung soll die Interessen der Seniorinnen und Senioren (60+) im Bezirk wahrnehmen, ihre gesellschaftliche Teilhabe und Mitwirkung in allen Lebensbereichen stärken. Als Mittler soll sie zwischen älteren Bürgerinnen und Bürgern und der Verwaltung sowie Institutionen wirken.

Kontakt:

SeniorInnenvertretung Mitte, Mathilde-Jakob-Platz 1, **Elke Schilling**, Tel. 90 18-32 733, seniorinnenvertretung@ba-mitte.berlin.de

**ACHTUNG:** Die SeniorInnenvertretung wird im März 2017 neu gewählt. Bitte beteiligen Sie sich an der Wahl. Wahlberechtigte Berliner erhalten im Januar 2017 postalisch ihre Wahlbenachrichtigung.

## SOPHIA Servicewohnen

SOPHIA betreut im Auftrag der degewo die Mieter in den Seniorenwohnanlagen Acker-, Swinemünder und Wilhelm-Kuhr-Straße. In jedem Haus gibt es eine feste Ansprechpartnerin für alle Kümmernisse und Sorgen des Alltags. Es wird u.a. bei der Vermittlung von hauswirtschaftlichen und pflegerischen Dienstleistungen, bei der Organisation von Arztterminen und der Vermittlung anderer Betreuungsleistungen geholfen.

Kontakt:

**Doris Wollschläger**, Ackerstraße 116, Tel. 40 00 73 30, wollschlaeger@sophia-berlin.de

## KiezSportLotsin

Die KiezSportLotsin informiert und berät über Sport- und Bewegungsangebote in Gesundbrunnen.

Kontakt:

KiezSportLotsin **Susanne Bürger**, Tel. 0157 33 28 13 28, buerger@bwgt.org

“TimeOut“, Putbusser Straße 28 (Ecke Ramlerstraße)

Sprechzeit: Montag 17 -19 Uhr

## Haus Lazarus Berlin

Das Haus Lazarus bietet Pflege und Betreuung für ältere Menschen sowie ambulante und stationäre Hospizarbeit.

Kontakt:

Hoffnungstaler Stiftung Lobetal, Bernauer Str. 115, **Peggy Zimmermann**, Tel. 46 705-263, p.zimmermann@lobetal.de

## Pflegestützpunkte Mitte

Die Pflegestützpunkte informieren, beraten und unterstützen zu allen Fragen rund um die Pflege. Die Beratung erfolgt kostenfrei und trägerunabhängig. Sie erfolgt telefonisch, persönlich und auf Wunsch auch bei einem Hausbesuch. Die Pflegestützpunkte sind auch Ansprechpartner bei der bedarfsgerechten Versorgung pflege-bedürftiger Menschen mit Migrationshintergrund.

Kontakt:

Pflegestützpunkt Mitte, Reinickendorfer Str. 61,

**Dietmar Kruschel**, Tel. 45 94-1103, pflegestuetzpunkt@egzb.de

Offene Sprechzeiten: Dienstag 9 -15 Uhr, Donnerstag 12 - 18 Uhr

## Kontaktstelle PflegeEngagement

Gemeinsam für eine verbesserte Lebensqualität von Pflegebedürftigen und pflegenden Angehörigen durch Selbsthilfe, Ehrenamt und Nachbarschaftsinitiativen im Umfeld häuslicher Pflege

Kontakt:

**Kontaktstelle Pflege Engagement Mitte**

StadtRand gGmbH, Lübecker Str. 19,

**Sven Kirschke**, Tel. 22 19 48 58,

pflegeengagement@stadtrand-berlin.de

Sprechzeiten: Montag 10 - 12 Uhr, Dienstag 16 - 18 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung

## Amt für Soziales: Sozialdienst

Der Sozialdienst informiert, berät und unterstützt in vielen Angelegenheiten: z.B. Grundsicherung, finanzielle Notlagen, persönliche Krisen, Vermittlung von Begleit- und Besuchsdiensten, Wohnen im Alter, häusliche Versorgung, Antragshilfe etc.

**Kontakt:** Tel. 9018-42 415/-42 421, asd@ba-mitte.berlin.de

Auf Wunsch auch Hausbesuche.

Müllerstraße 146, Rathaus Wedding, 3. OG, Zi. 356 – 368

Offene Sprechzeiten: Dienstag + Donnerstag 9 -13 Uhr

## Pflegewerk Sozialstation Wedding

Die Sozialstation berät zu allen Themen rund um die häusliche Pflege und übernimmt Pflegetätigkeiten in den eigenen vier Wänden der älteren Kunden.

Kontakt:

Sozialstation Wedding, Osloer Str. 106, **Antje Lobinski**,

Tel. 45 47 83-0, wedding@medinet-berlin.de

## Quartiersmanagementbüros (QM)

Wer sich für die Belange älterer Menschen im Stadtteil engagieren möchte, kann sich an die vier QMs wenden, die im Gesundbrunnen aktiv sind. Dort können Ideen eingebracht und Informationen eingeholt werden oder man kann sich in den Stadtteilgremien beteiligen.

Kontakt:

**QM Brunnenviertel-Ackerstraße**, Jasmunder Straße 16,

Tel. 40 00 73 22, brunnenviertel-ackerstrasse@stern-berlin.de

**QM Brunnenviertel-Brunnenstraße**, Swinemünder Str. 64,

Tel. 46 06 94 50, qm-brunnenstrasse@list-gmbh.de

**QM Badstraße**, Bellermannstraße 81,

Tel. 22 19 09 00, qm-badstrasse@list-gmbh.de

**QM Soldiner Straße**, Koloniestraße 129,

Tel. 49 91 25 41, qm-soldiner@urbanplan.de

Netzwerk Aktiv im Alter in Gesundbrunnen

# Bunter Herbst Veranstaltungskalender



# Netzwerk „Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“

Das Netzwerk „Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“ ist ein Zusammenschluss von Einrichtungen, Projekten, Ehrenamtlichen und älteren Menschen, die gemeinsam zur **Verbesserung der Situation älterer Menschen im Gesundbrunnen** aktiv sind.

**Am Netzwerk** beteiligen sich Vertreter und Vertreterinnen von Beratungs- und Freizeiteinrichtungen für Ältere, Pflegeeinrichtungen, Sportvereine, die bezirkliche Seniorenvertretung und Quartiersmanagementbüros.

**Ziel** des Netzwerkes ist ein stärkerer Austausch untereinander, eine bessere Abstimmung von Angeboten, die den Bedürfnissen älterer Menschen entsprechen. Die Themen „Aktivität und Mobilität im Alter“ sowie „Bündelung von Information und Austausch“ standen bisher im Vordergrund gemeinsamer Aktivitäten. **Für eine erfolgreiche Arbeit benötigt das Netzwerk unbedingt die Erfahrungen der älteren Menschen selbst.** „Aktiv im Alter in Gesundbrunnen“ lädt deshalb Bewohner und Bewohnerinnen aus dem Gesundbrunnen dazu ein, das Netzwerk kennen zu lernen und sich aktiv mit einzubringen.

Kontakt: **Stadtteilkoordination Gesundbrunnen**, NachbarschaftsEtage Fabrik Osloer Straße e.V., Osloer Straße 12, 13359 Berlin, **Maika Janssen**, Tel. 49 39 042, [stadtteilkoordination@nachbarschaftsetage.de](mailto:stadtteilkoordination@nachbarschaftsetage.de)

## BUNTER HERBST

### Fortlaufende Angebote Nov.-Dez. 2016:

			Ort	Kontakt
Mo	14.11. - 19.12.	13:00 - 14:00	Rentenberatung der SeniorenInnenvertretung Mitte	Arbeiterwohlfahrt (AWO) Hochstädter Straße Edwin Scherner, Tel. 90 18 32 733
Mo	14.11. - 12.12.	17:00 - 19:00	KiezSportlotsin informiert. Wöchentliche Sprechstunde (kostenlos, ohne Voranmeldung): Information und persönliche Beratung zu Sport- und Bewegungsangeboten in Ihrer Nähe in Gesundbrunnen	"TimeOut", Putbusser Str. 28 (Ecke Ramlerstraße) Susanne Bürger Tel. 0157 33 28 13 28
Di	8.11. - 13.12.	09:00 - 12:00	Beratungsstelle für behinderte und krebserkrankte Menschen (BA Mitte) Offene Sprechstunde	Bezirksamt Mitte von Berlin, Gesundheitsamt
Di	8.11. - 20.12.	09:00 - 13:00	Allgemeiner Sozialer Dienst (BA Mitte) Soziale Beratung	Rathaus Wedding, Müllerstr. 146 / 3. OG, Zi 356 - 368, Tel. 90 18-42 415 / 90 18-42 421 asd@ba-mitte.berlin.de
Di	08.11. - 13.12.	15:00 - 16:30	Sport im Park "Bewegung ist Leben", für alle ab 50 Jahren mit Natalia im Fritz-Schloss-Park	Treffpunkt: Eingang Turmstr/ Ecke Rathenower Straße Katrin Germonprez, Tel. 78 95 85 50, germonprez@bwgt.org
Di	8.11. - 13.12.	16:00 - 17:00	Diabetikergruppe	Lazarus Haus Berlin Bernauer Straße 115 Peggy Zimmermann, Tel. 46 705-263,
Mi	9.11. - 14.12.	10:00 - 12:00	Nachbarschaftsfrühstück. Nette Nachbarn treffen und ganz nebenbei erfahren, was so los ist im Brunnenviertel	Stadtteilladen Brunnenviertel e.V. Beate Chudowa, info@brunnenviertel.de
Mi	9.11. - 21.12.	18:30 - 20:00	Sport im Park. Fitness für Frauen. Jogging, Walking, Kräftigung und Stretching für Frauen egal welchen Alters mit Lea-Yasemin	Treffpunkt: Gustav-Meyer-Allee, Ecke Brunnenstraße
Do	10.11. - 15.12.	09:00 - 12:00	Beratungsstelle für behinderte und krebserkrankte Menschen (BA Mitte). Telefon-Sprechstunde für Mobilitätseingeschränkte	Bezirksamt Mitte von Berlin, Gesundheitsamt Tel. 90 18-45 181 oder 90 18-43 287 bfb@ba-mitte.berlin.de
Do	10.11. - 22.12.	09:00 - 13:00	Allgemeiner Sozialer Dienst (BA Mitte) Soziale Beratung	Rathaus Wedding, Müllerstr. 146 / 3. OG, Zi 356 - 368, Tel. 90 18-42 415 / 90 18-42 421 asd@ba-mitte.berlin.de
Do	10.11. - 15.12.	11:00 - 12:00	Wirbelsäulengruppe Teilnahme kostenlos, lediglich kleiner Beitrag zur Raummiete	Lazarus Haus Berlin Peggy Zimmermann, Tel. 46 705-263
Fr	11.11. - 16.12.	10:00 - 11:30	Fit im Alter Bewegung und Koordination trainieren	Gemeinschaftsraum SOPHIA Servicewohnen, Ackerste.116 Humanistischer Verband, Fr. Richter/ Fr. Pöthke, Tel. 61 39 04 96
Fr	11.11. - 16.12.	18:00 - 21:00	Proben des Nachbarschaftsensembles	Olof-Palme-Zentrum Jürgen Bonk, Tel. 0171 99 70 343 bonk@theater-spiel-schule.de
			Trauercafé im Haus Lazarus Das Trauercafé ist eine offene Gruppe, für Menschen, die in ihrer Trauer nicht allein sein möchten. Bitte um Anmeldung.	Haus Lazarus Lydia Röder, Tel. 467 052 76, lazarushospiz-l.roeder@lobetal.de

### Angebote November -Dezember 2016

			Ort	Kontakt
Mi	9.11	15:00	Vortrag "Medikamente"	Grüntaler Treff, Grüntaler Straße 21 Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V., Dorothea Reinhardt, Tel. 49 33 677
Mi	9.11	15:30 - 17:00	Reform der Pflegeversicherung 2017: Was ändert sich konkret? Bitte um Anmeldung.	Paul-Gerhardt Stift, Großer Saal Müllerstraße 56-58 Dietmar Kruschel, Tel. 45 94-11 01, pflegestützpunkt@egzb.de
Do	10.11	14:00 - 16:00	Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige Sprechzeiten Mo 10 - 12 Uhr, Di 16 - 18 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung bitte vorher anmelden.	Kontaktstelle Pflegeengagement Sven Kirschke, Tel. 22 19 48 58, pflegeengagement@stadtrand-berlin.de
Do	10.11	16.30 - 19.00	Projektmesse. Die geförderten Projekte aus den QM-Gebieten Brunnenviertel-Ackerstraße und Brunnenviertel-Brunnenstraße stellen sich vor	Familienzentrum Wattstraße Quartiersmanagements Brunnenviertel qm-brunnenstrasse@list-gmbh.de brunnenviertel-ackerstrasse@stern-berlin.de
Mo	14.11	18:00 - 19:30	Digitaler Nachlass: rechtliche Einordnung und Möglichkeiten der Vorsorge" mit Dominik Hüren (Notarassessor), Eintritt kostenlos	Lazarus Haus Berlin, Bernauer Str. 115, Haupteingang, Festsaal Förderverein Lazarus Hospiz e.V., Tel. 46 705-278
Di	15.11	13:00 - 14:00	Allgemeine Beratung der SeniorenInnenvertretung Mitte	Rathaus Tiergarten SeniorInnenvertretung Mitte, Elke Schilling, Tel. 90 18-32 733
Mo	21.11	14:00 - 14:30	Chinesische Gymnastik Teilnahme kostenlos	Gemeinschaftsraum SOPHIA Servicewohnen, Ackerstr.116 Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V., Dorothea Reinhardt, Tel. 49 33 677
Mo	21.11	14:30	Freizeitgruppe Gartenplatz (60+) Raus aus der Hängematte – rein in die Aktivität"	Gemeinschaftsraum SOPHIA Servicewohnen, Ackerstr.116 Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V., Dorothea Reinhardt, Tel. 49 33 677
Mi	23.11	15:30 - 17:00	Reform der Pflegeversicherung 2017: Was ändert sich konkret? Bitte Anmeldung.	Pflegestützpunkt Mitte Reinickendorfer Str. 61, Dietmar Kruschel, Tel. 45 94-1101, pflegestützpunkt@egzb.de
Mo	5.12	14:00 - 14:30	Chinesische Gymnastik Teilnahme kostenlos	Gemeinschaftsraum SOPHIA Servicewohnen, Ackerstr.116 Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V., Dorothea Reinhardt, Tel. 49 33 677
Mo	5.12	14:30	Freizeitgruppe Gartenplatz (60+) Raus aus der Hängematte – rein in die Aktivität"	Gemeinschaftsraum SOPHIA Servicewohnen, Ackerstr.116 Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V., Dorothea Reinhardt, Tel. 49 33 677
Mo	5.12	15:30 - 17:00	Reform der Pflegeversicherung 2017: Was ändert sich konkret? Bitte um Anmeldung.	Fabrik Osloer Straße e.V., Alte Werkstatt, Osloer Str. 12, Dietmar Kruschel, Tel. 45 94-11 01, pflegestützpunkt@egzb.de
Do	8.12	10:00 - 13:00	Netzwerktreffen "Aktiv im Alter in Gesundbrunnen" Wir wollen den Alltag für ältere Menschen im Gesundbrunnen verbessern - und freuen uns über weitere Teilnehmer	Pflegewerk Sozialstation Wedding, Osloer Str.106/107 Maika Janssen, Tel. 493 90 42, stadtteilkoordination@nachbarschaftsetage.de
Do	8.12	14:00 - 16:00	Gesprächsgruppe für pflegende Angehörige Sprechzeiten Mo 10 - 12 Uhr, Di 16 - 18 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung bitte vorher anmelden.	Kontaktstelle Pflegeengagement Sven Kirschke, Tel. 22 19 48 58, pflegeengagement@stadtrand-berlin.de
Mo	12.12	18:00 - 19:30	Filmabend: Das Herz von Jenin, Dokumentarfilm über den Palästinenser Ismail Kathib, der die Organe seines von israelischen Soldaten erschossenen Sohns an israelische Kinder spendete, Eintritt kostenlos	Lazarus Haus Berlin, Haupteingang, Festsaal Förderverein Lazarus Hospiz e.V., Tel. 46 705-278
Mo	19.12	14:30	Chinesische Gymnastik Teilnahme kostenlos	Gemeinschaftsraum SOPHIA Servicewohnen, Ackerstr.116 Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V., Dorothea Reinhardt, Tel. 49 33 677
Mo	19.12	14:00 - 14:30	Freizeitgruppe Gartenplatz (60+) Raus aus der Hängematte – rein in die Aktivität"	Gemeinschaftsraum SOPHIA Servicewohnen, Ackerstr.116 Selbst-Hilfe im Vor-Ruhestand e.V., Dorothea Reinhardt, Tel. 49 33 677
Di	20.12	13:00 - 14:00	Allgemeine Beratung der SeniorenInnenvertretung Mitte	Rathaus Tiergarten SeniorInnenvertretung Mitte, Elke Schilling, Tel. 90 18-32 733

Foto: Dominique Hensel



Gefördert durch:

