

Stadtteilplan Gröpelingen

Schutzgebühr:
€ 2,50



Beratungs-
und Stadtteil-
führer

Oslebshausen
Ohlenhof
Lindenhof
Gröpelingen

für ältere Menschen

| Plan X | Stadtpläne für Ältere |

Stadtteilplan Gröpelingen für ältere Menschen

2. überarb. Auflage
November 2013
5.000 Ex.

kostenlos erhältlich:
in Einrichtungen und Gemeinden,
bei Dienstleistern und Geschäften
im Stadtteil



Quartier am
**Oslebshausener
Bahnhof**

- +
- +

- BSAG-Depot
s. Planquadrat 27
- Straßenbahn-/Buslinie
- Haltestelle
- Fußgängerüberweg
- öffentliche WCs*
 nette Toilette*

* Öffnungszeiten beachten!

- Kath. Kirche
St. Josef**
- Am
Oslebshausener Park**
- Bürgerhaus
Oslebshausen**

ca. 500 m = 10-15 min zu Fuß



Liebe GröpelingerInnen und OslebshauerInnen,

der Ihnen jetzt vorliegende Stadtteilplan für ältere Menschen in Gröpelingen und Oslebshausen wurde neu aufgelegt!

Neu ist vor allem daran, dass er um die stadtteilrelevanten Angebote aus dem Beratungsführer für ältere Menschen im Bremer Westen erweitert wurde.

Damit erhalten Sie jetzt einen ausführlichen und informativen Wegweiser und Ratgeber für eine zunehmend aktivere Lebensphase im Alter. Gerade wenn hier und da Hilfen benötigt werden, gibt die Broschüre wertvolle Anregungen und Tipps damit umzugehen.

Lassen Sie sich neugierig machen, entdecken und nutzen Sie die vielfältigen Angebote im Stadtteil, die ein selbstbestimmtes Leben im Alter unterstützen.
Ihre

Uerike Palen

Ortsamtsleiterin

Vorwort	2	Interessensvertretung, Informationen	31
Einrichtungen in Gröpelingen	4	Impressum, Hinweise	32

Naherholung	6	Bewegung und Sport	18
schöne Plätze und Treffs	6	Bouleplätze	19
Spielplätze	7	Sporthallen, s. Stadtplan	
Kleingartengebiete	7	Info & Beratung	20
Café-Treffs & Cafés	8	Krankenhaus	23
Treffs und offene Angebote	9	Apotheken, s. Stadtplan	
Kultur- und Bildungsangebote	10	Notfalldienste	23
kreative und kulturelle Angebote	13	Gesundheitsdienstleister Eigene Einträge	23 24
Mittagstisch	14	Tagespflege	26
Wochenmarkt	16	Pflegedienste (mit Büro vor Ort)	26
Postfilialen	16	Wohnen	28
Briefkasten, s. Stadtplan		Wohnen und Pflege Kurzzeitpflege	30 31
Verkaufsstellen BSAG-Tickets	16	weitere hilfreiche Adressen	32
Ausgabestellen Gelber Sack	16	Polizei	32
Gröpelinger Geschäfte	17	(Raum für) eigene Eintragungen	35
Bremer Tafel	17		

Ein Stadtteilplan eigens für ältere Menschen? Meinen Stadtteil kenne ich doch schon in- und auswendig, denken vielleicht viele von Ihnen. Doch diese Mappe glänzt nicht nur durch eine altersgerechte Schriftgröße, sondern – wie der Stadtteil Gröpelingen selbst – durch die vielen hier verzeichneten Angebote und Tipps (nicht nur) für ältere Menschen.

Gesammelt haben wir sie in den Gröpelinger Einrichtungen und Gemeinden – und bei etlichen Ihrer Altersgenossinnen und Altersgenossen aus dem Stadtteil. Sicher ist auch für Sie die eine und andere interessante und neue Anregung dabei. Wir wünschen viel Freude beim Entdecken und sagen:

Ganz herzlichen Dank an all die Mitbürgerinnen und Mitbürger, die mit ihren Wünschen, Ideen und Tipps zu diesem Stadtteilplan beigetragen haben!

Das Redaktionsteam
(s. letzte Seite)

Yalnız yaşlı insanlara hitap eden bir semt planı mı? İçinizden mutlaka „Ben semtimi karış karış bilirim“ şeklinde düşünenler olacaktır. Buna rağmen elinizde tutmakta olduğunuz bu plan yaşlılara uygun bir yazı boyutunun yanı sıra içerdiği, Gröpelingen semtine has ve yalnız yaşlı insanlara hitap etmeyen zengin etkinlikler ve tavsiyeler ile dikkat çekmektedir.

Burada verilen tüm bilgiler, Gröpelingen semtinde bulunan kurum ve kuruluşlar ile bu semtte ikamet etmekte olan yaşlılarınız ile yapılan görüşmeler doğrultusunda elde edilmiştir. Bu plan mutlaka sizin de ilginizi çekecek ilginç ve yeni bilgiler içermektedir. Sizlere keyifli keşifler dilerken sözlerimizi şu şekilde bitirmek isteriz:

Vermiş oldukları bilgiler, tavsiyeler ve dile getirmiş oldukları istekler ile bu semt planına katkıda bulunan tüm halkımıza canı gönülden teşekkür ediyoruz!

Redaksiyon Ekibi (bakınız son sayfa)




Die Ortsteile von Gröpelingen (Der Ortsteil In den Wischen liegt außerhalb der Karte)

Das Thema **Barrierefreiheit** findet in diesem Stadtteilplan leider (noch) keine Berücksichtigung. Denn zum Zeitpunkt seiner Erstellung lagen für diesen Stadtteil noch keine offiziellen Datensammlungen (bzgl. Gebäude sowie öffentliche Wege und Straßen) vor. Selbstverständlich verfügen viele Einrichtungen bereits über einen rollstuhlgerechten Zugang. Im Zweifelsfall raten wir, direkt nachzufragen.


- 1 Diese Ziffer verweist auf den folgenden Seiten auf den Standort der Anbieter (Planquadrat im Stadtplan).
- 1 Bu rakam ilerideki sayfalarda etkinliği sunan kurumun/ kuruluşun bulunduğu yere işaret etmektedir (semt planı içerisindeki kare).

Einrichtungen in Gröpelingen


Aufsuchende Altenarbeit Gröpelingen

 Gröpelinger Heerstraße 228
(Stiftungsdorf Gröpelingen)
Tel. 696 805 44
www.aufsuchende-altenarbeit.de


Bremer Volkshochschule | West

 Gröpelinger Heerstraße 226
(Stiftungsdorf Gröpelingen)
Tel. 361-8208
www.vhs-bremen.de

Bürgerhaus Oslebshausen e.V.

 Am Nonnenberg 40
Tel. 64 51 22
<http://buergerhaus-oslebshausen.bremer-buergerhaeuser.de>

Dienstleistungszentrum Gröpelingen


 Gröpelinger Heerstraße 248
Tel. 69 14 266
www.awo-bremen.de

Gesundheitstreffpunkt West


 Lindenhofstraße 53. Tel. 61 70 79
www.gtp-west.de

Der Gesundheitstreffpunkt West ist Kontaktstelle des „Arbeitskreis Älter werden im Bremer Westen“


Nachbarschaftshaus Helene Kaisen – na'

 Beim Ohlenhof 10
Tel. 69 14 580
www.nachbarschaftshaus-bremen.de


Quartiermanagement

 Wohlers Eichen
Wohlers Eichen 41
Tel. 460 72 81 oder 361 146 70


29 Gröpelingen

 Stuhmer Straße 4
Tel. 22 22 89 014
www.soziale.stadt.bremen.de

Stadtbibliothek West

 Lindenhofstraße 53
Tel. 361 146 70
www.stadtbibliothek-bremen.de

Stiftungsdorf Gröpelingen


 Elbinger Straße 6.
Tel. 38 04-0
www.bremer-heimstiftung.de


ZIS – Zentrum für Migranten und

 interkulturelle Studien
Gröpelinger Heerstraße 228
(Stiftungsdorf Gröpelingen)
Tel. 38 03 071. www.zis-tdi.de

Religiöse Gemeindezentren

Evangelische Gemeinde Gröpelingen und Oslebshausen

 Gemeinde-Service-Büro:
Lindenhofstraße 18
Tel. 61 40 01. www.evggo.de


 Nikolaikirche
Ritterhuder Heerstr. 1-3

 Andreaskirche
Lütjenburgerstr. 20

Katholische Kirche St. Josef

 Alter Heerweg 37
Tel. 62 00 90 40
www.st-marien.de


Fatih Moschee

 Stapelfeldtstraße 9
Tel. 61 00 602
www.fatih-moschee.de

Mevlana Moschee

 Lindenhofstraße 33-35
Tel. 616 05 20
www.islam-bremen.de

Alevitisches Kulturzentrum

 Riedemannstraße 5
Tel. 61 28 14

weitere wichtige Adressen

Eigene Einträge

Naherholung

- 14–38** Grünzug West
von Oslebshausen bis Walle
- 14–34** Gröpelinger Sportmeile
www.groepelinger-sportmeile.de
- 14** Skulpturenpark
der JVA Oslebshausen
- 15** Oslebshausener Park
- 23** Park am Diako
"Adelenpark"
- 32** Weserpromenade und Weserinsel
(Shipyards Island)
- 35** Grünzug Dockstraße

in Gröpelingens Nachbarschaft

- 39** Waller Park



schöne Plätze und Treffs zum Draußensitzen

- 10** Marktplatz Oslebshausen
- 15** Bürgerhaus Oslebshausen e.V.
- 26** Spielplatz Stoteler Straße
- 29** Gemeinschaftshaus
Stuhmer Straße
- 31** Stiftungsdorf Gröpelingen
- 35** Marktplatz Gröpelingen

Friedhöfe

- 10** **Friedhof Oslebshausen**
Ritterhuder Heerstraße 3
- 27** **Friedhof Gröpelingen**
Gröpelinger Heerstraße 262

in Gröpelingens Nachbarschaft

Friedhof Walle

 2 | 10 bis *Waller Friedhof*

Spielplätze

- 6** Reiherstraße
- 6** Auf den Heuen
- 11** Wohlers Eichen
- 15** Am Nonnenberg
- 23** Adelenstraße
- 26** Stoteler Straße
- 29** Greifswalder Platz
- 36** Liegnitzplatz
- 36** Gohgräfenstraße
- 39** Waller Park

Natur und Tiere

- 17** Erlebnisfarm Ohlenhof
Maria-Krüger-Straße
- 23** ApfelKULTURparadies
Basdahler Straße 11
Infos unter: Tel. 61 97 727
- 29** Streichelzoo „Wilder Westen“
Stuhmer Straße 2

Kleingartengebiete/-vereine

Bauernweide

Tel. 0151 - 12 60 35 07

Blüh auf e.V.

Tel. 0160 - 56 04 186

Gartenfreunde am Mittelwischweg e.V

Tel. 61 53 81

Gute Gemeinschaft

Tel. 616 54 48

Morgenland e.V.

Tel. 22 29 29 75

Türkisch sozialer Kleingärtnerverein

Tel. 61 41 47

Waller Marsch

Tel. 39 55 67

Café-Treffs

in Einrichtungen und
Beschäftigungsprojekten

21 Hofcafé
(kein Frühstück)
Schwarzer Weg 92
Mo-Fr, 9.30-17 Uhr, Sa+So, 14-17 Uhr

**26 Bewohner/innentreff
Rostocker Straße**
Rostocker Straße 46
jeden 1. Sonntag im Monat, 14-17 Uhr

**29 Gemeinschaftshaus
Stuhmer Straße**
Stuhmer Straße 2
Mo -Fr 8.30-11 + 15-17.30 Uhr

30 Café na'
Frühstück nur mit Anmeldung
Beim Ohlenhof 10. Mo-Fr, 9-18 Uhr

**31 café brand
Stiftungsdorf Gröpelingen**
Gröpelinger Heerstraße 226
Mo-Fr 8-18 Uhr (Frühstück bis 11 Uhr)

31 balance lokal
Lindenhofstraße 34
Mo-Fr, 8-14 Uhr
Anmeldung für Gruppen erwünscht
unter Tel. 61 60 420

Cafés

[Gröpelinger Geschäftsleute empfehlen sich](#)

10 Café Schnack (Am Oslebsh.Park)
Oslebshauer Landstraße 18
Mo 8.30-14.30, Di-So 8.30-18 Uhr



Treffs und offene Angebote

in Einrichtungen, Adressen s.S. 4-5

**10 31 Ev. Gemeinde Gröpelingen
und Oslebshausen**
Frauen-/Männerkreise, Seniorennach-
mittag, Spielenachmittag, Handarbeits-
treff, Teestübchen für Frauen,
Tagesausflüge, Freizeiten

**15 Kath. Kirchengemeinde
St. Josef**
Seniorengruppe 65+, Handarbeitsgruppe

15 Bürgerhaus Oslebshausen e.V.
Begegnungsstätte mit wechselndem
Programm. Klönschnack mit Musik

30 Nachbarschaftshaus – na'
Offener Treff, Skatgruppe,
Kartenspielgruppe, Spielenachmittage

31 ZIS | Stiftungsdorf Gröpelingen
Erzählcafé, Interkultureller
Gesprächskreis. Offene Treffen zum
Thema „Hilfen im Alter“, auch mit
türkischsprachiger Leitung

**31 Stadtbibliothek West
& Plattdöutsche Vereen Gröpeln**
Plattdeutsche Klönschnackrunde

[weitere Angebote](#)

10 Seniorenzentrum am Oslebsh. Park
Seniorennachmittag, Bingo
Oslebshauer Landstr. 20, Tel. 33 60 742

25 Bei uns
Handarbeitsgruppe, Malen, Spie-
leabend (generationsübergreifend)
Breitenbachhof 5, Tel. 69 64 84 88

**26 Bewohner/innentreff
Rostocker Straße**
Frauengruppe international
Rostocker Straße 46, Tel. 644 78 620

**29 Gemeinschaftshaus
Stuhmer Straße**
Interkulturelle Frauengruppe
Stuhmer Straße 2, Tel. 361 93 20

38 TURA Bremen e.V
Tagesfahrten und Urlaubsreisen
Lissaer Straße 60, Tel. 61 34 10

Kultur- und Bildungsangebote

in Einrichtungen, Adressen: s. Stadtplan

15 **Bürgerhaus Oslebshausen e.V.**
Theatergruppe, Handarbeitsgruppe,
Computerkurse

30 **Nachbarschaftshaus
Helene Kaisen – na'**
Gedächtnistraining, PC-Kurse.
Filmvorführungen, Musikveranstaltungen,
Lesungen

31 **café brand im
Stiftungsdorf Gröpelingen**
Musikalische Nachmittage

Gröpelingen im Radio

De Plattsnuten Live-Magazin
in plattdeutscher Sprache
Mi ab 18 Uhr, alle 4 Wochen,
s. www.radioweser.tv | 101,85 MHz

na so was Bürgerfunk
Mi, 11 Uhr | 92,5 MHz

31 **Bremer Volkshochschule
Stiftungsdorf Gröpelingen**
Sprachkurse, Handy-Seminare
sowie generationsübergreifende Kurse

31 **Stadtbibliothek West**
Romane (auch in Großdruck),
Sachbücher und Zeitschriften, Bücher
zum Download (eBooks) und Hör-
bücher, Spiel- und Sachfilme (DVD),
Musik-CDs und Spiele
*ermäßigte Ausweise für Rentner/innen
sowie: Medienbox Seniorenarbeit
(Bücher, CDs, Spiele, DVDs) für Institu-
tionen, die aktiv mit Senioren arbeiten.*

31 **ZIS | Stiftungsdorf Gröpelingen**
PC-Club für Zugewanderte
über 60, Interkultureller Gesprächs-
kreis für Frauen aus aller Welt

Gröpelingen im Internet

www.groepelingen.bremen.de
www.groepelingen.de
www.ortsamtwest.bremen.de/

weitere Angebote

10 **Seniorenzentrum am
Oslebshauer Park**
Gesprächsrunden („Dorfgespräch“)
zu verschiedenen Themen
Oslebshauer Landstraße 20,
Tel. 33 60 742

19 **DIAKO Gesundheitsimpulse**
Bildungsurlaube zu verschiedenen
Themen
Gröpelinger Heerstraße 406-408

23 **Ev. Diakonissenmutterhaus**
Gröpelinger Barock,
Musik in der Emmaus-Kirche
Adelenstraße 68, Tel. 61 02 36 00

32 **Kultur vor Ort e.V.**
Stadtteilführungen in Gröpelin-
gen, Überseestadt und Innenstadt
Kunstaussstellungen (im Atelierhaus
Roter Hahn)
*Kartenvorverkaufsstelle für Konzerte,
Flussfahrten, Sportveranstaltungen
(AD Ticket)*
Liegnitzstraße 63, Tel. 619 77 27



vhs
Bremer Volkshochschule

**über
2.500 Kurse
– da ist bestimmt
etwas für Sie dabei!**

www.vhs-bremen.de
Tel. 361-12345 . info@vhs-bremen.de

32 **Geschichtswerkstatt Gröpelingen
e.V.** Filmvorführungen, Stadtteil-
führungen, Gesprächs-/Dia-Abende zur
Stadtteilgeschichte
Hermann-Prüser-Str. 4
Tel. 61 48 15

36 **Plattdütsche Vereen Gröpel
von 1921 e.V.**
Veranstaltungen und Zusammenkünfte
zur Pflege der Plattdeutschen Sprache
Leuthener Straße 23
Tel. 61 48 56



Gröpelingen im Buch

Bandel, Wolfgang:

Kindheit eines Gröpelner Jung

– Wie ich als Kind und Jugendlicher den Zweiten Weltkrieg im Bremer Westen (üb)erlebte. Pille, 2011

Geschichtswerkstatt Gröpelingen e.V.

Noch mehr Döntjes und Klönschnack

weitere Geschichten und Erinnerungen aus Bremen. 2010

13 x Gröpelingen

Streifzüge durch einen Stadtteil im Aufbruch. Ed. Temmen, 2000

Böttcher, Franz:

Zur Geschichte Oslebshausens

Stahmann, 1976

Wilhelm, Frauke:

Die Taschen waren voller Geld

Hafen- und Rotlichtgeschichten von der Bremer „Küste“ in den 50er und 60er Jahren. Ed. Temmen, 2011

Kulturladen Gröpelingen

Von Istanbul nach Gröpelingen

Alltag in der Lindenhofstrasse
Fotoausstellung über Einwanderung und Leben in Bremen. 1992

kreative Angebote

in Einrichtungen, Adressen: s. S. 4

15 **Bürgerhaus Oslebshausen e.V.**
Keramik

30 **Nachbarschaftshaus – na'**
Aquarell- und Seidenmalerei

31 **Bremer Volkshochschule
Stiftungsdorf Gröpelingen**
Malkurse für Ältere

31 **ZIS | Stiftungsdorf Gröpelingen**
Mal- und Zeichenkurs für Frauen
aus aller Welt, Marmorieren

weitere Angebote

19 **DIAKO Gesundheitsimpulse**
Therapeutisches Malen
Gröpelinger Heerstraße 404-408
Tel. 6102-2101

21 **Bewohnertreff „Zur Düne“**
verschiedene kreative Angebote
Zur Düne 2, Tel. 536 96 45



eigene Einträge _____



Mittagstisch

in Einrichtungen, Adressen: s.S. 4-5

15 Kath. Kirchengemeinde St. Josef

Alter Heerweg 37a

Mi, 12.30-15.30 Uhr

Anmeldung erforderlich unter:

Tel. 70 28 98

31 café brand Stiftungsdorf Gröpelingen

Gröpelinger Heerstraße 226

Mo-Fr 12-14.30

31 Bremer Heimstiftung & café brand Stiftungsdorf Gröpelingen

Gröpelinger Seniorentisch

(bei Bedarf mit Begleitung für den

Hin- u. Rückweg)

Mo-Fr 12-14.30

Anmeldung erforderlich unter:

Tel. 69 19 478

weitere Mittagstischangebote

23 Ev. Diakonissenmutterhaus

Adelenstraße 26

Mo-Fr 12-13.30 Uhr

Sa+So 12-13 Uhr (auch feiertags)

29 Suppenküche „Wilder Westen“

Stuhmer Straße 2

Mo-Fr 12 -13 Uhr

31 balance lokal

Lindenhofstraße 34

Mo-Fr, 12.30-14 Uhr

Anmeldung für Gruppen erwünscht:

Tel. 61 60 420

35 Ella-Ehlers-Haus

Dockstraße 20

ab 12 Uhr. Anmeldung erforderlich:

Tel. 61 87-0

Bringdienste / Essen auf Rädern

von gemeinnützigen Einrichtungen

Ev. Diakonissenmutterhaus

Bremen e.V.

Adelenstraße 26. Tel. 61 02 36 11

Bremer Essen auf Rädern

(AWO, PARITÄT, DRK, CARITAS)

Tel. 38 38 18



Mittagstisch in Restaurants

Gröpelinger Geschäftsleute empfehlen sich

10 Café Schnack (Am Oslebsh.Park)

Oslebshäuser Landstraße 18

Mo 8.30-14.30, Di-So 8.30-18 Uhr

39 Parthenon I

Bremerhavener Straße 267-269

Mo-So, 12-14.30 + 17.30-24 Uhr

36 Parthenon II

Liegnitzstraße 38

Fr+So 12-14.30, Di-Sa 17.30-24 Uhr

Wir wünschen unseren Bewohnerinnen und Bewohnern, unseren Gästen und Ihnen daheim



**allzeit
guten Appetit!**

Ev. Diakonissenmutterhaus
Adelenstr. 68 (im Adelenpark) | Tel. 61 0236 11
Pflegeheim | Mittagstisch | Essen auf Rädern

Griechisches Restaurant

PARTHENON



**Herzlich
willkommen!**

Bremerhavener Str. 267-269, Tel. 616 80 40
Liegnitzstraße 38, Tel. 398 88 14

Einkaufen

Wochenmärkte

10 Regine-Hildebrand-Platz
Mi, Fr 8-13 Uhr

35 Pastorenweg
Di, Do, Sa 8-13 Uhr

Postfilialen | Verkaufsstellen

- 9** Schragestraße 4
- 21** Schwarzer Weg 84
- 31** Lindenhofcenter
- 32** AG Weserstr. 3 (Waterfront)
- 35** Gröpelinger Heerstr. 119

Briefkästen

- 2** **10** **11** **15** **18** **27** **34**
- 35** **36** **38** **39**

T BSAG Ticketverkauf

27 BSAG Fundbüro BSAG-Depot

Tickets im Einzelhandel

- 9** Schragestraße 4-12
- 10** Oslebshauer Landstr. 15
- 18** Oslebshauer Heerstr. 22
- 22** Heidbergstraße 109
- 22** Gröpelinger Heerstr. 382A
- 27** Gröpelinger Heerstr. 300
- 31** Lindenhofstraße 2a
- 32** AG Weserstr. 3 (Waterfront)
- 38** Gröpelinger Heerstraße 39

G Ausgabestellen Gelber Sack

- 9** Schragestraße 4
- 10** Oslebshauer Landstraße 30
- 22** Gröpelinger Heerstr. 382a
- 27** Kap-Horn-Straße 3
- 30** Gröpelinger Heerstr. 195
- 31** Lindenhofstr. 36

Bremer Tafel

21 Schwarzer Weg 92
Information: 69 67 58 86
Mo-Fr 15-16.30

Geschäfte

[Gröpelinger Geschäftsleute empfehlen sich](#)

Supermarkt mit Lieferservice

38 **1** Nahkauf
Seewenjestraße 77
Mo-Sa, 7-20 Uhr

Mode

26 **2** Moden Strauss
Gröpelinger Heerstraße 291
Mo-Fr 10-18, Sa 10-13 Uhr
Tel. 61 15 63



Gröpelingen.de

Hier erhältlich:

- Bürgerhaus Oslebshausen
- Cafe Brand
- CopyPlus
- Torhaus-Nord
- Nachbarschaftshaus Helene Kaisen

Gröpelingen Marketing e.V.





Bewegung und Sport

in Einrichtungen Adressen: s.S. 4-5

15 Bürgerhaus Oslebshausen e.V.
Sitzgymnastik

30 Nachbarschaftshaus Helene
Kaisen – na'
Yoga, Gymnastik, Qigong

31 TURA im
Stiftungsdorf Gröpelingen
Sitzgymnastik (Mitgliedschaft erford.)

31 Gesundheitstreffpunkt West
wechselnde Bewegungsangebote
auch für Ältere

in Sportvereinen

CSV Fit fürs Leben e.V.

10 Standort Oslebshausen Landstr. 20:
Rehasport Orthopädie u. Neurologie

21 Standort Schwarzer Weg 94 A:
Rehasport Orthopädie u. Neurologie.
Kraftraum, Fitness, Tischtennis
Tel. 61 90 150

13 Sportverein
Grambke-Oslebshausen e.V.
Rehasportangebote und mehr
Sperberstraße 3-5, Tel. 644 93 61

38 TURA Bremen e.V.
GesundheitsWerkstatt: Boule,
Rücken-Fitness, Gymnastik, Seniorensport,
(Nordic) Walking, Autogenes Training,
Sturzvorbeugung, Qigong, Yoga, Sportstudio.
Reha-Sport (Herz, Lunge, Orthopädie;
Sport nach Schlaganfall; Sport in der
Krebsnachsorge)
Lissaer Straße 60. Tel. 61 34 10

weitere Angebote

19 DIAKO Gesundheitsimpulse
Nordic Walking 55+, Zumba Gold,
Muskelaufbau, Wassergymnastik
Gröpelinger Heerstraße 404-408
Tel. 6102-2101

26 Bewohner/innentreff
Rostocker Straße
Gymnastik für Frauen, Tanz & Bewegung
Rostocker Straße 46
Tel. 6447 8620


umsonst und draußen

Gröpelinger Sportmeile
Bewegungsparcour im Grünzug West
www.groepelinger-sportmeile.de

Bouleplätze

35 ① Gohgräfenstraße

38 ② Lissaer Straße (TURA)

 **Sporthallen** (Schulen | Sportvereine)
s. Stadtplan

in Gröpelingens Nachbarschaft:

Westbad Hallen- und Freibad

 2 | 10 bis Waller Friedhof

Für ein gesundes Leben in einem lebendigem Stadtteil



**Beratung | Information | Selbsthilfe
| Stadtteilaktivitäten**

Lindenhofstr. 53 | Tel. 61 70 79
www.gtp-west.de



Gesundheitstreffpunkt West

Info & Beratung

in Einrichtungen: Adressen, s.S. 4-5

11 29 Quartiermanagement Wohlers Eichen + Gröpelingen

Unterstützung und Begleitung der Stadtteil- und Quartierentwicklung, Förderprogramme: WiN, Soziale Stadt, LOS, Stadtteilgruppe.

27 Dienstleistungszentrum Gröpelingen

- Beratung:
rund um häusliche Versorgung und Hilfen für ältere Menschen
- Information und Vermittlung:
zu/von Nachbarschaftshilfe, häusliche Pflege, Hausnotruf, Essen auf Rädern, Wohnen
- Gesprächskreis:
für pflegende Angehörige

30 Nachbarschaftshaus Helene Kaisen – na'

Sozialberatung, Infoveranstaltungen zu verschiedenen Themen

31 Aufsuchende Altenarbeit Gröpelingen

Gesundheits- und Sozialberatung für ältere Menschen, auch in türkischer Sprache: Hausbesuche und Vermittlung ehrenamtlicher Begleiter/innen

31 Gesundheitstreffpunkt West

Allgemeine Gesundheitsinformationen und Veranstaltungen, Beratung zur Lebensbewältigung im Alter

31 Kontaktstelle für ältere Migrantinnen und Migranten in Bremen (im ZIS)

Beratung zu Altenhilfethemen und Unterstützung durch Seniorenbegleiter/innen

[weitere Angebote in / für Gröpelingen](#)

Nachbarschaftsbörsen

Hilfe beim Ausfüllen von Anträgen u.a.

11 Wohlers Eichen 41
Tel. 460 72 81

29 Stuhmer Straße 2
Tel. 361-9320

11 **Schlichten in Nachbarschaften**
Täter-Opfer-Ausgleich Bremen
Wohlers Eichen 57, Tel. 79 28 28 96

19 **DIAKO Gesundheitsimpulse**
Beratung zu Ernährung, Vorträge zu gesundheitlichen Themen
Gröpelinger Heerstraße 404-408
Tel. 6102-2101

21 **Bewohnertreff Zur Düne**
Beratung und Informationen, versch. gesundheitsfördernde Angebote
Zur Düne 2, Tel. 536 96 45

26 **Bewohner/innentreff
Rostocker Straße**
Mieterberatung, Umweltlotsen
Rostocker Straße 46, Tel. 644 78 620

35 **DIKS** (s. auch S. 22)
Beratung und Austausch für Angehörige von Demenzkranken
a) in der Seniorenwohnanlage Hirschberger Str. 15-17. Tel. 34 11 65
b) für türkischsprachige Familien im Ella-Ehlers-Haus, Tagespflege Dockstr. 20, Tel. 01525- 604 88 69

36 **Bewohner/innentreff Mosaik**
Mieterberatung
Liegnitzstr. 26, Tel. 644 78 620 (Info)

38 **TURA Bremen e.V**
Vorträge zu gesundheitlichen Themen. Einzelberatung in den Bereichen Bewegung, Entspannung/ Stressreduktion.
Lissaer Straße 60, Tel. 61 34 10

39 **Behandlungszentrum West**
Tagesklinik West des Klinikums Bremen Ost. Beratung/Hilfen bei psychiatr. Erkrankungen u. Suchtproblemen
Gröpelinger Heerstraße 104-106
Tel. 222 14 10

Sozialzentrum West

- Beratung u. Unterstützung im Rahmen von Existenzsicherung und Asyl,
- Grundsicherung im Alter,
- Hilfen zur Gesundheit und zur Pflege
- Eingliederungshilfen,
- sonstige Hilfen in bes. Lebenslagen
Hans-Böckler-Str. 9
Tel. 361-16892



2 | 10 bis Lloydstraße

Fortsetzung Info & Beratung

weitere Angebote in Bremen

Ambulante Versorgungsbrücken e.V.

Information & Beratung zu Krankenhaus-aufenthalt und Genese, Anleitung/Hilfe zur Selbsthilfe, Wohlfühlrufe
Humboldtstraße 126, Tel. 38 09 734

DIKS Demenz Informations- und Koordinationsstelle

individuelle und kostenlose Beratung, Angehörigengruppe
Auf den Häfen 30-32, Tel. 7902-73/-30

Help-Line

Telefonberatung für pflegende Angehörige und ältere Menschen
Tel. 79 48 498

Pflegestützpunkte

Beratung und Hilfe zum Thema Pflege
Einkaufszentrum Haven Hööv
Tel. 69 62 41-0
Einkaufszentrum Berliner Freiheit
Tel. 69 62 42-0

Krankenhaus

21 **DIAKO –**
Ev. Diakonie-Krankenhaus


Gröpelinger Heerstraße 406-408
Tel. 61 02-0

Apotheken

Standorte: s. Stadtplan
in den Planquadraten

9 **10** **14** **18** **22** **26**
31 **34** **38**

Ärztlicher Notfalldienst

St.-Jürgen-Straße 1
Tel. 1 92 92
 2|3 | 10 bis St. Jürgen-Straße

Zahnärztlicher Notfalldienst

Tel. 1 22 33

Hausnotruf

Information und Adressen beim
Dienstleistungszentrum Gröpelingen
s.S. 20

Gesundheitsdienstleister

Gröpelinger Dienstleister/innen empfehlen sich

Hörgeräte

26 **1** **audiohansa**

Gröpelinger Heerstraße 275
Mo-Fr 9-13 + 15-18 Uhr

Reha, Ergotherapie, Massage

23 **2** **Ergotherapie Schlegel**

Bobath-Therapie
Adelenstraße 68, Tel. 83 94 338

35 **3** **Reha West**

Renate Luitjens, Michael Leimke
Goosestraße 18. Tel. 61 77 75



Hörsysteme
audio.hansa
hören - verstehen - erleben

Gutschein

über 1 Satz Hörgeräte-Batterien

Zeigen Sie einfach diese Anzeige
in einem unserer Geschäfte vor.

Gröpelinger Heerstr. 275, Tel. 64 47 79 00
Wartburgstr. 71, Tel. 578 90 580
Mo-Fr 9-13 Uhr + 15-18 Uhr



Ärzt/innen

www.bremen.de/gesundheit_und_
soziales/aerztesuche

Weitere Gesundheitsdienstleister

www.bremen.de > Bremen > Suche

Eigene Einträge

Tagespflege

10 **Tagespflege Oslebshausen** Sozialwerk der Freien

Christengemeinde
Mo-Fr, 8-16 Uhr
für Menschen mit körperlichen,
seelischen und dementiellen
Erkrankungen. 18 Plätze
Oslebshauer Landstraße 18
Tel. 33 60 750

21 **Tagespflege Ohlenhof** Sozialwerk der Freien

Christengemeinde
Mo-Fr, 8-16 Uhr
für Menschen mit Demenz.
18 Plätze
Schwarzer Weg 92d
Tel. 61 90 186

35 **Ella-Ehlers-Haus, Tagespflege** AWO ambulant gGmbH

Mo-Fr, 8-16 Uhr
für Menschen mit körperlichen und
dementiellen Erkrankungen. 13 Plätze
Dockstraße 20
Tel. 61 87 105

Pflegedienste

mit Büros vor Ort

9 **AHB West**
Am Oslebshauer Bahnhof 13
Tel. 43 685 990

10 **Annabelle Gesundheitsdienste**
Oslebshauer Heerstraße 132a
Tel. 64 40 064

10 **Paritätische Pflegedienste**
Oslebshauer Landstraße 8-12
Tel. 460 900 90

14 **Hauskrankenpflege**
Claudia Lange GmbH
Oslebshauer Heerstr. 112a
Tel. 63 95 437

21 **IHP Karin Burwitz GmbH**
Schwarzer Weg 78
Tel. 691 83 22

27 **AWO ambulant gGmbH**
Gröpelinger Heerstraße 248
Tel. 691 42 71

31 **Zentrale Pflege Bremen**
(Stiftungsdorf Gröpelingen)
Gröpelinger Heerstraße 228
Tel. 691 83 32

31 **Die Pflege –**
Mobiler Dienst Bremen gGmbH
Gröpelinger Heerstraße 193
Tel. 95 92 988

weitere Bremer Pflegedienste

siehe: www.seniorenlotse.bremen.de

Eigene Einträge

Wir bieten mehr als Pflege.

- Pflege
- Betreuung
- Alltagshilfen
- Hausnotruf
- Gesundheitskurse



Die Einsatzstelle in Ihrer Nähe:
Oslebshausen ☎ 460 900 90
www.ppd-bremen.de

Rufen Sie uns an!

 **PARITÄTISCHE PFLEGEDIENSTE**

 **Gepflegt zu Hause gGmbH**
Tel. 0421 / 22 32 4-0

Wir ermöglichen Selbstständigkeit.



- ∴ Hilfe im Haushalt
- ∴ Begleitung bei Arztbesuchen
- ∴ Unterstützung bei der Körperpflege
- ∴ Medikamentenversorgung
- ∴ Dekubitus- und Wundversorgung
- ∴ u.a.

www.ambulante-pflege-bremen.de

Tagespflege
seit 1983

WEIL GEMEINSAM
EINFACH MEHR GEHT!



Unser Service für Sie:

- **Seniorenwohnungen**
- **Tagespflegen**
- **Pflegeeinrichtungen**




SOZIALWERK DER FREIEN CHRISTENGEMEINDE


Tel.: 0421-64 90 00/www.sozialwerk-bremen.de

Beratung Wohnen

Zentrale Fachstelle Wohnen
(Amt für Soziale Dienste)

Vermittlung von alten- und behindertengerechten Wohnungen
Bahnhofsplatz 29, Tel. 361 – 8551
 10 bis Hauptbahnhof

kom.fort. e.V.

Beratung für barrierefreies Wohnen
Landwehrstraße 44, Tel. 79 01 10
 2 | 10 bis Haferkamp

 **Wohnen**

Senioren- und behindertenfreundliche Wohnanlagen

- 9 Seniorenhaus Oslebshausen**
Convivo Unternehmensgruppe
20 Wohnungen, B-Schein erforderlich
Am Oslebshauer Bahnhof 2
Tel. 63 929 0
- 10 Christliches Seniorenzentrum am Oslebshauer Park**
Sozialwerk der Fr. Christengemeinde
61 Wohnungen, tw. B-Schein erforderl.
Büro: Oslebshauer Landstraße 20
Tel. 33 60 742
- 21 Seniorenwohnanlage Ohlenhof**
Sozialwerk d. Fr. Christengemeinde
10 Wohnungen
Humannstraße 69, Tel. 61 90 269
- 21 Wohnanlage Auf der Düne**
Bremische BBG
51 Wohnungen. B-Schein erforderlich
Auf der Düne 1-13, Tel. 27 77 40

- 23 Ev. Diakonissenmutterhaus**
14 Wohnungen
Adelenstraße 68, Tel. 61 02 36 00
- 31 Stiftungsdorf Gröpelingen**
Bremer Heimstiftung
59 Wohnungen, tw. B-Schein erforderl.
Elbinger Straße 6, Tel. 38 04-0
- 35 Seniorenwohnanlage Hirschberger Str. AWO ambulanz gGmbH**
53 Wohnungen, B-Schein erforderlich
Hirschberger Str. 15-17, Tel. 691 42 66

- 35 Seniorenwohnanlage Goosestraße AWO Bremen**
148 Wohnungen
Goosestraße 16/20/22,
Tel. 79 02 64
- Senioren- und behindertenfreundliche (Einzel-)Wohnungen**
- www.brebau.de
www.gewoba.de
s. auch:
www.barrierefrei-wohnen-bremen.de



BREBAU

Unser Serviceangebot für ältere Mieterinnen und Mieter

Betreut Wohnen zu Hause

-  Haushaltshilfe
-  Pflegedienst
-  Einkaufsservice
-  Menüservice
-  24-Stunden-Hausnotruf
-  Freizeitaktivitäten

Tel. 3 49 62-0
Mo bis Do 9-17 Uhr

Schlachte 12/13, 28195 Bremen
www.brebau.de



Wohnen und Pflege

Einrichtungen

9 Seniorenhaus Oslebshausen Convivo Unternehmensgruppe

58 Einzelzimmer + 5 Wohnungen*

* B-Schein erforderlich

Am Oslebshauer Bahnhof 2

Tel. 63 92 90

10 Heimstätte am Oslebshauer Park Sozialwerk d. Fr. Christengemeinde

66 Einzel- und 2 Doppelzimmer

Oslebshauer Landstraße 20

Tel. 33 60 742



21 Heimstätte Ohlenhof Sozialwerk d. Fr. Christengemeinde

42 Einzel- und 12 Doppelzimmer, davon
21 Plätze für Menschen mit Demenz.

Schwarzer Weg 98

Tel. 61 90 250

23 Ev. Diakonissenmutterhaus 85 Einzelzimmer, davon 26 für

Menschen mit Demenz.

Adelenstraße 68

Tel. 61 02 36 00

34 Haus Seewenje Convivo Unternehmensgruppe

30 Einzel- und 19 Doppelzimmer für
Menschen mit Demenz.

Gnesener Staße 6, Tel. 222 580

35 Ella-Ehlers-Haus AWO ambulant gGmbH

64 Einzel-, 20 Doppelzimmer.

Dockstraße 20, Tel. 61 87-0

Kurzzeitpflege

9 Seniorenhaus Oslebshausen Convivo Unternehmensgruppe

Am Oslebshauer Bahnhof 2

Tel. 63 92 90

10 Heimstätte am Oslebshauer Park Sozialwerk d. Fr. Christengemeinde

Oslebshauer Landstraße 20

Tel. 33 60 742

18 Reha-Zentrale DIAKO gem. GmbH Gröpelinger Heerstraße 406-408

Tel. 61 02 51 00

21 Heimstätte Ohlenhof Sozialwerk d. Fr. Christengemeinde

Schwarzer Weg 98, Tel. 61 90 250

24 Haus Seewenje Convivo Unternehmensgruppe

für Menschen mit Demenz

Gnesener Staße 6, Tel. 222 580

35 Ella-Ehlers-Haus AWO ambulant gGmbH

Dockstraße 20, Tel. 61 87-0



**Rundum gut
aufgehoben.**

**Ella-Ehlers-Haus –
Stationäre Pflege, Kurzzeit- oder
Tagespflege in guter Gemeinschaft
Dockstraße 20 · Telefon 61 87-0
www.awo-bremen.de**

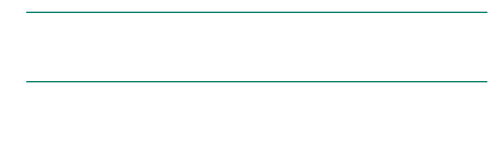
Wohnen und ambulante Pflege

31 Wohn-Gemeinschaft Stiftungsdorf Gröpelingen

Ambulante Pflege Bremer Heimstiftung

Elbinger Straße 6

Tel. 38 04 110



Weitere hilfreiche Adressen

P Polizeireviere


9 Am Oslebshauer Bahnhof 21
Tel. 362-0

32 Gohgräfenstraße 49
Tel. 362-0

Notruf: 110


Ortsamt West

Waller Heerstraße 99. Tel. 361-8470

 2 | 10 bis *Gustavstraße*

Melde- und Ausweisangelegenheiten nur im BürgerServiceCenter

Pelzerstraße

 2 | 3 bis *Obernstraße*

Zentrale Behördennummer: 115

Direkter Zugang zu Auskünften über
Leistungen der öffentlichen Verwaltung

Kleiderkammern

21 Kleiderkammer des Sozialwerks
der Freien Christengemeinde
Büro: Schwarzer Weg 98
Tel. 61 90 268

Kleiderkammer der Nachbarschafts-
börse im Volkshaus
Hans-Böckler-Straße 9. Tel. 361-8236

Forum Ältere Menschen Bremen e.V.

- Ausweise (ab 60 J.) zum ermäßigten
Eintritt in 4 Bremer Kinos
 - Präventionsveranstaltungen in Zu-
sammenarbeit m.d. Kriminalpolizei
 - Beratung zu: Neues Wohnen im
Alter, gemeinschaftl. Wohnprojekte
- Hans-Böckler-Str. 9 (Volkshaus)
Tel. 361 – 86 182

 2 bis *Lloydstraße*

Bürgerschaftliches Engagement

In vielen, in diesem Stadtteilplan auf-
geführten sowie in weiteren Gröpelinger
Einrichtungen und Projekten kann man
sich ehrenamtlich engagieren.
Einen Überblick über Freiwilligenstellen
gibt es (für ganz Bremen) bei der

Freiwilligen-Agentur Bremen

www.freiwilligen-agentur-bremen.de
Dammweg 18-20. Tel. 34 20 80

Interessensvertretung und Information

in Gröpelingen

Beirat Gröpelingen

Dieter Adam , Tel. 61 70 37

Seniorenvertretung Gröpelingen

Ilse Bitomsky, Tel. 61 62 487

Helmut Kasten, Tel. 61 18 58

Holger Schmidt, Tel. 616 30 76

Arbeitskreis

Älter werden im Bremer Westen

c/o Gesundheitstreffpunkt West

Lindenhofstraße 53

Tel. 61 70 79

Bewohnerbeteiligung:

WiN-Foren

Diskussion über Ideen und Projekte
im und für das Quartier

Wohlers Eichen:

Tel. 460 72 81 o. 361 146 70

Gröpelingen:

Tel. 22 22 89 014



für ganz Bremen

Seniorenvertretung Bremen

Bahnhofplatz 29, Tel. 361–6769

Fachstelle Alter der Bremischen Evangelischen Kirche | forum Kirche

Hollerallee 75, Tel. 346 15 15

Seniorenlotse (Bremer Internetportal)

www.seniorenlotse.bremen.de

www.wheelmap.org

Internetstadtplan: rollstuhlgerechte Orte
suchen und eintragen

Impressum

Herausgeber & Redaktion edition axent und der Arbeitskreis Älter werden im Bremer Westen

Konzeption, Gestaltung © axent, Ines Hillmann

Fotos

© Bremer Heimstiftung, Gesundheitstreffpunkt West, ZIS. Titelfoto: Nicole Küpke

Stadtplan © Landesamt GeoInformation, Bremen

Das Redaktionsteam hat nach bestem Wissen recherchiert. Trotzdem können sich Fehler eingeschlichen haben, für die keine Haftung übernommen werden kann. Hinweise und Korrekturen sind stets willkommen.

Das Werk, einschließlich seiner Teile, ist urheberrechtlich geschützt. Jede urheberrechtsrelevante Verwertung ist ohne Zustimmung von edition axent nicht gestattet.

© Ines Hillmann | edition axent | Bremen
www.editionaxent.de

Druck neue **Perspektiven**, Bremen
Verarbeitung Werkstatt Nord gGmbH,
Osterholz-Scharmbeck

2. überarb. Auflage: 5.000 Ex.
November 2013

Das könnte man aber besser machen!

Haben Sie Verbesserungsvorschläge zu diesem Stadtplan oder zur Situation der älteren Menschen im Stadtteil Gröpelingen? In allen auf Seite 4-5 aufgeführten Einrichtungen liegen dazu Fragebögen für Sie aus. Sie können sich gerne auch direkt an die Herausgeber/innen wenden:

edition axent Ines Hillmann
Schlachte 45, 28195 Bremen
Tel. 16 50 350
ines.hillmann@editionaxent.de

Arbeitskreis Älter werden im Bremer Westen

c/o Gesundheitstreffpunkt West
Astrid Gallinger.
Lindenhofstraße 53, 28237 Bremen
Tel. 61 70 79
a.gallinger@gtp-west.de

Der Stadtteilplan ist kostenlos erhältlich in allen auf den Seiten 4-5 aufgeführten Einrichtungen sowie bei vielen Gröpelingen Dienstleistern und Geschäften.

Hinweis: Dieser Stadtteilplan entstand im Rahmen des Projektes **Bremer Stadtteilpläne für ältere Menschen**. Basiskonzept: edition axent, Ambulante Versorgungsbrücken e.V., Gesundheitstreffpunkt West und Fachstelle Alter im forum Kirche.

<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
	_____		_____
	_____		_____
	_____		_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
	_____		_____
	_____		_____
	_____		_____
<input type="checkbox"/>	_____	<input type="checkbox"/>	_____
	_____		_____
	_____		_____
	_____		_____

**Das Redaktionsteam
Redaksiyon Ekibi**

Astrid Gallinger
 Klaus von Hahn
 Gabriele Jungwirth
 Sabine Kruse
 Irmtraud Pommer
 Sabine Schöbel

vom
*Arbeitskreis Älter werden
 im Bremer Westen*

und

Ines Hillmann
 von *edition axent*

Herausgeber/innen:

edition
axent



Mit freundlicher Unterstützung von

win Wohnen in
Nachbarschaften

**Beirat
Gröpelingen**



Ev. Gemeinde Gröpelingen
und Oslebshausen
unterstützt durch die
BREMISCHE EVANGELISCHE KIRCHE

axent'

Dieser Stadtteilplan wurde Ihnen überreicht durch