

# Hamburg besucht

Freiwillige Besuchs- und Begleitdienste stellen sich vor



# Inhalt

Grußwort	5
Was machen Besuchs- und Begleitdienste? - In leichter Sprache	6
Interview mit einer Besuchsdienst-Koordinatorin	8
Erläuterung der Piktogramme	11
Übersicht über die Besuchs- und Begleitdienste in Hamburg	12
Freiwilligenagenturen in Hamburg	52
Fortbildungen für freiwillig Engagierte	52
Pflegestützpunkte in Hamburg	52
Bezirkliche Seniorenberatungen	54
Seniorentreffs	54
Seniorentreffs mit Internetcafé und Smartphone und Tablet-Lernkurse	55
Angebote für Menschen ab 50+ mit Migrationshintergrund	56
Kulturangebote im Rahmen der Besuchs- und Begleitdienste	56
Hamburg besucht. Ein kurzes Schlußwort	58
Impressum	59



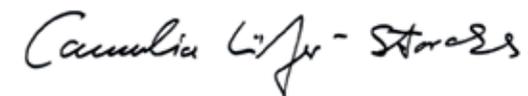
## Grußwort

Sehr geehrte Damen und Herren,

im Alter, bei Krankheit oder einer Behinderung können manche Menschen ihre häusliche Umgebung nur noch eingeschränkt selbstständig verlassen. Das kann die Einschränkung von sozialen Kontakten zur Folge haben. Wenn Kinder und Angehörige außerdem nicht in der Nähe leben, droht manchmal sogar die Vereinsamung. Freiwillige Besuchsdienste sind eine gute Möglichkeit, den Kontakt zum gesellschaftlichen Leben zu pflegen und sich ein Stück der Außenwelt und von Zwischenmenschlichkeit ins Haus zu holen. Mit dieser Broschüre liegt die erste hamburgweite Zusammenstellung von Angeboten ehrenamtlicher Besuchsdienste für ältere, behinderte oder kranke Menschen vor.



Die Besuchsdienste sprechen in ihrer Verschiedenheit Menschen mit unterschiedlichen sozialen Bedürfnissen an. Sie bieten nicht nur die Möglichkeit, sich besuchen zu lassen, sondern laden auch dazu ein, sich selber zu engagieren. Hamburg fördert diese Möglichkeiten der Begegnung, so dass all diese Angebote kostenlos bereitgestellt werden können. Allerdings sind Besuchs- und Begleitdienste in dieser Breite nur durch den Einsatz vieler ehrenamtlicher Menschen möglich. Ihnen gilt mein besonderer Dank für ihr soziales Engagement.

A handwritten signature in black ink that reads "Cornelia Prüfer-Storcks".

Cornelia Prüfer-Storcks  
Präsidentin der Behörde für Gesundheit und Verbraucherschutz

# Was machen Besuchs- und Begleitdienste? In leichter Sprache

## Wer sind die freiwilligen Besuchs- und Begleitdienste?

Die Besuchs- und Begleitdienste sind Einrichtungen in Hamburg. Dort können sich Menschen melden, die gern Besuch bekommen möchten. Und es können sich Menschen melden, die gern zu anderen Menschen hingehen. Die Besuchs- und Begleitdienste vermitteln zwischen diesen beiden Menschen. Sie bringen die Menschen zusammen, die Besuch zu Hause bekommen möchten und zu Ihnen hingehen. Warum gibt es Besuchs-Dienste? In Hamburg gibt es viele einsame Menschen. Sie haben keine Familie oder Freunde. Manche Menschen können ihre Wohnung nicht verlassen, weil sie krank sind. Oder weil sie eine Behinderung haben. Für diese Menschen gibt es Besuchs- und Begleitdienste. Besuchs- und Begleitdienste vermitteln Freiwillige, die mit einsamen Menschen Zeit verbringen.

## Wo besuchen wir die einsamen alten Menschen?

Unsere Freiwilligen besuchen Menschen an verschiedenen Orten. Zum Beispiel

- zu Hause
- im Krankenhaus
- in Alten-Pflegeheimen
- in Sterbehäusern

## Was machen wir bei einem Besuch?

Unsere Freiwilligen helfen Menschen, am Leben teilzunehmen. Sie begleiten Menschen bei Ausflügen. Sie reden mit ihnen oder lesen etwas vor. Oder sie hören zu. Die Freiwilligen sind aber keine Pfleger oder Haushalts-Hilfen. Sie betreuen nicht beruflich. Dafür gibt es andere Dienste. Wie können Sie Besuch bekommen? Es gibt viele Besuchs- und Begleitdienste in Hamburg. Sie finden die Adressen in diesem Heft auf den Seiten 12 bis 51. Sprechen Sie mit einem Besuchs- und Begleitdienst. Der Besuchs- und Begleitdienst kümmert sich dann darum, dass ein Freiwilliger zu Ihnen kommt.



Möchten Sie als Freiwilliger bei einem Besuchs- und Begleitdienst mitmachen? Möchten Sie andere Menschen besuchen und deshalb bei einem Besuchs- und Begleitdienst arbeiten? Sprechen Sie mit den Besuchs- und Begleitdiensten, die in diesem Heft vorgestellt werden.

Sie können auch im Internet einen Besuchs- und Begleitdienst finden.

Zum Beispiel auf dieser Webseite: [www.hamburg.de/besuchsdienste](http://www.hamburg.de/besuchsdienste)

## Was bekommen Freiwillige für die Arbeit bei den Besuchs-Diensten?

Die Freiwilligen bekommen für die Besuche bei den meisten Einrichtungen Geld für ihre Fahrtkosten. Ihre Arbeit für den Besuchs- und Begleitdienst wird versichert. Sie können sich mit anderen Freiwilligen austauschen. Und sie können sich für die Arbeit im Besuchs- und Begleitdienst ausbilden lassen. Die Freiwilligen werden bei Problemen unterstützt. Sie haben einen festen Ansprechpartner.

Haben Sie Interesse? In jedem Stadt-Bezirk von Hamburg gibt es einen Besuchs-Dienst. Auf den Seiten 12 bis 51 finden Sie einen Besuchs- und Begleitdienst in Ihrer Nähe! Rufen Sie dort an! Machen Sie mit!

# Interview mit einer Besuchsdienst-Koordinatorin

**Sehr geehrte Frau M., schildern Sie uns doch bitte, wie es dazu kam, dass Sie in einem Besuchsdienst tätig wurden und diesen inzwischen zusätzlich auch koordinieren.**

Bis vor vier oder fünf Jahren war mir nicht bekannt, dass es in Hamburg überhaupt Besuchsdienste gibt. Irgendwann erzählte mir aber meine damals 80-jährige Nachbarin begeistert, dass sie jetzt regelmäßig Besuch erhalte und sie auch gemeinsame Ausflüge planten. Das hatte ihre Schwiegertochter auf den Weg gebracht. Ich ging dann vor drei Jahren in Pension und hatte auf einmal sehr viel freie Zeit. Ich habe mich bei einer Freiwilligenagentur erkundigt, welche Angebote es in meiner Gegend gibt. Mit Kindern zu arbeiten, hätte zu sehr an meine Berufstätigkeit angeknüpft; Kranke oder Sterbende zu unterstützen, hätte ich mir nicht zugetraut. Einen regelmäßigen, dauerhaften Kontakt zu einer alten Dame zu pflegen, schien mir lohnend und interessant – und das war es dann auch.

**Welche Erfahrungen haben Sie zu Beginn ihrer Tätigkeit als Ehrenamtliche gemacht?**

Nun, bevor ich meinen ersten eigenen Kontakt pflegte, wurden wir darüber informiert, was uns im Großen und Ganzen erwartet, welche Probleme auftauchen könnten, wie der rechtliche Rahmen ist usw.. Zu Beginn tauchen ja doch viele Fragen auf, wie man z.B. mit dieser oder jener Situation umgeht. Außerdem waren Referenten eingeladen, die das nicht zum ersten Mal machten, und uns – mir zumindest – einen Großteil meiner Unsicherheit nahmen, ob ich mir das wirklich zutrauen kann und soll.

**War es dann in der Praxis wie erwartet? Welche Erfahrungen haben Sie zu Beginn ihrer Tätigkeit als Ehrenamtliche gemacht?**

Ich hatte das Glück, dass meine erste ältere Besuchspartnerin – im Laufe der Zeit ist eine Art Freundschaft entstanden – schon Erfahrungen mit dem Besuchsdienst hatte. Wir haben viele Gespräche geführt, um uns gegenseitig

kennenzulernen und herauszufinden, welche Aktivitäten uns beiden Spaß machen würden. Schönes Wetter haben wir immer genutzt, um kleine Spaziergänge zu machen. Frau F. hat sich damals trotz Rollator nicht mehr getraut, die Wohnung alleine zu verlassen, nachdem sie mehrfach Schwindelanfälle hatte. Das war auf Dauer natürlich keine Lösung. Jedenfalls ist sie inzwischen in ein Pflegeheim nach Bayern gezogen, in die Nähe ihres Sohnes. Danach habe ich Frau M. regelmäßig besucht, häufig nahm an unseren Treffen und Ausflügen auch noch ihre Freundin teil. Leider ist sie im letzten Jahr verstorben. Seit vergangenem Jahr bin ich zwar als Koordinatorin für unseren Besuchsdienst tätig, aber für mich ist selbstverständlich weiterhin meine Besuche zu machen, um sozusagen den Kontakt zur Basis nicht zu verlieren.

**Wie soll man sich den Kontakt zur Basis in der Praxis vorstellen?**

Es geht vor allem um einen menschlichen Kontakt, eine Beziehung zu einem anderen Menschen, den man normalerweise gar nicht kennengelernt hätte. Die Vereinzelung und Vereinsamung ist in einer Stadt wie Hamburg teilweise schon recht heftig. Der familiäre Zusammenhalt kann heutzutage oft gar keine Stütze mehr sein, gar nicht mehr tragen, weil die Kinder und Enkel in alle Winde verstreut leben – wenn überhaupt Kinder und Enkel vorhanden sind. Ehepaare genügen sich oft selbst und pflegen kaum freundschaftliche Beziehungen – wenn dann einer von beiden stirbt, gibt es oft kein Umfeld, das den oder die Hinterbliebene auffängt. Viele sind auch in ihrem Berufsleben total eingespannt, haben keine Energie, sich ein privates Umfeld aufzubauen, und irgendwann wird es dann sehr schwer, neue Kontakte zu knüpfen. Und das Angenehme bei unserer Tätigkeit ist auch, dass wir eben keine Vorgeschichte mit den Besuchten haben, keine alten Familienstreitigkeiten oder Vorurteile oder Klischees belasten uns in unserem Umgang, keine evtl. übersteigerten Erwartungen werden an uns gestellt. Das erleichtert die gegenseitige Akzeptanz und Toleranz ungemein.

## Und was für Probleme tauchen auf?

Ich habe eben gesagt, dass keine übersteigerten Erwartungen an uns gestellt werden – das ist natürlich nicht in allen Fällen so. Wir sind in dem, was wir tun können, aber begrenzt. Wir übernehmen keine Arbeiten im Haushalt, wir sind keine Therapeuten, keine Schuldnerberater, und eine freiwillige Tätigkeit kann auch schnell ein Ende finden, wenn einem nicht der nötige Respekt entgegengebracht wird. Aber in der Vielzahl der Fälle, das höre ich auch aus anderen Besuchsdiensten, sind die Besuchspartnerinnen froh und dankbar für die Abwechslung, die wir ihrem Alltag bieten. Aber im Einzelfall kann es auch vorkommen, dass man eben einfach nicht harmoniert, das ist ja im ganzen Leben so.

## Was sind denn Ihre Aufgaben als Koordinatorin?

Ich bin für die sogenannte Einsatzplanung verantwortlich, bemühe mich darum, neue Ehrenamtliche zu gewinnen, organisiere regelmäßige Schulungen und Informationsveranstaltungen und Treffen, zahle die Aufwandsentschädigung aus, schreibe Berichte – aber mein Hauptanliegen ist, für alle Beteiligten ein offenes Ohr zu haben. Ich bin auch gerne zur Vermittlung bereit, wenn es zu Missverständnissen kommt. Und ich versuche, unser Angebot ein Stückweit mit anderen Angeboten des Vereins zu verzahnen. Konkret: Wenn unsere Seniorengruppe zur großen Weihnachtsfeier einlädt, dann sind meine Leute auch eingeladen, ebenso zu allen geführten Ausstellungsbesuchen und Ausflügen ins Umland usw. – das nennt man Synergieeffekt, oder?

## Erläuterung der Piktogramme

Damit Sie auf einen Blick erfassen können ob ein Besuchs- und Begleitdienst für Sie in Frage kommt haben wir die einzelnen Angebote mit Piktogrammen versehen.



Es finden Besuche Zuhause statt



Es finden Besuche in Einrichtungen statt



Kostenloses Angebot



Kostenpflichtiges Angebot (Kosten pro Besuche, auch abrechenbare Kosten und Mitgliedsbeiträge)



Kosten über Pflegegrad abrechenbar



Für Menschen ab einer bestimmten Altersstufe



Es finden Freizeit- u. Kulturangebote statt

# Aktion Augen auf!

## AWO Stiftung Aktiv für Hamburg



Aktiv in den Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte



**W**ir bringen ältere, einsame, einkommensschwache und/oder pflegebedürftige Menschen in ihrer Häuslichkeit mit einer ehrenamtlichen Person unseres Projektes in Kontakt.

Unser wohnortnaher Besuchsdienst leistet den älteren Menschen Gesellschaft und unterstützt sie bei den unterschiedlichsten Aktivitäten, je nach deren individuellen Möglichkeiten und Bedürfnissen.

In der Regel findet einmal pro Woche ein Treffen statt.

Wir sind aktiv in den Stadtteilen: Altona-Nord, Barmbek-Nord, Eimsbüttel, Lokstedt, Steilshoop und Stellingen

**Aktion Augen auf!**  
**AWO Stiftung Aktiv für Hamburg**

Lenzweg 24  
22529 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 24184961  
E-Mail: [eimsbuettel@aktionaugenauf.de](mailto:eimsbuettel@aktionaugenauf.de)  
Webseite: [www.aktionaugenauf.de](http://www.aktionaugenauf.de)



# Blinden- und Sehbehinderten- Seelsorge der Nordkirche



Die Blinden- und SehbehindertenSeelsorge der Nordkirche kümmert sich um Menschen mit Sehbeeinträchtigungen und unterstützt sie, ihr Leben unter den neuen Bedingungen zu meistern. Unsere seelsorgerische Beratung beinhaltet praktische Lebenshilfe und das Finden neuer Lebensqualität.

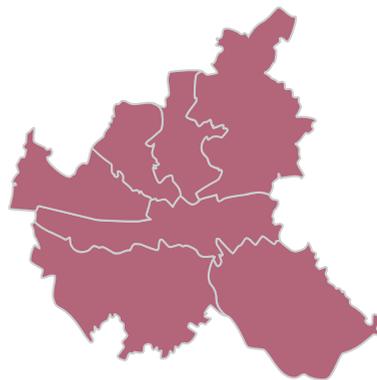
Wir bieten Hilfe beim Bewältigen des Alltags: zum Beispiel beim Einkaufen und Spaziergehen, durch die Begleitung zum Arzt oder in den Gottesdienst.

Neben der individuellen Unterstützung blinder und sehbehinderter Menschen bieten wir zahlreiche Veranstaltungen und Unternehmungen in der Gruppe an, zum Beispiel: Kaffeenachmittage, einen Kochtreff, Ausflüge, Wanderungen und Tandemfahrten. Mehrtägige Freizeiten runden unser Angebot ab.



## Aktiv in den Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



## Blinden- und SehbehindertenSeelsorge der Nordkirche

Königstr. 52  
22767 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 30620-1051  
E-Mail: [blindenseelsorge@seelsorge.nordkirche.de](mailto:blindenseelsorge@seelsorge.nordkirche.de)





Unsere ehrenamtlichen Besuchs- und Begleitdienste besuchen SeniorenInnen und demenziell erkrankte Menschen im eigenen Zuhause und in verschiedenen Einrichtungen des DRK. Sie begleiten die Damen und Herren bei Spaziergängen, Einkäufen und weiteren Besorgungen und stehen für Vorlesen, Zuhören, Spielen und vieles mehr zur Verfügung. Reine Krankenhausbesuchsdienste sind im Universitätskrankenhaus Eppendorf und im Bundeswehrkrankenhaus Wandsbek tätig. Auch hier werden Gespräche geführt, Spaziergänge unternommen oder kleine Besorgungen erledigt. Die Ehrenamtlichen werden von den jeweiligen DRK-Einrichtungen

eingearbeitet und begleitet. Die Angebote der Besuchs- und Begleitdienste in den Bezirken variieren. Kontakte:

**Bergedorf:** Berit-C. Rühl,  
Tel. 040-399 9570,  
info@drk-sst-lohbruegge.de

**Eimsbüttel:** Tel. 040-411 706 0,  
info@drk-eimsbuettel.de

**Harburg:** Rosa Schlottau,  
Tel. 040-7660 9264,  
r.schlottau@drk-harburg.hamburg

**Nord:** Kerstin Römhildt,  
Tel. 040-470 656,  
roemhildt@drk-hamburg-nord.de

**Wandsbek:** Karin Tippach,  
Tel. 040-6570 041,  
homepageanfragen@drk-wandsbek.de



#### Aktiv in den Bezirken:

- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Bergedorf
- Harburg



#### DRK Landesverband Hamburg e.V.

Behrmanplatz 3  
22529 Hamburg

#### Kontakt:

Telefon: 040 / 411 706 0

E-Mail: info@drk-eimsbuettel.de

Webseite: www.drk-hamburg.de



# Freunde alter Menschen e.V.



Niemand möchte gerne alleine und isoliert leben. Genau das ist aber für viele alte Menschen in Hamburg traurige Realität. Für mobile Menschen gibt es viele Möglichkeiten soziale Kontakte herzustellen. Für alte Menschen, die oft nicht mehr mobil sind, ist das viel schwieriger. In Hamburg leben etwa 65.000 alleinstehende Menschen über 75 Jahren. Meist blieben sie zurück, als ihre Ehepartner starben. Viele von ihnen sind von Einsamkeit bedroht oder betroffen. Freunde alter Menschen stiften deshalb Besuchspartnerschaften zwischen jungen und alten Menschen.

Unsere Freiwilligen besuchen regelmäßig einen alten Menschen. Jede Besuchspartnerschaft wird von unseren Mitarbeitern fachlich begleitet.

Wir setzen uns für dauerhafte Freundschaften ein, die auf gegenseitigem Respekt aufbauen. Wir finden in persönlichen Gesprächen heraus, wer gut zusammenpassen könnte. Freunde alter Menschen e.V. ist eine internationale Freiwilligenorganisation. In Deutschland sind über 400 Freiwillige für 550 Alte Freunde in Hamburg, Berlin und Köln aktiv.



## Aktiv in den Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Mitte



## Freunde alter Menschen e.V.

Hinrichsenstraße 34  
20535 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 3251 8317  
E-Mail: [hamburg@famev.de](mailto:hamburg@famev.de)  
Webseite: [www.famev.de](http://www.famev.de)



## Haus im Park der Körber-Stiftung



Das Haus im Park ist ein Begegnungs- und Kulturort für die Generationen 50+ in Hamburg Bergedorf. Der Besuchsdienst ist ein Angebot unter vielen. Freiwillig Engagierte besuchen dabei Menschen in der näheren Umgebung, die nicht mehr allein für ihre Teilhabe sorgen können. Die Besuche finden zu Hause oder in Einrichtungen statt, auch Besuche kultureller Veranstaltungen im Haus im Park sind möglich.

In einem weiteren Modell finden sich für einen begrenzten Zeitraum von drei bis sechs Monaten ein „Neu-Bergedorfer“ und ein „Alteingesessener“ zusammen, um einmal wöchentlich in die Bergedorfer Geheimnisse einzusteigen. Die Engagierten werden in regelmäßigen Austauschen und Fortbildungen durch zwei hauptamtlichen Leitungen begleitet.



Aktiv in den Bezirken:

- Bergedorf



### Haus im Park der Körber-Stiftung

Gräpelweg 8  
21029 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 72570216  
E-Mail: [hip@koerber-stiftung.de](mailto:hip@koerber-stiftung.de)  
Webseite: [www.hausimpark.de](http://www.hausimpark.de)



# „In guter Gesellschaft“

Seniorenbegleitservice Harburger Innenstadt /  
Eißendorf Ost



Mit dem Pilotprojekt „In guter Gesellschaft!“ möchte der ASB Ortsverband in Harburg die Situation alter, alleinlebender Menschen verbessern und sich gegen Einsamkeit im Alter einsetzen. Freiwillig engagierte Menschen jeden Alters besuchen regelmäßig einen älteren Menschen zuhause, zum Kaffee trinken, Spielen, Schnackern oder Vorlesen, begleiten zum Spazier-

gang oder zum Einkaufen oder zu kleineren gemeinsamen Unternehmungen. Bei der Vermittlung spielt die passende „Chemie“ eine wichtige Rolle, damit sich längerfristige, freundschaftliche Kontakte entwickeln können. Das Engagement der Freiwilligen wird fachlich begleitet. Der Wirkungskreis des Projekts umfasst die Harburger Innenstadt sowie Eißendorf Ost.



Aktiv in den Bezirken:

- Harburg



**ASB OV Hamburg-Harburg e.V.**  
**„In guter Gesellschaft“**  
**Seniorenbegleitservice**

Bunatwiete 20  
21073 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 / 52593627 und 0162/2372000  
E-Mail: [ingutergesellschaft@asb-hamburg.de](mailto:ingutergesellschaft@asb-hamburg.de)  
Webseite: <https://www.asb-hamburg.de/freiwillig-aktiv/in-guter-gesellschaft/>



# Johannes-Netzwerk Rissen



Aktiv in den Bezirken:

- Altona



Seit 2013 gibt es uns in Rissen: das Johannes-Netzwerk, eine diakonische Initiative der Johannes-Kirchengemeinde. Wir sind Nachbarinnen und Nachbarn in unserem Dorf, die ehrenamtlich dazu beitragen wollen, dass Gemeinschaft für alle gelingt.

Deshalb bringen wir Menschen in Rissen zusammen: die, die helfen wollen mit denen, die Unterstützung benötigen und wünschen. So kommt es zu Begegnungen, die für alle eine Bereicherung sind.

Manchmal hilft schon ein einfacher Dienst: ein Gespräch, eine Begleitung, ein Handgriff.

Aber auch mit regelmäßigen Besuchen helfen wir einsamen Menschen aus der Isolation. Die Ehrenamtlichen des Johannes-Netzwerks sind für Sie da – unabhängig von Alter und Religion, individuell und nach Bedarf, regelmäßig, einmalig oder ab und zu.

Helfen tut gut! Es ist ein Gewinn für das eigene Leben, für andere da zu sein und sich mit seiner Zeit und seinen Talenten zu engagieren – lokal und persönlich, jeder nach seinen Möglichkeiten. Wenn Sie Lust haben, Teil des Johannes-Netzwerks zu werden, Kommen Sie zu uns!

## Johannes-Netzwerk Rissen

Raalandsweg 5  
22559 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 / 81 90 06 23

E-Mail: [netzwerk@johannesgemeinde.de](mailto:netzwerk@johannesgemeinde.de)

Webseite: [www.johannesgemeinde.de](http://www.johannesgemeinde.de)

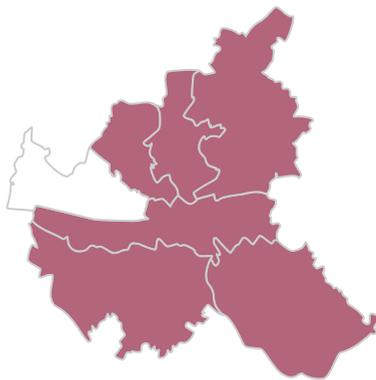


## Fachstelle Leben im Alter Kirchenkreis Hamburg-Ost



### Aktiv in den Bezirken:

- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



Die Fachstelle Leben im Alter begleitet und schult ehrenamtlich und hauptamtlich Mitarbeitende, die vor allem in den über 100 Kirchengemeinden des Kirchenkreises Hamburg-Ost und in stationären Pflegeeinrichtungen tätig sind. Die Anbindung eines Besuchsdienstkreises an eine Kirchengemeinde ermöglicht, dass die von uns besuchten Menschen aus ihrem unmittelbaren Wohnquartier Kontaktpersonen kennenlernen. Neben traditionellen Formen der Geburtstags- und Krankenbesuche gestalten wir vor allem auch neue Besuchsdienstmodelle.

Dazu zählen z.B. „Besuch mit Buch“, „Zeit zu zweit“, telefonischer Besuchsdienst „Mit Herz und Ohr“ oder „Kultur im Koffer“. Darüber hinaus bildet die Fachstelle in mehreren Regionen Hamburgs ehrenamtliche Seelsorger aus.

Alle Besuchsdienstmodelle haben jeweils eigene inhaltliche und methodische Ausrichtungen, um möglichst vielen Menschen mit unterschiedlichen persönlichen Bedürfnissen und Voraussetzungen ein Angebot in ihrem Zuhause machen zu können.

### Fachstelle Leben im Alter Kirchenkreis Hamburg-Ost

Rockenhof 1  
22359 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 519000 - 836  
E-Mail: [lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de](mailto:lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de)  
Webseite: [www.lebenimalter-hamburg.de](http://www.lebenimalter-hamburg.de)



## Fachstelle ÄlterWerden, Kirchenkreis Hamburg-West/Südholstein



Die Fachstelle ÄlterWerden bietet Fortbildungsprogramme und Austauschformate für ehrenamtliche Besuchsdienste an - hauptsächlich in unseren 55 Kirchengemeinden. Diese besuchen i.d.R. Gemeindemitglieder ab einem bestimmten Alter. Neben den Geburtstagsbesuchsgruppen gibt es auch solche, die kontinuierlich Menschen besuchen, die wenig soziale Kontakte haben. Die Besuche finden sowohl in der eigenen Häuslichkeit als auch in stationären Einrichtungen statt.

Darüber hinaus entwickelt die Fachstelle - häufig gemeinsam mit engagierten Ehrenamtlichen und Pastor\*innen aus den Gemeinden - neue Besuchsformate, die sie bei Fachtagen oder Gemeindeberatungen vorstellen und weiterentwickeln wie zum Beispiel die Nordesteder Telefonketten.



Aktiv in den Bezirken:

- Altona



### Fachstelle ÄlterWerden Kirchenkreis Hamburg-West Südholstein

Haus der Kirche, Max-Zelckstraße 1  
22459 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 / 589 50 257

E-Mail: [info@kirchenkreis-hhsh.de](mailto:info@kirchenkreis-hhsh.de)

Webseite: [www.seniorenwerk-hhsh.de](http://www.seniorenwerk-hhsh.de)



Ev.-Luth. Kirchenkreis  
Hamburg-West/Südholstein  
Bildung

# Kultur im Koffer



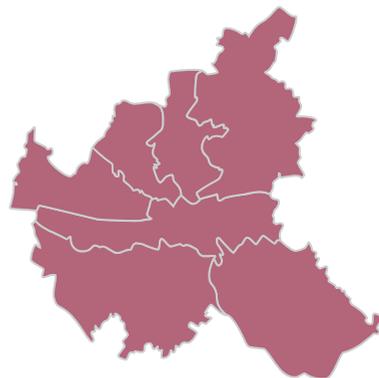
**K**ultur im Koffer setzt sich für die Teilhabe älterer Menschen an kulturellen Themen ein. Wir verstehen Kultur als ein wichtiges Lebens-Mittel und so kommt - ähnlich wie Essen auf Rädern - die Kultur zu Menschen nach Hause, ins Heim oder in den Nachmittagskreis. Damit das möglich ist, packen geschulte Kulturbotschafter ihr Kulturthema in einen Koffer, um Einzelpersonen oder Gruppen damit zu besuchen. Die Themen sind sehr vielfältig: Astrid Lindgren, Märchen, Fußball, Reisen, Radio, Oper,

historische Kostüme u.v.a.m. Die Koffer sind bepackt mit Geschichten, Musik, Bildern und Gegenständen. So wird ein Kulturerlebnis möglich, mit allen Sinnen erfahrbar, auch für Menschen, die mit körperlichen, geistigen oder seelischen Beeinträchtigungen leben.



Aktiv in den  
Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



## Kultur im Koffer

Rockenhof 1  
22359 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 519 000 827  
E-Mail: [lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de](mailto:lebenimalter@kirche-hamburg-ost.de)  
Webseite: [www.kultur-im-koffer-hamburg.de](http://www.kultur-im-koffer-hamburg.de)



# KULTURISTENHOCH2

## Stiftung Generationen-Zusammenhalt



**K**ulturisten Hoch2 nutzt die verbindende Kraft von Kunst und Kultur, um den Kontakt zwischen Menschen verschiedener Generationen, Herkunft und Kulturen anzustiften.

Die Initiative ermöglicht es, Seniorinnen und Senioren ab 63 Jahren mit kleiner Rente, kostenlos vielfältige Kulturveranstaltungen zu besuchen. Über 16-jährige Oberstufenschüler\*innen aus ihrem Stadtteil begleiten sie. Menschen,

die einander zum Zeitpunkt der ersten Begegnung noch fremd sind, gelangen im Austausch über Kunst und Kultur zwanglos in Kontakt – dabei entsteht meist mehr.

In Kooperation mit dem Verein KulturLeben Hamburg e.V. sind von September 2016 in zwei Jahren fast 400 Begleitungen und Kontakte entstanden.



Aktiv in den  
Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



### Stiftung Generationen-Zusammenhalt KULTURISTENHOCH2

Zimmerstr. 9  
22085 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 460 845 35  
E-Mail: [post@kulturisten-hoch2.de](mailto:post@kulturisten-hoch2.de)  
Webseite: [www.kulturisten-hoch2.de](http://www.kulturisten-hoch2.de)



# Machbarschaft Wandsbek-Hinschenfelde e.V.



Der gemeinnützige Verein Machbarschaft Wandsbek-Hinschenfelde e.V. wurde im Juni 2014 gegründet. Wir organisieren aktiv ehrenamtliche verbindliche Nachbarschaftshilfe. Ein Schwerpunkt hierbei ist der soziale Kontakt und die Rückenstärkung für die Seniorinnen in ihrem Alltag. Wir ermöglichen es ihnen, länger in ihrem sozialen Umfeld selbstständig zu leben. Durch die Hilfestellungen haben sich die persönlichen Kontakte entwickelt und immer häufiger werden auch Besuche zum Klönen oder Spielen angefragt. Der Verein ist lokal in Wandsbek-Hinschenfelde tätig, sodass die Wege von Hilfenehmern zu HelferInnen nicht weit sind. Die bisherige Bilanz und die an-

dauernde Nachfrage nach unseren Hilfeleistungen machen deutlich, dass ein solches Modell (angelehnt an das der Seniorengenossenschaften) auch in einer Großstadt funktionieren kann. Wir sind inzwischen ca. 170 Mitglieder. Seit Aufnahme der aktiven Hilfe haben wir bisher fast 2.000 Einsätze mit ca. 3.000 Stunden geleisteter Hilfe verbucht. Ein wertvoller Beitrag für lebendige Nachbarschaften, sinnstiftendes und solidarisches Handeln. Hilfe nehmende Mitglieder erhalten die Hilfsdienste ab 75 Jahren oder vorher bei vorübergehender oder chronischer Erkrankung. Helfende Mitglieder sind in jedem Alter willkommene Mitglieder.



Aktiv in den Bezirken:

- Wandsbek



## Machbarschaft Wandsbek-Hinschenfelde e.V.

Dernauer Str. 27a  
22047 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 / 3688 4399

E-Mail: [info@machbarschaft-wandsbek-hinschenfelde.de](mailto:info@machbarschaft-wandsbek-hinschenfelde.de)

Webseite: [www.machbarschaft-wandsbek-hinschenfelde.de](http://www.machbarschaft-wandsbek-hinschenfelde.de)



## Malteser Hilfsdienst e.V.



Aktiv in den Bezirken:

- Wandsbek



**F**reude schenken mit dem Besuchs- und Begleitungsdienst

Spaziergehen, Vorlesen oder einfach nur Reden: Gemeinsam ist man weniger allein.

Wir schenken Ihnen gemeinsame Zeit. Wie Sie die nutzen möchten, entscheiden Sie gemeinsam mit Ihrem Begleiter. Eine gute Unterhaltung, gemeinsam ein Buch oder die Zeitung lesen sind genauso möglich wie beispielsweise ein Spaziergang ins Grüne, ein Besuch im Stadtcafé, Begleitung und Hilfestellung im Alltag oder Friedhofsbesuche

Ehrenamtliche gesucht!

Für den Besuchsdienst in Hamburg und Norderstedt suchen die Malteser Menschen, die ein bis zwei Mal pro Woche ein wenig Zeit verschenken möchten. Die Voraussetzungen für eine ehrenamtliche Mitarbeit sind denkbar einfach. Sie sollten: etwas freie Zeit haben, verlässlich sein, Interesse am Umgang mit älteren Menschen haben, an Gruppenabenden teilnehmen, bei denen der fachliche Austausch mit anderen Ehrenamtlichen im Mittelpunkt steht, Interesse an Fort- und Weiterbildungen haben.

**Malteser Hilfsdienst e.V.**

Eichenlohweg 24  
22309 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 / 209 408 94

E-Mail: [bbd.hamburg@malteser.org](mailto:bbd.hamburg@malteser.org)

Webseite: [www.malteser-hamburg.de](http://www.malteser-hamburg.de)

 **Malteser**  
*...weil Nähe zählt.*

# Die Medienboten Bücherhallen Hamburg



Die Medienboten der Bücherhallen Hamburg bringen in der Mobilität eingeschränkter Menschen regelmäßig aktuelle Literatur ins Haus. Die Ehrenamtlichen haben viel Zeit für ein Gespräch und lesen auf Wunsch auch gerne vor. Dadurch kann älteren, behinderten oder blinden Menschen kulturelle und somit auch soziale Teilhabe ermöglicht werden. Es gibt eine vielfältige Auswahl an Büchern, Großdruck- und Hörbüchern.

Eine ermäßigte Bücherhallenkarte von 15 € pro Jahr ist für diesen Service nötig. Bei kleinem Geldbeutel

kann diese Gebühr unbürokratisch entfallen. Auch Senioreneinrichtungen werden von den Medienboten mit Medienkisten sowie über Vorlesestunden oder Literaturkreise versorgt.

Darüber hinaus unterstützen die ehrenamtlichen Medienboten Senioren ab 65 Jahren, die bisher noch nicht digital unterwegs waren, im Umgang mit Tablets und Smartphones. Diese offenen Kurse finden in zahlreichen Bücherhallen statt und sind kostenlos.



Aktiv in den  
Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



## Bücherhallen Hamburg Die Medienboten

Poppenhusenstraße 12  
22305 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 43 26 37 83  
E-Mail: [medienboten@buecherhallen.de](mailto:medienboten@buecherhallen.de)  
Webseite: [www.buecherhallen.de/medienboten.html](http://www.buecherhallen.de/medienboten.html)



## Nachbarschaftshilfe (ASB)



Manchen älteren Menschen ist ein enger Kontakt zur Familie und Freunden nicht möglich. Aber der Mensch braucht persönliche Zuwendung. Zum Beispiel ein Gespräch bei einer Tasse Kaffee, ein Spaziergang oder ein gemeinsamer Einkauf.

Seit 20 Jahren organisiert der ASB im Umfeld von 12 Sozialstationen das Projekt „Nachbarschaftshilfe“. Dabei werden Freiwillige gesucht, die ältere Menschen in ihrer Häuslichkeit besuchen. Nach einem Gespräch mit dem / der FreiwilligenkoordinatorIn findet ein Ken-

nenlernen statt und bei gegenseitiger Sympathie entsteht ein neues Tandem, das selbst darüber entscheidet, was unternommen wird (ausgeschlossen sind Pflege- und Haushaltsdienstleistungen).

Die Freiwilligen bestimmen, wie viel Zeit sie einbringen können. Begleitet werden die Tandems von den zuständigen MitarbeiterInnen der Sozialstationen, die für Fragen zur Verfügung stehen. Die Freiwilligen sind über den ASB versichert und verfügen über ein polizeiliches Führungszeugnis.



Aktiv in den  
Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



**ASB Nachbarschaftshilfe**  
**C/O ASB Zeitspender-Agentur Hamburg**

Weidenallee 56  
20357 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 25 33 05 04  
E-Mail: [zeitspender@asb-hamburg.de](mailto:zeitspender@asb-hamburg.de)  
Webseite: [www.asb-hamburg.de/nachbarschaftshilfe](http://www.asb-hamburg.de/nachbarschaftshilfe)



# SeniorPartner Diakonie



**B**esuchen – Begleiten – Betreuen  
Freiwillige entlasten Ältere und Angehörige zu Hause.

SeniorPartner Diakonie unterstützt ältere Menschen und ihre Angehörigen in der Häuslichkeit, auch bei Demenz. Qualifizierte Freiwillige kommen nach Hause, um zu reden, zu spielen, spazieren zu gehen oder um beim Behördengang, beim Arztbesuch oder beim Einkauf zu begleiten.

Die Kosten liegen bei 10 Euro pro Stunde, die ab Pflegegrad 1 von den Pflegekassen übernommen werden. Da SeniorPartner Diakonie als niedrigschwelliges Betreuungsangebot anerkannt ist, kann in vielen Fällen direkt mit den Pflegekassen abgerechnet werden.

SeniorPartner ist an sechs Standorten vertreten (Bergedorf, Billstedt, Eimsbüttel, Harburg, Poppenbüttel, Ohlsdorf/ Winterhude) und betreut ältere Menschen in ganz Hamburg in allen Bezirken. Ein Team von acht ausgebildeten Pflegefachkräften und Sozialpädagogen koordiniert die Einsätze, informiert die älteren Menschen und ihre Angehörigen zum Thema „Versorgung in der Häuslichkeit“ und zum Thema Demenz und steht den SeniorPartner Freiwilligen durch fachliche Beratung zur Seite.



Aktiv in den  
Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



## SeniorPartner Diakonie

Bahrenfelder Str. 57  
22765 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 / 30620411

E-Mail: [seniorpartner@diakonie-hamburg.de](mailto:seniorpartner@diakonie-hamburg.de)

Webseite: [www.seniorpartner-diakonie.de](http://www.seniorpartner-diakonie.de)

**Diakonie**   
**Hamburg**  
**SeniorPartner**

# STATTBAU HAMBURG

## Projekt BIQ Bürgerengagement für Wohn-Pflege-Formen im Quartier



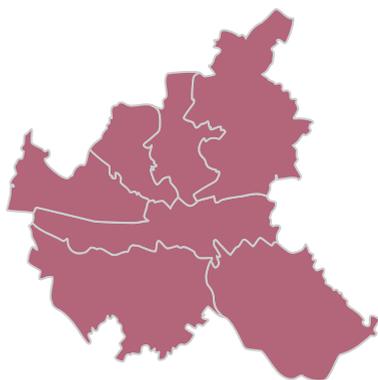
**B**IQ ist ein Projekt von STATTBAU HAMBURG. Unsere Ehrenamtlichen unterstützen Menschen, die in Wohnformen leben, bei der Teilnahme, der Umsetzung ihrer Rechte und ihrer Mitwirkung. Die Wohn-PatInnen besuchen dazu BewohnerInnen von (Demenz)-Wohn-Gemeinschaften oder Wohneinrichtungen (Pflegeheimen) oder Wohngruppen für Menschen mit Behinderungen. Sie verbringen 1-2 mal pro Woche Zeit miteinander. Außerdem vertreten die Wohn-PatInnen die Interessen ihrer Begleiteten in Gremien oder bei den Ansprechpersonen in der Einrichtung. Des Weiteren

werden bei BIQ Ombudspersonen vermittelt, die die Mitwirkung der BewohnerInnen in den jeweiligen Beiräten stärken. Sie wirken als BotschafterInnen von deren Interessen gegenüber der Leitung ihrer jeweiligen Einrichtung. Jeder Beirat darf eine Ombudsperson/BotschafterIn als Unterstützung bei BIQ anfordern.



Aktiv in den  
Bezirken:

- Altona
- Eimsbüttel
- Nord
- Wandsbek
- Mitte
- Bergedorf
- Harburg



### STATTBAU HAMBURG Projekt BIQ Bürgerengagement für Wohn-Pflege-Formen im Quartier

Sternstraße 106  
20357 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 43 29 42-36  
E-Mail: [post@biq.hamburg](mailto:post@biq.hamburg)  
Webseite: [www.biq.hamburg](http://www.biq.hamburg)





**G**elebte Vielfalt und lebendige Tradition erwarten Sie auf unserem TABEA- Campus in Hamburg-Osdorf.

Die KiTa Lütt Tabea, unsere Servicedienste, der TABEA Pflegedienst, Servicewohnen und das Pflegeheim schätzen ehrenamtliche Mitarbeit zum Wohle altgewordener Menschen.

Ehrenamtliche engagieren sich vorwiegend in Besuchsdiensten, bei der Unterstützung von Veranstaltungen und eigenen Freizeitangeboten, wie z.B. das Literatur Café.

Der Tabea Hospizdienst bildet ehrenamtliche Mitarbeiter aus und engagiert sich in unserer Einrichtung und auch außerhalb des Hauses.

In Kooperation mit Freunde alter Menschen e.V. besuchen Ehrenamtliche gerne ältere Menschen im Quartier.



Aktiv in den Bezirken:

- Altona



## Diakoniewerk Tabea e.V.

Am Isfeld 19  
22589 Hamburg

Kontakt:  
Telefon: 040 / 8092 0  
E-Mail: [ehrenamt@tabea.de](mailto:ehrenamt@tabea.de)  
Webseite: [www.tabea.de](http://www.tabea.de)





Unser Ziel ist es die Menschen von Borgfelde bis Billstedt im Alltag zu unterstützen. Freiwillige Helfer unseres Hausbesuchsdienstes werden von uns geschult im Umgang mit verschiedenen Einschränkungen, wie z. B. Demenz. Mit Rollstuhlschieben oder Handhabung von Hilfsmitteln wie Stock und Lupe sind sie vertraut. Die Helfer besuchen zuhause oder in Einrichtungen. Gemeinsam Erinnern, Zuhören, Vorlesen, singen oder rätseln macht Spaß. Wir ermöglichen Teilhabe am sozialen Leben, Begleitung zu Arzt oder Friseur, Bewegung und Aktivierung in sicherer Begleitung. Unser Angebot richtet sich an alle Menschen, die Hilfe

brauchen. Unsere Freiwilligen entlasten pflegende Angehörige, sind vor Ort, haben Zeit, treten an gegen Einsamkeit. Braucht es zusätzliche Hilfen, bieten wir Beratung und Vermittlung aus einer Hand. Im Trägerverbund Hamburger Osten haben sich Einrichtungen zur Versorgung von älteren Menschen zusammengeschlossen. Träger der offenen, ambulanten und (teil-) stationären Hilfen, Kirchengemeinden, verschiedene Dienstleistungsanbieter wie Apotheken, Sanitätshäuser, Krankentransporte arbeiten dort seit 1996 zusammen.



Aktiv in den Bezirken:

- Mitte



## Trägerverbund Hamburger Osten e.V.

Moorende 4  
20535 Hamburg

Kontakt:

Telefon: 040 / 655 73 36

E-Mail: [mail@traegerverbund-hh.de](mailto:mail@traegerverbund-hh.de)

Webseite: [www.traegerverbund-hh.de](http://www.traegerverbund-hh.de)



# ZEITSTIFTER|Gemeinde hilft! Ev-luth. Kirchengemeinde Blankenese



Aktiv in den Bezirken:

- Altona



**G**emeinsam geht vieles leichter!  
Unter diesem Motto unterstützt das ehrenamtliche Zeitstifter-Team Menschen jeden Alters dabei, selbstbestimmt und sozial eingebunden zu leben.

#### **Besuchspartnerschaften:**

Wir haben regelmäßig Zeit für sie. Ob zu Hause, beim Tee, beim Spaziergang oder am Telefon, entscheiden Sie mit ihrem Zeitstifter gemeinsam und individuell.

#### **Begleitungen:**

Wir begleiten Sie zu einem wichtigen Termin oder einer kulturellen Veranstaltung, die Ihnen am Herzen liegt.

#### **Beratung Notfalltasche:**

Eine Tasche für den Notfall vorzu-

bereiten ist in jedem Alter eine gute Idee. Gemeinsam suchen wir die notwendigen Dinge zusammen. Gut auffindbar im Fall der Fälle, bekommt die Tasche ihren Platz in der Wohnung.

#### **Beratung Wohnraumanpassung:**

Wir sind Teil der Beratungsstelle „Wohnraumanpassung im Hamburger Westen und in Wedel“ Die gut geschulten Ehrenamtlichen beraten Sie zu allen Fragen der Wohnraumanpassung und helfen bei der praktischen Umsetzung.

#### **Jede Situation ist individuell.**

**Zeitstifter nehmen sich die Zeit, die es braucht.**

Wir sind in Blankenese und Iserbrook im Einsatz.

## ZEITSTIFTER|Gemeinde hilft! Ev-luth. Kirchengemeinde Blankenese

Mühlenberger Weg 64a  
22587 Hamburg

Kontakt:

Anne Koch

Telefon: 040 / 866250-35

E-Mail: [zeitstifter@blankenese.de](mailto:zeitstifter@blankenese.de)

Webseite: [www.zeitstifter.de](http://www.zeitstifter.de)

Gemeinde hilft!  
ZEITSTIFTER



# Adressen in Hamburg

## Freiwilligenagenturen in Hamburg

Die Hamburger Freiwilligenagenturen beraten und vermitteln Sie in ein freiwilliges Engagement. Dort bekommen Sie auch Informationen über die unterschiedlichen Angebote der Besuchs- und Begleitdienste. Welche Angebote es gibt und wie Sie Kontakt zu den Freiwilligenagenturen aufnehmen erfahren Sie unter [www.freiwillig.hamburg](http://www.freiwillig.hamburg)



## Fortbildungen für freiwillig Engagierte

Die AKTIVOLI-FreiwilligenAkademie bietet Freiwilligen in und um Hamburg einen guten Überblick über Fortbildungsangebote. Qualifizierungs- und Vernetzungsangebote für Freiwillige, Interessierte und Organisationen werden über das Kursportal [www.freiwilligenakademie-hamburg.de](http://www.freiwilligenakademie-hamburg.de) gebündelt.



## Pflegestützpunkte in Hamburg

Pflegestützpunkte beraten hilfe- und pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen. Sie unterstützen in allen Fragen rund um das Thema Pflege - unabhängig von der Kassenzugehörigkeit oder dem Bezug von Sozialleistungen.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Pflegestützpunkte beraten und unterstützen pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen. Sie...

- informieren über die Möglichkeiten der Pflege in der eigenen Wohnung,
- helfen bei der Suche nach einem geeigneten Heimplatz,
- unterstützen bei der Beantragung von Versicherungs- und Sozialleistungen und
- beraten bei Finanzierungsfragen.

Auch bevor eine Pflegebedürftigkeit festgestellt wird, informieren die Beraterinnen und Berater darüber, ...

- welche Hilfemöglichkeiten es gibt, wenn die eigene Haushaltsführung nicht mehr möglich ist,
- welche Senioren-Betreuungs- und Begleitdienste in Hamburg tätig sind,
- was es an sonstigen Unterstützungsmöglichkeiten gibt.

Neben solch allgemeinen Auskünften können Sie im Pflegestützpunkt auch eine individuelle und umfassende Pflegeberatung erhalten. Hierbei unterstützen Sie die Beraterinnen und Berater bei der Koordination einzelner Schritte über einen längeren Zeitraum.

Die Pflegestützpunkte arbeiten eng mit der Seniorenberatung der Bezirke zusammen.

- Pflegestützpunkt **Altona**, Achtern Born 135, 22549 Hamburg, Tel. 040 / 428 99-1010
- Pflegestützpunkt **Eimsbüttel**, Garstedter Weg 13, 22453 Hamburg Tel. 040 / 428 99-1030
- Pflegestützpunkt **Bergedorf**, Weidenbaumsweg 21/Eingang D 21029 Hamburg, Tel. 040 / 428 99-1020
- Pflegestützpunkt **Hamburg-Mitte**, Caffamacherreihe 3, 20355 Hamburg, Tel. 040 / 428 99-1050
- Pflegestützpunkt **Hamburg-Nord**, Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg Tel. 040 / 428 99-1060
- Pflegestützpunkt **Harburg**, Harburger Rathausforum 1, 21073 Hamburg Tel. 040 / 428 99-1040
- Pflegestützpunkt **Wandsbek-Markt**, Wandsbeker Allee 62, 22041 Hamburg, Tel. 040 / 428 99-1070
- Pflegestützpunkt **Rahlstedt**, Rahlstedter Straße 151-157, 22143 Hamburg Tel. 040 / 428 99-1080

Weitere Informationen: [www.hamburg.de/pflegestuuetzpunkte](http://www.hamburg.de/pflegestuuetzpunkte)

## Bezirkliche Seniorenberatungen

Die Bezirkliche Seniorenberatung ist ein unabhängiger, stadtteilbezogener und kostenloser Fachdienst für ältere Bürgerinnen und Bürger ab 60 Jahren. Sozialarbeiterinnen und Sozialarbeiter und Pflegefachkräfte beraten in altersspezifischen Fragen und sozialen Angelegenheiten. Die Bezirkliche Seniorenberatung versucht dazu beizutragen, das Leben in der gewohnten Umgebung zu erleichtern und die Selbstständigkeit älterer Menschen zu erhalten. Bei Pflegefragen arbeitet die Seniorenberatung eng mit den Pflegestützpunkten zusammen.

Die Adresse Ihrer nächstgelegenen Seniorenberatung erhalten Sie über

- Pflegestützpunkte (siehe Seite 53)
- Bürgertelefon der Stadt Hamburg, Tel. 040-115

## Seniorentreffs

Seniorentreffs sind zwanglose Treffpunkte, die allen Hamburger Senioren offenstehen. Neben Unterhaltung und Geselligkeit gibt es hier Beratung, Information, Weiterbildung und sportliche Betätigung.

Die Treffs haben fünfmal in der Woche mindestens vier Stunden geöffnet. Sie sind in Trägerschaft verschiedener gemeinnütziger Einrichtungen. Die Angebote im Treff stehen Ihnen unentgeltlich oder zumindest kostengünstig zur Verfügung. Sehen Sie sich einen Seniorentreff doch einmal an, dort können Sie andere Menschen treffen und gemeinsam aktiv werden. Wenden Sie sich gerne an die Leitung des Treffs, die Ihnen beim „Einstieg“ gerne behilflich ist. Die Seniorentreffs in Ihrer Nähe finden Sie in nach Bezirken geordneten Listen unter:

- [www.hamburg.de/seniorentreffs](http://www.hamburg.de/seniorentreffs)
- [www.agfw-hamburg.de/seniorentreffs](http://www.agfw-hamburg.de/seniorentreffs)

Telefonisch erreichen Sie die Hamburger Fortbildungs- und Servicestelle für Seniorentreffs in der Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege Hamburg e.V. unter: 040 - 236 86 555. Dort werden Sie auf der Suche nach einem geeigneten Treff unterstützt und auch, wenn Sie auf der Suche nach einem ehrenamtlichen Engagement in diesem Bereich sind.

## Seniorentreffs mit Internetcafé und Smartphone und Tablet-Lernkurse

Die meisten Seniorentreffs verfügen über Computer und Internetzugang. Hier können Sie sich Informationen beschaffen oder Briefe per E-Mail rund um den Globus versenden. Kurse und Schulungen für Internetanfänger und -fortgeschrittene werden regelmäßig angeboten.

„Smartphone und Tablet“-Schulungen richten sich an alle Menschen ab 65 Jahren, die bisher aus verschiedenen Gründen noch nicht digital unterwegs waren. Ziel ist es, ihnen einen niedrigschwelligen Einstieg in die Welt der Tablets und Smartphones und damit neue Wege der kulturellen und sozialen Teilhabe zu ermöglichen. Senioren/innen werden dadurch in die Lage versetzt, digital zu kommunizieren, sich online zu informieren sowie auch die elektronischen Bücherhallen-Angebote (zum Beispiel eBooks) zu nutzen.

Weitere Informationen:

- Die Medienboten, [www.buecherhallen.de/ehrenamt-silber-smart](http://www.buecherhallen.de/ehrenamt-silber-smart), Tel. 040-43263783
- Wege aus der Einsamkeit e. V., [www.wegeausdereinsamkeit.de](http://www.wegeausdereinsamkeit.de), Tel. 040 / 42236223200

## Angebote für Menschen ab 50+ mit Migrationshintergrund

Selbstverständlich können Sie alle Seniorentreffs und Seniorengruppen in Hamburg besuchen und die Angebote nutzen. Ergänzend bieten einige Seniorentreffs, wie die Interkulturellen Seniorentreffs Liman in Billstedt und Mekan in Altona, gezielt Angebote für ältere Mitbürger ausländischer Herkunft an. Auch andere Seniorentreffs, wie zum Beispiel das Nachbarschaftsheim St. Pauli e.V., haben Veranstaltungen im Programm, die gezielt Senioren mit Migrationshintergrund ansprechen möchten.

Weitere Informationen:

- Seniorenbüro Hamburg e.V., [www.seniorenbuero-hamburg.de](http://www.seniorenbuero-hamburg.de),  
Tel. 040 / 30399507

## Kulturangebote im Rahmen der Besuchs- und Begleitdienste

Die **KULTURISTEN HOCH2** organisieren die kostenlose und regelmäßige Begleitung zwischen zuvor ausgebildeten Jugendlichen und alten Menschen mit kleiner Rente zu kulturellen Veranstaltungen.

- Kulturisten Hoch2, [www.kulturisten-hoch2.de](http://www.kulturisten-hoch2.de), Tel. 040 / 46084535

Der Verein **KulturLeben Hamburg e.V.** ermöglicht Menschen mit geringen Einkünften die Teilhabe am kulturellen Leben unserer Stadt. In Kooperation mit über 90 Hamburger Kultureinrichtungen vermittelt der überwiegend ehrenamtlich arbeitende Verein kostenfreie Eintrittskarten für Besuche in Theater, Museum, Oper, für Konzerte, Comedy, Kabarett und vielem mehr.

- KulturLeben Hamburg e. V., [www.kulturleben-hamburg.de](http://www.kulturleben-hamburg.de),  
Tel. 0800 / 0180105

Der **Hamburger Kulturschlüssel**, ein Angebot von Leben mit Behinderung Hamburg, setzt sich für Inklusion und gemeinsames Erleben kultureller Erlebnisse ein. Es werden sowohl Begleitungen als auch Freikarten für Termine zur Verfügung gestellt.

- Hamburger Kulturschlüssel, [www.hamburger-kulturschluessel.de](http://www.hamburger-kulturschluessel.de),  
Tel. 040 / 270 790 601

Die **Kulturlotsen** geben einen guten Angebotsüberblick für alte Menschen, die selbstständig Lust auf Kulturangebote mit freiem Eintritt haben. Einmal monatlich organisieren sie Führungen für Menschen, die sonst nicht mehr die Möglichkeit haben, Veranstaltungen zu besuchen.

- Kulturlotse Hamburg e. V., [www.kulturlotse.de](http://www.kulturlotse.de)

Über den Verein **Kultur im Koffer** kommen ehrenamtliche Helfer mit vollgepackten Koffern in Seniorenkreise oder Heime und sorgen dort für kulturelle Impulse. Von spannenden Reisen zu Musik und Theater ist alles dabei, was in einen Koffer passen kann.

- Kultur im Koffer, [www.kultur-im-koffer-hamburg.de](http://www.kultur-im-koffer-hamburg.de),  
Tel. 040 / 519000836

Wer sein Zuhause nicht mehr verlassen kann, kann den Medien-Lieferservice der Bücherhallen in Anspruch nehmen: Ehrenamtliche **Medienboten** bringen hausgebundenen Menschen regelmäßig Medien in die private Wohnung oder ins Heim, lesen gern auch vor und haben viel Zeit. Die Ehrenamtlichen besuchen ihre Kunden zuverlässig und regelmäßig mit einem offiziellen Medienboten-Ausweis.

- Medienboten der Bücherhallen,  
[www.buecherhallen.de/ehrenamt-medienboten](http://www.buecherhallen.de/ehrenamt-medienboten), Tel. 040-426060

## Hamburg besucht. Ein kurzes Schlusswort

Seit vielen Jahren sind alle vorgestellten Einrichtungen im AKTIVOLI Fachkreis der Besuchs- und Begleitdienste vernetzt. Neben dem jährlich erscheinenden Flyer zu Fortbildungen für freiwillig Engagierte und einem jährlichen Fachtag präsentieren wir mit dieser Ausgabe erstmals eine Übersicht über alle Einrichtungen im Fachkreis als Printversion und ergänzen diese mit weiteren hilfreichen Informationen und Ansprechpartnern für Freiwillige und ältere Menschen. Für diese Erstausgabe haben wir uns auf die aktiven Mitgliedsorganisationen des Fachkreises der Besuchs- und Begleitdienste beschränkt. Sollten weitere Ausgaben folgen, nehmen wir gerne auch weitere gemeinnützige Einrichtungen in unsere Broschüre mit auf.

Diese Broschüre ist angelehnt an die Broschüre „Berlin Besucht“, herausgegeben vom Humanistischen Verband Deutschland. Die einleitenden Texte wurden zum größten Teil, leicht überarbeitet, übernommen. Auch das Schlusswort der Berliner Ausgabe, geschrieben von Gita Neumann, Referentin Lebenshilfe im Humanistischen Verband, könnte von uns nicht besser formuliert werden. Daher möchten wir dieses den Hamburger Leserinnen und Lesern nicht vorenthalten:

„Der Wert menschlicher Beziehungen ist im wahrsten Sinne nicht messbar oder verrechenbar. Ein solcher Wert erfreut sich zunehmender Anerkennung und Bedeutung, was positiv auf die Besuchenden zurückstrahlt. Sie suchen nach einer sinnvollen Aufgabe – engagieren Sie sich im Besuchsdienst Ihrer Wahl!“

Vielen Dank an alle, die bei dieser Ausgabe mit Texten, Fotos und Ideen mitgewirkt haben. Insbesondere an die Redaktion von [www.hamburg.de](http://www.hamburg.de) und [www.berlin-besucht.de](http://www.berlin-besucht.de), sowie an die Mitglieder des AKTIVOLI Fachkreis der Besuchs- und Begleitdienste.

## Impressum

### Herausgegeben vom AKTIVOLI Fachkreis Besuchs- und Begleitdienste

c/o Deutsches Rotes Kreuz  
Landesverband Hamburg e. V.

Astrid Rocker

Behrmanplatz 3

22529 Hamburg

E-Mail: [rocker@lv-hamburg.drk.de](mailto:rocker@lv-hamburg.drk.de)

1. Auflage 11/2018

### Redaktion und Gestaltung:

Reiner Behrends (Freunde alter Menschen e. V.) und  
Jens Schunk (ASB Zeitspender-Agentur Hamburg)

**Fotos:** Deckblatt, Stefan Krauss | Seite 7, Fotolia / Racle Fotodesign  
Seite 16, Colourbox | Seite 18, Birte Zellentin | Seite 38, Stephan Pflug  
Seite 40, Fotolia / De Visu

Gefördert von:



Unterstützt von:



