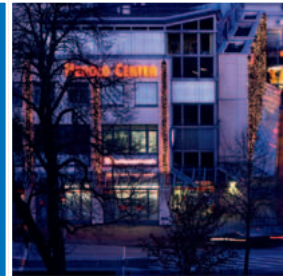
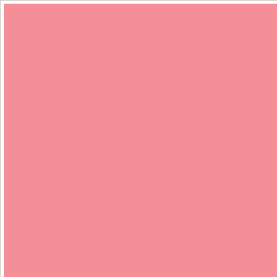
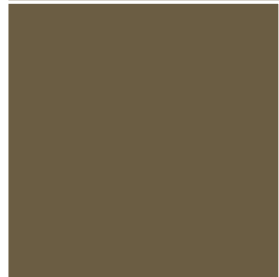




# Stadt Norderstedt Seniorenwegweiser



2011  
2012





## Lange gut leben in Norderstedt

**DRK- Pflegedienst West**  
**Ohechaussee 29 – 31**  
**22846 Norderstedt**

*Um im Alter gut betreut weiter zu Hause leben zu können, bedarf es oftmals der Hilfe von Angehörigen, Nachbarn oder zusätzlich der ambulanten Pflegedienste. Wir unterstützen dabei in vielfältiger Weise.*

- **Pflege zu Hause** – wir versorgen Sie individuell nach Ihren Wünschen
- **Unsere Alltagshilfen** übernehmen notwendige Arbeiten im Haushalt
- **Der Hausnotrufdienst** sorgt für Sicherheit und schnelle Hilfe in den eigenen vier Wänden.
- **Verhinderungspflege:** Pflegenden Angehörige benötigen Freizeit oder können auch mal erkranken.
- **Betreute Wohnanlage** im Seniorenzentrum Kaltenkirchen
- **Vollstationäre Pflege**
- **Kurzzeitpflege**
- **Spezielle Betreuung** für Personen mit demenziellen Erkrankungen

**Seniorenzentrum Kaltenkirchen**  
**Krauser Baum 1**  
**24568 Kaltenkirchen**

**Pflegeheim am Ehrenhain**  
**Am Ehrenhain 2**  
**24568 Kaltenkirchen**

*Beide Wohnanlagen wurden mit dem Gütesiegel „Grüner Haken“ als besonders Verbraucherfreundlich ausgezeichnet.*

**Wir freuen uns auf Ihren Anruf: Tel: 040 - 524 50 55**

**Deutsches Rotes Kreuz**



**Neu ab November  
2010: Tagespflege**

[www.drk-segeberg.de](http://www.drk-segeberg.de)

## Liebe Seniorinnen und Senioren,

die neue Ausgabe des Seniorenwegweisers, den die Stadt Norderstedt in enger Abstimmung mit dem Seniorenbeirat und in Kooperation mit dem WEKA-Verlag herausbringt, enthält kompakte Informationen und viele nützliche Tipps zu sozialen Fragen, Beratungsstellen, Behörden, Vereinen, Verbänden, zu den Bereichen Gesundheit, Pflege, Wohnen im Alter und zu Weiterbildung, Kultur und Freizeit in unserer lebenswerten Stadt.

Das Jahr 2011 wird für uns alle ganz im Zeichen der Landesgartenschau stehen. Am 21. April öffnet die Gartenschau ihre Tore, die bis zum 9. Oktober geöffnet sein werden. Erleben Sie die große Blumenschau im Kulturwerk am See, die Natur und Blütenpracht im jahreszeitlichen Wechsel und das attraktive Veranstaltungsprogramm im Stadtparkgelände.

Ein besonderer Höhepunkt wird ganz sicher auch die Friedensreich Hundertwasser-Ausstellung im neu errichteten Musikschulgebäude am Kulturwerk sein. Vom 23. April bis zum 9. Oktober 2011 werden in der Ausstellung 120 Originalgrafiken und Objekte der angewandten Kunst des naturverbundenen Künstlers präsentiert werden.

Aber auch nach der Landesgartenschau wird der Stadtpark Norderstedt ein wichtiger Naherholungsort für die ganze Region sein. Der Stadtpark lädt zum Spaziergang, das Arriba-Naturbad zum Sommerbaden und die ganzjährig geöffnete Gastronomie zum geselligen Verweilen ein.



Ihr  
Hans-Joachim Grote  
Oberbürgermeister



### IMPRESSUM

Herausgeber:	Stadt Norderstedt Kulturbüro Rathausallee 50, 22846 Norderstedt
Titelgestaltung:	Sigrid Schramm (Gestaltung), Fotoclub Norderstedt e.V. (Fotos)
Fotos:	Fotoclub Norderstedt e.V., mediaprint WEKA info verlag gmbh
Redaktionsschluss:	Dezember 2010
Auflage:	5.000
Verlag:	mediaprint WEKA info verlag gmbh Lechstraße 2, 86415 Mering Telefon: 08233 384-0 Telefax: 08233 384-103

Änderungen vorbehalten.

Für die Richtigkeit der Angaben wird keine Gewähr übernommen.

**Kultur**büro  
Norderstedt

## Telefonnummern für Notfälle:

*Diese Nummern sind kostenfrei:*

**FEUERWEHR RETTUNGSDIENST** 112

**POLIZEI** 110

In **ärztlichen Notfällen** immer nur die Nummer 112 (ohne Vorwahl) anrufen.

Wer aus Norderstedt anruft, sollte dies sofort sagen, denn man wird zunächst mit den Hamburger Zentralen verbunden. Die Weiterverbindung zur Norderstedter Zentrale erfolgt dann sofort.

Wer aus dem „wilhelm.tel“-Telefonnetz anruft, wird sofort mit dem Norderstedter **ärztlichen Notfalldienst** verbunden.

*Kostenpflichtige Anrufe im Notfall:*

**Ärztlicher Notfalldienst (alle Kassen)** 040 228022  
**Notfallpraxis in Norderstedt** 040 5251027

Diese ärztlichen Notdienste können die Mitglieder der gesetzlichen Krankenkassen in Anspruch nehmen. Die Notdienste rechnen mit den Krankenkassen ab.

**Notarzt, Rettungswagen (KBA)** 0800 8000112  
**und** 040 5239006

## PRIVATÄRZTLICHE NOTDIENSTE

Wer die Nummern der privatärztlichen Notdienste anwählt, sollte Folgendes wissen:

Die privatärztlichen Notdienste sind auf wirtschaftlichen Gewinn ausgerichtete private Einrichtungen. Für die Notfalldienstleitung werden in jedem Falle Rechnungen an den Einzelnen geschrieben, die von den gesetzlichen Kassen möglicherweise nicht bzw. nicht im vollen Umfang übernommen werden.

*Kostenpflichtige Nummern:*

**Ärztlicher Bereitschaftsdienst** 040 331155  
**Zahnärztlicher Bereitschaftsdienst** 040 19246  
**Ärztlicher Bereitschaftsdienst** 0800 112279824  
(kostenfreier Anruf)

**Diese Dienste sollten nur Mitglieder privater Versicherungsunternehmen in Anspruch nehmen!**

## ENTSTÖRUNGSDIENSTE

Für Norderstedt gilt bei Störungen für

**Gas, Wasser und Elektrizität** 040 52104112  
(Stadtwerke)

## Apothekennotdienst

Die Angaben über die Notdienst leistenden Apotheken können Sie der Tagespresse bzw. den Wochenblättern und den Aushängen an allen Norderstedter Apotheken entnehmen.

**Telefonische Auskünfte unter:** 040 5251027

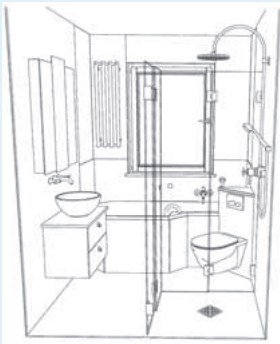
## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

I.	Seniorenbeirat	9
II.	Soziale Angelegenheiten	10
	– Sozialhilfe und Grundsicherung	10
	– Wohngeld	10
	– Rundfunkgebührenbefreiung	11
	– Rentenangelegenheiten	12
	– Behindertenangelegenheiten	13
	– Ausnahme vom Parkverbot für Schwerbehinderte	13

III.	Auf sozialem Gebiet tätige Vereine/Verbände und Beratungsstellen	14
IV.	Behördliche Einrichtungen	17
	– Polizei	17
	– Feuerwehr	18
	– Stadtwerke	18
	– Amtsgericht	18
	– Finanzamt	18
	– Gleichstellungsstelle / Frauenbüro	18
	– Stadtverwaltung	19
	– Allgemeiner Sozialer Dienst des Kreises Segeberg	19



**BÄDER**  
DUNKELMANN



Fachbetrieb für senio-  
ren- und behindertenge-  
rechte Installation. Mit-  
glied der Gesellschaft  
für Gerontotechniken.

OHLENHOFF 1 · 22848 NORDERSTEDT

Öffnungszeiten: Mo. – Fr. 10 – 18 Uhr, Sa. 10 – 14 Uhr

**Besichtigung** auch Sa. 14 – 18 Uhr, So. 11 – 17 Uhr

[www.baederdunkelmann.de](http://www.baederdunkelmann.de) • Tel. 040 / 52 90 670

**TOPP-TAXI**  
Ihr Service in Norderstedt

**040/30 85 20 20**

Fax: 040/30 85 06 47

Inh.: Hans-Werner Topp



**moorbek  
apotheke**

- Diabetesberatung
- Inkontinenzberatung
- Lieferservice

**Seniorenrechte  
Apotheke**

- ✓ Beratung
- ✓ Service vor Ort
- ✓ Kundenorientierung



Rathausallee 35 – 39 • 22846 Norderstedt • Tel. 040 5227552 • [www.moorbek-apotheke.de](http://www.moorbek-apotheke.de)

## Ulrich Thiele

Fachbetrieb für **VELUX**-Fenster, Reparatur und Zubehör



D-22846 Norderstedt  
Tel. 040 53531391  
Mobil 0172 7011699  
mail@thiele-velux-fenster.de  
www.thiele-velux-fenster.de

Seit über 10 Jahren der zuverlässige Partner mit dem sympathischen Service.

Schließanlagen  
Einbruchschadenbeseitigung  
Alarmanlagen und -überwachung  
Schlüsseldienste  
Neueinbau und Reparatur  
Zutrittskontrollen  
Beschläge und Schlösser  
Tresore und Gravuren  
Briefkastenanlagen  
Türschließer  
Beratung am Objekt



Ulzburger Straße 314  
22846 Norderstedt  
040-52 68 67-0

Fax 040-52 68 67-99

[www.fitz-sicherheitstechnik.de](http://www.fitz-sicherheitstechnik.de)



Türen öffnen  
Tag und Nacht

22850 Norderstedt, Ulzburger Str. 283b

E-Mail: [bildung-nord@wt.net.de](mailto:bildung-nord@wt.net.de)

### Sprachkurse

• Intensiv- / Einzelunterricht

• Speziell auch für Senioren

• Individuelle Kursgestaltung

für Schüler  
auch Nachhilfe

### Computer-Kurse

Weiterbildung  
statt Ruhestand!

Büro: Mo. - Fr. 10:30 -12:30 u. 14 -17 Uhr ☎ 040 / 30 85 74 94

## bildungsstudio nord

Bücher und andere Medien, Information  
und (Weiter-)Bildung  
aus einer Hand

[www.bildungswerke-norderstedt.de](http://www.bildungswerke-norderstedt.de)



+



=



## GESUNDHEIT – PFLEGE – WOHNEN

I.	Ärztliche Notdienste . . . . .	20
II.	Apothekennotdienst . . . . .	21
III.	Gesundheitsberatung / Selbsthilfegruppen . .	21
IV.	Sozialstationen . . . . .	26
V.	Ambulante Pflegedienste und Tagespflege . .	27
VI.	Kurzzeitpflege . . . . .	28
VII.	Hausnotruf . . . . .	29
VIII.	Betreutes Wohnen und Seniorenheime . . . . .	29

## KULTUR – BILDUNG – FREIZEIT

I.	Kulturamt Norderstedt . . . . .	36
	– Kulturbüro . . . . .	36
	– Musikschule . . . . .	37
	– Stadtmuseum / Stadtarchiv . . . . .	37
II.	TriBühne Norderstedt . . . . .	38
III.	Bildungswerke Norderstedt . . . . .	38
	– Stadtbücherei . . . . .	38
	– Volkshochschule . . . . .	40
IV.	Feuerwehrmuseum Schleswig-Holstein . . . . .	40
V.	Auf kulturellem Gebiet tätige Vereine / Institutionen . . . . .	41
VI.	Angebote der Freien Wohlfahrtsverbände . . . .	46
VII.	Angebote der Kirchengemeinden . . . . .	51
VIII.	Angebote der Sportvereine . . . . .	59
IX.	Vorverkaufsstellen . . . . .	66

Anhang . . . . . 68

- Patientenverfügung
- Vollmacht
- Betreuungsverfügung
- Testament

**Wir sind immer in Ihrer Nähe.  
Sie sind immer gut beraten.**

Michael Leichsenring e. K.

Ulzburger Straße 573  
22844 Norderstedt  
Telefon 040/5229715  
Telefax 040/5228141  
[www.provinzial.de/michael.leichsenring](http://www.provinzial.de/michael.leichsenring)  
[norderstedt\\_fri.gabe@provinzial.de](mailto:norderstedt_fri.gabe@provinzial.de)

**PROVINZIAL**

Alle Sicherheit für uns im Norden

Die Versicherung der Sparkassen

**Ihr Bad- und Heizungshaus**

Meisterbetrieb

**Rosenthal**

Handel

Handwerk

**Neue Ideen  
für Ihr Bad**

**Die Dusch-/  
Badewanne!**  
5 Jahre Garantie /  
20 Jahre  
Nachkaufgarantie

Wir richten Ihr Bad  
auf Ihre persönliche  
Lebenssituation aus.

Besuchen Sie unsere  
Badausstellung - oder  
wir kommen zu Ihnen.



[www.rosenthal-sanitaertechnik.de](http://www.rosenthal-sanitaertechnik.de)

Ladengeschäft • Badmöbel • Accessoires

Duschabtrennungen • Bademäntel • Teppiche



**Ulzburger Straße 350**

22846 Norderstedt • (040) 5 22 21 20

Mo. – Fr. 9.30 – 18 Uhr • Sa. 10 – 14 Uhr • und nach Vereinbarung

**Wir sind für Sie da.**

**Das Leben in privater und familiärer  
Atmosphäre genießen**

Janine & Michael Krause  
Hauptstraße 77 · 22889 Tangstedt  
Tel. 04109 250009  
[www.haus-abend-sonne.de](http://www.haus-abend-sonne.de)

**Haus  
Abendsonne**  
Senioren- und Pflegeheim



## Branchenverzeichnis

Liebe Leser! Hier finden sie eine wertvolle Übersicht leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Dienstleistern, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter [www.alles-deutschland.de](http://www.alles-deutschland.de).



*Dörte Fengler*  
Sterbeamme

Trauerbegleitung  
Sterbebegleitung  
Suizidprävention  
Lebensberatung  
Krisenbewältigung

Tel: 040 51208532  
Mobil: 0173 2363974  
Mail: [info@doerte-fengler.de](mailto:info@doerte-fengler.de)  
[www.doerte-fengler.de](http://www.doerte-fengler.de)

Alten- und Pflegepension . . . 32	Dachdeckerei . . . . . 33	Immobilien . . . . . 30, 68
Altenheime . . . . . 5, 8, 30, 32, 32, 34, 35, U4	Dachflächenfenster . . . . . 4	Implantate . . . . . 20
Altenpflege . . . . . 7	Deutscher Mittagstisch . . . 25	Internet . . . . . 23
Ambulante Pflege . . . . . U2, 20, 27, 28	EDV-Dienstleistungen . . . . 44	Kabel-TV . . . . . 23
Apotheken . . . . . 3, 20	Elektro-Installation . . . . . 33	Krankenpflege . . . . . 7
Badausstattung . . . . . 3, 5	Englisch für Senioren . . . . 37	Krisenbewältigung . . . . . 6
Badausstellung . . . . . 3, 5	Ergotherapie . . . . . 47	Leibrente . . . . . 68
Badmodernisierung . . . . . 33	Essen auf Rädern . . . . . 25	Logopädie . . . . . 47
Bautischlerei . . . . . 33	Fenster . . . . . 33	Lohnsteuerhilfe . . . . . 12
Beförderung . . . . . 3	Finanzplanung im Alter . . . 12	Magen-Darm- Beschwerden . . . . . 19
Beratung . . . . . 28	Fliesenleger . . . . . 33	Makler . . . . . 30
Bestattung unter Bäumen U3	Floristik . . . . . 6	Mittagstisch . . . . . 25
Bestattungsinstitut . . . . . U3	Gartenpflege . . . . . 33	Möbelaufarbeitung . . . . . 33
Bestattungsvorsorge . . . . . U3	Gehirntraining . . . . . 37	Möbeltischlerei . . . . . 33
Betreutes Wohnen . . . . . U2, U4	Gelenkprobleme . . . . . 19	Notare . . . . . 68
Blumen . . . . . 6	Gesundheit . . . . . 3, 20, 27	Nudelhaus . . . . . 25
China Restaurant . . . . . 25	Gesundheitsnetz . . . . . 15	Osteopathie . . . . . 21
Computerkurse . . . . . 4	Glaserei . . . . . 33	Pflege zu Hause . . . . . U2, 20, 27
Computer-Probleme . . . . . 44	Griechische Spezialitäten . . . . . 25	Pflegeberatung . . . . . 27
Dachabdichtungen . . . . . 33	Heizung . . . . . 5, 33	Pflegezentrum . . . . . 35
	Holzbau . . . . . 33	Pflegedienste . . . . . 27, 28

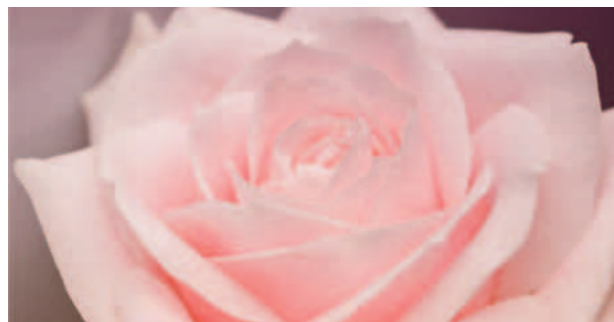
### · DAS BLUMENHAUS ·



*Seit 40 Jahren*

Ochsenzoller Str. 105 · 22848 Norderstedt · Telefon 5234849  
Speziell für Senioren: Lieferservice € 6,- innerhalb Norderstedt  
Hotline: 040 5236564

*Moderne Arrangements · Dekorationen · Trauerfloristik und Kränze*







[www.pflegediakonie.de](http://www.pflegediakonie.de)

Pflegediakonie erweitert Angebot

### **Erste ambulante Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz in Norderstedt**

Demenz stellt für Betroffene und Angehörige eine große Herausforderung dar. Die Erkrankung wird oft tabuisiert, Isolation und Ausgrenzung können die Folgen sein. „Eine ambulante Wohngemeinschaft ermöglicht Menschen mit Demenz, weitestgehend selbstbestimmt zu leben – mit sozialen Kontakten und eingebunden in das Gemeindeleben“, erklärt Marten Gereke, Geschäftsführer der Pflegediakonie. Im Sozialen Zentrum Garstedt wird es zukünftig zwölf Plätze für Menschen mit Demenz in einer ambulanten Wohngemeinschaft geben.

Alle Bewohnerinnen und Bewohner haben ein eigenes Zimmer mit barrierefreiem Bad und WC. Der Alltag findet überwiegend in den Gemeinschaftsräumen statt: In familienähnlicher Atmosphäre wird zusammen gekocht, gegessen und geklönt. Die Mitarbeiterinnen der Pflegediakonie gestalten und strukturieren mit den Bewohnerinnen und Bewohnern den Tag und geben so Orientierung und Sicherheit. „Dieses Angebot entlastet auch die Angehörigen“, so Gereke weiter. „Wir beziehen sie in unsere Arbeit mit ein und haben ein offenes Ohr für ihre Sorgen.“ Die Anbindung an die Gemeinde bietet Abwechslung und soziale Kontakte. „Solche Wohnformen mit individueller Betreuung für Menschen mit Demenz sind eine Alternative zu den bestehenden Angeboten“, unterstreicht Ralf Labinsky, Vorsitzender der Alzheimer Gesellschaft Schleswig-Holstein. „Etwa 40.000 Menschen leben in Schleswig-Holstein mit der Erkrankung. Diese Menschen gehören zu uns. Es ist unsere Aufgabe, ihnen Teilhabe am gesellschaftlichen Leben zu ermöglichen.“

Neben der Wohngemeinschaft werden im Sozialen Zentrum Garstedt eine Tagespflege und Wohnen mit Service auf dem Gelände der Kirchengemeinde Christuskirche entstehen.

#### **Kontakt:**

Tel.: (040) 82 27 63 80  
[www.pflegediakonie.de](http://www.pflegediakonie.de)

# Pflegediakonie

Soziales Zentrum Garstedt



### **Leben im Alter in Norderstedt**

Immer mehr ältere Menschen möchten im Alter ihr Leben bewusst gestalten und suchen nach alternativen Wohnformen. Im Sozialen Zentrum Garstedt bieten wir Ihnen verschiedene Möglichkeiten so zu wohnen, wie Sie es mögen:

**Service Wohnen**  
Selbstbestimmtes  
Wohnen im Alter

Unsere Wohnanlage befindet sich mitten in der Gemeinde – mitten im Leben.

**Tagespflege**  
Rundum gut versorgt

#### **Wir bieten Ihnen die Möglichkeit**

- selbständig zu leben, ohne allein zu sein,
- unabhängig zu sein, aber mit Verantwortung für andere,
- im Notfall auf Nachbarn zurückgreifen zu können.

**Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz**  
Eigenständigkeit trotz Demenz

#### **Haben Sie Interesse?**

**Rufen Sie uns an: (040) 82 27 63 80**



[www.pflegediakonie.de](http://www.pflegediakonie.de)

[www.pflegediakonie.de](http://www.pflegediakonie.de)

## Seniorenwegweiser



**Senioren Versand Ausstatter**  
Modische Senioren-Kleidung und Schuhe

### Unser Angebot

Lieferung per Post ab 100€ portofrei

z.B. Pflegenachthemden  
Schlupfhosen und -röcke  
Blusen - Pullover  
Bequemschuhe,  
Unterwäsche u.v.m.



**Stretchschuh**  
für geschwollene  
und schmerzende Füße

**85,00 €**

Telefon 040 52878282

### Rowatex: Neues Service-Angebot für Senioren

Ab sofort bietet die Norderstedter Firma Rowatex - „modische Seniorenmoden + Bequemschuhe“ - eine Belieferung auch per Versand an. In einzelnen Fällen ist auch eine persönliche Lieferung möglich. Neu ist damit der „Senioren Versand Service“ dieser alleingesessenen Norderstedter Firma, die u.a. auch besonders pflegeleichte Bekleidung, wie z.B. bügelfreie Blusen und Hosen etc. im Sortiment führt, und diese gerne nach tel. Bestellung versendet. „Im Rahmen des Telefonates ist es leicht möglich, konkrete Wünsche zu äußern und natürlich können wir unsere Kunden so persönlich beraten und versuchen, alle Wünsche zu erfüllen“, so Inhaberin Dorothy Schwager. Für Senioren ist es oft problematisch, Schlupfhosen oder Schlupfröcke in Kurzgröße zu finden. Außerdem wird den Kunden ein umfangreiches Sortiment spez. Pflegebekleidung angeboten, geeignet auch für die Senioren-Pflege zu Hause.

Rowatex bietet auch z.B. spez. Schuhe für „Hallux Valgus“-Patienten oder Diabetiker und für div. andere Fußprobleme an. „Übrigens - zu wirklich günstigen Preisen“, so die Inhaberin. Zum großen Angebot gehören auch Bequemschuhe in Überweiten, z.B. in K, L und M.

### DAS HAUS IM PARK

SENIORENHEIM  
DER STADT NORDERSTEDT

*Jeder Mensch wünscht sich  
Glück, Ruhe, Zufriedenheit,  
Geborgenheit und Freisein  
von Leid.*



**DAS HAUS IM PARK**  
gemeinnützige GmbH

Adlerkamp 5  
22846 Norderstedt

Telefon: 040 - 535 705 0  
Telefax: 040 - 535 705 45

[www.dashausimpark.de](http://www.dashausimpark.de)

Fortsetzung von Seite 6

Pflegeeinrichtung für Demenzranke . . . 32, 34, 35	Seniorenreisen . . . . . 49
Pflegeheime . . . . 5, 8, 27, 30, 32, 34, 35, U4	Seniorenanzugs- service . . . . . 8, 33
Pflegenetz . . . . . 15	Sicherheitstechnik . . . . . 4
Physiotherapie . . . . . 21, 47	Sport . . . . . 27
Polsterei . . . . . 33	Sprachkurse . . . . . 4
Rasenschnitt . . . . . 33	Stadtbücherei . . . . . 4
Rechtsanwälte . . . . . 68	Steuerberater . . . . . 12
Reisen für Senioren . . . . . 49	Taxi . . . . . 3
Restaurants . . . . . 25	Telefonie . . . . . 23
Ruhehain . . . . . U3	Therapiezentrum . . . . . 15
Sanitärtechnik . . . . . 5, 33	Transporte . . . . . 8, 33
Schlaganfallnetzwerk . . . . . 15	Trauerbegleitung . . . . . 6
Schlüsselnotdienst . . . . . 4	Umzüge . . . . . 8, 33
Senioren Versandservice . . . 8	Umzugsservice . . . . . 8, 33
Seniorenzentrum . . . . 34, 35	Vermögensberatung . . . . . 12
Seniorenrechte Bäder . . 3, 5	Versicherungen . . . . . 5
Seniorenrechtliches	Volkshochschule . . . . . 4
Wohnen . . . . . 3, 5, 28	Waschmaschinen . . . . . 33
Seniorenheime . . . 5, 8, 30, 32, 32, 34, 35, U4	Wohnen im Alter . . . . . U4
Seniorenhilfe . . . . . 20	Wohnen mit Service . . . . . U3
Seniorenmoden . . . . . 8	Zahnlabor . . . . . 20
Seniorennetzwerk . . . . . 20	Zimmerei . . . . . 33

U = Umschlagseite

# UMZÜGE



**BARTELS & BUSCH**  
☎ **040 - 538 7012**

Gutenbergring 33 - 22848 NORDERSTEDT

PRIVAT- UND  
SENIORENUMZUG  
BÜRO-, FIRMA-,  
FERN-, ÜBERSEE  
CONTAINER-LAGERUNG  
u.v.m.

**EUROMOVERS**

▶▶▶ [www.bartels-und-busch.de](http://www.bartels-und-busch.de)

## ALLGEMEINE INFORMATIONEN

### I. SENIORENBEIRAT

#### Warum ist ein Seniorenbeirat so wichtig?

Der Anteil der Menschen über 60 Jahre an der Gesamtbevölkerung steigt stetig an. In Norderstedt ist bereits mehr als jeder vierte Bürger älter als 60 Jahre.

Diese Bevölkerungsgruppe bildet einen wichtigen Wirtschaftsfaktor in der Stadt und sollte sich auch deutlich in allen betreffenden Bereichen bemerkbar machen!

Um wirklich effektiv arbeiten zu können, ist Ihre Mithilfe gefragt! Geben Sie uns Ihre Anregungen, aber auch Ihre Kritik an den Seniorenbeirat (mündlich oder schriftlich) weiter. Der Seniorenbeirat wird versuchen, Lösungen zu finden. Nutzen Sie Ihre Einflussmöglichkeiten und informieren Sie den Seniorenbeirat. Der Seniorenbeirat versteht sich als Auge, Ohr und Sprachrohr der Bürger nach unserem Motto „**nur gemeinsam sind wir stark**“.

Die Zusammenarbeit mit allen gesellschaftlichen Gruppen und ein gutes Miteinander der Generationen sind wichtige Ziele des Norderstedter Seniorenbeirates.

#### Welche Aufgaben und Rechte hat der Seniorenbeirat?

Die Aufgaben und Rechte des Seniorenbeirates sind vielfältig und in seiner Satzung geregelt. Hierzu ein kleiner Auszug:

1. Der Seniorenbeirat vertritt die Interessen der Seniorinnen und Senioren und setzt sich für deren Belange ein.
2. Der Seniorenbeirat hält Sprechstunden ab, leistet Öffentlichkeitsarbeit und erstellt jährlich einen Tätigkeitsbericht.

Der Seniorenbeirat hat ein Mitspracherecht in der Stadtvertretung. Er kann Anträge an die Stadtverwaltung und die Ausschüsse stellen und das Wort verlangen.

*Sie finden uns unter der Anschrift:*

Rathausallee 50, Rathaus, Zimmer 152

22846 Norderstedt

Telefon: 040 53595-152

E-Mail: [seniorenbeirat-norderstedt@wt.net.de](mailto:seniorenbeirat-norderstedt@wt.net.de)

Internet: [www.seniorenbeirat-norderstedt.de](http://www.seniorenbeirat-norderstedt.de)

*Besuchs-/Sprechzeiten:*

Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag: 14.30 – 16.30 Uhr

Außerhalb der Besuchs-/Sprechzeiten können Sie Nachrichten auf unserem Anrufbeantworter hinterlassen.

Wir rufen zurück.

Unsere öffentlichen Beiratssitzungen werden durch den Aushang im Rathaus und durch die Medien bekannt gegeben.

## II. SOZIALE ANGELEGENHEITEN

Stadt Norderstedt, Amt für Soziales  
Rathausallee 50, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 53595-425  
Telefax: 040 53595-612  
E-Mail: [sozialamt@norderstedt.de](mailto:sozialamt@norderstedt.de)

### – SOZIALHILFE UND GRUNDSICHERUNG

Jeder Mensch kann durch die verschiedensten Umstände in Not geraten. Sofern Sie sich in solchen Notlagen nicht selbst helfen können und die erforderliche Unterstützung nicht von anderen erhalten, gibt es Hilfen nach dem Sozialgesetzbuch (SGB) XII. Reichen Einkommen und Ver-



Fotoclub Norderstedt e.V.

mögen nicht aus, um den Lebensunterhalt (Ernährung, Kleidung, Unterkunft, Heizung und anderes) sicherzustellen, kommen für Sie vornehmlich „Leistungen der Grundsicherung im Alter“ in Betracht. Sozialhilfe kann auch in anderen Lebenslagen gewährt werden, zum Beispiel bei Krankheit, für als blind anerkannte Personen, bei Pflegebedürftigkeit im häuslichen Bereich beziehungsweise in einem Heim oder in einer Kurzzeitpflegeeinrichtung. Verpflichtungen anderer Kostenträger – wie Kranken- oder Pflegekassen – haben allerdings Vorrang.

Wir können hier nur einige Beispiele aufführen. Wenden Sie sich bitte in schwierigen Situationen rechtzeitig – ohne Scheu und Hemmungen – an das Sozialamt. Eine Beratung kostet nichts, hat aber schon oft geholfen, das Leben wieder hoffnungsvoller zu gestalten.

#### Übrigens:

Sozialhilfe ist kein Almosen. Auf die meisten Leistungen besteht ein Rechtsanspruch. Unterhaltspflichtige Kinder werden nur selten in Anspruch genommen, bei der Grundsicherung im Alter nur bei einem Einkommen von über 100.000 Euro im Jahr.

Anträge und nähere Auskünfte erhalten Sie bei der Sozialhilfeabteilung der Stadt Norderstedt.

Mit Ihren Ansprechpartnern werden Sie unter der Telefonnummer: 040 53595-425 verbunden.

### – WOHNUNGSGELD

Wohnen kostet Geld, oft zu viel für die, die ein geringes Einkommen haben. Deshalb gewährt die Stadt finanzielle

Hilfen, das Wohngeld als Zuschuss zur Miete. Wer zum Kreis der Berechtigten gehört, hat darauf einen Rechtsanspruch.

*Wohngeld ist abhängig von:*

- der Zahl der zum Haushalt gehörenden Familienmitglieder,
- der Höhe des Familieneinkommens,
- der zuschussfähigen Miete oder Belastung.

**Wohngeld gibt es nur auf Antrag**, den sowohl Mieter als auch Hauseigentümer stellen können. Anträge und nähere Auskünfte erhalten Sie bei der Wohngeldabteilung der Stadt Norderstedt.

Mit Ihren Ansprechpartnern werden Sie unter der Telefonnummer: 040 53595-425 verbunden.

## – RUNDfunkGEBÜHREnBEFREIUNG

Seit dem 1. April 2005 haben sich grundlegende Änderungen bei der Befreiung von den Rundfunkgebühren ergeben. Hier die wichtigsten:

- Eine Befreiung wegen geringer Einkünfte (Berechnung) gibt es **nicht** mehr.
- Befreiung ist möglich beim Bezug bestimmter Leistungen, zum Beispiel Grundsicherung (SGB XII), Arbeitslosengeld II (SGB II), BAföG oder bei einem Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen RF.



Fotoclub Norderstedt e.V.

Die mögliche Befreiung wird nicht mehr von den Gemeinden (Sozialämtern, Bürgerbüros) erteilt, sondern direkt von der Gebühreneinzugszentrale **GEZ**. Die Antragsformulare liegen noch auf den Gemeinden aus. Sie können aber auch im Internet unter [www.gez.de](http://www.gez.de) heruntergeladen werden. Ist eine Befreiungsvoraussetzungen gegeben, muss der ausgefüllte und unterschriebene Antrag mit dem Original des Leistungsbescheides oder dem Original des Schwerbehindertenausweises direkt an die GEZ in Köln geschickt werden.

Für Rückfragen der Antragssteller steht die Servicetelefonnummer 0180 5791020 zur Verfügung.

### – RENTENANGELEGENHEITEN

Für Fragen und Antragsstellungen im Zusammenhang mit der gesetzlichen Rentenversicherung gibt es die Auskunfts- und Beratungsstelle der Deutschen Rentenversicherung in 22846 Norderstedt, Rathausallee 70.

Diese ist zuständig für die Versicherten der Deutschen Rentenversicherungen als auch der Versicherten der Landesversicherungsanstalten.

Telefon: 040 6505578-0

Telefax: 040 6505578-190

E-Mail: [beratungsstelle-in-norderstedt@drv-nord.de](mailto:beratungsstelle-in-norderstedt@drv-nord.de)

*Unsere Öffnungszeiten sind:*

Montag: 8.00 – 12.00 und 13.00 – 15.00 Uhr

Dienstag: 8.00 – 12.00 und 13.00 – 16.00 Uhr

Mittwoch: 8.00 – 13.00 Uhr

Donnerstag: 8.00 – 12.00 und 13.00 – 18.00 Uhr

Freitag: 8.00 – 12.00 Uhr

Eine vorherige Terminvereinbarung wird empfohlen.

## Stets zu Ihren Diensten

**Christopher Busse**  
Schmuggelstieg 2  
22848 Norderstedt

Tel.: 040 - 30 85 21 04  
Fax: 040 - 30 85 14 06  
Mobil: 0177 - 6 94 54 30

Email: [info@christopher-busse.de](mailto:info@christopher-busse.de)  
Web: [www.christopher-busse.de](http://www.christopher-busse.de)

**christopher  
Busse**  
Steuerberater



### Steuern

Durch die Einführung des Alterseinkünftegesetzes ab dem Jahr 2005 und der damit verbundenen nachgelagerten Besteuerung wurden viele **Rentner/innen steuerpflichtig**. Durch die Übermittlung der Daten der Deutschen Rentenversicherung an die jeweiligen Finanzämter werden nunmehr auch die Rentner/innen erfasst, die aufgrund der Höhe ihres Einkommens zur Abgabe einer Steuererklärung verpflichtet sind. Insofern wird sich das jeweilige Finanzamt in Kürze mit den betroffenen Personen in Verbindung setzen, sofern dies noch nicht erfolgt ist.

Warten Sie nicht ab, bis sich das Finanzamt vielleicht auch bei Ihnen meldet. Gerne stehen wir Ihnen für steuerrechtliche Auskünfte dieser oder allgemeiner Art zur Verfügung.  
**Wir erstellen auch gerne Ihre Steuererklärung!**

### Finanzen

Nach oft negativen Erfahrungen in der Finanzkrise und zunehmender Unzufriedenheit über die Qualität von Bankberatungen setzen viele Menschen – insbesondere auch Rentner und Pensionäre – wieder auf eine konservative und damit sichere Anlage ihres Geldes. Bedauerlicherweise stehen heutzutage bei Bankberatungen allzu oft die Interessen der Geldinstitute mehr im Fokus als die ihrer Kunden. Der Geschäftsführer der Meister/Busse Wirtschaftsberatungsges. mbH, Herr Erik Meister, war jahrzehntelang Banker in leitender Position eines renommierten Bankhauses in Hamburg. Insofern verfügt er über sehr viel Erfahrung im Umgang mit Bankberatern und Bankprodukten, speziell in Finanzierungsfragen und Geldanlagen.

- Finanzplanung im Alter
- Begleitung von Vermögensanlagen
- Finanzierungsberatung bei Kauf/Verkauf von Immobilien

Wenn auch Sie kompetent – und vor allem unabhängig – in Bankangelegenheiten beraten werden möchten oder für ein anstehendes Bankgespräch die Begleitung einer fachkundigen Person wünschen, dann rufen Sie einfach Herrn Meister unter der aufgeführten, kostenfreien Telefonnummer an.

**meisterbusse**

Wirtschaftsberatungsges. mbH



**Erik Meister**

Dipl. Betriebswirt • Geschäftsführer  
Hans-Salb-Str. 69 • 22851 Norderstedt  
Tel. 0800-664 73 37 • Fax 040-30 85 14 06

Mobil 0160-88 15 134

[info@wirtschaftsberatung-meisterbusse.de](mailto:info@wirtschaftsberatung-meisterbusse.de)  
[www.wirtschaftsberatung-meisterbusse.de](http://www.wirtschaftsberatung-meisterbusse.de)

**Hinweis:**

Seit dem 1.10.2005 gibt es aufgrund der Organisationsreform der gesetzlichen Rentenversicherung BfA und LVA nicht mehr, sondern nur noch die Deutsche Rentenversicherung. Seit September 2009 ist die Auskunft- u. Beratungsstelle in der Berliner Allee (Herold Center) geschlossen.

**– BEHINDERTENANGELEGENHEITEN**

Behindertenbeauftragte der Stadt Norderstedt  
Rathausallee 50, 22846 Norderstedt  
Beratung in allen Angelegenheiten im Zusammenhang mit Behinderungen.

Ansprechpartnerin: Frau Gravenkamp

Telefon: 040 53595-535

Telefax: 040 53595-612

E-Mail: [behindertenbeauftragte@norderstedt.de](mailto:behindertenbeauftragte@norderstedt.de)

Internet: [www.norderstedt.de](http://www.norderstedt.de)

Voranmeldung / Terminvereinbarung ist erforderlich

Montag, Dienstag,

Donnerstag, Freitag: 08.30 – 12.00 Uhr

Donnerstag auch: 14.30 – 18.00 Uhr

**– AUSNAHME VOM PARKVERBOT  
FÜR SCHWERBEHINDERTE**

Nach der Verwaltungsvorschrift zur Straßenverkehrsordnung (StVO) kann für schwerbehinderte Menschen mit außergewöhnlicher Gehbehinderung, beidseitiger Amelie oder Phokomelie oder mit vergleichbaren Funktionseinschränkungen (Contergangeschädigte) und für Blinde eine Parkerleichterung gewährt werden. Entscheidend

hierbei sind die Feststellungen des Landesamtes für soziale Dienste im Schwerbehindertenausweis. Die Merkmale – außergewöhnliche Gehbehinderung, abgekürzt „aG“, oder blind „Bl“ – müssen im Schwerbehindertenausweis eingetragen sein. Bei beidseitiger Amelie oder Phokomelie ist ein entsprechender Nachweis notwendig. Sollte eine der Voraussetzungen erfüllt sein, kann bei der örtlich zuständigen Straßenverkehrsbehörde ein Antrag auf Erteilung einer Ausnahmegenehmigung für Parkerleichterungen gestellt werden. Ein Passbild, der Schwerbehindertenausweis und der Personalausweis sind vorzulegen, bei beidseitiger Amelie und Phokomelie ist zusätzlich ein Nachweis erforderlich. Als Nachweis der Parkberechtigung wird ein bundeseinheitlicher, blauer Parkausweis mit dem Symbol eines Rollstuhlfahrers und eine dazugehörige Urkunde herausgegeben. Der blaue Ausweis muss gut sichtbar im Fahrzeug – hinter der Windschutzscheibe – ausgelegt werden. Nähere Auskünfte erhalten Sie bei der örtlich zuständigen Straßenverkehrsbehörde.

**Stadt Norderstedt****Amt für Ordnung und Bauaufsicht****Fachbereich Verkehrsaufsicht und Beiträge****Rathausallee 50, 22846 Norderstedt**

Fotoclub Norderstedt e.V.

### III. AUF SOZIALEM GEBIET TÄTIGE VEREINE / VERBÄNDE UND BERATUNGSSTELLEN

#### **Deutsches Rotes Kreuz, Ortsverein Norderstedt e.V.**

Ochsenzoller Straße 124, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231826

Telefax: 040 5283302

Ansprechpartnerin: Frau Alexander

*Sprechzeiten:*

Montag, Mittwoch,

Donnerstag, Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

Dienstag: 09.00 – 14.00 Uhr

Donnerstag auch: 15.00 – 18.00 Uhr

Das DRK bietet neben einer Sozialstation noch Veranstaltungen in Altentagesstätten mit einem abwechslungsreichen Programm.

#### **AWO Schleswig-Holstein gGmbH**

##### **Wohn- und Servicezentrum Norderstedt**

In der Großen Heide 44, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 526847-0

Telefax: 040 526847-22

Die AWO bietet Ihnen neben der Betreuten Wohnanlage mit 75 Wohnungen eine kleine stationäre Wohneinheit mit 14 Plätzen. Hier wird auch Kurzzeitpflege geleistet. Ein ambulanter Pflegedienst, Hausnotruf, Hauswirtschaft, Fahrdienste und Urlaubspflege runden das Angebot ab.

#### **AWO-Ortsverein Norderstedt e.V.**

In der Großen Heide 44, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 41925956

Fax: 040 52205830

E-Mail: [ov-norderstedt@awo-sh.de](mailto:ov-norderstedt@awo-sh.de)

Der Ortsverein bietet in den Stadtteilen eine Fülle von Gruppen an: Gymnastik, Schwimmen, Schach, Spiele, Handarbeit, Wandern und andere.

*Informationen und Anmeldungen bei der Geschäftsstelle:*

#### **Arbeiterwohlfahrt, Ortsverein Norderstedt e.V.**

Bürozeiten:

Dienstag und Donnerstag: 10.00 – 11.30 Uhr

#### **Sozialwerk Norderstedt e.V.**

Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband e.V.

Ochsenzoller Straße 85

Eingang: Hermann-Löns-Weg 9, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5237380

Telefax: 040 5237153

E-Mail: [info@sozialwerk-norderstedt.de](mailto:info@sozialwerk-norderstedt.de)

Internet: [www.sozialwerk-norderstedt.de](http://www.sozialwerk-norderstedt.de)

- Sozialstation Garstedt / Pflegedienst
- Suchtberatung
- Psychologische Beratungsstelle
- Familienzentrum Glashütte  
Mittelstraße 45, 22851 Norderstedt  
Beratung (Offene Sprechstunde)  
Eltern-Kind-Gruppe  
Elterncafé  
Frühstückstreff  
Bürozeit: Dienstag: 13.00 – 14.00 Uhr  
Telefon / Fax: 040 60927190  
E-Mail: [fzglashuette@sozialwerk-norderstedt.de](mailto:fzglashuette@sozialwerk-norderstedt.de)
- Vermietung von seniorengerechten Wohnungen
- Seniorentreff Garstedt  
Kirchenstraße 53, 22848 Norderstedt



### **KBA-Krankentransporte, Behinderten- und Altenhilfe e.V.**

Ohechaussee 169, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 529003-0

Telefax: 040 529003-99

Ansprechpartner: Herr Vollmer

- Rettungsdienst
- Krankentransport
- Ärztliche Notdienste
- Hausnotruf
- Sanitätsdienst
- Ausbildung Erste Hilfe (auch speziell für Seniorinnen und Senioren)

### **KBA-Einsatzzentrale 24 Std.**

Telefon: 0800 8000112 und 040 5239006

### **MediCounter GmbH**

Ohechaussee 169, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 529009-25

Telefax: 040 529009-77

Abholmarkt für medizinisches Verbrauchsmaterial und Erste-Hilfe-Material sowie für den Bedarf der Pflegedienste und den privaten Bedarf.

### **Norderstedter Tafel e.V.**

Schützenwall 49, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 5252636

Ansprechpartnerin: Frau Steinvorth

E-Mail: [info@norderstedter-tafel.de](mailto:info@norderstedter-tafel.de)

Internet: [www.norderstedter-tafel.de](http://www.norderstedter-tafel.de)



### **Ergotherapie, Paar- und Familientherapie, AD/HS Fachberatung, Physiotherapie Logopädie**

Die Zusammenarbeit der einzelnen Fachbereiche ermöglicht es, eine ganzheitliche Behandlung durchzuführen. Hierbei sind die Schwerpunkte u.a. die Bereiche der neurologischen Erkrankungsbilder (z.B. Schlaganfall), sowie alle Formen der Alterserkrankungen. (Demenz, Alzheimer, Herzerkrankungen, Bewegungseinschränkungen uvm.)

Ulzburger Str. 308

22846 Norderstedt

Tel.: 040/325 96 101

Fax: 040/325 96 102

[www.ear-norderstedt.de](http://www.ear-norderstedt.de)

[www.ear-norderstedt.de](http://www.ear-norderstedt.de)

Öffnungszeiten: Mo.-Do. 8:00-12:45 Uhr und 13:30-17:00 Uhr

Fr. 8:00-12:30 Uhr und 13:15-15:00 Uhr

Selbstverständlich sind auch Terminvereinbarungen außerhalb der genannten Öffnungszeiten sowohl in den Praxisräumen, als auch als Hausbesuch möglich.

*Immer für Sie da*

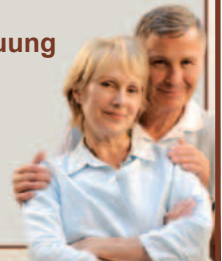


**Gesundheits- und Pflegenetz**  
Norderstedt e.V.

**Unter einer Nummer kompetente  
Norderstedter Ansprechpartner  
bei allen Fragen zur Pflege, Betreuung  
und weiteren Hilfeleistungen  
wie Umbau und Lieferservice.**



**0800 523 90 06**  
(kostenlos im dt. Festnetz)



### **Katholisches Pfarramt „St. Annen“**

Schmuggelstieg 22, 22419 Hamburg

Pfarrbüro:

Telefon: 040 5201650

Telefax: 040 52016511

Bürozeiten:

Montag bis Freitag: 09.30 – 12.00 Uhr

Mittwoch: 18.00 – 19.00 Uhr

Jeden 3. Montag im Monat Heilige Messe für Seniorinnen und Senioren um 14.30 Uhr, anschließend geselliges Beisammensein mit Programm.

### **Katholisches Pfarramt „St. Hedwig“**

#### **Pfarrcaritas**

Falkenkamp 2, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5224282

Telefax: 040 5262224

Pfarrbürozeiten:

Dienstag bis Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

– Seniorenkreis 14-tägig Mittwoch

– Frauenkreis jeden 1. Mittwoch im Monat

Angebot: Basteln, Ausfahrten, Vorträge, Klönschnak, Kaffeetrinken, Gespräche etc.

– Wandergruppe jeden 3. Dienstag im Monat

Angebot: Wandern in Hamburg und Schleswig-Holstein

### **Kriminalpräventiver Rat – Arbeitsgruppe Senioren**

Vorbeugende Maßnahmen zur Kriminalitätsverhütung

– Tipps für ihre Sicherheit –

in Zusammenarbeit mit der Polizei, kirchlichen und sozialen Seniorenkreisen und dem Weißen Ring.

*Ansprechpartner:*

Herr Struckmann, Telefon: 040 53595-410

Rathaus, Zi. 017

Herr Korehnke, Telefon: 040 53595-152

– Seniorenbeirat –

### **Sozialverband VdK Hamburg, Ortsverband Norderstedt**

zurzeit Kontaktadresse:

VdK Landesverband Hamburg

Hammerbrookstraße 93, 20097 Hamburg

Telefon: 040 401949-0

### **pro familia Norderstedt**

#### **Haus Kielort**

Kielortring 51, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 5228578

Telefax: 040 53532838

E-Mail: [norderstedt@profamilia.de](mailto:norderstedt@profamilia.de)

Telefonische Anmeldung:

Montag bis Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

Montag und Donnerstag: 17.00 – 18.00 Uhr

Offene Sprechstunde:

Donnerstag: 16.00 – 18.00 Uhr

Partnerschafts- und Sexualberatung, Schwangerschaftsberatung

### **Freiwilligen Forum Norderstedt**

#### **Vermittlung ehrenamtlicher Hilfe**

Schulweg 30, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 52640082

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

Internet: [www.freiwilligenforum.de](http://www.freiwilligenforum.de)

Bürozeiten:

Dienstag: 16.00 – 18.00 Uhr

Donnerstag: 10.00 – 12.30 Uhr

**Schuldner- und Insolvenzberatung Diakonie**

Hilfestellung in Verschuldens- und Überschuldungsfragen.

Anerkannte Stelle im Verbraucher-Insolvenzverfahren  
Ochsenzoller Straße 85

(Eingang Hermann-Löns-Weg 9), 22848 Norderstedt

Telefon: 040 8231572-0

Telefax: 040 8231572-19

E-Mail: [schuldnerberatung.norderstedt@diakonie-hhsh.de](mailto:schuldnerberatung.norderstedt@diakonie-hhsh.de)

Internet: [www.diakonie-hhsh.de](http://www.diakonie-hhsh.de)

Bürozeiten:

Montag – Freitag: 09.00 – 12.30 Uhr

Offene Sprechstunde:

Donnerstag: 14.00 – 16.00 Uhr

**SoVD Sozialverband Deutschland,  
ehemals Reichsbund, gegr. 1917, Kreisverband Segeberg  
Ortsverbände Norderstedt-Friedrichsgabe und  
Harksheide**

Beratung und Betreuung von Kranken, Bedürftigen,

Behinderten, Hilfe bei der Rentenantragsaufnahme,

Beratung zur Pflegeversicherung

Schwalbenstieg 18, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5229848

Ansprechpartnerin: Frau Nischik

**Ortsverband Norderstedt-Garstedt**

Ansprechpartner: Herr Hasselberg

Telefon: 040 5235972

**Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e.V.**

Beratungsstelle Norderstedt

Rathausallee 38, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5238455

Telefax: 040 5282604

E-Mail: [norderstedt@verbraucherzentrale-sh.de](mailto:norderstedt@verbraucherzentrale-sh.de)

Internet: [www.verbraucherzentrale-sh.de](http://www.verbraucherzentrale-sh.de)

Beratung zu:

- Rechtlichen Themen, z.B. zu Telefon-, Internet- und Kaufverträgen
- Finanzthemen, z.B. Geldanlage, Versicherungen
- Energiethemen, z.B. Wärmedämmung, Heizungsanlage, Heizkostenabrechnung
- Ernährungsthemen, z. B. Fit im Alter

**IV. BEHÖRDLICHE EINRICHTUNGEN****– POLIZEI**

**Notruf: 110**

(immer mit Meldung: „Ich rufe aus Norderstedt an“!)

**Dienststellen in Norderstedt:**

Polizeirevier Norderstedt und Kriminalpolizeiaußenstelle

Europaallee 24, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 52806-0

**Polizeistation Norderstedt-Ost**

Müllerstraße 2 a, 22851 Norderstedt

Telefon: 040 5240389

**Polizeistation Norderstedt-Mitte**

Rathausallee 78, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5353620



Fotoclub Norderstedt e.V.

Ansprechpartner für Seniorinnen und Senioren:  
Herr Wohlgehaben, Telefon: 040 53536-210

### – FEUERWEHR

#### **Notruf: 112**

(immer mit der Meldung: „Ich rufe aus Norderstedt an“!)

### – SONSTIGE EINRICHTUNGEN

#### **Stadtwerke Norderstedt**

Heidbergstraße 101 – 111, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 52104-0

Telefax: 040 52104-117

Entstörungsdienst: 040 52104-112

#### **Amtsgericht Norderstedt**

Rathausallee 80, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 52606-0

Telefax: 040 52606-222

#### **Finanzamt Bad Segeberg**

Theodor-Storm-Straße 4 – 10

23795 Bad Segeberg

Telefon: 045 5154-0

Telefax: 045 5154-303

#### **Finanzamt Bad Segeberg**

Außenstelle Norderstedt

Europaallee 22, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 523068-0

Telefax: 040 523068-70

### – Gleichstellungsstelle der Stadt Norderstedt

Durch die Arbeit der Gleichstellungsstelle soll auf kommunaler Ebene „die tatsächliche Durchsetzung der Gleichberechtigung von Frauen und Männern gefördert und auf die Beseitigung bestehender Nachteile hingewirkt werden“. Hierzu ist der Staat gem. Art. 3 Abs. 2 des Grundgesetzes verpflichtet. Die Gleichstellungsstelle arbeitet also daran, in Bereichen, in denen Frauen oder Männer gegenüber dem jeweils anderen Geschlecht benachteiligt sind, einen Ausgleich zu erreichen.

Dies ist eine Querschnittsaufgabe, die sehr viele Gebiete umfasst, wie zum Beispiel Altersvorsorge speziell für Frauen, Mitwirkung an der Bauleitplanung der Stadt, Gewalt gegen Frauen und Männer und anderes. Die Gleichstellungsstelle ist daher eine Stelle, die in verschiedene Netzwerke eingebunden ist und bei der viele Informationen und Kontakte zusammenkommen. Sie dient häufig und gern als erste Anlaufstelle, wenn nicht klar ist, an welche Organisation man sich im betreffenden Fall wenden kann.

Sie erreichen die Gleichstellungsstelle wie folgt:

**Stadt Norderstedt**

– Gleichstellungsstelle –  
Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 53595-105 Verwaltungsmitarbeiterin  
Frau Eckert  
-645 Sozialpädagogische  
Mitarbeiterin Frau Schmid  
-106 Gleichstellungsbeauftragte  
Frau Meyer

Telefax: 040 53513-383

E-Mail: [gleichstellungsstelle@norderstedt.de](mailto:gleichstellungsstelle@norderstedt.de)

Die Mitarbeiter sind für Sie da während der Öffnungszeiten des Rathauses Norderstedt:

Montag: 08.30 – 12.00 Uhr  
Dienstag: 08.30 – 12.00 Uhr  
Donnerstag: 08.30 – 12.00 Uhr  
14.30 – 18.00 Uhr  
Freitag: 08.30 – 12.00 Uhr

Individuelle Terminabsprache ist darüber hinaus selbstverständlich möglich.

**Stadtverwaltung Norderstedt**

Rathausallee 50  
22846 Norderstedt  
Telefon: 040 53595-0  
Telefax: 040 5264435

Sprechzeiten:

Montag, Dienstag:  
Donnerstag, Freitag: 08.30 – 12.00 Uhr  
Donnerstag auch: 14.30 – 18.00 Uhr  
Mittwoch: geschlossen  
Dienstag (nur Einwohnermeldeamt): 14.30 – 18.00 Uhr

**Allgemeiner Sozialer Dienst**

Beratung und Vermittlung von Hilfen für ältere Menschen  
Rathausallee 50, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 53595-401  
Telefax: 040 53595-641



**Ihre  
Gesundheit  
ist uns  
wichtig!**

**Medizinische Abteilungen:**

- Allgemeine- und Viszeralchirurgie, Darmzentrum
- Unfall- und wiederherstellende Chirurgie, Hand- und Fußchirurgie
- Frauenheilkunde mit Brustzentrum
- Inkontinenzchirurgie
- Innere Medizin mit Schwerpunkt Gastroenterologie, spezielle Ultraschallverfahren
- Anästhesiologie und Intensivmedizin
- Kinderabteilung
- Geburtshilfe mit angeschlossener Neonatologie

**Paracelsus-Kliniken auch in Ihrer Nähe:**

Wilstedter Straße 134	Alvesloher Straße 29
24558 Henstedt-Ulzburg	24568 Kaltenkirchen
Tel.: 04193/700	Tel.: 04191/960

www.paracelsus-kliniken.de Mail: [henstedt@pk-mx.de](mailto:henstedt@pk-mx.de)



**PARACELTUS  
KLINIK**  
HENSTEDT-ULZBURG/KALTENKIRCHEN

## Gesundheit – und das persönliche Gespräch



**Dr. Thomas Meyer**  
Achternfelde 4/ Ecke Ochsenzoller Straße  
22850 Norderstedt  
www.hubertusnorderstedt.de  
fon: 040/ 5 23 12 28  
fax: 040/ 5 34 40 36

## HUBERTUS APOTHEKE



Frederikspark Norderstedt  
Tel.: 040 64 666 204 24-h Hotline  
Fax: 040 64 666 205

Quickborner Str. 50 Mo.–Fr. 8.30 h – 18.30 h  
22844 Nordstedt Sa. 9.00 h – 14.00 h

**Beratung Service Wohlfühlen**  
**Vitalstoffe Senioren Netzwerk Körper, Geist & Seele**  
www.Aqua-Vital-Apotheke.de  
Aqua-Vital@web.de  
mail



**kostenloser  
Lieferservice**



Hauseigenes Info-Center für Patienten mit Terminvereinbarung



Kirchweg 64a  
24558 Henstedt-Ulzburg  
Tel. (04193) 2111  
Fax (04193) 6906

[www.heinze-dental.de](http://www.heinze-dental.de)

## GESUNDHEIT – PFLEGE – WOHNEN

### I. ÄRZTLICHE NOTDIENSTE

#### Ärztlicher und Augenärztlicher Notdienst

Montag bis Freitag: 19.00 – 08.00 Uhr  
Am Wochenende / Feiertage durchgehend  
von Freitag 19.00 bis Montag: 08.00 Uhr.  
Telefon: 040 5251027

#### Zahnärztlicher Notdienst

Der dienstbereite Zahnarzt für das jeweilige Wochenende ist bei der zahnärztlichen Notdienstzentrale Norderstedt zu erfahren.

Telefon: 040 5283216

#### Hinweis:

Ein aktuelles Verzeichnis der in Norderstedt praktizierenden Fachärzte finden Sie im örtlichen Telefonbuch für Norderstedt und Tangstedt hinter dem Verzeichnis „Postleitzahlen“ und vor dem privaten Telefonverzeichnis.

Mitglied  
im ZfHP u.  
Wandzentrum  
Hamburg

**Seniorenhilfe Jürgen Off GmbH**

seit  
1986

**Kostenlose Beratungsgespräche**

**häusliche Krankenpflege**  
und **Seniorenbetreuung** in  
Norderstedt, Langenhorn und  
Niendorf **rund um die Uhr**  
bei Ihnen zu Hause durch  
qualifizierte Mitarbeiter.

Nordalbingerweg 17  
22455 Hamburg-Niendorf  
Telefon 040 5552085

Alslerstieg 13  
22851 Norderstedt  
Telefon 040 5262107

Internet: [www.seniorenhilfe-juergen-off.de](http://www.seniorenhilfe-juergen-off.de)  
E-Mail: [info@seniorenhilfe-juergen-off.de](mailto:info@seniorenhilfe-juergen-off.de)

## II. APOTHEKENNOTDIENST

Die Angaben über die Notdienst leistenden Apotheken können Sie der Tagespresse beziehungsweise den Wochenblättern und den Aushängen an allen Norderstedter Apotheken entnehmen.

Telefonische Auskünfte unter: 040 5227552.

## III. GESUNDHEITSBERATUNG / SELBSTHILFEGRUPPEN

### Pflegestützpunkt Kreis Segeberg

Beratungsstelle für ältere Bürger und ihre Angehörigen  
Heidbergstraße 28, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 52883830  
Telefax: 040 52883832  
E-Mail: [aber@schleswig-holstein.de](mailto:aber@schleswig-holstein.de)  
Internet: [www.altern-und-familie.de](http://www.altern-und-familie.de)

Beratung für pflegende Angehörige, für hilfsbedürftige ältere Menschen und bei Alzheimer-Erkrankungen.

Sprechzeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr  
Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr

### Pflege- und Vorsorgeberatung

Breslauer Straße 17 h, 22850 Norderstedt  
Telefon: 040 32590323  
Ansprechpartnerin: Birgit Schimmel  
E-Mail: [b.schimmel@wt.net.de](mailto:b.schimmel@wt.net.de)

Beratungsstelle für pflegende Angehörige und Pflegebedürftige. Pflegeberatung, individuelle Schulungen, Besuche, Pflegekurse, individuelle Betreuungsangebote  
Seniorencafe „In de gode Stuv“

Seniorenachmittag

jeden 2. Mittwoch im Monat: 14.00 – 16.00 Uhr

Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenz

Dienstag: 15.00 – 18.00 Uhr

Angehörigengesprächskreis

jeden 1. Freitag im Monat: 10.00 – 11.30 Uhr

### BSVSH Blinden- und Sehbehindertenverein

Schleswig-Holstein e.V.

Bezirksgruppe Norderstedt

Rugenbarg 1, 24558 Henstedt-Ulzburg

Telefon: 04193 6878

Telefax: 04193 3245

E-Mail: [norderstedt@bsvsh.org](mailto:norderstedt@bsvsh.org)

Ansprechpartner: Herr Mundt



Ochsenzoller Straße 191  
22848 Norderstedt

☎ 040 / 523 99 76

☎ 040 / 528 12 86

Terminvergabe: 8:00 – 20:00 Uhr  
[www.mangleer-eisfeld.de](http://www.mangleer-eisfeld.de)

Ein Team von 30 qualifizierten, engagierten Mitarbeitern betreut Sie u.a. durch:

- Krankengymnastik
  - Manuelle Therapie
  - Bobath, Vojta, PNF
  - Therapie bei Schlaganfall, Parkinson, Demenz und MS
  - Med. Massage/Lymphdrainage
  - Osteopathie
  - Lasertherapie
  - Präventivkurse
  - Magnetfeld-Therapie
- auch als Hausbesuch

**Psychologische Beratungsstelle  
für Kinder, Jugendliche und Erwachsene  
Sozialwerk Norderstedt e.V.**

Ochsenzoller Straße 85, Eingang Hermann-Löns-Weg 9  
22848 Norderstedt

Telefon: 040 5237380

Telefax: 040 5237153

E-Mail:

[psychologischeberatung@sozialwerk-norderstedt.de](mailto:psychologischeberatung@sozialwerk-norderstedt.de)

Internet: [www.sozialwerk-norderstedt.de](http://www.sozialwerk-norderstedt.de)

Die Psychologische Beratungsstelle bietet Ihnen Erziehungsberatung, Beratung von Kindern und Jugendlichen sowie Paar- und Familienberatungen. Die Leistung ist in der Regel kostenfrei und unterliegt der Schweigepflicht.

Offene Sprechstunde (nicht in den Ferien):

Mittwoch: 10.00 – 11.00 Uhr und

16.00 – 17.00 Uhr

**Suchtberatung**

**Sozialwerk Norderstedt e.V.**

Ochsenzoller Straße 85, Eingang Hermann-Löns-Weg 9  
22848 Norderstedt

Telefon: 040 5237160

Telefax: 040 5237153

E-Mail: [suchtkrankenberatung@sozialwerk-norderstedt.de](mailto:suchtkrankenberatung@sozialwerk-norderstedt.de)

Internet: [www.sozialwerk-norderstedt.de](http://www.sozialwerk-norderstedt.de)

Die Suchtberatung berät Sie bei Abhängigkeitsproblemen (zum Beispiel Alkohol, Medikamente, Drogen) oder sonstigen Suchtproblematiken (zum Beispiel Spiel- und Kaufsucht, Essstörungen). Angehörige können sich eben-

falls an sie wenden. Die Leistung ist in der Regel kostenfrei und unterliegt der Schweigepflicht.

Offene Sprechstunde:

Montag: 16.00 – 18.00 Uhr

**Guttempler in Norderstedt**

**Guttempler IOGT e.V.**

Gesprächsgruppe für Alkohol- und  
Medikamentenprobleme

Montag: 19.30 Uhr

In der Albert-Schweitzer-Kirchengemeinde  
Klönstuv, Schulweg 30, 22844 Norderstedt

Kontakt:

04193 888910 Herr Rathke

040 5263283 Herr Hölter

**AL-ANON**

**Freunde- und Angehörigengruppe von Alkoholikern**

Immenhorst 3, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 5243865

Treffen: Donnerstag: 19.30 Uhr im Vicelin-Haus

Ansprechpartnerin: Frauke

Telefon: 040 5243865

**Anonyme Alkoholiker**

**Norderstedt II**

Lütjenmoor 13 Schalom Kirche, 22850 Norderstedt

Dienstag: 19.30 – 21.00 Uhr

Ansprechpartner: Jörg

Telefon: 040 5239674





## Wir sprechen Ihre Sprache

Ob Fernsehen, Telefonie oder Internet – Bandansagen oder Fachchinesisch gibt es bei uns nicht, denn wir betreuen Sie stets persönlich. Und wir installieren und erklären alles bei Ihnen vor Ort. Unter unserer kostenlosen Rufnummer **0800 – 432 432 4** sind wir gern für Sie da.

***Wir sind die Antwort auf Ihren Kommunikationsbedarf.***

### **Alzheimer Gesellschaft Norderstedt-Segeberg e.V.**

Heidbergstraße 28, 22846 Norderstedt

E-Mail: [aber@schleswig-holstein.de](mailto:aber@schleswig-holstein.de)

Interessenvertretung für alle an der Alzheimer Krankheit erkrankten Menschen und deren Angehörige. Fördert, entwickelt und unterstützt Hilfen für die pflegenden Angehörigen sowie für die professionell betreuenden, pflegenden und beratenden Personen.

Ansprechpartner:

Herr Mildenberger

Telefon: 040 52883830

Telefax: 040 52883832

### **Deutsche Vereinigung Morbus Bechterew e.V. Gruppe Norderstedt**

Ulzburger Straße 264, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5261605

Telefax: 040 55448951

Ansprechpartner: Herr Lauenstein

### **Schlaganfallselbsthilfegruppe Hamburg-Nord und Norderstedt**

Ansprechpartner: Herr Kaven

Kupferteichweg 24, 22399 Hamburg

Telefon: 040 6029676

### **OMEGA mit dem Sterben leben e.V.**

Begleitung von Schwerstkranken und Sterbenden und deren Angehörigen

Ochsenzoller Str. 124 (DRK-Haus)

22848 Norderstedt

E-Mail: [omeganorderstedt@gmx.de](mailto:omeganorderstedt@gmx.de)

### *Begleitung und Beratung*

Frau Dr. Kühnemund      Telefon: 040 5252509

E-Mail: [f.kuehnemund@wtinet.de](mailto:f.kuehnemund@wtinet.de)

Frau Kaltenthaler      Telefon: 040 98765429

Mobil 0174 2563976

E-Mail: [ursel.kaltenthaler@gmx.de](mailto:ursel.kaltenthaler@gmx.de)

Frau Laue      Telefon: 04106 5773

E-Mail: [laue-quickborn@t-online.de](mailto:laue-quickborn@t-online.de)

### *Trauergruppe*

Frau Ramm      Telefon: 040 5233849

E-Mail: [jura21@hotmail.de](mailto:jura21@hotmail.de)

### **Deutsche Rheuma-Liga Schleswig-Holstein e.V. Arbeitsgemeinschaft Norderstedt**

Heidbergstraße 4, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5254521

Telefax: 040 51323622

Sprechzeiten:

Dienstag: 15.00 – 19.00 Uhr

Mittwoch: 09.00 – 12.00 Uhr

### **Norderstedter Verein für Körper- und Mehrfachbehinderte e.V.**

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 94361697

Telefax: 040 94361798

Sprechzeiten:

täglich: 09.00 – 13.00 Uhr

### **Osteoporose – Selbsthilfegruppe, DRK-Haus**

Ochsenzoller Straße 124, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231826

Telefax: 040 5283302

## Restaurant "Das Nudelhaus"

Inh.  
Ronja-Natascha Römer

Segeberger Chaussee 98a  
22850 Norderstedt  
040-64660646

info@das-nudelhaus-norderstedt.de  
www.das-nudelhaus-norderstedt.de

## Mittagstisch- Angebot



## CHINA RESTAURANT LEE HO FOOK

Inhaberin Cuiju Wong

Ulzburger Straße 398 - 22846 Norderstedt  
Tel.: (040) 5 26 17 88

### Öffnungszeiten:

Mo.-Sa.: 12.00-15.00 Uhr und 17.30-23.00 Uhr  
Sonn- und Feiertags von 12.00-23.00 Uhr geöffnet  
Verkauf auch außer Haus



## ODYSSEUS

Griechisches Restaurant

Tangstedter Landstraße 559

22851 Norderstedt

Tel. 040/524 39 12

Montag bis Sonntag ab 11:30-23:00 Uhr

**Mittagstisch ab 6,90€**

11:30-16:00 Uhr Montag bis Freitag  
(außer Feiertage)



## RESTAURANT Flame

Inh. Christl el Keilani

Deutscher Mittagstisch  
von Montag bis Samstag  
11.30 Uhr – 16.00 Uhr

Ulzburger Straße 310 • 22846 Norderstedt  
Telefon 040 32595929



**RESTAURANT NAXOS**  
Griechische Spezialitäten

ULZBURGER STRASSE 279  
22850 NORDERSTEDT  
Telefon 040 - 525 77 33  
www.restaurant-naxos.de

www.apetito-zuhaus.de

**apetito**  
ZUHAUS

**K**östlich frisch ins  
Haus gebracht

Mit allem, was das Herz begehrt:

- Leckere Menüs
- Direkt ins Haus gebracht
- Auf Wunsch jeden Tag
- Große Menüauswahl
- Keine vertragliche Bindung

**PROBIER-  
ANGEBOT**  
Jetzt bestellen und  
selbst überzeugen!

Tel. 040-89 2000

## Seniorenwegweiser

Ansprechpartnerin: Frau Alexander

Sprechzeiten:

täglich: 09.00 – 12.00 Uhr

zusätzlich Dienstag: 12.00 – 14.00 Uhr

Donnerstag: 15.00 – 18.00 Uhr

Gruppentermine:

Montag: 14.00, 15.00, 16.00, 18.00 Uhr

Mittwoch: 09.00 Uhr und 10.00 Uhr

Kielortring 51

Dienstag: 11.00 – 11.45 Uhr

### Gesprächskreis nach Krebs

Treffen jeden 1. Freitag im Monat: 15.00 Uhr  
ab 17.00 Uhr Einzelgespräche und Beratung  
Begegnungsstätte Kielortring 51, Norderstedt

Im DRK-Haus für Jüngere:

jeden 1. Mittwoch im Monat: 19.30 Uhr

Kontakt: DRK Norderstedt

Telefon: 040 5231826

### Prananda

Rücken- und Yoga-Schule

Am Kielortplatz 120 a, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 52610127

Telefax: 040 30858830

E-Mail: [yoga-norderstedt@gmx.de](mailto:yoga-norderstedt@gmx.de)

Internet: [www.prananda.de](http://www.prananda.de)

– ENYO Entspannung, Meditation

Montag: 17.30 – 18.15 Uhr

– Senioren-Yoga, regelmäßig neue Gruppen

– Lach-Yoga

Montag: 18.30 – 19.30 Uhr

– Pilates und Yoga = Yogalates

Montag: 19.45 – 21.00 Uhr

– Yoga Slim (Abnehmen) regelmäßig neue Gruppen

– Gutes für den Rücken

Dienstag: 18.30 – 19.30 Uhr

Donnerstag: 18.30 – 19.30 Uhr

– Hormon-Yoga

Donnerstag: 10.15 – 11.15 Uhr

## IV. SOZIALSTATIONEN

Sozialstationen pflegen und betreuen Kranke, Behinderte und hilfsbedürftige Menschen in deren Wohnungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz (SGBXI) und der Verordnung der Ärzte (Behandlungspflege – SGBV), damit ein Verbleib in der gewohnten Umgebung gewährleistet ist. Außerdem beraten sie in allen Lebenslagen.

### Sozialstation Garstedt/Pflegedienst

#### Sozialwerk Norderstedt e.V.

Ochsenzoller Straße 85

Eingang: Hermann-Löns-Weg 9, 22848 Norderstedt

Sprechen Sie mit der Pflegedienstleitung:

Telefon: 040 5237598

Telefax: 040 5237153

E-Mail: [sozialstation@sozialwerk-norderstedt.de](mailto:sozialstation@sozialwerk-norderstedt.de)

Internet: [www.sozialwerk-norderstedt.de](http://www.sozialwerk-norderstedt.de)

### DRK Sozialstation

Träger: Deutsches Rotes Kreuz

Ohechaussee 29, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 5245055

Telefax: 040 5245956

Ansprechpartnerin: Schwester Heike

## V. AMBULANTE PFLEGEDIENSTE UND TAGESPFLEGE

### AWO ambulanter Pflegedienst

In der Großen Heide 44, 22846 Norderstedt  
 Telefon: 040 52684718, Telefax: 040 52684722  
 Ansprechpartnerin: Frau Groth  
 Alle Leistungen der Kranken- und Pflegekassen

Neben den Sozialstationen gibt es zahlreiche private ambulante Pflegedienste, die in Norderstedt tätig sind. Nähere Auskünfte erhalten Sie über den Arbeitgeber-Verband:

**Ambulante Pflegedienste in Deutschland**  
 Ohechaussee 169, 22848 Norderstedt

Ansprechpartner: Herr Vollmer  
 Telefon: 040 5290030, Telefax: 040 52900399

### Pflege Diakonie

Kirchplatz 2 (Gemeindezentrum Falkenberg)  
 22844 Norderstedt  
 Telefon: 040 55551555, Telefax: 040 55551557  
 Ansprechpartnerin: Frau Kurzewitz und Frau Krüger

Mehr als Pflege erfahren. Die Diakonie bietet umfangreiche Leistungen rund um die Pflege.



**Alles unter einem Dach!**

### Gesundheits-Zentrum

**Ausführliche Eingangsdiagnostik**  
 Blutdruckmessung, Ergometertest,  
**Rückentest**, Körperfettanalyse

**Individuelles Gesundheitstraining**  
 Verbesserung von Ausdauer,  
**Beweglichkeit**, Koordination  
 und Kraft

**Abgestimmte Kursangebote**  
 z. B. Qi Gong, Yoga,  
**Wirbelsäulengymnastik**

**Exklusiver Wellness-Bereich**  
 z. B. Sauna, Kräuterdampfbad,  
**Kneippbecken**



### Therapie-Zentrum

#### Rezeptleistungen:

**Physiotherapie**  
 z.B. Krankengymnastik,  
**Skoliosebehandlung**,  
 Manuelle Therapie

**Physikalische Therapie**  
 z. B. Massage,  
 Elektrotherapie,  
**Lymphdrainage**,  
 Wärmetherapie

**Wir freuen uns auf Sie!**

Heidbergstr. 98 · 22846 Norderstedt · Tel. 040/525 950-3602

Häusliche Krankenpflege  
**Jörg Schluchtmann**  
 Ihr Pflegedienst für Norderstedt und Langenhorn  
 Tangstedter Landstraße 234a  
 22417 Hamburg  
 Bürozeiten: Mo – Do 8 – 16 Uhr  
 Fr 8 – 14 Uhr  
 Telefon: 040 520 70 51  
 Telefax: 040 520 24 63  
 E-Mail: schluchtmann@arcor.de  
 Seit 1988

Häuslicher Pflegedienst

# Mehr als Pflege

Wir beraten Sie gerne persönlich, auch bei Ihnen zu Hause.

Pflege Diakonie Norderstedt  
 Kirchenplatz 2, 22844 Norderstedt  
 Telefon 040 / 555 515 55  
 pflege-norderstedt@diakonie-altholstein.de  
 www.diakonie-altholstein.de

Pflege Diakonie

## Seniorenwegweiser

### TaP

Tagespflege Poppenbüttel e.V. seit 1992  
Tagespflege Norderstedt seit 01.11.2003

Gesamtführung : Herr Janas

Poppenbüttel: Frau Jacht  
Telefon: 040 6020493

Norderstedt: Frau Rabanus-Lade

Telefon: 040 94365020

Internet: [www.tap-ev.de](http://www.tap-ev.de)

Der Fahrdienst – Behindertengerechte TaP-Busse – steht zu Ihrer Verfügung.

## VI. KURZZEITPFLEGE

### AWO Schleswig-Holstein gGmbH

Servicehaus Norderstedt

In der Großen Heide 44, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 526847-11

Auf der stationären Pflegestation bietet die AWO Ihnen Kurzzeitpflege, zum Beispiel nach einem Krankenhausaufenthalt, sowie Verhinderungspflege bei Urlaub oder Krankheit der Pflegeperson. Eine Finanzierung übernimmt die Kranken- oder Pflegekasse.

## Pflegedienst Claussen

### Ambulante Kranken-, Alten- und Kinderbetreuung

Inh. Verena Müller

- **Krankenpflege zu Hause**  
durch qualifiziertes, examiniertes Personal



Mitglied im  
Gesundheits- und Pflegenetz  
Norderstedt



Bundesverband  
privater Alten- und  
Pflegeheime und  
sozialer Dienst e.V.

Ochsenzoller Str. 126  
22848 Nordstedt

☎ (0 40) 523 68 21  
☎ (0 172) 409 87 44

## Von Menschen für Menschen

- Sozialstation/Ambulanter Pflegedienst  
Tel.: 040/523 75 98
- Seniorengerechte Wohnungen  
Tel.: 040/523 73 80
- Seniorentreff Kirchenstraße

Ochsenzoller Str. 85  
Eingang: Hermann-Löns-Weg 9  
22848 Norderstedt  
[info@sozialwerk-norderstedt.de](mailto:info@sozialwerk-norderstedt.de)



... seit 1974 vor Ort

- Psychologische Beratungsstelle  
Tel.: 040/523 73 80
- Familienzentrum Glashütte  
Tel.: 040/60 92 71 90
- Suchtberatung  
Tel.: 040/523 71 60

Tel.: 040/523 73 80

Fax: 040/523 71 53

[www.sozialwerk-norderstedt.de](http://www.sozialwerk-norderstedt.de)

## VII. HAUSNOTRUF

Für den Fall, dass Sie befürchten, in Situationen zu geraten, in denen Sie dringend Hilfe benötigen, aber das Telefon nicht mehr erreichen können, gibt es die Möglichkeit, sich an ein Notrufsystem anschließen zu lassen. Der Notruf kann durch ein kleines Gerät, das Sie am Körper tragen, jederzeit weitergeleitet werden. Nähere Informationen erhalten Sie bei den Sozialstationen. Eine Kostenübernahme durch das Sozialamt ist gegebenenfalls möglich.

## VIII. BETREUTES WOHNEN UND SENIORENHEIME

### AWO Schleswig-Holstein gGmbH

Wohn- und Servicezentrum Norderstedt  
In der Großen Heide 44, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 526847-0  
Telefax: 040 526847-22



Wohnen mit Service in 75 (1,5 – 2,5 Zimmer) Wohnungen in ruhiger, zentraler Lage. Bushaltestelle vor der Tür. Pflegeleistungen durch unseren ambulanten Pflegedienst möglich, sowie hauswirtschaftliche Angebote.

### Das Haus im Park gGmbH

Adlerkamp 5, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 535705-0  
Telefax: 040 535705-45  
Internet: [www.dashausimpark.de](http://www.dashausimpark.de)

### SCHEEL Altenpflegeheim

Spann 2 – 6, 22848 Norderstedt  
Telefon: 040 5231144  
E-Mail: [info@scheel-aph.de](mailto:info@scheel-aph.de)  
Internet: [www.scheel-aph.de](http://www.scheel-aph.de)  
Ansprechpersonen: Frau Kudelka  
Herr Löwe  
Für alte Menschen aller Pflegestufen.  
Pflegefachlicher Schwerpunkt: Demenz



## Norderstedt hat viele Facetten... ...an manchen haben wir maßgeblich mitgewirkt!

Zum Beispiel im Bereich architektonisch gelungener **Wohnanlagen** oder bei der **Ansiedlung namhafter Unternehmen**, auch bei der **Aufbereitung von Bauflächen** und nicht zuletzt bei der **Vermittlung von vielen, vielen Wohnungen, Häusern und Gewerbeflächen**.

Deshalb sind wir nicht nur auf unsere Stadt, sondern auch ein wenig auf uns selbst stolz.



Jennifer Bormann

Unsere Immobilienangebote  
finden Sie unter  
[www.MBI-Immobilien.de](http://www.MBI-Immobilien.de)  
oder  
rufen Sie uns an:  
**040 - 524 90 91**



Bernhard Lampe



**MBI Bormann Immobilien**  
Vermittlungsgesellschaft mbH  
Ohechaussee 5 • 22848 Norderstedt



Eigentlich sollte man sein Haus gar nicht verkaufen,  
aber wenn, dann richtig!

Nach dieser Leitlinie arbeiten wir auch in Ihrer Nachbarschaft. Von der unverbindlichen Bewertung bis zur Erledigung der Übergabeformalitäten stehen wir mit Rat und Tat an Ihrer Seite. Für einen großen Kundenkreis suchen wir Reihen- und Einfamilienhäuser sowie Eigentumswohnungen zum Verkauf. Wenn Sie Ihre Immobilie verkaufen möchten, sollten wir uns kennenlernen. Wir freuen uns über Ihren Anruf oder Besuch in unserem Shop.

**Büro Norderstedt**  
**Langenhorner Chaussee 683**  
**22419 Hamburg**  
**Tel.: 040-238 459 44**  
[www.engelvoelkers.de](http://www.engelvoelkers.de)





### Rosengarten

Norderstedter Alten- und Pflegeheim  
Alte Dorfstraße 2, 22848 Norderstedt  
Telefon: 040 5231742  
Telefax: 040 5282205  
E-Mail: [verwaltung@rosengarten-norderstedt.de](mailto:verwaltung@rosengarten-norderstedt.de)  
Internet: [www.rosengarten-norderstedt.de](http://www.rosengarten-norderstedt.de)  
Ansprechpersonen: Herr Schröder  
Frau Domhardt

### Altenpension „Kornhooper Landhaus“

Kornhoop 5, 22848 Norderstedt  
Telefon: 040 5231447  
Telefax: 040 5283117  
E-Mail: [info@kornhoop.de](mailto:info@kornhoop.de)  
Internet: [www.kornhoop.de](http://www.kornhoop.de)

### Alten- und Pflegeeinrichtung „Haus Hog'n Dor“

Alter Kirchenweg 2, 22844 Norderstedt  
Telefon: 040 521420  
Telefax: 040 52142184  
E-Mail: [nrd@haushogndor.de](mailto:nrd@haushogndor.de)  
Internet: [www.haushogndor.de](http://www.haushogndor.de)

## Stationäre Pflege – Dienstleistung mit Qualität

Fünf Alten- und Pflegeheime in Garstedt, in denen Sie sich wohlfühlen können. Denken Sie rechtzeitig darüber nach, in welcher Einrichtung Sie wohnen möchten. In unseren

Häusern werden die Einwohner rund um die Uhr liebevoll betreut. Wir kümmern uns darum, dass der enge Kontakt zu Ihren Familien bleibt und gleichzeitig erhalten Sie Hilfe

durch kompetente Pflegekräfte, die sich stets in Ihrer Nähe befinden. Das gibt Ihnen Sicherheit und eine erforderliche professionelle Betreuung, so wie es sich Senioren wünschen.



Mitglied im Bundesverband privater Anbieter sozialer Dienste e.V.

Informieren Sie sich. Gern stellen wir Ihnen unsere Häuser vor. Rufen Sie uns an. Bei uns sind Sie herzlich willkommen.

### ROSENGARTEN



 Norderstedter  
Alten- und Pflegeheim  
Telefon: 040 - 5231742  
[www.rosengarten-norderstedt.de](http://www.rosengarten-norderstedt.de)



Alten- und Pflegeheim  
Müller  
Telefon: 040 - 5234326  
[www.altenheim-und-pflegeheim-mueller.de](http://www.altenheim-und-pflegeheim-mueller.de)



Telefon: 040 - 5231144  
[www.scheel-aph.de](http://www.scheel-aph.de)



Altenpension  
„Kornhooper Landhaus“  
Telefon: 040 - 5231447  
[www.altenpension-kornhooper-landhaus.de](http://www.altenpension-kornhooper-landhaus.de)



Seniorenfamilie Edler  
Telefon: 040 - 5234668  
[www.seniorenfamilie-edler.de](http://www.seniorenfamilie-edler.de)



### Seniorenfamilie Edler, Alten- und Pflegeheim

Ohechaussee 167, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5234668

Telefax: 040 5282524

E-Mail: [info@seniorenfamilie-edler.de](mailto:info@seniorenfamilie-edler.de)

Internet: [www.seniorenfamilie-edler.de](http://www.seniorenfamilie-edler.de)

### Seniorenheim Haus Lütjenmoor

Lütjenmoor 46, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 52106-0

Telefax: 040 52106-260



### Pflegeheim *Haus Doris*

**Die Facheinrichtung für Gerontopsychiatrie seit 1983  
mit Schwerpunkt Demenzerkrankungen**

Seit über 25 Jahren leben bei uns psychisch veränderte und an Demenz erkrankte, ältere Menschen. In einer bedürfnis- und erlebnisorientierten Lebensgemeinschaft können sie frei von Spannungen, Überforderungen, Korrekturen und Bevormundungen und mit einem größtmöglichen Maß an Normalität und Selbstbestimmung in ihrer erlebten Realität geborgen und zufrieden in Sicherheit und Würde leben.

**Kompetenz und Erfahrung,  
die man sehen und erleben kann!**



Pflegeheim "Haus Doris" - Breslauer Straße 2 - 24558 Henstedt-Ulzburg  
Telefon 04193 / 53 66 - Fax 04193 / 96 89 89  
[www.haus-doris.de](http://www.haus-doris.de) - e-mail: [HausDoris@t-online.de](mailto:HausDoris@t-online.de)

Bei uns sind Sie in  
guten Händen

### *Alten- und Pflegepension Meyer*

❖ Seit 1979 ❖

*23 Einzel- und 25 Zwei-Bett-Zimmer  
mit allen Annehmlichkeiten der modernen Zeit,  
qualifiziertem Personal, Ergotherapie  
und Unterhaltung*

*Genießen Sie unsere  
hauseigene Küche!*

*Telefon 0 41 93 / 45 14 oder 75 88 96  
Breslauer Straße 6  
24558 Henstedt-Ulzburg  
[www.app-meyer.de](http://www.app-meyer.de)*



**JL** Larsson  
Jörg

Zimmerei | Holzbau

Ihr hoher Anspruch ist mein Maßstab!

Jörg Larsson  
Schillerstr. 50  
22848 Norderstedt  
Tel.: 040 5281899  
Fax.: 040 5281855  
Mobil: 0176 40291276  
E-Mail: J.Larsson@gmx.de

**Neubert**  
GmbH · Norderstedt  
Sanitär · Gasheizung · Bauklempnerei

Marek Willhöft Hasenstieg 5  
Gas-Wasser-Installateur 22846 Norderstedt  
und Heizungsbaumeister  
Tel. 040 · 522 51 76  
sanitaer-neubert@wtinet.de Fax. 040 · 526 34 88  
www.sanitaer-neubert.de Mobil. 0172 · 457 90 57

**Jürgen Möller**  
**ELEKTRO-SERVICE GmbH**

Waschmaschinen • Geschirrspüler  
Heisswassergeräte • Verkauf und Kunden-  
dienst • Elektro-Installationen aller Art

Geschäftsführer Thomas Bartels  
Kösliner Weg 13  
22850 Norderstedt  
Tel.: 040 5224540



**HESSE**  
Fliesen-, Platten- und Mosaikleger

Bad + Küche + Wellness.....  
MARTIN HESSE  
Fliesen-, Platten- und Mosaikleger  
Altersgerechte Bäder

22844 Norderstedt · Tel.: 040 79698175  
[www.fliesenleger-hesse.de](http://www.fliesenleger-hesse.de)

Handwerker  
empfehlen  
sich

Dachdeckerfachbetrieb seit 1988

**DAFA**

BEDACHUNGEN und FASSADENBAU GmbH

Wilstedter Weg 37 22851 Norderstedt  
Telefon 040 5243074 Mobil 0171 1721627  
[www.dafa-gmbh.de](http://www.dafa-gmbh.de)

Senioren-umzugsservice Hamburg

Sorgenfrei  
in Ihr neues  
Zuhause

spezialisierte  
Umzugsbegleitung  
und -betreuung  
für ältere Menschen

Senioren-umzugsservice-Hamburg.de

Tel : 040 / 648 80 277 - Fax : 040 / 648 80 276  
Mobil : 0173 / 735 92 30  
[www.senioren-umzugsservice-hamburg.de](http://www.senioren-umzugsservice-hamburg.de)

**BOLZTRÄUME**  
Das schönste ist das Beste

Peter Witt

Tel. 040-30 85 93 47  
Ulzburger Straße 400 Fax 040-30 85 93 48  
22844 Norderstedt Mobil 0174-840 29 20

Garten- und Landschaftspflege  
Dirk Haupt  
**Gartengestaltung**

- HECKEN- UND GEHÖLZSCHNITT
- GANZJAHRESPFLEGE
- RASENSCHNITT/VERTIKUTIEREN

... UND VIELES MEHR

Tel.: 040/30 98 18 57

*Die Polsterwerkstatt*  
Jens Tobian



- Polstermöbel auf-  
arbeiten, beziehen,  
Neuanfertigung
- Große Stoff- und  
Lederwahl

Segeberger Chaussee 270 · 22851 Norderstedt  
**Tel. 040 5248234**

Firmengruppe F. Dwuzet  
**Glaserei + Fenstertechnik**  
seit 1969

Waldweg 2 · 22846 Norderstedt  
Tel. 040-525 1234

### Alten- und Pflegeheim „Haus Ilse“

Geschlossene gerontopsychiatrische  
Fachpflegeeinrichtung

Segeberger Chaussee 23

22850 Norderstedt

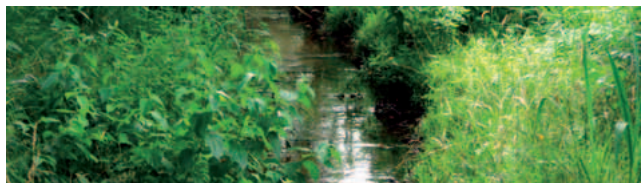
Telefon: 040 5294153

Telefax: 040 5294392

E-Mail: [info@hausilse.com](mailto:info@hausilse.com)

Internet: [www.hausilse.com](http://www.hausilse.com)

Schwerpunkt: Pflege demenzkranker sowie  
schwerst-pflegebedürftiger Menschen



Fotoclub Norderstedt e.V.

### Alten- und Pflegeheim Müller

Ohechaussee 75, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5234326

Telefax: 040 5285964

E-Mail: [info@alten-und-pflegeheim-mueller.de](mailto:info@alten-und-pflegeheim-mueller.de)

Internet: [www.alten-und-pflegeheim-mueller.de](http://www.alten-und-pflegeheim-mueller.de)

## ERFOLGREICH PREISWERT · LEISTUNGSSTARK

LEISTUNGEN ZUM INKLUSIVPREIS  
DIE SENIORENRESIDENZ BAD BRAMSTEDT BIETET PFLEGEPLÄTZE FÜR ALLE LEISTUNGSSTUFEN AN.  
BEI ÜBERNAHME DER PFLEGEKOSTEN DURCH DIE PFLEGEKASSE ZAHLEN SIE  
EINEN MONATLICHEN EIGENANTEIL VON:

#### Allg. Wohnbereich

Pflegestufe 1: 1.061,38 €

Pflegestufe 2: 1.125,40 €

Pflegestufe 3: 1.214,72 €

- ▶ Individuelle, aktivierende Pflege
- ▶ Seniorengerechte Vollverpflegung inkl. Getränke und Sonderkostformen
- ▶ Einzel- und Doppelzimmer mit eigener Sanitärzelle
- ▶ Vollmöblierung der Zimmer, auch eigene Möbel möglich
- ▶ Zimmerausstattung mit Schwesternnotruf, TV und Telefonanschluss
- ▶ umfassende soziale Betreuung und Therapieangebote von hauseigenen Ergotherapeuten und Betreuungskräften



#### Gerontopsychiatrische Wohnbereiche

Pflegestufe 1: 1.437,07 €

Pflegestufe 2: 1.522,07 €

Pflegestufe 3: 1.530,48 €

- ▶ Abwechslungsreiche Freizeit- und Kulturangebote
- ▶ Wäschepflege und Zimmerreinigung
- ▶ Bereitstellung von Bettwäsche, Handtüchern und Waschlappen
- ▶ Kleinere Reparaturen und Hausmeisterservice
- ▶ Beratungsleistungen, Führung von Verwahrkonten und Unterstützung bei allen Formalitäten
- ▶ Kurzzeit- und Verhinderungspflege

*Seniorenresidenz Bad Bramstedt*

Heimleiter Detlef Jabs und sein Team freuen sich auf Sie.

Am Köhlerhof 6 – 8 · 24576 Bad Bramstedt · Telefon 04192/507600 · Fax 04192/507610 · [www.hrseniorenheime.de](http://www.hrseniorenheime.de)

Rufen Sie uns an – wir sind für Sie da! Wir informieren und beraten Sie gerne – auch in Ihrer Häuslichkeit. Wir sind Partner aller Pflegekassen und Sozialämter.

**Seniorenwohnanlage „Pöhlshof“, Wohnen mit Service**  
Rathausallee 83 a – f, Friedrichsgaber Weg 365 a und b  
22846 Norderstedt

Ansprechpartner: Herr Mahn

Telefon: 040 52302-166

Telefax: 040 52302-211

E-Mail: [Wolfgang.Mahn@plambeck.com](mailto:Wolfgang.Mahn@plambeck.com)

Internet: [www.plambeck.com](http://www.plambeck.com)

**„EMMAPLAMBECKHAUS“**

Wohnen mit Service

Marommer Straße 16 – 22, 22850 Norderstedt

Ansprechpartnerin: Herr Mahn

Telefon: 040 52302-166, Telefax: 040 52302-211

E-Mail: [Wolfgang.Mahn@plambeck.com](mailto:Wolfgang.Mahn@plambeck.com)

Internet: [www.emmaplambeckhaus.de](http://www.emmaplambeckhaus.de)



**Pflgezentrum im Fürstenhof**

Dorfstraße 12  
24558 Henstedt-Ulzburg  
Tel. 04193 - 87 70 00 3

*Ein Zuhause für pflegebedürftige  
und an Demenz erkrankte Menschen*

Oft passiert es ganz plötzlich, dass Eltern oder nahe Verwandte pflegebedürftig oder demenzkrank werden. Dann ist es wichtig, ein Zuhause zu finden, in dem sich Mitarbeiter fürsorglich, liebevoll und kompetent um die ihnen anvertrauten Senioren kümmern. Ein Zuhause, in dem die Bedürfnisse der Bewohner nach Wertschätzung, Sicherheit und Geborgenheit garantiert sind.

Gerne bieten wir Ihnen unsere Hilfe an zur:

- Beratung
- Vollstationäre Dauerpflege
- Kurzzeitpflege
- Urlaubspflege
- Verhinderungspflege

**Ihr Ansprechpartner:  
Frau Christiane Gentner**



*Persönlich, familiär, respektvoll.*

[www.pflgezentrum-fuerstenhof.de](http://www.pflgezentrum-fuerstenhof.de)



*Haus Lütjenmoor*

Grundstücksobjekt Gesellschaft Lütjenmoor mbH & Co. KG



**Leben und Wohnen im Haus Lütjenmoor  
bedeutet für unsere Bewohner:**

- aktivierende Pflege
- Erinnerungen wecken, Vorhandenes fördern
- Geselligkeit und Tagesvielfalt
- Spiel und Spaß
- Vergnügen in gleichgesinnter Runde

**Bei uns steht der Mensch im Mittelpunkt!**

Unsere ca. 26 qm großen Einzel- und Doppelzimmer verfügen über Bad, Balkon, Kabel- und Telefonanschluss und eine moderne Notrufanlage. In Kurzzeit- oder stationärer Pflege bieten unsere Abteilungen Ergotherapie und soziale Betreuung ein reichhaltiges Tagesprogramm für alle Bewohner. Daneben bietet unsere Einrichtung ein wöchentlich wechselndes Kinoprogramm, Ausflüge, Feiern (Fasching, Sylvester, Sommerfest usw.). Bei allen Aktivitäten, wie auch bei den Mahlzeiten, die unsere Küche jeden Tag frisch zubereitet, können unsere Bewohner mitbestimmen. Selbstverständlich helfen wir Ihnen auch beim Umzug in unsere Einrichtung. Lassen Sie sich von uns beraten oder besuchen Sie uns im Internet.

Lütjenmoor 46  
22850 Norderstedt  
Tel. (040) 52 10 6-0  
Fax (040) 52 10 6-260

Email [pflege@haus-luetjenmoor.de](mailto:pflege@haus-luetjenmoor.de) · Internet [www.haus-luetjenmoor.de](http://www.haus-luetjenmoor.de)

## KULTUR – BILDUNG – FREIZEIT

„In der Kunst genießen die Menschen das Leben.“  
(Bertolt Brecht)

### I. KULTURAMT

Im Kulturamt der Stadt Norderstedt sind das Kulturbüro, die Musikschule und das Stadtmuseum / Stadtarchiv zusammengeschlossen. Für die Bürgerinnen und Bürger heißt das, dass sie ein attraktives, zielgruppenorientiertes und vielfältiges Kulturangebot aus einer Hand bekommen.

#### – Kulturbüro

Neben wechselnden Kunstausstellungen in der Galerie am Rathaus und verschiedensten zielgruppenorientierten Kulturveranstaltungen, wie zum Beispiel das Kindertheater, finden im Festsaal am Falkenberg, Langenharmer Weg 90, auch Veranstaltungen statt, die sich speziell an Seniorinnen und Senioren wenden. Viermal jährlich können Sie an einem Dienstagnachmittag unter dem Motto „**Tanzen & Klönen**“ bei Live-Musik das Tanzbein schwingen. Eine Anmeldung ist nicht erforderlich, der Eintritt ist frei. In Zusammenarbeit mit den Trägern der Freien Wohlfahrtspflege finden in der Vorweihnachtszeit die **Seniorenweihnachtsfeiern** der Stadt Norderstedt statt. Alle Seniorinnen und Senioren ab dem 71. Lebensjahr werden dazu eingeladen. Sehr beliebt ist auch das **Silvesterkonzert**, das jeweils am 31. Dezember um 18.00 Uhr im Festsaal am Falkenberg stattfindet. Den Europagedanken hat Norderstedt – wie viele andere Städte in der Bundesrepublik – in die Tat umgesetzt. Es gibt zahlreiche

Kontakte in das europäische Ausland. Mit vier Städten bestehen Partnerschaftsverträge:

#### **Maromme/Frankreich – Partnerstadt seit 1966**

(Maromme – Garstedt)

Maromme hat 12.400 Einwohner und liegt in der Normandie. Die Hauptstadt der Normandie – Rouen – liegt nur wenige Kilometer von Maromme entfernt.

#### **Oadby&Wigston /Großbritannien – Partnerstadt seit 1977**

Oadby&Wigston hat 52.000 Einwohner und liegt in Mittelengland, ganz in der Nähe der großen Industriestadt Leicester.

#### **Zwijndrecht/Niederlande – Partnerstadt seit 1981**

Zwijndrecht hat 41.000 Einwohner und liegt in der Nähe von Rotterdam.

#### **Kohtla-Järve, Jõhvi, Kohtla-Nõmme, Püssi,**

#### **Kiviõli/Estland – Partnerstädte seit 1989**

Diese Städte gehörten einmal zu Kohtla-Järve, sind aber nun selbstständig und daher alle unsere Partnerstädte. Die Region hat circa 100.000 Einwohner. Gelegen ist sie zwischen der Hauptstadt Estlands, Tallinn und der russischen Stadt St. Petersburg.

Nähere Informationen über das kulturelle Angebot Norderstedts und über Europakontakte erhalten Sie bei der Stadt Norderstedt – Kulturbüro

Rathausallee 50

Ansprechpartnerin: Frau Richter

Telefon: 040 53595-190

Telefax: 040 53595-609

E-Mail: [kultur@norderstedt.de](mailto:kultur@norderstedt.de)  
und im Internet unter [www.norderstedt.de](http://www.norderstedt.de).

Das aktuelle Veranstaltungsprogramm der Kulturzeitung „Kultur in Norderstedt“ finden Sie unter der Rubrik „Aktuelles & Termine“ zur Ansicht und zum Download.

### – Musikschule

War es schon immer Ihr Wunsch, ein Instrument zu erlernen?

Haben Sie früher einmal ein Instrument gespielt und möchten nun Ihre Kenntnisse und Fähigkeiten wieder auffrischen?

Haben Sie Lust, in einem Chor mitzusingen, in einem Orchester mitzuspielen oder bei einer Musiktheaterproduktion mitzuwirken?

Dann ist die Musikschule Norderstedt genau das Richtige für Sie!

Über 2.000 Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind bereits Teilnehmer der Musikschule. Immer mehr Seniorinnen und Senioren entdecken, wie viel Spaß es macht, Musik zu machen und mit anderen zu musizieren. In der Musikschule können Sie 21 verschiedene Instrumente sowie Gesang erlernen. Ferner besteht die Möglichkeit, in Chören, Orchestern oder Ensembles mitzuwirken. Der Unterricht wird von 50 hochqualifizierten Lehrkräften erteilt und findet in den allgemeinbildenden Schulen statt – insgesamt an 16 Orten in Norderstedt, sicherlich auch in Ihrer Nähe. Die Musikschule führt ferner eine Vielzahl von Konzerten durch, in denen Schüler und Lehrer ihr Können zeigen. Dazu sind alle Bürger herzlich eingeladen.

Näheres entnehmen Sie bitte der Tagespresse, dem Veranstaltungskalender oder wenden Sie sich an die

### Geschäftsstelle der Musikschule

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt  
E-Mail: [musikschule@norderstedt.de](mailto:musikschule@norderstedt.de)  
Internet: [www.musikschule.norderstedt.de](http://www.musikschule.norderstedt.de)

Ansprechpartner:

Frau Behrmann

Telefon: 040 53595-163

Herr George

Telefon: 040 53595-164

Telefax: 040 53595-609

### – Stadtmuseum / Stadtarchiv

Im Stadtmuseum Norderstedt wird eine Dauerausstellung zur Stadtgeschichte Norderstedts und den vier Ursprungsgemeinden (Friedrichsgabe, Harksheide, Garstedt, Glaschütte) gezeigt. Darüber hinaus gibt es im Sonderausstellungsbereich wechselnde kultur- und kunstgeschichtliche Themenausstellungen.

## Englisch für Senioren



### Gaby Jones

Breslauer Str. 17b  
22850 Norderstedt  
Tel. 0 40/5 29 45 09  
[gbjoneshamburg@aol.com](mailto:gbjoneshamburg@aol.com)

### Martina Lafrentz

Am Gehölz 85  
22844 Norderstedt  
Tel. 0 40/5 22 38 69  
[mlafrentz@wtnt.net](mailto:mlafrentz@wtnt.net)

**Friedrichsgaber Weg 290, 22846 Norderstedt**

Öffnungszeiten des Stadtmuseums:

Mittwoch – Sonntag: 15.00 – 18.00 Uhr

Führungen nach Vereinbarung

Ansprechpartner: Herr Dr. von Essen

Telefon: 040 30982749

Telefax: 040 94365344

E-Mail: [stadtmuseum@norderstedt.de](mailto:stadtmuseum@norderstedt.de)**II. TriBÜHNE NORDERSTEDT****Jörg Peter Hahn Platz 1**

(Publikumseingang: Rathauspassage, Rathausallee 50)

22846 Norderstedt

Telefon: (Verwaltung): 040 30987-234

Telefax: (Verwaltung): 040 30987-101

E-Mail: [info@tribuehne.de](mailto:info@tribuehne.de)Internet: [www.tribuehne.de](http://www.tribuehne.de)

Die TriBühne ist eines der größten Veranstaltungszentren in Schleswig-Holstein. Genießen Sie Theaterabende und Konzerte, erleben Sie mitreißende Shows, informieren Sie sich auf zahlreichen Messen oder amüsieren Sie sich auf rauschenden Bällen direkt vor Ihrer Haustür!

Zahlreiche Theater- und Konzertveranstaltungen werden im günstigen Abonnement angeboten. Sie haben die Wahl zwischen einem Standardabonnement mit vier Veranstaltungen pro Saison, einem Wahlabonnement mit vier Veranstaltungen aus allen fünf Abo-Reihen und einem Schnupperabonnement mit zwei Veranstaltungen. Nähere Auskünfte erhalten Sie im TicketCorner der TriBühne unter Telefon: 040 30987-123 der zentralen Vorverkaufsstelle

in Norderstedt-Mitte für Veranstaltungen in ganz Deutschland.

Das jeweils aktuelle Veranstaltungsangebot der TriBühne Norderstedt finden Sie auch im Internet unter: [www.tribuehne.de](http://www.tribuehne.de)

**III. AKTIV ÄLTER WERDEN – BILDUNGSWERKE NORDERSTEDT**

Die Bildungswerke Norderstedt bestehen aus Stadtbücherei und Volkshochschule und bieten als kommunales Bildungszentrum für jedes Alter und fast alle Zwecke Medien und (Weiter-)Bildung an. Für ein aktives Älterwerden sind sie damit eine gute Wahl, zumal das Motto „Norderstedt – die Stadt der kurzen Wege“ auch für die Bildungswerke gilt – mit ihren Angeboten sind sie in allen Stadtteilen präsent. Mehr Informationen unter [www.bildungswerke-norderstedt.de](http://www.bildungswerke-norderstedt.de).

**– Stadtbücherei**

Sie haben vielfältige Interessen? Sie möchten Neues kennenlernen oder brauchen eine Information? Lesestoff oder Musik zur Unterhaltung und Entspannung? Sie sehen sich gerne Filme an und lassen sich gerne etwas vorlesen? Planen eine Reise, die Neugestaltung Ihrer Wohnung oder möchten sich mit Gymnastik oder Denksport fit halten? Haben Ihre Leidenschaft für den PC entdeckt oder brauchen neue Bilder an den Wänden? Dann sind Sie in der Stadtbücherei Norderstedt richtig: Dort stehen Ihnen fast 150.000 Bücher, DVDs, Kassetten, CDs, CD-ROM, Stadtpläne und Landkarten, Graphiken und Poster, Spiele



und Zeitschriften zur Entleihung zur Verfügung. Und bei Bedarf gibt es fachkundige Beratung noch dazu! In der Stadtbücherei finden außerdem Veranstaltungen statt, bei denen man in angenehmer Atmosphäre Literatur und Literaten neu entdecken und auch das eigene Vorlesefalent unter Beweis stellen kann. Ein umfangreiches Angebot im Zusammenhang mit Älterwerden und dem Alter finden Sie in der Stadtteilbücherei Garstedt. Dazu gehören Bücher und andere Medien, ein Medienbotendienst für mobilitätseingeschränkte Menschen sowie Medienboxen, die für Senioreneinrichtungen zusammengestellt werden.

*Unsere Adressen und Öffnungszeiten:*

#### **Norderstedt-Mitte**

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 53595-950

Telefax: 040 53595-969

E-Mail: [stb-mitte@norderstedt.de](mailto:stb-mitte@norderstedt.de)

#### **Garstedt**

Europaallee 36, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 5231808

Telefax: 040 5285943

E-Mail: [stb-garstedt@norderstedt.de](mailto:stb-garstedt@norderstedt.de)

#### **Friedrichsgabe**

Pestalozzistraße 1, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 5226764

Telefax: 040 5222090

E-Mail: [stb-friedrichsgabe@norderstedt.de](mailto:stb-friedrichsgabe@norderstedt.de)

#### **Glashütte**

Mittelstraße 62, 22851 Norderstedt

Telefon: 040 5240942

Telefax: 040 5242504

E-Mail: [stb-glashuette@norderstedt.de](mailto:stb-glashuette@norderstedt.de)

	Montag	Dienstag	Mittwoch	Donnerstag	Freitag	Samstag
<b>Mitte</b>	11 – 19	11 – 19	13 – 19	11 – 19	geschlossen	10 – 14
<b>Garstedt</b>	11 – 19	geschlossen	13 – 19	11 – 19	11 – 19	10 – 14
<b>Friedrichsgabe</b>	geschlossen	10 – 13 14 – 18	geschlossen	10 – 13 14 – 18	10 – 13 14 – 18	geschlossen
<b>Glashütte</b>	10 – 13 14 – 18	geschlossen	10 – 13 14 – 18	geschlossen	10 – 13 14 – 18	geschlossen

Weitere Informationen über Angebote und Nutzungsbedingungen sowie den Online-Katalog finden Sie im Internet unter Internet: [www.buecherei.norderstedt.de](http://www.buecherei.norderstedt.de)

## – Volkshochschule

### Lebenslang lernen – im Herzen von Norderstedt

Die VHS Norderstedt ist eine Institution in Sachen „Lebenslanges Lernen“. Sie liegt im Herzen der Stadt, unmittelbar an der Haltestelle Norderstedt-Mitte (U1/A2). Mit jährlich über 1.400 Kursen, 24 Mitarbeitern und über 250 Dozenten ist sie die zweitgrößte VHS in Schleswig-Holstein und erste Anlaufstelle für Weiterbildungshungerige in Norderstedt. Die Kurse werden in allen Stadtteilen durchgeführt.

#### In altersgemischten Gruppen oder speziell für Seniorinnen und Senioren:

In den meisten Kursen lernen alte und junge Leute gemeinsam. Die Altersspanne reicht von fünf bis über 90 Jahre. Die VHS möchte die Generationen zusammenbringen. Zusätzlich werden jedoch auch zielgruppenspezifische Angebote angeboten, unter anderem für die „Generation 50plus“.

#### Projekt „50plus“

Wissen und Information vertiefen, Sprachen trainieren und Kontakte erweitern, reisen und kreativ sein, geistig und körperlich fit bleiben oder für nachberufliche Aufgaben neue Kompetenzen erwerben – lebenslanges Lernen im dritten und vierten Lebensalter bietet unser „50plus-Programm“.

Mit diesem Projekt sollen „junge Alte“ und „jung gebliebene Alte“ angesprochen werden, die Lust an gemeinsamen Veranstaltungen mit interessierten Menschen haben.

Sprachen lernen ohne Stress, Ausgleichsgymnastik für Ältere, PC-Kurse für Seniorinnen und Senioren oder unterschiedlichste Exkursionen ins Umland unternehmen – mit der VHS macht Bildung Spaß!

#### Wollen Sie Körper und Geist fit halten...?

Nähere Informationen zu unserem Kursangebot erhalten Sie im

#### VHS-Center

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 53595-900

Telefax: 040 53595-904

E-Mail: [info@vhs-norderstedt.de](mailto:info@vhs-norderstedt.de)

Internet: [www.vhs-norderstedt.de](http://www.vhs-norderstedt.de)

Öffnungszeiten des VHS-Centers:

Montag, Dienstag, Donnerstag: 09.00 – 18.00 Uhr

Freitag: 09.00 – 13.00 Uhr

## IV. FEUERWEHRMUSEUM SCHLESWIG-HOLSTEIN

Das Feuerwehrmuseum Schleswig-Holstein bietet Seniorinnen und Senioren vielfältige Möglichkeiten einer ehrenamtlichen Tätigkeit (Aufsicht, Führungen, technische Betreuung der historischen Feuerwehrfahrzeuge, etc.).

Friedrichsgaber Weg 290, 22846 Norderstedt

Öffnungszeiten:

Mittwoch – Sonntag 15.00 – 18.00 Uhr

An den Feiertagen ist das Museum geschlossen. Sondertermine sind außerhalb der Öffnungszeiten nach vorheriger Vereinbarung möglich.

Ansprechpartner: Herr Dr. Hajo Brandenburg  
 Telefon: 040 5256742  
 Telefax: 040 5256540  
 E-Mail: [feuerwehrmuseum@wt.net.de](mailto:feuerwehrmuseum@wt.net.de)  
 Internet: [www.feuerwehrmuseum-sh.de](http://www.feuerwehrmuseum-sh.de)

## V. AUF KULTURELLEM GEBIET TÄTIGE VEREINE/INSTITUTIONEN

### Kulturstiftung Norderstedt

Seit 2001 trägt die Kulturstiftung Norderstedt dazu bei, das kulturelle Leben in der Stadt zu bereichern und durch die Vernetzung der kulturellen Bildungsangebote eine neue Qualität des künstlerischen Schaffens zu erreichen. Die großen **Musiktheater-Inszenierungen** wie

- Orpheus in der Unterwelt (2003)
- Show Boat (2006) und
- Sugar – manche mögen's heiß (2008)

wären ohne die Arbeit der Kulturstiftung Norderstedt nicht realisierbar gewesen.

Seit 2008 gibt es den **Charlotte-Paschen-Musikpreis**. Der verstorbenen Stadtpräsidentin Charlotte Paschen lag die Förderung junger Musiker besonders am Herzen. Ihr sehnlichster Wunsch war es, hierfür einen dauerhaften Förderpreis zu schaffen. Alle zwei Jahre wird der Preis in Höhe von 1.500 Euro an Einzelpersonen oder Ensembles aus Norderstedt vergeben, die sich in den Bereichen „Musik/Musiktheater“ besonders verdient gemacht haben. Aktuelle Preisträgerin ist die junge Barbara Sielaff. Durch Spenden und Benefizkonzerte ist das Kapital mittlerweile auf über 20.000 Euro angewachsen. Die Kulturstiftung verwaltet das Kapital treuhänderisch.

### Auch andere Künste werden gefördert

Seit 2007 werden im Rahmen der „**Ferienbuchaktion**“ der **Stadtbücherei** jährlich Büchergutscheine zur Verfügung gestellt. Mit der Ferienbuchaktion werden Kinder und Jugendliche an das Lesen herangeführt. Insgesamt 200 Kinder und Jugendliche erhielten einen entsprechenden **Gutschein**. Ein weiterer Schwerpunkt der Arbeit der Kulturstiftung war in den vergangenen Jahren der Aufbau einer studienvorbereitenden Ausbildung im Bereich „Bildende Künste“. Das Fach „**basic art**“ erfreut sich zunehmender Beliebtheit, insbesondere als Ergänzung im Nachmittagsangebot allgemein bildender Schulen. Leider konnten nicht alle Anfragen allgemein bildender Schulen berücksichtigt werden, da nicht genügend Fördermittel zur **Verfügung standen**. Der Kreis der Kinder und Jugendlichen, die von Kultur und Bildung ausgeschlossen werden, wird immer größer. Die Kulturstiftung möchte jedem Kind in Norderstedt den Zugang zu kultureller Bildung ermöglichen. Dazu möchte sie einen Sonderfonds einrichten und bittet ganz dringend um Ihre Unterstützung.

### Kontakt:

Kulturstiftung Norderstedt c/o Musikschule Norderstedt  
 Herr George  
 Rathausallee 50, 22846 Norderstedt  
 Telefon: 040 53595164  
 Telefax: 040 53595609  
 E-Mail: [ruediger.george@norderstedt.de](mailto:ruediger.george@norderstedt.de)  
 Spendenkonto der Kulturstiftung: Norderstedter Bank  
 Kto.-Nr. 1108000  
 BLZ 200 691 11  
 Anmerkung: Zuwendungen an die Kulturstiftung Norderstedt sind steuerlich absetzbar.

**Briefmarkenfreunde Norderstedt und Umgebung e.V.**

Ansprechpartner: Herr Kaufhold  
Heidehofweg 119 a, 22850 Norderstedt  
Telefon: 040 5291836  
E-Mail: [t.kaufhold@wtnet.de](mailto:t.kaufhold@wtnet.de)  
Internet: [www.briefmarkenfreunde-norderstedt.de](http://www.briefmarkenfreunde-norderstedt.de)

**Chaverim – Freundschaft mit Israel e.V.**

Ansprechpartnerin:  
Frau Linde-Lembke  
Ulzburger Straße 14, 22850 Norderstedt  
Telefon: 040 5240362  
Mobil: 0171 6980946  
E-Mail: [HeikeLinde@wtnet.de](mailto:HeikeLinde@wtnet.de)  
Internet: [www.chaverim-norderstedt.de](http://www.chaverim-norderstedt.de)

**Chorgemeinschaft „Alster-Nord“**

Ansprechpartner: Herr Birk  
**a. Männerchöre Norderstedt, Tangstedt, Quickborn**  
**b. „De Steertpogg Sängers“ plattdeutsche Gruppe**  
Große Lohe 25, 24558 Henstedt-Ulzburg  
Telefon: 04193 5384  
E-Mail: [ri-ro@t-online.de](mailto:ri-ro@t-online.de)  
Angebot:  
Treffen für musikalisch interessierte Männer und Frauen auch ohne Notenkenntnisse nach Vereinbarung.

**Deutsche Freundschaftsgesellschaft West-Ost in Schleswig-Holstein e.V./ Ortsverband Norderstedt und Umgebung**

Ansprechpartner: Herr Dr. Mader  
Kielort 19 c, 22850 Norderstedt  
E-Mail: [BernhardMader@web.de](mailto:BernhardMader@web.de)

**Eine Welt für Alle e.V.**

c/o Weltladen  
Rathausallee 44, 22846 Norderstedt  
Ansprechpartner: Herr Maletzke  
Telefon: 040 53531022  
Telefax: 040 53531023  
E-Mail: [info@ewfa.de](mailto:info@ewfa.de)  
Internet: [www.eine-welt-norderstedt.de](http://www.eine-welt-norderstedt.de)

Bildungsarbeit: Herr Maletzke  
E-Mail: [fmaletzke@gmx.com](mailto:fmaletzke@gmx.com)

**Förderverein Feuerwehrmuseum „Hof Lüdemann“ e.V.**

Ansprechpartner: Herr Dr. Hajo Brandenburg  
Friedrichsgaber Weg 290, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 5256742  
Telefax: 040 5256540  
E-Mail: [feuerwehrmuseum@wtnet.de](mailto:feuerwehrmuseum@wtnet.de)

**Fotoclub Norderstedt e.V.**

Ansprechpartner: Herr Krohn  
Am Kielortplatz 6, 22850 Norderstedt  
Telefon: 040 52950265  
E-Mail: [rolfkrohn@wtnet.de](mailto:rolfkrohn@wtnet.de)

**Frauenchor Norderstedt von 1986 e.V.**

Ansprechpartnerin: Frau Ilschner  
Alter Heidberg 41, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 5223468  
Telefax: 040 5266178  
E-Mail: [frauenchor-norderstedt@web.de](mailto:frauenchor-norderstedt@web.de)  
Repertoire von Klassik bis Pop in allen vier Stimmlagen.  
Damen mit Chorserfahrung sind herzlich willkommen.

**Freunde von Kohtla-Järve und Johvi und Umgebung e.V.**

Ansprechpartnerin: Frau Bankonin  
 Telefon: 040 5221307  
 E-Mail: [margotbankonin@wtnet.de](mailto:margotbankonin@wtnet.de)

**Heimatbund**

Der Heimatbund bietet für Seniorinnen und Senioren geeignete Heimatkundliche Besichtigungsfahrten und Veranstaltungen.

Auskünfte erhalten Sie bei  
 Herrn Reimann  
 Telefon: 040 5255786  
 E-Mail: [Reimann.P@t-online.de](mailto:Reimann.P@t-online.de)  
 Frau Wagenführ  
 Telefon: 040 5223506

**Interessengemeinschaft  
 Paläontologie und Geologie Norderstedt,  
 Sektion Norderstedt in der Ges. für Geschiebekunde**

Ansprechpartner: Herr Vöge  
 Breslauer Straße 19, 24558 Henstedt-Ulzburg  
 Telefon: 04193 967743  
 E-Mail: [klaus@snuc.de](mailto:klaus@snuc.de)  
 Internet: [www.fossilienjaeger.de](http://www.fossilienjaeger.de)

**Angebote:**

- Fachvorträge zu den Themen: Fossilien und Geologie. Programm im Forum der Stadt Norderstedt und im VHS-Heft
- Erfahrungsaustausch über Fossilien und Fundstellen

**Kroatische Kulturgesellschaft  
 Schleswig-Holstein-Norderstedt e.V.**

Postfach 7312, 22832 Norderstedt  
 Ansprechpartnerin: Frau Pleić  
 Telefon: 040 5227607

**Kunstkreis Norderstedt e.V.**

Ansprechpartnerin: Frau Kaczmarz  
 Telefon: 040 5224910  
 Internet: [www.kunstkreis-norderstedt.de](http://www.kunstkreis-norderstedt.de)

**MALIMUKulturverein e.V.**

Ansprechpartner: Herr Thiel  
 Am Kielortplatz 4, 22850 Norderstedt  
 Telefon: 040 52950178  
 E-Mail: [manfred.thiel@wtnet.de](mailto:manfred.thiel@wtnet.de)  
 Internet: [www.malimu.de](http://www.malimu.de)

**Musikverein Norderstedt e.V.**

Ansprechpartner: Herr Becker  
 Telefon: 040 32595354  
 E-Mail: [vorstand@mvnorderstedt.de](mailto:vorstand@mvnorderstedt.de)  
 SBN – Symphonisches Blasorchester  
 JuBlaNo – Junges Blasorchester Norderstedt  
 Bläserkids  
 Fishhead – Horns Big – Band

**Music-Werkstatt e.V.**

Ansprechpartner: Herr Sedlatschek  
 Kiebitzreihe 25 – 27, 22844 Norderstedt  
 Telefon: 040 52110624  
 Mobil: 0172 4534248  
 E-Mail: [musicstar@harksheide.de](mailto:musicstar@harksheide.de)

### Neues Theater Norderstedt e.V.

Ansprechpartnerin: Frau Kuhlmann  
Brahmsweg 12, 22848 Norderstedt  
Telefon: 040 5233793, Telefax: 040 52883682  
E-Mail: [Heidi.Kuhlmann@neues-theater-norderstedt.de](mailto:Heidi.Kuhlmann@neues-theater-norderstedt.de)  
Internet: [www.neues-theater-norderstedt.de](http://www.neues-theater-norderstedt.de)  
Kreative Seniorinnen und Senioren, die uns beim Bühnenbau, Malen, Basteln und Kostümnähen helfen können, sind herzlich willkommen. NTN – Mitgliedsbeitrag: 36 Euro im Jahr.

### Norderstedter Amateur-Theater von 1947 e.V.

Ansprechpartnerin: Frau Wermke  
Telefon: 040 67304883  
E-Mail: [a.wermke@norderstedter-amateur-theater.de](mailto:a.wermke@norderstedter-amateur-theater.de)  
Internet: [www.norderstedter-amateur-theater.de](http://www.norderstedter-amateur-theater.de)

### Norderstedter Kabarett „Die Thespisnarren“ e.V.

Politische und literarische Kabarett-Produktionen seit 1974  
Ansprechpartner: Herr Lorenzen-Schmidt  
Schmiedegang 6, 22848 Norderstedt  
Telefon: 040 5235603, Telefax: 040 5235603  
E-Mail: [info@thespisnarren.de](mailto:info@thespisnarren.de)  
Internet: [www.thespisnarren.de](http://www.thespisnarren.de)

Veranstalter der

„norderstedter **KLEINKUNST** bühne“  
in der TriBühne Norderstedt  
Ansprechpartner: Herr Kösling  
Rathausaallee 50, 22846 Norderstedt  
Endhaltestellen U1 + A2 Norderstedt-Mitte  
E-Mail: [info@nkkb.de](mailto:info@nkkb.de)  
Internet: [www.nkkb.de](http://www.nkkb.de)

### Norderstedter Männerchorgemeinschaft

Ansprechpartner: Herr Meyer  
Telefon: 040 6071762

### Norderstedt pro Maromme e.V.

Ansprechpartner: Herr Iltschner  
Telefon: 040 5223468  
E-Mail: [norderstedt-pro-maromme@web.de](mailto:norderstedt-pro-maromme@web.de)

### NOWI (Norderstedter Ost-West-Integration) e.V.

Ansprechpartner: Herr Flor  
Telefon: 040 5264868  
E-Mail: [hjsflor@wtnet.de](mailto:hjsflor@wtnet.de)  
In russischer Sprache: Frau Sofija Kabalkina  
Telefon: 040 58955411

### Parforcehorn Corps Norderstedt e.V.

Ansprechpartner: Herr Löffka  
Schulweg 4, 24568 Oersdorf  
Telefon: 04191 2586  
E-Mail: [ib.loeffka@gmx.de](mailto:ib.loeffka@gmx.de)

### SCCN – Senioren-Computer-Club Norderstedt e.V.

In den Räumen VU5 und VU6 im Rathaus  
Rathausallee 50, 22846 Norderstedt



**Computer-Probleme?**  
Wir helfen auch am Wochenende!  
**CIAGmbH**  
COMPUTER-IT-ANWENDER  
**Telefon:**  
**(040) 64 66 92 00**  
**Mobil:**  
**0174 - 137 08 77**  
Norderstedt | Ulzburger Str. 567a | [www.ciagmbh.com](http://www.ciagmbh.com)

**Schleswig-Holsteinische Universitätsgesellschaft  
Kiel, Sektion Norderstedt**

Ansprechpartner: Herr Dr. Dilcher  
 Telefon: 040 5256157  
 E-Mail: [hansdilcher@hotmail.com](mailto:hansdilcher@hotmail.com)

**Stichling Norderstedt e.V. – Aquaristik mit Spaß**

Vereinsabende mit guten Fachvorträgen, Klönabende, Aquariefisch- und Pflanzentauschbörsen sowie Aquarianertreffen.

Ansprechpartner: Herr Lang  
 Poppenbütteler Straße 256, 22851 Norderstedt  
 Telefon: 040 5292626, E-Mail: [g0309@aol.de](mailto:g0309@aol.de)

**Tank's Theater Norderstedt e.V.**

Ansprechpartner: Herr Tank  
 Pestalozzistraße 4, 22844 Norderstedt  
 Telefon: 040 30980696  
 Internet: [www.Tanks-Theater.com](http://www.Tanks-Theater.com)

**The Friendship Force of Norderstedt e.V.**

Ansprechpartnerin: Frau Schulz-Gudladt  
 Telefon: 04193 77173  
 E-Mail: [info@Friendshipforcenorderstedt.de](mailto:info@Friendshipforcenorderstedt.de)

**Theater Pur – Junges Theater Norderstedt e.V.**

Ansprechpartner: Herr Scharbert  
 Telefon: 040 5257869  
 E-Mail: [theaterpur@theaterpur.de](mailto:theaterpur@theaterpur.de)

**TuRa Harksheide e.V. – Spielmannszug**

c/o Geschäftsstelle TuRa Harksheide  
 Ansprechpartnerin: Frau Eggelmeyer  
 Telefon: 040 5252118  
 E-Mail: [Marion.eggelmeyer@tura-harksheide.de](mailto:Marion.eggelmeyer@tura-harksheide.de)  
 (Geschäftsstelle)

**Türkisch-Deutscher Freundschafts- und Kulturverein  
Norderstedt und Umgebung e.V.**

Ansprechpartnerin: Frau Yesilkaya  
 Telefon: 0163 9144431  
 E-Mail: [belma.yesilkaya@gmx.de](mailto:belma.yesilkaya@gmx.de)

**Twinkle Stars Norderstedt e.V.**

Ansprechpartner: Herr Schudlig  
 Telefon: 040 55550155  
 Internet: [www.tsn-corps.de](http://www.tsn-corps.de)

**Volkssternwarte Norderstedt e.V.**

Ansprechpartner: Herr Vollbrecht  
 Am Wittmoor 52, 24558 Henstedt-Ulzburg  
 Telefon: 04193 892663  
 E-Mail: [peter@die-volles.de](mailto:peter@die-volles.de)

**Frauencomputerschule adasoft e.V.**

Am Kielortplatz 120, 22850 Norderstedt  
 Telefon: 040 52983891  
 E-Mail: [fcs@adasoft.de](mailto:fcs@adasoft.de)  
 Internet: [www.adasoft.de](http://www.adasoft.de)

1. *Offene Stunde für Seniorinnen und Senioren:*  
 Offenes Angebot für Seniorinnen und Senioren mit und ohne PC-Kenntnisse.  
 Öffnungszeiten: an jedem Mittwoch von 15.00 – 17.00 Uhr  
 Kosten: Drei Euro je Nachmittag

2. *PC-Workshop für Seniorinnen und Senioren*  
 Angebot:

An acht bis zehn Terminen erhalten Sie betreut von Jugendlichen einer Ausbildungsvorbereitungsmaßnahme Unter-

stützung bei allen Fragen zu Ihrer PC-Nutzung. Jeweils ein Jugendlicher betreut Sie unterstützt durch eine Fachkraft von adasoft an einem Computer oder Ihrem Notebook und beantwortet Ihnen Fragen beziehungsweise arbeitet mit Ihnen Ihre Wünsche durch. Während des PC-Workshop haben Sie außerdem Gelegenheit, sich bei Kaffee und Kuchen mit anderen Teilnehmern auszutauschen. Eigene Notebooks können mitgebracht werden.

Termine: einmal wöchentlich von 13.30 Uhr – 15.00 Uhr.  
Die aktuellen Termine erhalten Sie auf Nachfrage.

Kosten: Fünf Euro je Doppelstunde

### PC@fe

#### Frauen und Senioren Norderstedt

Betreiber: DRK Ortsverein Norderstedt

Begegnungsstätte Haus Kielort

Kielortring 51, 22850 Norderstedt

Telefon: DRK: 040 5231826

E-Mail: [pcafe@wtnet.de](mailto:pcafe@wtnet.de)

Internet: [www.PCafe-Norderstedt.de](http://www.PCafe-Norderstedt.de)

#### Öffnungszeiten:

Montag: 09.30 – 12.30 Uhr  
und 15.00 – 18.00 Uhr

Dienstag: 09.30 – 12.30 Uhr  
vormittags nur für Frauen  
und 15.00 – 18.00 Uhr

Donnerstag: 09.30 – 12.30 Uhr  
15.00 – 18.00 Uhr  
und 18.00 – 21.00 Uhr  
nach Vereinbarung

Sie haben die Möglichkeit, unterstützt von ehrenamtlichen Betreuern erste Erfahrung mit PC und Internet zu machen. Sie können:

- die gängigen Programme von Microsoft Office (Textverarbeitung, Tabellenkalkulation usw.) benutzen
- im Internet surfen
- E-Mails versenden und empfangen
- Fotos über Scanner/Card Reader einlesen
- einfache Bildbearbeitung vornehmen

Regelmäßig wird ein „Thema des Monats“ mit kurzen Informationen zu einer Anwendung angeboten. Außerdem besteht bis 17.00 Uhr die Möglichkeit der kostenlosen Kinderbetreuung im Haus durch das Mütterzentrum.

## VI. ANGEBOTE DER FREIEN WOHLFAHRTSVERBÄNDE

Seniorentreff Glockenheide 42, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 5231826

- Kartenspielen  
Montag + Freitag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Schach für Senioren/-innen  
Dienstag: 10.00 – 11.30 Uhr
- Mundharmonika  
Mittwoch: 10.00 – 12.00 Uhr
- Frauen-Treff  
Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Großer Kaffeenachmittag / Spiele  
jeden 4. Donnerstag im Monat: 14.00 – 16.30 Uhr
- Show-Tanzgruppe  
Donnerstag: 19.30 – 21.30 Uhr



- Aussiedler-Treff 16.00 – 16.45 Uhr  
**jeden 2. Samstag im Monat:** ab 16.00 Uhr 17.00 – 17.45 Uhr
  - Sozialstation Norderstedt** 18.00 – 18.45 Uhr  
 Ohechaussee 29, 22848 Norderstedt Mittwoch: 09.00 – 09.45 Uhr
  - Spielgruppe 10.00 – 10.45 Uhr  
 Montag: 14.30 – 18.00 Uhr – Rücken – Fit 16.00 – 17.00 Uhr
  - Handy-Workshop für Senioren/-innen – Bauch, Beine, Po 17.00 – 18.00 Uhr  
 Donnerstag Termine im DRK Büro erfragen – Yoga
  - Selbsthilfegruppe Wechseljahre Donnerstag: 13.30 – 15.00 Uhr  
 jeden 1.+ 3. Montag im Monat: 19.00 – 21.00 Uhr 15.15 – 16.45 Uhr  
 (je 1 1/2 Stunden)
  - Gedächtnistraining für Blinde Mittwoch: 11.00 Uhr, 14.00 Uhr, 15.30 Uhr  
 Mittwoch: 10.00 – 11.30 Uhr
- Seniorentreff Kirchenstraße 53, 22848 Norderstedt**
- Seniorengruppe – Gedächtnistraining 50 +  
 Jeden 1. Dienstag im Monat: 14.00 – 16.30 Uhr Donnerstag: 9.00 – 10.30 Uhr  
11.00 – 12.30 Uhr
  - Seniorenkreis Freitag: 09.00 – 10.30 Uhr  
 jeden 1. + 3. Donnerstag 11.00 – 12.30 Uhr  
 im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr
  - Bingo – Denken & Bewegen  
 jeden 1. Freitag im Monat: 14.00 Uhr Donnerstag: 09.00 – 10.45 Uhr  
11.00 – 12.45 Uhr
  - Aussiedlerangelegenheiten – Aussiedlerangelegenheiten  
 jeden 2. + 4. Donnerstag im Monat: 15.00 – 17.00 Uhr

**DRK-Haus**

Ochsenzoller Straße 124, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231826

Telefax: 040 5283302

E-Mail: [info@drk-norderstedt.de](mailto:info@drk-norderstedt.de)

- Reha-Sport Aktiv und vital mit 50+  
 Montag: 09.00 – 10.30 Uhr
- Osteoporose Selbsthilfegruppen  
 Montag: 14.00 – 14.45 Uhr  
15.00 – 15.45 Uhr

**Therapiezentrum  
Baumgarten**

Bewegende Kompetenz

Ergotherapie  
Logopädie  
Physiotherapie

Therapiezentrum Baumgarten

Rathausallee 33  
22846 NorderstedtTelefon: 040 - 5217732  
Telefax: 040 - 52110403[info@tz-norderstedt.de](mailto:info@tz-norderstedt.de)  
[www.tz-norderstedt.de](http://www.tz-norderstedt.de)

## Seniorenwegweiser

- Kleiderkammer  
Annahme: siehe Bürozeiten  
Ausgabe:  
Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr  
und 14.00 – 16.00 Uhr
  - Eltern- & Kindkuren (Beratung)  
Donnerstag: 09.30 – 11.30 Uhr  
nachmittags nach Vereinbarung
  - Rad fahren hält fit!  
Termine im Büro erfragen
  - OMEGA – mit dem Sterben leben e.V.  
Informationsabende  
jeden 2. Mittwoch im Monat: 18.30 Uhr
  - OMEGA – mit dem Sterben leben e.V.  
Trauergruppe  
Donnerstag: 19.00 Uhr
  - Gesprächskreis nach Krebs für junge Frauen  
jeden 1. Mittwoch im Monat: 19.30 – 21.30 Uhr
  - Kreativgruppe  
Termine im Büro erfragen
  - Orientalischer Tanz  
Freitag: 20.00 – 23.00 Uhr
  - Erinnerungswerkstatt  
jeden 2. Dienstag im Monat: 10.00 – 12.00 Uhr
  - Die Norderstedter Hörzeitung  
Auflesung Montag: 09.30 – 11.30 Uhr
  - Seniorentanz  
Dienstag: 10.00 – 11.45 Uhr  
Mittwoch: 11.00 – 12.45 Uhr
  - GripsKids  
Montag\* u. Dienstag: 15.00, 16.30 u. 18.00 Uhr  
\*) z.Z. in der St.Hedwig Kirche
  - Selbsthilfegruppe Fibromyalgie  
jeden 3. Mittwoch im Monat: 19.30 – 21.30 Uhr
- Haus Kielort**  
**Kielortring 51**, 22850 Norderstedt  
Telefon: 0 40 5231826
- Osteoporose-Selbsthilfegruppen:  
Dienstag: 10.45 – 11.30 Uhr  
11.30 – 12.15 Uhr
  - Rückenschule  
Freitag: 09.00 – 09.45 Uhr
  - Wirbelsäulengymnastik  
Freitag: 09.45 – 10.30 Uhr
  - Gymnastik Bauch – Beine – Po  
Mittwoch: 17.00 – 18.00 Uhr  
Freitag: 17.00 – 18.00 Uhr
  - Gymnastik Body-Fit  
Freitag: 18.00 – 19.00 Uhr
  - Gymnastik für Jedermann  
Donnerstag: 9.30 – 10.30 Uhr  
10.30 – 11.30 Uhr
  - Taijiquan (Entspannung für Körper, Geist und Seele)  
Dienstag: 09.00 – 10.30 Uhr  
20.00 – 21.30 Uhr
  - WingTsun (Selbstbehauptung/-verteidigung)  
Dienstag: 18.00 – 19.30 Uhr  
Mittwoch: 20.00 – 21.30 Uhr
  - Bingo \*)  
Montag alle 2 Wochen: 14.00 Uhr
  - Spielegruppe \*\*)  
Dienstag alle 2 Wochen: 15.00 Uhr
  - Kreativkreis für Jung und Alt  
Montag: 09.00 – 12.30 Uhr
  - Diabetiker-Selbsthilfegruppe  
Dienstag alle 2 Wochen: \*) 14.30 Uhr

- Asbestose-Selbsthilfegruppe  
jeden 1. Freitag im Monat: 18.00 Uhr
- Bastelgruppe \*\*)  
Mittwoch alle 2 Wochen: 09.30 Uhr
- Volkstanzgruppe \*\*)  
Montag alle 2 Wochen: 15.00 Uhr
- Seniorengruppe 14.00 Uhr  
Donnerstag alle 2 Wochen \*\*)  
sowie jeden 1. und 3. Sonntag im Monat:
- Yoga  
Mittwoch: 12.45 – 14.15 Uhr
- Spielgruppe  
Mittwoch: 15.00 – 18.00 Uhr
- Köche vorm Gericht  
(kochen & genießen für Männer)  
jeden 1.+ 4. Montag im Monat: 18.00 Uhr  
jeden 1. Mittwoch im Monat: 18.00 Uhr
- Gourmet-Mädels  
jeden 2. Mittwoch im Monat: 18.00 Uhr
- Frauenkochgruppe II  
jeden 3. Montag im Monat: 17.00 Uhr
- Gesprächskreis nach Krebs  
jeden 1. Freitag im Monat: 15.00 Uhr  
ab 17.00 Uhr Einzelgespräche möglich

\*) gerade Wochen

\*\*) ungerade Wochen

**Nordic Walking**

(Treffpunkte im DRK-Büro erfragen)

- Dienstag: (Willy Brandt Park) 15.00 – 16.30 Uhr
- Donnerstag: 17.00 – 18.30 Uhr

- PCafé für Frauen und Seniorinnen  
Montag und Dienstag: 09.30 – 12.30 Uhr  
15.00 – 18.00 Uhr

- Donnerstag: 09.30 – 12.30 Uhr  
nach Vereinbarung 15.00 – 21.00 Uhr  
Dienstagvormittag nur für und von Frauen!

**Laptop-Service**

Donnerstag nach Vereinbarung

**Thema des Monats**

(Auskunft und Anmeldung im DRK-Büro)

Telefon: 040 5231826

10 Finger-Tastschreiben-Kurs nach Absprache

**Sozialwerk Norderstedt e.V.**

Seniorentreff Garstedt

Kirchenstraße 53, 22848 Norderstedt

Freitag: 9.30 – 11.45 Uhr

Telefon: 040 5236753

Internet: [www.sozialwerk-norderstedt.de](http://www.sozialwerk-norderstedt.de)

- Qi Gong/ 2 Gruppen  
Montag: 10.45 – 13.00 Uhr
- Gesprächskreis  
jeden 4. Montag im Monat: 14.30 – 17.30 Uhr

**Begleitete Seniorenreisen**

 SENIOREN  
AUSFLÜGE  
Seit 10 Jahren

- Komfortable Fahrten für eine anspruchsvolle Klientel
- Viele interessante **Reiseziele** – von A ltmärk bis Z ittau
- Kultur und Natur – hervorragend organisiert und mit Mittagsruhe
- Kleine Gruppen mit jeweils zwei Begleitpersonen

**Senioren Ausflüge – Konrad-Reuter-Straße 20 – 22393 Hamburg**

Tel.: 040 / 601 46 53 oder 0174 / 93 76 291

[info@senioren-ausfluege.de](mailto:info@senioren-ausfluege.de)

Wir passen uns Ihrem Tempo an.

## Seniorenwegweiser

- Bunter Nachmittag  
jeden 2. Dienstag im Monat: 14.30 – 17.30 Uhr
- Seniorengymnastik  
Mittwoch: 10.00 – 11.30 Uhr
- Bingo  
jeden 4. Freitag im Monat: 14.30 – 17.30 Uhr

Weitere Informationen erhalten Sie in der Geschäftsstelle unter der Telefonnummer 040 5237380.

### Arbeiterwohlfahrt

#### – Landesverband Schleswig-Holstein e.V.

In der Großen Heide 44, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 526847-0

### Begegnungsstätte

Cordt-Buck-Weg 38, 22844 Norderstedt:

- Spiel und Kartenklub  
Montag + Freitag: 13.00 – 17.00 Uhr
- Handarbeitsgruppe  
Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Großer Kreis Friedrichsgabe  
jeden 3. Mittwoch im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr
- Handarbeitsgruppe  
jeden 2. Donnerstag im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr
- Wandergruppe  
letzten Dienstag im Monat: 14.30 – 16.30 Uhr  
(Planbesprechung)
- 3 Senioren-Wandergruppen  
Dienstag – außer am Wandertrefftag  
Treffpunkt: UNorderstedt-Mitte 09.15 Uhr
- Radlergruppe  
nur am Mittwoch nach dem Wandertrefftag  
(März – Okt.)  
Treffpunkt vor dem Rathaus 09.00 Uhr

Nähere Informationen erteilt die Geschäftsstelle unter  
Telefon: 040 526847-0

### Begegnungsstätte

Glashütter Kirchenweg 3, 22851 Norderstedt

- Handarbeits- und Bastelgruppe  
Montag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Großer Kreis Glashütte  
jeden 1. Mittwoch im Monat: 14.00 – 17.30 Uhr
- Spiel- und Kartenklub  
Donnerstag: 13.30 – 17.30 Uhr
- Seniorengymnastik  
Freitag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Schachklub  
Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr

Nähere Informationen erteilt die Geschäftsstelle unter  
Telefon: 040 526847-0

### Begegnungsstätte

Kirchenstraße 53, 22848 Norderstedt

- Seniorenkreis „Harmonie“  
jeden 1., 2.+ 3. Montag im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr
- Seniorenklub „Frohsinn“  
jeden 2. + 4. Donnerstag im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr
- Sonntagsklub  
jeden 4. Sonntag im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr

Nähere Informationen erteilt die Geschäftsstelle unter  
Telefon: 040 526847-0

**Begegnungsstätte**

In der Großen Heide 44, 22846 Norderstedt

- Senioren-Migrantenclub  
Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Spielkreis  
jeden 1.+ 3. Samstag und  
letzten Sonntag im Monat: 14.00 – 17.00 Uhr
- Spielclub Gute Laune / Bridgeclub  
Mittwoch: 18.00 – 21.30 Uhr  
Donnerstag: 18.30 – 22.00 Uhr
- Seniorengymnastik  
1. Gruppe Montag: 09.30 – 10.30 Uhr  
2. Gruppe Montag: 10.30 – 11.30 Uhr

Nähere Informationen erteilt die Geschäftsstelle unter  
Telefon: 040 526847-0

**VII. ANGEBOTE DER KIRCHENGEMEINDEN****Ev.-luth. Emmaus-Kirchengemeinde**

Standort Paul-Gerhardt-Kirche

Altes Buckhörner Moor 16 – 18, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 325949310

Ansprechpartnerin: Frau Pastorin Paap

Telefon: 040 5218412

- Montagsgesprächskreis  
jeden 2. und 4. Montag im Monat: 15.00 – 17.00 Uhr  
Ansprechpartner: Herr Viebrock
- Zeitungsclub  
jeden 1. Montag im Monat: 10.00 Uhr  
Ansprechpartner: Herr Viebrock

- Wi snackt platt  
jeden 3. Montag im Monat: Klock 3  
Ansprechpartner: Herr Viebrock
- Nachmittag für ältere Gemeindemitglieder  
(Seniorenkreis)  
Mittwoch: 15.00 – 17.00 Uhr  
Ansprechpartner: Herr Viebrock
- Bastelgruppe  
jeden 1. + 3. Mittwoch im Monat: jeweils um 09.30 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Lang
- Mittwochsclub  
Für Frauen im Alter von 50+  
jeden 1. Mittwoch im Monat: 15.00 – 17.00 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Beyer
- Töpfern  
Mittwoch: 9.30 – 11.00 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Zander
- Töpfern  
Mittwoch: 19.00 – 21.00 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Kirsch
- Biblischer Gesprächskreis  
jeden 4. Donnerstag im Monat: 20.00 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Dr. Paap
- Frauen im Gespräch  
jeden 3. Dienstag im Monat: 20.00 – 22.00 Uhr  
Ansprechpartner/in I. Gospos  
Telefon: 040 5261980
- Meditations- und Folklore-Tanz – alter Saal  
für Frauen und Männer  
jeden 3. Dienstag im Monat: 19.00 – 20.30 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Schrader  
Telefon: 04106 66387

## Seniorenwegweiser

**Ev.-luth. Emmaus-Kirchengemeinde**  
 Standort Christus Kirche  
 Kirchenstraße 12, 22848 Norderstedt  
 Telefon: 040 325949320

Ansprechpartner:  
 Herr Pastor Lorenz  
 Telefon: 040 325949325

- Bibelgesprächskreis  
 Dienstag: 09.30 – 11.00 Uhr
- Frauengesprächskreis  
 jeden 2. + 4. Dienstag im Monat: 20.00 Uhr
- Morgengebete am Montag mit Stille 9.00 Uhr  
 Ansprechpartnerin: Frau Pastorin Hector
- Trauergruppe nach Absprache  
 jeden 2. Freitag im Monat: 16.30 – 18.00 Uhr
- Treffpunkt für SeniorInnen  
 Mittwoch: 14.30 – 16.15 Uhr  
 Ansprechpartner: Herr Pastor Lorenz

**Evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Harksheide**  
 Kirchenplatz 2, 22844 Norderstedt  
 Telefon: 040 500910-0

Regelmäßige Angebote und Gruppen für Erwachsene

### Hinweis zu den Ortsangaben

**ASH:** Albert-Schweitzer-Haus/Albert-Schweitzer-Kirche  
 Schulweg 30

**FALK:** Kirchliches Zentrum am Falkenberg/Falkenberg-  
 kirche  
 Kirchenplatz 1

### Kirchencafé Falkenberg

Montag – Donnerstag: 10.00 – 17.00 Uhr

Freitag: 10.00 – 15.00 Uhr

Leitung: Frau Urbach

Telefon: 040 50091026

**FALK**





Fotoclub Norderstedt e.V.

**Bibelkreis für Erwachsene**

Mittwoch: 10.00 – 11.30 Uhr  
 Herr Schulze  
 Telefon: 040 5253471  
**FALK**

**Biblischer Gesprächskreis**

Dienstag nach Absprache 19.30 – 22.00 Uhr  
 Herr Pastor Meiforth  
 Telefon: 04121 579533  
**ASH**

**Erwachsenenforum – Glaube im Gespräch**

jeden 1. Mittwoch im Monat: 19.30 – 22.00 Uhr  
 Frau Pastorin Dr. Duncker  
 Telefon: 040 500910-30  
**FALK**

**Gespräche zu Themen**

**Frauenkreis für Seniorinnen**  
 jeden 1. + 3. Montag im Monat: 15.00 – 17.00 Uhr  
 Frau Arn  
 Telefon: 040 55448911  
**FALK**



Fotoclub Norderstedt e.V.

### Gesprächskreis für Erwachsene

jeden 3. Dienstag im Monat: 19.00 – 21.00 Uhr

Herr Arndt

Telefon: 040 5253523

Frau Manzke

Telefon: 040 52110886

FALK

### Seniorentreff

Donnerstag: November bis März 15.00 – 17.00 Uhr

Frau Pastorin Dr. Duncker

Telefon: 040 500910-30

und Arbeitskreis Seniorenarbeit

FALK

### Literatur – Kunst – Theater

Schreibwerkstatt Falkenberg

Gruppe 1: Treffen nach Absprache

Gruppe 2: Treffen nach Absprache

Gruppe 3: Treffen nach Absprache

Frau Ansorge

Telefon: 040 5251331

FALK

### Handarbeiten und Basteln

Workshop Malen, Basteln und Werken

Dienstag: 09.30 – 12.00 Uhr

Frau Klenke

Telefon: 040 53008888

FALK

### Töpfergruppe

Mittwoch: 19.00 – 22.00 Uhr

Herr Sahlmann

Telefon: 040 5223547

ASH

### Frauenkreis

Mittwoch: 10.00 – 12.00 Uhr

Frau Retzlaff

Telefon: 040 5223556

ASH

### Musik

Flötenkreis

Montag: 10.30 – 12.30 Uhr

Frau Meyer

Telefon: 040 5221819

ASH



**SeniorInnen – Singkreis**

jeden 2.+ 4. Montag im Monat: 15.00 – 16.00 Uhr

Kirchenmusiker Herr Sagner

Telefon: 040 5009100

**FALK****Kantorei**

Donnerstag: 20.00 – 21.30 Uhr

Kirchenmusiker Herr Sagner

Telefon: 040 5009100

**FALK****Projektchor**

14-tägig Montag: 20.00 – 21.30 Uhr

Bitte erfragen Sie die nächsten Termine bei

Kirchenmusiker Herr Sagner

Telefon: 040 5009100

**FALK****Bewegung – Natur – Tanz**

Senior/Innen Gymnastik

Gruppe 1: Montag: 09.00 – 10.00 Uhr

Frau Gagelmann

Telefon: 040 86662707

**FALK**

Gruppe 2: Montag: 14.00 – 15.00 Uhr

Frau Rath

Telefon: 040 5217525

**FALK**

Gruppe 3: Mittwoch: 14.00 – 15.00 Uhr

Frau Rath

Telefon: 040 5217525

**FALK****Norderstedt und Umgebung entdecken****Fahrradtouren****Termin auf Anfrage**

Frau Hübner

Telefon: 040 5253266

Herr Höhne

Telefon: 040 5252914

Frau Quade

Telefon: 040 5261941

Frau Theuring

Telefon: 04193 7254

**Qi Gong**

Chinesische Atem- und Bewegungsgymnastik

Gruppe 1: Mittwoch: 09.30 – 10.30 Uhr

Gruppe 2: Mittwoch: 11.00 – 12.00 Uhr

Frau Rath

Telefon: 040 5217525

**FALK**

Fotoclub Norderstedt e.V.



## Geselligkeit und Spiele

„18, 20, nur nicht passen“ – Skattreffen und Rommégruppe

Mittwoch: 15.00 – 17.00 Uhr

Kirchenbüro

Telefon: 040 5009100

**FALK**

## Seniorentagesstätte

Offener Betrieb

Montag bis Freitag: 14.00 – 17.00 Uhr

Frau Pastorin Dr. Duncker

Telefon: 040 500910-30

und Arbeitskreis Seniorenarbeit

**FALK**

## Angebote in der Seniorentagesstätte

- Bibelgesprächsnachmittage
- Frauenkreis für Seniorinnen
- Lebenserfahrungen gestern und heute
- Der „Freitags-Treff“
- Senior/Innen – Singkreis
- Senior/Innen Gymnastik
- Skattreffen und Rommégruppe
- Spielenachmittag

Termine siehe zu den jeweiligen Angeboten

Frau Pastorin Dr. Duncker

Telefon: 040 500910-30

**FALK**

## Ökumene und Partnerschaften

Tansania-Kreis

Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine bei Frau Reich

Telefon: 040 5225129

**ASH**

## Eine Hand voll Reis

Ökumenische Initiative für Eine Welt

Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine bei Frau Waller

Telefon: 040 541693

**FALK**

## Mondfrauen

Internationale Frauengruppe

Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine bei Frau Mahncke-Bernard

Telefon: 040 5227842

**ASH**

**Geburtstagsbesucherkreis**

Bitte Termin erfragen

Frau Pastorin Dr. Duncker

Telefon: 040 500910-30

**ASH****Ev.-luth. Kirchengemeinde Schalom**

Kirchenbüro

Telefon: 040 94366680/81 Vicelin

040 94366690

Telefax: 040 94366691 Schalom

Schalom:

Lütjenmoor 13, 22850 Norderstedt

## – Seniorenkreis „Lila Forum“

Mittwoch (Raum 3): 15.00 – 17.00 Uhr

Ansprechpartner: Herr Pastor Stehr

Telefon: 040 94366692

Vicelin-Haus:

Immenhorst 3, 22850 Norderstedt

## – Gesprächskreis am Vormittag (Bibelstunde)

jeden 2.+ 4. Donnerstag im Monat: 10.00 – 11.00 Uhr

Frau Engelschall

Telefon: 040 94366682

## – Seniorennachmittag

jeden 1. Mittwoch im Monat: 15.00 Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Grigoleit-Wolter

Telefon: 040 52983716

**Ev.-luth. Johannes Kirchengemeinde**

Bahnhofstraße 77, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 5222181

Ansprechpartner: Herr Pastor Wallmann

Telefon: 040 5261427

## – Seniorennachmittag

Mittwoch: 15.00 – 17.00 Uhr

Gemeindehaus, Bahnhofstraße 77, 22844 Norderstedt

## – Seniorinnen-Gymnastik

Mittwoch: 08.00 – 09.00 Uhr

09.00 – 10.00 Uhr

10.00 – 11.00 Uhr

Anmeldung erbeten Frau KleiB

Telefon: 040 5221373

Gemeindehaus, Bahnhofstraße 77, 22844 Norderstedt

## – Mittagstisch

Dienstag: 12.00 Uhr

Gemeindehaus, Bahnhofstraße 77, 22844 Norderstedt

Anmeldung erbeten!

## – Johannestisch – Essen für alle – ohne Anmeldung!

Freitag: 11.30 – 13.30 Uhr

Gemeindehaus, Bahnhofstraße 77, 22844 Norderstedt

Pro Jahr finden ein bis zwei Tagesausfahrten statt.

**Ev.-luth. Thomas-Kirchengemeinde zu Glashütte  
in Norderstedt**

Glashütter Kirchenweg 20, 22851 Norderstedt

Telefon: 040 5240090

Telefax: 040 51328816

## Seniorenwegweiser →

- „Thomaskreis-Senioren“:  
Andacht, Gespräch, Kaffee, Lebens-Geschichten,  
Ausflüge  
jeden 1. + 3. Dienstag im Monat: 15.00 – 17.00 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Heyer  
Telefon: 040 5245727

**Kreuzkirche Wiesenstraße** (Ev.-Freikirchliche Gemeinde)  
Wiesenstraße 12/14, 22850 Norderstedt

- Seniorentreff  
jeden 2. Dienstag im Monat: 15.00 – 17.00 Uhr

Angebot:  
Kaffeetafel, Singen, Gespräche und Vorträge zu  
kirchlichen und allgemeinen Themen, Ausflüge  
Nähere Auskünfte unter  
Telefon: 040 5218871

**Freie evangelische Gemeinde**

- Falkenkamp 62, 22846 Norderstedt
- Seniorenkreis  
jeden 1. Dienstag im Monat: 15.30 – 17.30 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Westphal  
Telefon: 04193 78153

**Katholische Gemeinde „St. Annen“**

Schmuggelstieg 22, 22419 Hamburg  
Pfarrbüro:  
Telefon: 040 52016510  
Telefax: 040 52016511

Bürozeiten:  
Montag bis Freitag: 09.30 – 12.00 Uhr  
Mittwoch: 18.00 – 19.00 Uhr

- Frauen, Mütter und Seniorinnen  
jeden 1. Mittwoch im Monat: 09.00 Uhr hl. Messe  
anschließend Frühstück  
Bei Interesse bitte im Pfarrbüro melden.

- Kaffee- und Vortragsrunde für Senioren/-innen  
jeden 3. Montag im Monat: 14.30 Uhr hl. Messe  
dann Gemütliches Beisammensein  
Bei Interesse bitte im Pfarrbüro melden.  
Ansprechpartnerin: Frau Scheidler  
Telefon: 040 5276924

- Bastelkreis für den Missionsbasar  
Montag: 09.00 – 11.30 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Heinelt  
Telefon: 040 20970978

- Gruppe 50 Plus  
jeden 1. Mittwoch im Monat: 16.00 Uhr  
Gespräche, Vorträge, Ausflüge  
Ansprechpartnerin: Frau Schönwälder  
Telefon: 040 5234891

Nähere Informationen erhalten Sie im Pfarrbüro. Weitere  
Veranstaltungen sind dem Gemeindeblatt zu entnehmen.

**Katholisches Pfarramt St. Hedwig**

Pfarrcaritas  
Falkenkamp 2, 22846 Norderstedt  
Telefon: 040 5224282  
Telefax: 040 5262224

Pfarrbürozeiten:  
Dienstag – Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

- Seniorenkreis: 14-tägig Mittwoch
- Frauenkreis: jeden 1. Mittwoch im Monat  
Angebot: Basteln, Ausfahrten, Vorträge, Klönsnack, Kaffeetrinken, Gespräche etc.
- Wandergruppe jeden 3. Dienstag im Monat:  
Angebot: Wandern in Hamburg und Schleswig-Holstein

### Neuapostolische Kirche

Gemeinde Norderstedt  
Spreenweg 3 a, 22844 Norderstedt

Seniorenkreis  
jeden 2. Dienstag im Monat: 15.30 – 17.30 Uhr  
Kaffeetrinken, Gespräche, Klönschnack,  
Ausfahrten und vieles mehr  
Ansprechpartner: Herr Willcke  
Telefon: 040 5217621

## VIII. ANGEBOTE DER SPORTVEREINE

### Bridgeclub Norderstedt

Ansprechpartnerin: Frau Kruse  
Wacholderweg 1, 22889 Tangstedt  
Telefon: 04109 9363  
E-Mail: [i.j.kruse@t-online.de](mailto:i.j.kruse@t-online.de)

- Spieltermine:  
Mittwoch: 18.00 – 21.30 Uhr  
Donnerstag: 18.30 – 22.00 Uhr  
AWO-Begegnungsstätte, In der Grossen Heide 44

### Tennisclub Friedrichsgabe e.V.

Clubheim, Lawaetzstraße 7, 22844 Norderstedt  
Telefon: 040 5226663

### Sport Verein Friedrichsgabe

Heiner-Fischer-Sportlerheim  
Lawaetzstraße 8, 22844 Norderstedt  
Telefon: 040 5225342  
Telefax: 040 52610966  
E-Mail: [svf@wt.net](mailto:svf@wt.net)

### Öffnungszeiten:

Montag: 18.00 – 21.00 Uhr  
Dienstag: 09.30 – 12.30 Uhr  
Donnerstag: 09.30 – 12.30 Uhr

- Alte Herren Leichtathletik und Gymnastik:  
Freitag: 19.00 – 21.00 Uhr  
Waldstadion (im Sommer)
- Freitag: 20.00 – 22.00 Uhr  
Moorbekhalle (im Winter)
- Seniorinnen Gymnastik  
Dienstag: 19.00 – 20.00 Uhr  
Turnhalle GS Harkshörn
- Seniorinnen Waldlauf  
Mittwoch: 15.00 – 16.00 Uhr  
Waldparkplatz Thingplatz, Waldbühnenweg
- Wirbelsäulengymnastik für Senioren/-innen  
auf Anfrage
- Sportabzeichen für alle Altersgruppen  
Montag (im Sommer): ab 18.00 Uhr  
Waldstadion



#### Tennissportclub Glashütte e.V.

Lemsahler Weg 2 – 8, 22851 Norderstedt  
 Telefon: 040 5242511 oder 040 5240182  
 Telefax: 040 52985723  
 E-Mail: [info@tscglashuette.de](mailto:info@tscglashuette.de)

- Seniorenmitgliedergruppen auf Anfrage
- Tennis „Fit up fifty“ auf Anfrage
- Wirbelsäulengymnastik auf Anfrage

#### Tischtennisclub Norderstedt e.V.

Friedrichsgaber Weg 58, 22848 Norderstedt  
 Dienstag: 19.00 – 22.00 Uhr  
 Donnerstag: 19.30 – 22.00 Uhr  
 Grundschule Niendorfer Straße  
 Ansprechpartner: Herr Glandt  
 Telefon: 040 5232201

#### 1. SCN (1. Sportclub Norderstedt e.V.)

Scharpenmoor 55, 22848 Norderstedt  
 Telefon: 040 528766-94  
 Telefax: 040 528766-96  
 E-Mail: [info@1-sc-norderstedt.de](mailto:info@1-sc-norderstedt.de)

Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:

- |                                 |                   |
|---------------------------------|-------------------|
| Montag:                         | 08.00 – 12.00 Uhr |
|                                 | 16.00 – 19.00 Uhr |
| Dienstag, Mittwoch, Donnerstag: | 08.00 – 12.00 Uhr |

#### – Seniorengymnastik

Dienstag:	09.00 – 10.00 Uhr
Mittwoch:	09.00 – 10.00 Uhr

Sportzentrum Scharpenmoor 55, Saal

#### – Jazzdance Anfänger

Dienstag:	16.30 – 17.30 Uhr
-----------	-------------------

Sportzentrum Scharpenmoor 55, Saal

- **Walking**  
Donnerstag: 09.00 – 10.00 Uhr  
Treffp. Sportzentrum Scharpenmoor 55
- **Nordic Walking**  
Treffpunkt nach Absprache 10.00 – 11.00 Uhr
- **Wirbelsäulengymnastik**  
Mittwoch: 10.10 – 11.10 Uhr  
Mittwoch: 11.10 – 12.10 Uhr  
Sportzentrum Scharpenmoor 55, Halle  
Donnerstag: 10.00 – 11.00 Uhr  
Sportzentrum Scharpenmoor 55, Dojo
- **Lungensport**  
Montag: 18.00 – 19.00 Uhr  
Grundschule Niendorfer Straße, Halle
- **Ausgleichsgymnastik**  
Montag: 19.30 – 20.30 Uhr  
Coppernicus Gymnasium, Halle II
- **Fit forever**  
Donnerstag: 17.45 – 18.45 Uhr  
Sportzentrum Scharpenmoor 55, Halle
- **Yoga – Kundalini**  
Dienstag: 18.30 – 20.00 Uhr  
Sportzentrum Scharpenmoor 55, Halle  
Ansprechpartnerin: Frau Nafzger  
Telefon: 040 51323093  
Telefax: 040 51323094
- **Tanzkreise**  
Dienstag: 20.30 – 22.00 Uhr  
Sportzentrum Scharpenmoor 55, Saal  
Mittwoch: 20.30 – 22.00 Uhr  
Sportzentrum Scharpenmoor 55, Saal  
Donnerstag: 20.00 – 21.30 Uhr  
Steertpoggsaal Pestalozzistraße



## Seniorenwegweiser

In den Tanzkreisen des 1. SC Norderstedt tanzen Erwachsene zwischen 30 und 80 Jahren gemeinsam.

Ansprechpartnerin: Frau Conradi  
Telefon: 040 5292504

### – Jedermannsport

Montag: 17.30 – 19.00 Uhr  
Grundschule Gottfried-Keller-Str., Halle

### – Kegeln

Donnerstag nach Absprache mit Herrn Krohn  
Sportzentrum Scharpenmoor 55  
Telefon: 040 5233143

Alle weiteren Auskünfte erteilt die Geschäftsstelle des 1. SC Norderstedt e.V.

Telefon: 040 52876694  
Telfax: 040 52876696  
E-Mail: [info@1-sc-norderstedt.de](mailto:info@1-sc-norderstedt.de)  
Internet: [www.1-sc-norderstedt.de](http://www.1-sc-norderstedt.de)



Fotoclub Norderstedt e.V.

### Tura Harksheide e.V.

Geschäftsstelle, Am Exerzierplatz 16, 22844 Norderstedt  
Telefon: 040 5252118  
Telefax: 040 5256203  
E-Mail: [marion.eggelmeyer@tura-harksheide.de](mailto:marion.eggelmeyer@tura-harksheide.de)

Geschäftsstelle:

Montag: 18.30 – 21.00 Uhr  
Dienstag und Mittwoch: 09.00 – 13.00 Uhr  
Donnerstag: 15.00 – 19.00 Uhr

### Versehrtensport

Montag: 17.45 – 19.45 Uhr  
Realschule Fadens Tannen, alte Halle  
Freitag: 20.30 – 22.30 Uhr

ARRIBA-Bad

Ansprechpartner: Herr Bunge

### Vital älter werden

#### – Seniorengymnastik

Mit sanften, gelenkschonenden Übungen wird die Muskulatur gekräftigt und die Gelenke mobilisiert. Musik ist immer dabei und auch Spiel und Spaß fehlen nicht.

Montag: 08.55 – 09.55 Uhr  
09.55 – 10.55 Uhr  
Donnerstag: 09.15 – 10.15 Uhr  
10.15 – 11.15 Uhr

TTC Savoy

Ansprechpartnerin: Frau Schindler

#### – Bleib fit

Gesund und bewegt älter werden

Freitag: 09.15 – 10.15 Uhr  
TTC Savoy  
Ansprechpartnerin: Frau Schindler





Fotoclub Norderstedt e.V.



Fotoclub Norderstedt e.V.

- Seniorengymnastik  
Sitzgymnastik  
Dienstag: 9.05 – 10.05 Uhr  
TTC Savoy  
Ansprechpartnerin: Frau Schindler
- Fitnessgymnastik für Senioren/-innen  
Aufwärmgymnastik für anschließende Fitnessstunde  
Mittwoch: 09.15 – 10.15 Uhr  
TTC Savoy  
Fitness für Senioren/-innen  
an Geräten 10.15 – 11.15 Uhr  
TuRa Fitness-Studio  
Ansprechpartnerin: Frau Steen
- 50 Plus, Fit mix  
Dienstag: 17.00 – 18.00 Uhr  
Grundschule Pellwormstraße  
Ansprechpartnerin: Frau Graue
- Fit mix  
Donnerstag: 18.00 – 19.00 Uhr  
Mehrzweckraum  
Grundschule Weg am Denkmal  
Ansprechpartnerin: Frau Irmscher

- Fitnessgymnastik ab 50  
Montag: 17.30 – 18.15 Uhr  
Grundschule Harksheide Süd  
Ansprechpartnerin: Herr Hauschild

#### Gesundheitssport/Rehabilitation

- Funktionsgymnastik und Rückenschule  
Montag: 11.00 – 12.30 Uhr  
TTC Savoy  
Ansprechpartner: Herr Starke
- Sport pro Rücken und Gelenke  
Donnerstag: 17.45 – 18.30 Uhr  
TuRa Gemeinschaftsraum  
Ansprechpartnerin: Frau von Rohr
- Osteoporose  
Donnerstag: 17.45 – 18.30 Uhr  
Grundschule Harksheide Süd  
Ansprechpartner: Herr Immig
- Fit ab 50, vital älter werden  
Freitag: 16.00 – 17.30 Uhr  
Grundschule Harksheide Süd  
Ansprechpartner: Herr Starke

### Pluspunkt Gesundheit

- Rückenfit  
Mittwoch: 10.15 – 11.15 Uhr  
TuRa Gemeinschaftsraum  
Ansprechpartnerin: Frau Klörs
- Wohlfühlen & bewegen  
Dienstag: 18.00 – 19.00 Uhr  
Grundschule Falkenberg Eingang  
Ansprechpartnerin: Frau Klörs

### Entspannung-Konzentration

- Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene  
Mittwoch: 20.15 – 21.15 Uhr  
Grundschule Falkenberg  
Ansprechpartnerin: Frau Rath

- Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene  
Donnerstag: 11.30 – 12.30 Uhr  
Grundschule Falkenberg  
Ansprechpartnerin: Frau Schlee
- Yoga meets Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene  
Donnerstag: 10.25 – 11.25 Uhr  
TuRa Gemeinschaftsraum  
Ansprechpartnerin: Frau Schlee
- Kundalini Yoga  
Die dynamische Variante des Yoga sorgt für innere Ruhe und Ausgeglichenheit. Die Rumpfmuskulatur wird ausbalanciert und die Beweglichkeit der Wirbelsäule verbessert.  
Dienstag: (Fortgeschrittene) 20.00 – 21.30 Uhr  
Grundschule Harksheide Nord MZR  
Donnerstag: (Anfänger) 20.15 – 21.45 Uhr  
Grundschule Falkenberg, Eingangshalle  
Ansprechpartnerin: Frau Escherich



Fotoclub Norderstedt e.V.

- Pilates Basic  
Dienstag: 18.15 – 19.00 Uhr  
TuRa Gemeinschaftsraum  
Ansprechpartnerin: Frau Graue

- Pilates für Anfänger  
Mittwoch: 18.00 – 19.00 Uhr  
Grundschule Glashütter Damm 53 a  
Ansprechpartnerin: Frau von Borstel

- Pilates Aufbaukurs

#### **Gebühte Einsteiger und Fortgeschrittene**

Dieses Ganzkörper-Training kombiniert Atemtechnik, Kraftübungen, Koordination und Stretching, alles in harmonisch fließenden Bewegungen.

- Mittwoch: 19.00 – 20.00 Uhr  
Grundschule Weg am Denkmal  
Ansprechpartnerin: Frau Schlee

- **Wirbelsäulengymnastik**

- Montag: 08.45 – 09.30 Uhr  
TuRa Gemeinschaftsraum  
Ansprechpartner: Herr Glasenapp
- Montag: 19.45 – 20.30 Uhr  
Realschule Harksheide (alte Halle) 20.30 – 21.15 Uhr  
Ansprechpartnerin: Frau Wysocki

- Dienstag: 08.30 – 09.15 Uhr  
TuRa Gemeinschaftsraum 09.30 – 10.15 Uhr  
Ansprechpartner: Herr Glasenapp

- Ansprechpartnerin: Frau Graue 10.30 – 11.15 Uhr  
11.30 – 12.15 Uhr  
19.00 – 19.45 Uhr

- Mittwoch: 18.00 – 18.45 Uhr  
TuRa Gemeinschaftsraum  
Ansprechpartner: Herr Glasenapp

- Donnerstag: 19.15 – 20.00 Uhr  
Gymnasium Harksheide, Spiegelsaal  
Ansprechpartnerin: Frau Cordes
- Realschule Harksheide, alte Halle 18.45 – 19.30 Uhr  
Ansprechpartner: Herr Immig 19.30 – 20.15 Uhr
- Donnerstag: 19.00 – 19.45 Uhr  
Grundschule Harksheide Süd  
Ansprechpartnerin: Frau Grünwald-Küsel

#### **Schützengemeinschaft Norderstedt e.V.**

Schierkamp 99, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231680

Telefax: 040 5232395

Schießzeiten:

- Dienstag + Donnerstag (Jug.): 18.00 – 19.00 Uhr
- Dienstag + Donnerstag (Erw.): 18.00 – 21.00 Uhr
- Mittwoch (Erw.-Vorderlader): 17.00 – 20.00 Uhr
- Mittwoch (Erw.-Bogensport): 17.00 – 21.00 Uhr
- Freitag (Erw.-Großkaliber): 16.00 – 19.00 Uhr
- Samstag (Erw.-Vorderlader): 09.00 – 12.00 Uhr

#### **Glashütter Sportverein von 1924 e.V.**

Poppenbütteler Straße 272, 22851 Norderstedt

Telefon: 040 5291345

Telefax: 040 5292124

Internet: [www.glashuetter-sv.de](http://www.glashuetter-sv.de)

Geschäftsstelle:

- Montag: ab 17.00 Uhr
- Donnerstag: 10.00 – 12.00 Uhr

- Wirbelsäulengymnastik  
Dienstag: 17.00 – 18.30 Uhr  
18.30 – 20.00 Uhr  
20.00 – 21.30 Uhr  
Grundschule Glashütte Süd
- Damengymnastik  
Montag: 18.00 – 19.00 Uhr  
Grundschule Glashütte  
Mittwoch: 17.30 – 18.30 Uhr  
18.30 – 19.30 Uhr  
Grundschule Glashütte, Müllerstraße  
Donnerstag: 19.15 – 20.15 Uhr  
20.15 – 21.15 Uhr  
Grundschule Glashütte Süd
- Yoga  
Montag: 20.00 – 21.30 Uhr  
Grundschule Glashütte, Müllerstraße  
Freitag: 19.00 – 20.30 Uhr  
Grundschule Glashütte-Süd

### Schachklub Norderstedt e.V.

Telefon: 040 5231600

1. Vorsitzender: Herr Schäfer

Hermann-Löns-Weg 15, 22848 Norderstedt

Spielabende Donnerstag: 19.30 Uhr

Rathaus Norderstedt, Klubräume 201 und 212

2. Stock (Fahrstuhl, behindertengerecht)



Fotoclub Norderstedt e.V.

## IX. VORVERKAUFSTELLEN

### Buchhandlung am Ochsenzoll

Schmuggelstieg 4, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5290990

Telefax: 040 52909919

### dit & dat

Ulzburger Straße 451, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5222777

Telefax: 040 5225219

### Hamburger Abendblatt Ticketshop

Berliner Allee 38 – 44 a, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 30062123

Telefax: 040 61199020

### Hermann Touristic

Rathausallee 19, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 52193063

### Hermann Touristic

Langenhorner Chaussee 676, 22419 Hamburg

Telefon: 040 83987845

### Holiday Land Reisebüro

Beckersbergstraße 1, 24558 Henstedt-Ulzburg

Telefon: 04193 950943

E-Mail: [reise-anke-schmidt@holiday.de](mailto:reise-anke-schmidt@holiday.de)

### TriBühne-TicketCorner

Rathausallee 50 (Pavillon), 22846 Norderstedt

Telefon: 040 30987123

Telefax: 040 30987100

E-Mail: [Ticketcorner@tribuehne-norderstedt.de](mailto:Ticketcorner@tribuehne-norderstedt.de)



» UNSERE  
**BAUSTEINE**  
FÜR IHREN  
ERFOLG «



**mediaprint**  
infoverlag

**mediaprint infoverlag gmbh**  
lechstraße 2 | 86415 mering  
telefon 08233 384-0  
e-mail [info@mediaprint.info](mailto:info@mediaprint.info)  
internet [www.mediaprint.info](http://www.mediaprint.info)  
[www.alles-deutschland.de](http://www.alles-deutschland.de)

■ PUBLIKATIONEN ■ INTERNET ■ KARTOGRAFIE ■ WERBEMITTEL

## IMPRESSUM

■ PUBLIKATIONEN ■ INTERNET ■ KARTOGRAFIE ■ WERBEMITTEL



**mediaprint**  
infoverlag

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Stadt Norderstedt. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Stadt Norderstedt entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

### Quellennachweis:

Titelfotos: Fotoclub Norderstedt e.V.  
Fotos: Fotoclub Norderstedt e.V.,  
mediaprint WEKA info verlag gmbh

**mediaprint WEKA**  
info verlag gmbh  
Lechstraße 2  
D-86415 Mering  
Tel. +49 (0) 8233 384-0  
Fax +49 (0) 8233 384-103  
[info@mp-infoverlag.de](mailto:info@mp-infoverlag.de)

[www.mp-infoverlag.de](http://www.mp-infoverlag.de)  
[www.alles-deutschland.de](http://www.alles-deutschland.de)  
[www.mediaprint.tv](http://www.mediaprint.tv)

22846057 / 7. Auflage / 2011

## Anhang

### – Patientenverfügung

Die Patientenverfügung soll gewährleisten, dass Ihre Wünsche berücksichtigt werden, wenn Sie nicht mehr in der Lage sind, diese selbst zu äußern oder durchzusetzen. Ursachen hierfür sind fast immer Unfall oder Krankheit, die zu dauerhafter Bewusstlosigkeit, schwerer Hirnschädigung oder dem Ausfall lebenswichtiger Funktionen des Körpers führen.

### Beckhusen Immobilien und Verwaltungsgesellschaft Verkauf · Vermietung · Verwaltung

Spez. Wertschätzung von Immobilien  
Beratung Erbauseinandersetzungen  
Berechnung von Leibrentenobjekten

E.-Howard-Weg 1D · 22844 Norderstedt  
Telefon: 040 / 529 69 25 u. 529 69 26  
Telefax: 040 / 529 69 27  
Autotelefon: 01 72 / 40 30 007

### – Vollmacht

Ihre Angehörigen benötigen eine Vollmacht, wenn sie rechtswirksam für Sie handeln müssen, falls Sie es selbst einmal nicht mehr können, wenn also zum Beispiel nach einem erlittenen Schlaganfall die täglichen Geschäfte (Bankkonto führen, Miete zahlen) weiterhin erledigt werden müssen.

### – Betreuungsverfügung

Mit dieser Verfügung können Sie schon jetzt Wünsche und Vorstellungen festlegen, die später berücksichtigt werden müssen, falls für Sie aufgrund einer Erkrankung durch das Amts- oder Vormundschaftsgericht eine Betreuung angeordnet wird. So können Sie die Person benennen, die später die Aufgabe der Betreuung übernehmen sollte. Es können auch für verschiedene Aufgaben verschiedene Personen benannt werden.

### – Testament

Stirbt man, ohne ein Testament angefertigt zu haben, ist durch das Gesetz geregelt, wer welchen Anteil des Erbes bekommt. Wenn Sie selbst entscheiden wollen, wie Ihr Erbe aufgeteilt wird, müssen Sie ein Testament machen. Dazu gibt es mehrere Möglichkeiten. Die detaillierten Informationen zu allen Themen würden den Rahmen dieses Wegweisers sprengen. Es gibt hierzu eine ausführliche Broschüre des

Notare • Rechtsanwälte • Fachanwälte

### HORNE • HEIDORN • KRÜGER • GEISLER

Testamente und Erbverträge  
Betreuungs- und Vorsorgevollmachten  
Patientenverfügungen

Grundstücksübertragungen  
Testamentsvollstreckungen

Unternehmensnachfolge  
Trennung und Scheidung im Alter

Ohechaussee 9 · 22848 Norderstedt · 040 529 69 02 oder 03 · [kanzlei@hkt-jur.de](mailto:kanzlei@hkt-jur.de)

Landesseniorenrates Schleswig-Holstein: „Wer klug ist im Alter – der sorgt vor“.

### Informationen beim Seniorenbeirat Norderstedt

Geschäftsstelle, Rathausallee 50, Rathaus Zimmer 152

22846 Norderstedt, Telefon: 040 53595-152

E-Mail: [seniorenbeirat-norderstedt@wt.net.de](mailto:seniorenbeirat-norderstedt@wt.net.de)

Internet: [www.seniorenbeirat-norderstedt.de](http://www.seniorenbeirat-norderstedt.de)

### Besuchs-/Sprechzeiten:

Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag: 14.30 – 16.30 Uhr

## Ruhehain Bönningstedt

**Urnenbestattung** unter Bäumen  
**im Wald** – Sorgen Sie vor!

Infos unter: [www.ruhehain.de](http://www.ruhehain.de)

Erleben Sie den Ruhehain bei  
einem Waldspaziergang.  
Auskunft unter Telefon: 0 40/57 12 83 38



## Wulff & Sohn

Bestattungsinstitut  
seit 1912

In guten und in schlechten  
Zeiten an Ihrer Seite



☎ (040) 529 61 73



eigene Hauskapelle



Ihr Partner für  
Bestattungsvorsorge



Abschiedsräume

Segeberger Chaussee 56-58 • 22850 Norderstedt  
[www.wulffundsohn.de](http://www.wulffundsohn.de)

*Abschiednahmen*

*im würdevollen Ambiente.*

*Unsere neue Hauskapelle bietet*

*den entsprechenden Rahmen.*

 **POHLMANN** Bestattungsinstitut

**040 - 5 22 21 75**  
Ulzburger Str. 400 · 22844 Norderstedt

[www.pohlmann-bestattungen.de](http://www.pohlmann-bestattungen.de) · [info@pohlmann-bestattungen.de](mailto:info@pohlmann-bestattungen.de)

# Ambulanter Pflegedienst „ELIM mobil“ · Ihr Partner für ganzheitliche Pflege

„Wir sind da, wenn Sie uns brauchen“

- Professionelle, pflegerische Hilfe
- umfassende hauswirtschaftliche Versorgung
- Hausnotruf mit Schlüsselverwahrung
- Kinderbetreuung bei Erkrankung der Eltern

„Unser besonderes Angebot für Sie:“

## Die kostenfreie: „ELIM Card“

- Zuverlässiger Ansprechpartner im Bedarfsfall
- Beratung und schnelle Vermittlung von Hilfsdiensten wie:
  - Essen auf Rädern
  - Krankengymnastik
  - Apothekenservice
  - Mobile Fußpflege
  - Pflegehilfsmittel
  - Seelsorge u. v. m.
- Regelmäßige Einladung zu Veranstaltungen rund um Alter und Pflege

## Das persönliche Zusatzangebot:

### „ELIM Card plus“ für 10,- €/Monat

- garantierte, persönliche Kontaktaufnahme/Quartal
- Schlüsselverwahrung in Verbindung mit einem Notruf
- bei Bedarf und Wunsch bevorzugter Zugriff auf einen Heimpflegeplatz



**Amb. Pflegedienst „ELIM mobil“**  
Marommer Straße 18  
22850 Norderstedt  
Tel. 0 40 – 32 59 44 71

*Sich des Lebens freuen – geborgen im Alter*



## Wohnen mit Service



**EMMAPLAMBECKHAUS**

[www.emmaplambeckhaus.de](http://www.emmaplambeckhaus.de)



*Der Pöhlshof*

[www.plambeck.com](http://www.plambeck.com)

Herr Wolfgang Mahn, Tel. 040.523 02-166

