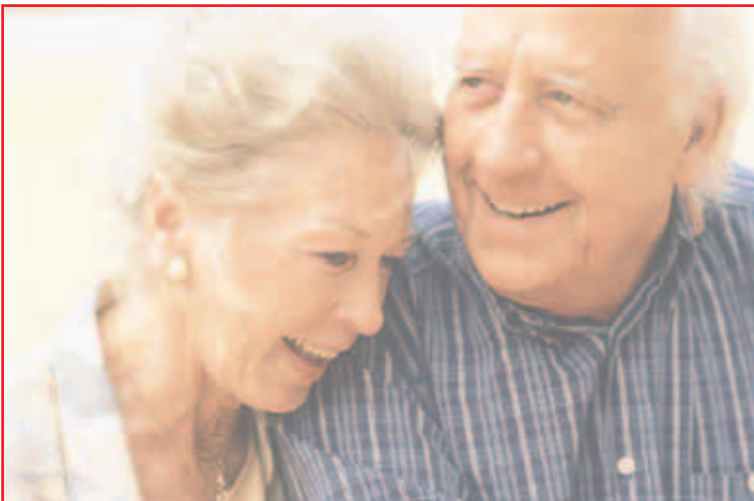


Stadt Norderstedt

Seniorenwegweiser





Lange gut Leben in Norderstedt

Deutsches Rotes Kreuz



Pflegedienst West
Ohechaussee 29-31
22846 Norderstedt

d.kliewe@drk-segeberg.de
www.drk-segeberg.de

 **0 40-5 24 50 55**



Pflege zu Hause

freundlich und kompetent –
Rund um die Uhr



Hausnotruf

auf Knopfdruck
jederzeit Hilfe rufen



Betreutes Wohnen

„... wohne für mich,
bin aber nie einsam...“

Liebe Seniorinnen und Senioren,

der demographische Wandel in der Bevölkerungsstruktur stellt auch uns und unsere Stadt vor neue Herausforderungen und verlangt, dass wir schon jetzt die Weichen richtig stellen. In Zukunft wird es von immer größerer Bedeutung sein, seniorengerechte Angebote und Dienstleistungen vorzuhalten, damit die älteren Menschen ihren wohlverdienten Ruhestand in unserer Stadt genießen können und bei Bedarf Unterstützung erhalten.

Ich freue mich, dass wir Ihnen wieder vielfältige Informationen in einer neuen Auflage des Seniorenwegweiser zur Verfügung stellen können. In Zusammenarbeit mit dem Seniorenbeirat und dem WEKA-Verlag erhalten Sie Informationen zu sozialen Fragen, Vereinen, Verbänden, Beratungsstellen, Behörden, zu den Bereichen Gesundheit, Pflege, Wohnen, Kultur, Weiterbildung und Freizeit in Norderstedt. Der Seniorenwegweiser bietet damit kompakt und übersichtlich viele nützliche Tipps und Informationen über seniorenrelevante Themen und kann auch in schwierigen Lebenslagen eine nützliche Hilfe sein.

Ein Schriftsteller hat seine Perspektive zum Älter werden einmal so beschrieben: „Im Grunde haben die Menschen nur zwei Wünsche: Alt zu werden und dabei jung zu bleiben“. In diesem Sinne wünsche ich Ihnen viel Freude mit dem neuen Seniorenwegweiser.

Ihr
Hans-Joachim Grote
Oberbürgermeister



IMPRESSUM

| | |
|--------------------|---|
| Herausgeber: | Kulturwerk Norderstedt Kulturbüro Rathausallee 50, 22846 Norderstedt |
| Titelgestaltung: | Franziska Biermann |
| Fotos: | Wolfgang Zachau, Heinz-Walter Schmatz |
| Zeichnung: | Kindermalgruppe des Kunstkreises Norderstedt |
| Redaktionsschluss: | Dezember 2008 |
| Auflage: | 5.000 |
| Verlag: | 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.



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 8000 112
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 52104-112

(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 | 8 |
| II. | Soziale Angelegenheiten | 9 |
| | – Sozialhilfe und Grundsicherung | 9 |
| | – Wohngeld | 10 |
| | – Rundfunkgebührenbefreiung | 10 |
| | – Rentenangelegenheiten | 11 |
| | – Behindertenangelegenheiten | 11 |
| | – Ausnahme vom Parkverbot für Schwerbehinderte | 12 |
| III. | Auf sozialem Gebiet tätige Vereine / Verbände und Beratungsstellen | 13 |

| | | |
|-----|---|----|
| IV. | Behördliche Einrichtungen | 16 |
| | – Polizei | 16 |
| | – Feuerwehr | 16 |
| | – Stadtwerke | 16 |
| | – Amtsgericht | 16 |
| | – Finanzamt | 16 |
| | – Gleichstellungsstelle / Frauenbüro | 16 |
| | – Stadtverwaltung | 17 |
| | – Allgemeiner Sozialer Dienst des Kreises Segeberg | 17 |

GESUNDHEIT - PFLEGE – WOHNEN

| | | |
|------|--|----|
| I. | Ärztliche Notdienste | 18 |
| II. | Apothekennotdienst | 18 |
| III. | Gesundheitsberatung / Selbsthilfegruppen .. | 19 |
| IV. | Sozialstationen | 23 |

Elektroanlagen für Haushalt und Industrie - Beleuchtung
Beratung - Planung - Ausführung - Kundendienst
Biologische Elektroinstallation



Hummelsbütteler Steindamm 109 · 22851 Norderstedt
 Telefon 040 / 524 92 53 · Fax 040 / 524 92 66





Inhaber:
Nicolas Ahlers e.K.
Apotheker

- Diabetesberatung
- Umfassendes Sortiment
- Lieferservice

Rathausalle 35 – 39 · 22846 Norderstedt · Tel. 0 40/5 22 75 52
Fax 0 40/5 26 17 98 · www.moorbek-apotheke.de



- Ausstellung • Beratung
- Verkauf • Ersatzteile
- Montagen • Kundendienst

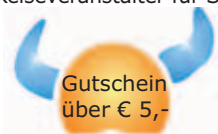
Segeberger Chaussee 215 · 22851 Norderstedt
Telefon: 040-521 142-0
www.baederundtechnik.net
info@btsani.de



VIKING TRAVEL Der Reiseveranstalter für Senioren

- Mehrtagesfahrten
- Tagesfahrten
- Busanmietung

Weitere Informationen
finden Sie in unseren
Katalogen!

 Gutschein
über € 5,-
Rathausallee 19 | 22846 Norderstedt
Tel. 040 – 526 7004

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

www.bildungswerke-norderstedt.de



+



=



| | | |
|-------|---|----|
| V. | Ambulante Pflegedienste und Tagespflege . . . | 24 |
| VI. | Kurzzeitpflege | 25 |
| VII. | Hausnotruf | 25 |
| VIII. | Betreutes Wohnen und Seniorenheime | 27 |

KULTUR - BILDUNG – FREIZEIT

| | | |
|------|--|----|
| I. | Kulturwerk Norderstedt | 32 |
| | – Kulturbüro | 32 |
| | – Musikschule | 34 |
| | – Stadtmuseum / Stadtarchiv. | 34 |
| | – TriBühne | 35 |
| II. | Bildungswerke Norderstedt | 35 |
| | – Stadtbücherei | 35 |
| | – Volkshochschule | 37 |
| III. | Feuerwehrmuseum Schleswig-Holstein | 38 |
| IV. | Auf kulturellem Gebiet tätige Vereine / Institutionen | 38 |
| V. | Angebote der Freien Wohlfahrtsverbände | 43 |
| VI. | Angebote der Kirchengemeinden. | 47 |
| VII. | Angebote der Sportvereine. | 53 |
| VII. | Vorverkaufsstellen. | 59 |

| | |
|-----------------------|----|
| Anhang | 60 |
| – 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
norderstedt_fri.gabe@provinzial.de

PROVINZIAL

Alle Sicherheit für uns im Norden

Die Versicherung der Sparkassen

Sordyl Immobilien

Ihr Immobilien-Makler mit



Ohechaussee 113
22848 Norderstedt
Tel.: 0 40-30 06 21 55
Mobil: 01 73-2 07 65 72

Ihre Immobilie liegt uns am Herzen,
wir kümmern uns darum – versprochen –.
Beauftragen Sie uns auch mit einer
Gutachtenerstellung oder der Vermietung
Ihrer Immobilie. Wir freuen uns auf Sie!

Alles Deutschland – alles klar!

www.alles-deutschland.de

Wir sind für Sie da.

Nadel & Faden

Änderungsschneiderei

- Kürschnerei + Leder
- Beratung
- Maßanfertigung
- Mode
- Gardinen

Harksheider Marktplatz 5
Tel: 524 93 52

Ihr Bad- und Heizungshaus

Meisterbetrieb

Rosenthal

Handel

Handwerk

**Neue Ideen
für Ihr Bad**

**Die Dusch-/
Badewanne!**

**5 Jahre Garantie /
20 Jahre
Nachlaufgarantie**

**Wir richten Ihr Bad
auf Ihre persönliche
Lebenssituation aus.**

**Besuchen Sie unsere
Badausstellung - oder
wir kommen zu Ihnen.**

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. 9.30 – 14 Uhr • und nach Vereinbarung

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.

| | | | | | |
|---------------------------------------|-------------------|--------------------------|---------------------|----------------------------------|-------------------|
| Akupunktur/TCM | 17 | Immobilien..... | 5, 60 | Schlaganfallhilfe..... | 43 |
| Altenheime | 7, 24, 27, 28, 29 | Innenausstatter | 3 | Schwimmbad..... | 34 |
| Ambulanter Pflegedienst..... | U 2, 24, 26 | Kartenvorverkauf..... | 35 | Seniorenbetreuung..... | 28 |
| Änderungsschneiderei..... | 5 | Leibrente..... | 60 | Seniorenberechtigtes Wohnen..... | 5 |
| Apetito | 25 | Menübringdienst..... | 25 | Seniorenheime | 7, 24, 27, 28, 29 |
| Apotheken..... | 4, 18 | Mode für Senioren..... | 5 | Seniorenreisen | 4, 45 |
| Badmodernisierung..... | 4 | Osteopathie..... | 19 | Seniorenwohnanlage | 14 |
| Barrierefreies Wohnen..... | 30 | Patientenverfügung | 59 | Seniorenwohnungen | 30 |
| Beratung..... | 11 | Pflege zu Hause..... | U 2, 24, 26 | Seniorenzentrum | 29 |
| Bestattungsinstitute..... | U 3 | Pflegedienste..... | U 2, 24, 26, 28, 29 | Sozialstation | 26 |
| Bestattungsvorsorge..... | U 3 | Pflegeeinrichtungen | | Sport | 24 |
| Betreutes Wohnen | U 2, 30, U 4 | für Demenzkranke | 28 | Stadtbücherei..... | 4 |
| Chirotherapie..... | 17 | Pflegeheim für | | Strom | 3 |
| Diabetesberatung..... | 4 | Demenzkranke | 29 | Telekommunikation..... | 21 |
| Eigentumswohnungen..... | 30 | Pflegeheime..... | 7, 24, 27, 28, 29 | Theater-Veranstaltungen..... | 35 |
| Elektro | 3 | Physiotherapie..... | 19 | Versicherungen | 5, 11, 22 |
| Entspannung..... | 44 | Psychologische | | Volkshochschule..... | 4 |
| Erbrecht..... | 59 | Suchtkrankenpflege | 26 | Wohnen im Alter..... | U 4 |
| Gedächtnistraining | 43 | Raumausstatter | 3 | Yoga..... | 44 |
| Gesundheit..... | 4, 18, 24 | Reisebüro..... | 45 | Zahnärztin | 18 |
| Hausnotruf..... | 26 | Reiseveranstalter..... | 4 | Zahnersatz | 18 |
| Hauswirtschaftlicher Hilfedienst..... | 28 | Restaurant | 34 | | |
| Hinterbliebenenversorgung | 22 | Sanitärtechnik..... | 4, 5 | | |

U = Umschlagseite



DAS HAUS IM PARK

gemeinnützige GmbH

Seniorenheim der Stadt **NORDERSTEDT**



- 72 Einzelzimmer und 4 Doppelzimmer mit Bad, Telefon- und Kabelanschluss
- Kleine Wohngruppen mit 12 Bewohnern und eigener Wohnküche
- Sehr große Außenanlage (10.000 qm) mit altem Baumbestand
- EG-Zimmer mit Zugang zum Garten
- Eigene Möblierung
- Foyer mit Kamin

- Frisör und Fußpflege kommen ins Haus

- Vollstationäre Pflege
- Betreuung aller Pflegestufen
- Verhindertenpflege
- 2 Kurzzeit-Pflegeplätze



*Vertragspartner des Sozialhilfeträgers
und der Pflegekassen*

– Wir bilden aus Pflege Bündnis Altenpflege Schleswig-Holstein –

Adlerkamp 5 • 22846 Norderstedt • Telefon 040 / 53 57 05-0 • Fax 040 / 53 57 05-45
E-Mail: info@dashausimpark.de • www.dashausimpark.de

ALLGEMEINE INFORMATIONEN

I. SENIORENBEIRAT

Die Mitglieder des Seniorenbeirats werden per Briefwahl von den über 18.000 wahlberechtigten über 60-jährigen Norderstedter Bürger(innen) für einen Zeitraum von vier Jahren gewählt.

Aufgaben des Seniorenbeirats Norderstedt

- Zur Wahrnehmung der Interessen der älteren Einwohnerinnen und Einwohner (Seniorinnen und Senioren) der Stadt Norderstedt besteht ein Seniorenbeirat.
- Er ist unabhängig, parteipolitisch und verbandspolitisch neutral, konfessionell nicht gebunden.
- Die Mitglieder des Seniorenbeirates sind ehrenamtlich tätig.



Foto von Heinz-Walter Schmatz

- Der Seniorenbeirat ist kein Organ der Stadt Norderstedt. Im Rahmen seines Aufgabenbereichs unterstützt die Stadt Norderstedt den Seniorenbeirat in seinem Wirken. Die Organe und die Selbstverwaltungsgremien beziehen ihn in die Entscheidungsfindung ein.
- Der Seniorenbeirat ist über alle wichtigen Selbstverwaltungsangelegenheiten, welche die von ihm zu vertretene Gruppe der Seniorinnen und Senioren der Stadt Norderstedt betreffen, zu unterrichten. Die Geschäftsordnung der Stadtvertretung bestimmt die Art der Unterrichtung. Insbesondere ist der Seniorenbeirat zu unterrichten über Entscheidungen in Selbstverwaltungsangelegenheiten, welche die folgenden Bereiche betreffen:
 - Verkehrsplanung und Infrastrukturplanung
 - Verkehrssicherheit für ältere Einwohnerinnen und Einwohner
 - Sozialplanung:
 - Ambulante soziale Dienste (Sozialstationen)
 - Kurzzeitpflege, gerontopsychiatrische Tagespflege, Pflegeheime, Altenwohnheime, Altenwohnungen, generationsübergreifende Begegnungsstätten
 - Gewalt gegen alte Menschen
 - Kultur:
 - Bildungs- und Kulturangebote für ältere Einwohner,
 - Öffentlichkeitsarbeit:
 - Beratung und Information in sozialen Fragen für ältere Einwohnerinnen und Einwohner
- Um wirklich effektiv arbeiten zu können, ist Ihre Mithilfe gefragt! Geben Sie Ihre Anregungen, aber auch Kritiken an den Seniorenbeirat (mündlich oder schriftlich) weiter. Der Seniorenbeirat wird versuchen, Lösungen zu finden.

Er kann Anträge an die Stadtvertretung und die Ausschüsse stellen, welche die Gruppe der Seniorinnen und Senioren der Stadt Norderstedt betreffen.
Nutzen Sie also Ihre Einflussmöglichkeiten!

Sie finden uns:

Anschrift:

Rathausallee 50, Rathaus, Zimmer 152

22846 Norderstedt,

Telefon: 040 53595-152

E-Mail: seniorenbeirat-norderstedt@wtnet.de

Internet: www.seniorenbeirat-norderstedt.de

Besuchs-/Sprechzeiten:

Dienstag 10.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag 14.30 – 16.30 Uhr

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

– 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 Sozi-



Foto von Wolfgang Zachau

algesetzbuch (SGB) XII. Reichen Einkommen und Vermögen nicht aus, um den Lebensunterhalt (Ernährung, Kleidung, Unterkunft, Heizung und anderes) sicherzustellen, kommen für Sie vornehmlich „Leistungen der Grundversicherung im Alter“ in Betracht. Sozialhilfe kann auch in anderen Lebenslagen gewährt werden, z. B. bei Krankheit, für als blind anerkannte Personen, bei Pflegebedürftigkeit im häuslichen Bereich bzw. 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 €/Jahr.



Foto von Heinz-Walter Schmatz

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

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

– WOHNGELD

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 Telefon: 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, z. B. Grundsicherung (SGB XII), Arbeitslosengeld II (SGB II), BAföG oder bei einem Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen RF.

Die mögliche Befreiung wird nicht mehr von den Gemeinden (Sozialämtern, Bürgerbüros) erteilt, sondern direkt von der Gebühreneinzugszentrale **GEZ**. Die Antragsformulare liegen aber noch hier aus. Sie können aber auch im Internet unter www.gez.de heruntergeladen werden. Beim Vorliegen einer der Befreiungsvoraussetzungen ist der ausgefüllte und unterschriebene Antrag mit dem Original des Leistungsbescheides oder dem Original des Schwerbehindertenausweises direkt an die GEZ in Köln zu schicken.

Für Rückfragen der Antragsteller(innen) steht die Servicetelefonnummer 0180 5791020 zur Verfügung.

– RENTENANGELEGENHEITEN

Für Fragen und Antragstellungen im Zusammenhang mit der gesetzlichen Rentenversicherung hat die Landesversicherungsanstalt Schleswig-Holstein **LVA** eine Auskunft- und Beratungsstelle in der Berliner Allee 40 c (Ärztzentrum beim Herold-Center, III. Stock) eingerichtet.

Telefon: 040 52570-530

Telefax: 040 52570-531

Eine Beratungsstelle der **BfA** befindet sich in der Rathausallee 70 (Moorbek-Rondell, II. Stock).

Telefon: 040 65055780

Telefax: 040 6505578190

Auf Grund der großen Nachfrage bei den Rentenberatungsstellen ist eine vorherige Terminvereinbarung zu empfehlen.

– BEHINDERTENANGELEGENHEITEN

Behindertenbeauftragte der Stadt Norderstedt,
Rathausallee 50, 22846 Norderstedt.

Beratung in allen Angelegenheiten im Zusammenhang mit Behinderungen.

Ansprechpartnerin: Frau Gravenkamp

Telefon: 040 53595-439, Telefax: 040 53595-612

E-Mail: behindertenbeauftragte@norderstedt.de

Sprechzeiten (Zimmer Nr. 043):

Montag, Dienstag,

Donnerstag, Freitag:

08.30 – 12.00 Uhr

Donnerstag auch:

14.30 – 18.00 Uhr

Grundsätzlich wird telefonische Terminvereinbarung empfohlen.

STEFAN SORDYL Versicherungskaufmann

Itzehoer
Versicherungen

Ein Stück mehr Unabhängigkeit

● Itzehoer Unfallpflege

Ohechaussee 113, 22848 Norderstedt
Tel. (040) 30062133, Mobil (0173) 2076572

sordyl@itzehoer-vl.de
www.sordyl.itzehoer-vl.de

... und gut. ✓



Foto von Heinz-Walter Schmatz

AUSNAHME VOM PARKVERBOT FÜR SCHWERBEHINDERTE

Nach der Verwaltungsvorschrift zur Straßenverkehrsordnung (StVO) kann Schwerbehinderten mit außergewöhnlicher Gehbehinderung und Blinden eine Parkerleichterung gewährt werden.

Entscheidend dabei sind die Feststellungen des Landesamtes für soziale Dienste im Schwerbehindertenausweis. Die Merkmale – außergewöhnliche Gehbehinderung – abgekürzt „aG“ oder – blind – „Bl“ müssen im Schwerbehindertenausweis eingetragen sein. Liegt ein Schwerbehindertenausweis mit dem Merkmal „aG“ oder „Bl“ vor, kann bei der örtlich zuständigen Straßenverkehrsbehörde ein Antrag auf Erteilung einer Ausnahmegenehmigung für Parkerleichterungen gestellt werden. Ein Passbild und der Personalausweis sind vorzulegen.

Als Nachweis der Parkberechtigung wird ein bundeseinheitlicher, blauer Ausweis mit dem Symbol eines Rollstuhlfahrers und eine dazugehörige Urkunde ausgegeben. 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, Raum 201

Telefon: 040 53595-201, Frau Schröder

oder 040 53595-299, Frau Hajek

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

Wir bieten Ihnen neben der Betreuten Wohnanlage mit 75 Wohnungen, eine kleine stationäre Wohneinheit mit 14 Plätzen, hier leisten wir auch Kurzzeitpflege.

Ein ambulanter Pflegedienst, Hausnotruf, Hauswirtschaft, Fahrdienste und Urlaubspflege runden das Angebot ab.

Sozialwerk Norderstedt e. V.

Mitglied im Paritätischen Wohlfahrtsverband

Ochsenzoller Straße 85

Eingang: Hermann-Löns-Weg 9, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5237380

Telefax: 040 5237153

E-Mail: info@sozialwerk-norderstedt.de

Internet: www.sozialwerk-norderstedt.de

- Sozialstation Garstedt/Pflegedienst
- Suchtkrankenberatungsstelle
- Psychologische Beratungsstelle
- Vermietung von seniorengerechten Wohnungen
- Seniorentreff Garstedt in der 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 Senioren)

KBA-Einsatzzentrale 24 Std.

Telefon: 0800 8000112 und
040 5239006

MediCounter GmbH

Ohechaussee 169, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 52900 9-25, Telefax: 040 529009-77

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

Seniorenwohnanlage Langenhorn



Betreuung und Pflege in angenehmer Atmosphäre

Bei uns sind Sie nicht allein. Wann immer Sie es wollen, können Sie Gesellschaft haben, an Veranstaltungen und Gruppenaktivitäten teilnehmen und sicher sein, dass wir Sie mit allem versorgen, was Sie brauchen. Bei uns können Sie wieder durchatmen und sich auf die wesentlichen Dinge des Lebens konzentrieren.

Ob Kurzzeitpflege oder zeitlich unbegrenzter Aufenthalt – rufen Sie uns an, wir beraten Sie gern! Auch bei kurzfristigem Bedarf sind wir gern für Sie da.

Seniorenwohnanlage Langenhorn

Grada Jakobs-van Drie, Tel.: 040 537 59 - 2000
langenhorn@vhw-hamburg.de
Dortmunder Straße 19-21 · 22419 Hamburg

Eine Seniorenwohnanlage der
Vereinigten Hamburger Wohnungsbaugenossenschaft e.G.
www.vhw-hamburg.de

vhw wohnen
im alter

Norderstedter Tafel e.V.

Schützenwall 49, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 5252636

Ansprechpartnerin: Frau Steinvorth

E-Mail: info@norderstedter-tafel.de

Internet: www.norderstedter-tafel.de

Katholisches Pfarramt „St. Annen“

Schmuggelstieg 22, 22419 Hamburg

Pfarrbüro:

Telefon: 040 5201650, Telefax: 040 52016511

Bürozeiten:

Montag, Mittwoch, Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch: 18.00 – 19.00 Uhr

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

Katholisches Pfarramt „St. Hedwig“

Pfarrcaritas Gemeindefürsorgedienst

Falkenkamp 2, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5224282, Telefax: 040 5262224

Pfarrbürozeiten: Dienstag bis Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

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 53595-417

Rathaus, Zi. 017

Herr Korehnke, Telefon: 040 53595-152

– Seniorenbeirat –

Sozialverband VdK Hamburg, Ortsverband Norderstedt

zurzeit Kontaktadresse:

VdK Landesverband Hamburg

Hammerbrookstraße 93, 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

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@kk-niendorf.de

Internet: www.freiwilligenforum.de

Bürozeiten: Dienstag: 16.00 – 18.00 Uhr

Donnerstag: 10.00 – 12.30 Uhr

Schuldnerberatung Diakonie

Hilfestellung in Verschuldens- und Überschuldungsfragen
anerkannte Stelle im VerbraucherInsolvenzverfahren

Ochsenzoller Straße 85

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

Telefon: 040 8231572-0

Telefax: 040 8231572-19

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

Ortsverband Harksheide-Süd

Ansprechpartnerin: Frau Nischik

Verbraucherzentrale Schleswig-Holstein e. V. Beratungsstelle Norderstedt

Rathausallee 38, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5238455, Telefax: 040 5282604

E-Mail: norderstedt@verbraucherzentrale-sh.de

Internet: www.verbraucherzentrale-sh.de

Verbraucherschutz für ältere Menschen: Computer und Internet; Telekommunikation; Fit im Alter; Reiserecht; Finanzdienstleistungen; Fallen im Alltag; An der Haustür; Gewinnversprechen, Kaffeefahrten

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
22851 Norderstedt
Telefon: 040 5240389

Polizeistation Norderstedt-Mitte

Rathausallee 78, 22846 Norderstedt
Telefon: 040 5353620
Ansprechpartner für Senioren:
Herr Wohlgehausen, 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

Finanzamt Bad Segeberg

Außenstelle Norderstedt
Europaallee 22, 22850 Norderstedt

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. Wir arbeiten 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 z. B. Altersvorsorge speziell

für Frauen, Mitwirkung in der Bauleitplanung der Stadt, Gewalt gegen Frauen und Männer u.a. 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, in welchem Fall man sich an welche Organisation wenden kann.

Sie erreichen uns wie folgt:

Stadt Norderstedt

– Gleichstellungsstelle –

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 53595-366 Verwaltungsmitarbeiterin
Frau Eckert
- 645 Sozialpädagogische
Mitarbeiterin Frau Schmid
- 367 Gleichstellungsbeauftragte
Frau Meyer

Telefax: 040 53513-383

E-Mail: gleichstellungsstelle@norderstedt.de

Wir 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 des Kreises Segeberg

Beratung und Vermittlung von Hilfen

für ältere Menschen

Rathausallee 50
22846 Norderstedt

Telefon:

040 53595-0

Telefax:

040 53595-641



Dr. med. Gabriele Weihe

FÄ für Allgemeinmedizin
Ärztin für Akupunktur
und Chirotherapie
chinesische Medizin
Schwerpunkt Schmerztherapie
DGS e.V.

Finkenried 43
22844 Norderstedt
Telefon: 040 / 30 85 88 02
g.weihe@wtnet.de
www.akupunktur-norderstedt.de

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



Dr. med. dent.

Sara Maghmumy

Zahnärztin

- Zahnarztpraxis für Ästhetik, Laser und Implantologie
- hochwertiger Zahnersatz
- schmerzlose Behandlung
- Prophylaxe
- Ernährungsberatung
- Zahnfleisch-Behandlung

Marktplatz 1 · 22844 Norderstedt · Tel. (040) 5 25 11 31
Mobil (0170) 900 72 30 · E-Mail: maghmumy@web.de

Keine Zeit, um lange zu suchen?

www.alles-deutschland.de

GESUNDHEIT – PFLEGE – WOHNEN

I. ÄRZTLICHE NOTDIENSTE

Ärztlicher und Augenärztlicher Notdienst

Montag bis Freitag: 19.00 – 08.00 Uhr
Am Wochenende/Feiertage durchgehend von freitags
19.00 bis montags 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 „Post-
leitzahlen“ und vor dem privaten Telefonverzeichnis.

II. 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 5227552.

III. GESUNDHEITSBERATUNG / SELBSTHILFEGRUPPEN

Beratungsstelle für ältere Bürger und ihre Angehörigen im Kreis Segeberg

Heidbergstraße 28, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 52883830

Telefax: 040 52883832

E-Mail: aber@schleswig-holstein.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

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

Ansprechpartner: Herr Mundt

Psychologische Beratungsstelle für Kinder, Jugendliche und Erwachsene im 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

www.sozialwerk-norderstedt.de

Internet: www.sozialwerk-norderstedt.de

Wir bieten Ihnen Erziehungsberatung, Beratung von Kindern und Jugendlichen sowie Paar- und Familienberatungen. Unsere Leistung ist i. d. R. kostenfrei und unterliegt der Schweigepflicht.

Offene Sprechstunde (nicht in den Ferien):

Jeden Mittwoch: 10.00 – 11.00 Uhr
und 16.00 – 17.00 Uhr

Suchtkrankenberatungsstelle im Sozialwerk Norderstedt e. V.

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

Telefon: 040 5237160

Telefax: 040 5237153

„Ich war noch niemals in...“ - dann los!
www.alles-deutschland.de



Ochsenzoller Straße 191

22848 Norderstedt

☎ 040 / 523 99 76

☎ 040 / 528 12 86

Terminvergabe: 8:00 – 19:00 Uhr

www.mangleer-eisfeld.de

Ein Team von 20 qualifizierten, engagierten Mitarbeitern betreut Sie u.a. durch:

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

E-Mail: suchtkrankenberatung@sozialwerk-norderstedt.de

Internet: www.sozialwerk-norderstedt.de

Wir beraten Sie bei Abhängigkeitsproblemen (z. B. Alkohol, Medikamente, Drogen) oder sonstigen Suchtproblematiken (z. B. Spiel- und Kaufsucht, Essstörungen). Angehörige können sich auch an uns wenden. Unsere Leistung ist i. d. R. kostenfrei und unterliegt der Schweigepflicht.

Offene Sprechstunde:

Jeden 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

Alzheimer Gesellschaft Norderstedt-Segeberg e.V.

Heidbergstraße 28, 22846 Norderstedt

E-Mail: 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.

Therapiegruppe Norderstedt

Reit 7 a, 21244 Buchholz

Telefon: 04181 38773 oder 041 8199679

Telefax: 04181 294686

Ansprechpartner: Herr Will

Schlaganfallselbsthilfegruppe

Hamburg-Nord und Norderstedt

Ansprechpartner: Herr Kaven

Kupferteichweg 24, 22399 Hamburg

Telefon: 040 6029676



Kabel-TV

Fernsehen vom Feinsten

Unser Hit: 100 Megabit!



Internet



Telefonie

**Stundenlang und kostenfrei
im wilhelm.tel-Netz
telefonieren**



www.wilhelm-tel.de

kostenlose Info-Hotline: 0800/432 432 4

OMEGA

Begleitung von Schwerstkranken und Sterbenden und deren Angehörigen, Ansprechpartner:

Frau Kaltenthaler Telefon: 040 98765429 oder mobil 0174 2563976
 Frau Ruch Telefon: 040 30852527
 Frau Schlesinger Telefon: 040 5281285
 Herr Schwiers Telefon 040 5253556

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

Mentor - Die etwas andere Unfallversicherung für die Generationen ab 50!

Rundum-Hilfe für die Unterstützung im Alltag, wie Menüservice, Einkäufe, Reinigung der Wohnräume, Hausnotruf, Begleitung bei Arzt- oder Behördengängen und Weiteres ...

Gilt beispielsweise auch bei:

- Oberschenkelhalsbruch durch falsche Bewegung
- Bewusstseinstörung z.B. nach Medikamenteneinnahme

Finanzielle Sicherheit mit einer lebenslangen monatlichen Rente (schon **ab 25% Invalidität**) und einer einmaligen Kapitalauszahlung oder einer Todesfall-Leistung.

Sprechen Sie mit uns, Ihr



Versicherungsbüro Norderstedt
 Hill & Khiri GbR
 Marktplatz 6
 22844 Norderstedt
 Tel. 040 / 32 59 59 50

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

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 an jedem 1. Freitag im Monat um 15.00 Uhr, ab 17.00 Uhr Einzelgespräche und Beratung

Begegnungsstätte Kielortring 51, Norderstedt

Im DRK-Haus für Jüngere:

1. Mittwoch im Monat 19.30 Uhr

Kontakt: DRK Norderstedt

Telefon: 040 5231826

Deutscher Schwerhörigenbund**Ortsverein Norderstedt „Hörkultur“ e. V.**

Geschäftsstelle: Moorbekstraße 76 b
22846 Norderstedt

Ansprechpartnerin: Frau Ute Oswald (1. Vors.)

Telefon: 040 5224351

Telefax: 040 5261501

E-Mail: kontakt@hoerkultur.info

Internet: www.hoerkultur.info

Monatliches Treffen: 2. Mittwoch 19.00 Uhr
im Rathaus Raum K 202, Buslinie 193

Prananda**Rücken- und Yoga-Schule**

Am Kielortplatz 120 a
22850 Norderstedt

Telefon: 040 52610127

Telefax: 040 30858830

E-Mail: yoga-norderstedt@gmx.de

Internet: 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 = Yoyalates

| | |
|---------|-------------------|
| 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 und beraten in allen Lebenslagen.

Sozialstation Garstedt/Pflegedienst**Sozialwerk Norderstedt e. V.**

Ochsenzoller Straße 85

Eingang: Hermann-Löns-Weg 9

22848 Norderstedt

Sprechen Sie mit unserer Pflegedienstleitung:

Telefon: 040 5237598

Telefax: 040 5237153

E-Mail: sozialstation@sozialwerk-norderstedt.de

Internet: www.sozialwerk-norderstedt.de

DRK Sozialstation

Träger: Deutsches Rotes Kreuz

Waldstraße 32

22846 Norderstedt

Telefon: 040 5245055

Telefax: 040 5245956

Ansprechpartnerin:

Schwester Bettina

V. AMBULANTE PFLEGEDIENSTE UND TAGESPFLEGE

Neben den Sozialstationen gibt es zahlreiche private ambulante Pflegedienste, die in Norderstedt tätig sind.

Nähere Auskünfte erhalten Sie über den Arbeitgeberverband Ambulante Pflegedienste in Deutschland,

Ohechaussee 169, 22848 Norderstedt

Ansprechpartner: Herr Vollmer

Telefon: 040 5290030

Telefax: 040 52900399

Pflege Diakonie (Träger: Pflege Diakonie gGmbH)

Kirchenplatz 2 (Gemeindezentrum Falkenberg)

22844 Norderstedt

Telefon: 040 55551555, Telefax: 040 55551557

Ansprechpartnerin: Frau Kurzewitz, Frau Krüger

Mehr als Pflege erfahren. Wir bieten umfangreiche Leistungen rund um die Pflege.

TaP

Tagespflege Poppenbüttel e. V. seit 1992

Tagespflege Norderstedt seit 01.11.2003

Gesamtgeschäftsführung: Herr Janas

Poppenbüttel: Frau Jacht

Telefon: 040 6020493

Norderstedt: Frau Rabanus-Lade

Telefon: 040 94365020

Internet: www.tap-ev.de

Unser Fahrdienst: Behindertengerechte TaP-Busse stehen zu Ihrer Verfügung.



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

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

Therapie-Zentrum

Rezeptleistungen:

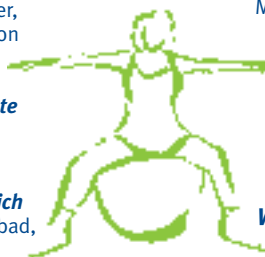
Physiotherapie

z.B. Krankengymnastik, Skoliosebehandlung, Manuelle Therapie

Physikalische Therapie

z. B. Massage, Elektrotherapie, Lymphdrainage, Wärmetherapie

Wir freuen uns auf Sie!



Häuslicher Pflegedienst in Norderstedt

Mehr als Pflege



Wir beraten Sie gern, auch bei Ihnen zu Hause, und sind rund um die Uhr für Sie da:

Telefon 040 / 55 55 15 55

Kirchenplatz 2, 22844 Norderstedt



„apetito zuhaus“ trifft Geschmack der Tischgäste

Privater Menübringdienst bringt Wunschgerichte bis auf den Tisch

„Eine Woche lang habe ich die Menüs des Menübringdienstes von „apetito zuhaus“ getestet. Mein Fazit: Sowohl das Schweinelendchen, die Rinderroulade als auch das Seelachsfilet haben mir sehr gut geschmeckt. „Ich kann nur

für mich sprechen und sagen, ich werde die Menüs und den Service weiterempfehlen“, erzählt Hermann Albers.

Neu ist das Probierangebot von „apetito zuhaus“

Bereits seit 50 Jahren wird bei apetito tagtäglich gekocht und dabei viel Wert auf ausgewählte Zutaten gelegt. Erstmals hält der Menübringdienst ein Probierangebot für all diejenigen bereit, die sich von der Qualität und dem Service von „apetito zuhaus“ überzeugen

möchten. Je nach Wunsch bringt der Menükurier heiße oder tiefkühlfrische Menüs ins Haus. Soll das Essen heiß gebracht werden, steht den Kunden eine wöchentlich wechselnde Speisekarte mit täglich sieben verschiedenen Menüs zur Verfügung. Die Gerichte werden zur Mittagszeit gebracht, auch an Wochenenden und Feiertagen. Alle, die lieber spontan entscheiden, wann und welches Menü sie essen möchten, können aus über 200 tiefkühlfrischen Menüs ihr Lieblingsessen wählen. Zur gewünschten Zeit kann das Essen durch Erhitzen in der Mikrowelle oder im

Backofen zu Ende gekocht werden. Der Menübringdienst „apetito zuhaus“ hält auch ein Angebot für besondere Ernährungssituationen, wie diabetikergeeignete Menüs und Schonkost bereit. Abgerundet wird das Angebot durch Salate, Desserts und Kuchen.



Der private Menübringdienst „apetito zuhaus“ hält ein Probierangebot für seine Tischgäste bereit. (Foto: apetito)

Für eine individuelle Beratung oder eine unverbindliche Menübestellung stehen die freundlichen Mitarbeiterinnen von „apetito zuhaus“ gerne zur Verfügung:

**Montag bis Freitag
8.00 bis 18.00 Uhr
040 - 89 20 00**



**Köstlich frisch
ins Haus gebracht**

Mit allem, was das Herz begehrt:

- Leckere Menüs aus erntefrischen Zutaten
- Zur Mittagszeit ins Haus gebracht
- Auf Wunsch jeden Tag
- Große Menüauswahl in bester Qualität
- Natürlich ohne vertragliche Bindung

www.apetito-zuhaus.de

**Rufen Sie uns an!
040 - 89 20 00**



Mit Liebe gekocht.
Mit Freude gebracht.



VI. KURZZEITPFLEGE

AWO Schleswig-Holstein gGmbH

Servicehaus Norderstedt
In der Großen Heide 44
22846 Norderstedt
Telefon: 040 526847-11

Auf der stationären Pflegestation kann auch Kurzzeitpflege in Anspruch genommen werden, wenn die Pflege zu Hause kurzfristig nicht möglich ist (z. B. bei der Verhinderung der Pflegeperson). Die Finanzierung ist im Rahmen der Pflegeversicherung möglich.

VII. HAUSNOTRUF

Für den Fall, dass Sie befürchten in Situationen zu geraten, in denen Sie dringend Hilfe benötigen, aber das Tele-

fon 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 ggf. möglich.



HAUSNOTRUF



Auf Knopfdruck Hilfe und Service in den eigenen vier Wänden. Rund um die Uhr. 365 Tage im Jahr.

Detaillierte Informationen zu individuell angepassten Bedürfnissen erhalten Sie unter der Telefonnummer 040-52 90 03-0.

www.kba-ev.de

Von Menschen für Menschen!

- Sozialstation/Ambulanter Pflegedienst
Tel.: 040/523 75 98
- Psychologische Beratungsstelle
Tel.: 040/523 73 80
- Seniorengerechte Wohnungen
Tel.: 040/523 73 80
- Suchtkrankenberatungsstelle
Tel.: 040/523 71 60
- Seniorentreff Kirchenstraße

Ochsenzoller Str. 85
Eingang: Hermann-Löns-Weg 9
22848 Norderstedt



info@sozialwerk-norderstedt.de

... seit 1974 vor Ort

Tel.: 040/523 73 80
Fax: 040/523 71 53

www.sozialwerk-norderstedt.de

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

Das Servicehaus der AWO bietet Wohnen mit Service, stationäre Pflege und Kurzzeitpflege.

Das Haus im Park gGmbH

Adlerkamp 5, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 535705-0, Telefax: 040 535705-45

Internet: www.dashausimpark.de

SCHEEL Altenpflegeheim

Spann 2–6, 22848 Norderstedt, Telefon: 040 5231144

E-Mail: info@scheel-aph.de

Internet: www.scheel-aph.de

Ansprechpersonen: Frau Siri Kudelka, Herr Gunnar Löwe

Für alte Menschen aller Pflegestufen.

Pflegefachlicher Schwerpunkt: Demenz

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



Alten- und Pflegeheim
Müller

Telefon: 040 - 5234326

www.altenheim-und-pflegeheim-mueller.de



Telefon: 040 - 5231144

www.scheel-aph.de



Altenpension
„Kornhooper Landhaus“

Telefon: 040 - 5231447

www.altenpension-kornhooper-landhaus.de



Seniorenfamilie Edler

Telefon: 040 - 5234668

www.seniorenfamilie-edler.de

Seniorenwegweiser



Pflegeheim *Haus Doris*

Facheinrichtung für Gerontopsychiatrie
mit Schwerpunkt Demenzerkrankungen

**"Den dementen Menschen so zu akzeptieren wie er ist,
denn er kann sich nicht ändern."**

In unserem Haus leben verwirrte und demente Menschen in einer **häuslichen Gemeinschaft** miteinander. Geprägt von Behaglichkeit und Wärme, menschlicher Nähe, Fürsorge und Würde bietet das "Haus Doris" eine **familiäre Atmosphäre** in Haus und Garten, **vielfältige Beschäftigungs-**



angebote (auch an Wochenenden und Feiertagen), **abwechslungsreiche Freizeitaktivitäten**, **Wellnessprogramme** (z.B. Shozelen, Wellnessbäder, Wohlfühlmassagen) und natürlich eine **fachgerechte Pflege**.

Überzeugen Sie sich von den Vorzügen unserer Facheinrichtung!

Gründungsmitglied der Alzheimergesellschaft Norderstedt e.V.

Breslauer Straße 2 - 24558 Henstedt-Ulzburg - Tel. 04193/53 66 - Fax 04193/968 989

www.haus-doris.de - e-mail: HausDoris@t-online.de

Rosengarten

Norderstedter Alten- und Pflegeheim

Alte Dorfstraße 2

22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231742

Telefax: 040 5282205

E-Mail: verwaltung@rosengarten-norderstedt.de

Internet: www.rosengarten-norderstedt.de

Ansprechpersonen:

Herr Schröder

Frau Domhardt

Alten- und Pflegeheim „Kornhooper Landhaus“

Kornhoop 5

22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231447

Telefax: 040 5283117

E-Mail: info@kornhoop.de

Internet: www.kornhoop.de

Bei uns sind Sie in guten Händen

Hauswirtschaftlicher Hilfsdienst

E. Bierwagen

Seniorenbetreuung • Med. Fußpflege

Glashütter Damm 208
22851 Norderstedt

Tel. 040/52983207



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 hausvegane Küche!



Telefon 0 41 93 / 45 14 oder 75 88 96

Breslauer Straße 6

24558 Henstedt-Ulzburg

www.alten-pflegepension-meyer.de



ERFOLGREICH PREISWERT · LEISTUNGSSTARK

Machen Sie mehr aus Ihrem Geld und profitieren Sie durch unser günstiges Preis-Leistungs-Verhältnis. Bei Übernahme der Pflegekosten durch die Pflegekasse zahlen Sie bei uns monatlich nur

Offene Wohnbereiche:

| | |
|---------------|-------------------|
| Pflegestufe 1 | 1.061,38 € |
| Pflegestufe 2 | 1.125,40 € |
| Pflegestufe 3 | 1.254,72 € |



Gerontopsychiatrische Wohnbereiche:

| | |
|---------------|-------------------|
| Pflegestufe 1 | 1.437,07 € |
| Pflegestufe 2 | 1.522,07 € |
| Pflegestufe 3 | 1.570,48 € |

Seniorenzentrum Donatus

Am Köhlerhof 6–8 · 24576 Bad Bramstedt · Telefon 04192 - 50 70 · Fax 04192 / 50 76 10

Rufen Sie uns an – wir sind für Sie da!

Vorzüge für Jung und Alt: das Vital Park Ensemble

Es wird ruhig und zugleich zentral gelegen, exklusiv und in dieser Form tatsächlich einmalig sein: das geplante Vital Park Ensemble zwischen dem Tarpenbek-Ufer und dem historischen Park am Schmuggelstieg. Im Herbst 2008 erfolgte der Spatenstich für den Bau der vier Parkvillen mit insgesamt 44 Eigentumswohnungen. Konzipiert ist die Anlage absolut barrierefrei.

Darüber hinaus werden älteren Bewohnern die SVS-Karte (Sicherheit-Vorsorge-Service) der Martha Stiftung Hamburg nutzen können. Das Besondere: Neben einer sehr niedrigen Grundpauschale, für die Grundleistungen wie Beratung und Information durch vertraute und qualifizierte Ansprechpersonen erhältlich sind, können weitere vielfältige Dienste in Anspruch genommen werden, die nur nach Aufwand berechnet werden.

Die Grundlage der Arbeit der Martha Stiftung, die vor mehr als 160 Jahren gegründet wurde, ist der christliche Auftrag und ein Menschenbild, das auf die Würde und die Eigenverantwortung des Einzelnen setzt.

Die Kooperation mit der Martha Stiftung kam auf Initiative des Bauträgers des Ensembles, der BIG Bauen + Wohnen GmbH, zustande. Der Bau von Wohnanlagen für Senioren ist ein Schwerpunkt des Kieler Unternehmens.
Text: U. Schwarzburg



Wohnen ist Lebensqualität

Vital-Park-Ensemble

Eigentumswohnungen mit Service-Angebot in Langenhorn

- Barrierefreie ETW mit Aufzug + Tiefgarage
- Geschäfte und U-Bahn zu Fuß erreichbar
- Betreuungs- und Service-Angebot der Martha-Stiftung
- Hochwertige Ausstattung + Niedrig-Energie (KfW 60)
- Sonnige Balkone oder Gartenanteil
- Auch als Kapitalanlage interessant

2 bis 4 Zimmer, schlüsselfertig ab 127.900,- €.
Zahlung erst bei Übergabe, bezugsfertig Ende 2009!

BIG

BIG Bauen + Wohnen GmbH
Eckernförder Straße 212
24119 Kronshagen/Kiel
Tel.: 0431-546 82 56
WWW.BIG-BAU.de

Unser Vertriebspartner
vor Ort:
Dieter H. Warlich
Tel.: 040-604 80 47

mediaprint
WEKA info verlag gmbh

Gute Anzeigen hinterlassen Spuren.

www.alles-deutschland.de

Alten- und Pflegeheim „Haus Hog'n Dor“

Alter Kirchenweg 2
 22844 Norderstedt
 Telefon: 040 521420
 Telefax: 040 52142184
 E-Mail: nrd@haushogndor.de
 Internet: www.haushogndor.de

Seniorenfamilie Edler**Alten- und Pflegeheim**

Ohechaussee 167
 22848 Norderstedt
 Telefon: 040 5234668
 Telefax: 040 5282524
 E-Mail: info@seniorenfamilie-edler.de
 Internet: www.seniorenfamilie-edler.de

Seniorenheim Haus Lütjenmoor

Lütjenmoor 46
 22850 Norderstedt
 Telefon: 040 52106-0
 Telefax: 040 52106-260

Alten- und Pflegeheim**„Haus Ilse“**

Geschlossene gerontopsychiatrische
 Fachpflegeeinrichtung
 Segeberger Chaussee 23
 22850 Norderstedt
 Telefon: 040 5294153
 Schwerpunkt:
 Pflege demenzkranker sowie
 schwerst-pflegebedürftiger Menschen

Alten- und Pflegeheim Müller

Ohechaussee 75, 22848 Norderstedt
 Telefon: 040 5234326
 Telefax: 040 5285964
 E-Mail: aph-mueller@gmx.de
 Internet: www.alten-und-pflegeheim-mueller.de

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
 Internet: www.plambeck.com

„EMMAPLAMBECKHAUS“**Wohnen mit Service**

Marommer Straße 16–22, 22850 Norderstedt
 Ansprechpartnerin: Frau Waible
 Telefon: 040 52302-183
 Telefax: 040 52302-211
 E-Mail: Stefanie.Waible@plambeck.com
 Internet: www.emmaplambeckhaus.de



KULTUR – BILDUNG – FREIZEIT

„IN DER KUNST GENIEßEN DIE MENSCHEN DAS LEBEN“
(BERTOLT BRECHT)

I. KULTURWERK NORDERSTEDT

Das Kulturwerk Norderstedt ist ein städtischer Eigenbetrieb, in dem sich das Kulturbüro, die Musikschule, das Stadtmuseum / Stadtarchiv und die TriBühne Norderstedt zusammengeschlossen haben. Für die Bürgerinnen und Bürger heißt das, dass sie ein attraktives, breites und vielfältiges Kulturangebot aus einer Hand bekommen.

Mehr Informationen unter
www.kulturwerk-norderstedt.de

– KULTURBÜRO

Neben wechselnden Kunstausstellungen in der Galerie am Rathaus und verschiedensten zielgruppenorientierten Kulturveranstaltungen, wie z.B. Kindertheater, finden im Festsaal am Falkenberg, Langenharmer Weg 90, auch Veranstaltungen statt, die sich speziell an 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. Das jährliche **Adventskonzert** stimmt Sie bei Kaffee und Kuchen auf die Weihnachtszeit ein. 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



Foto von Wolfgang Zachan

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.



Foto von Heinz-Walter Schmatz

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 ca. 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 beim:

Kulturwerk Norderstedt – Kulturbüro
Rathausallee 50
Ansprechpartnerin: Frau Richter
Telefon: 040 53595-190
Telefax: 040 53595-609
E-Mail: kultur@norderstedt.de
und im Internet unter www.norderstedt.de

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

– 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 1.900 Kinder, Jugendliche und Erwachsene sind bereits Teilnehmer(innen) der Musikschule. Immer mehr Senioren entdecken, wie viel Spaß es macht, Musik zu

machen und mit anderen zu musizieren. Bei uns 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(innen) und Lehrer-(innen) ihr Können zeigen. Dazu sind alle Bürger(innen) 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

Internet: www.musikschule.norderstedt.de

Ansprechpartner:

Frau Behrmann Telefon: 040 53595-163

Herr George Telefon: 040 53595-164

Telefax: 040 53595-609

Öffnungszeiten:

Mo – Sa ab 16.00 Uhr
Küche ab 17.00 Uhr

Sonntag ab 10 Uhr
Küche 12.00 – 14.00 Uhr
17.00 – 22.00 Uhr

Mittwoch Ruhetag

Hotel und Restaurant

Zur Glashütte

Egon und Marlis Stubbe

Segenberger Chaussee 309 · 22851 Norderstedt

Telefon 040-529866-0 · Telefax 040-529866-35

www.zur-glashuette.de · Email: webmaster@zurglashuette.de

Ein besonderes Vergnügen
bieten wir unseren Gästen in unserem
großen Schwimmbad.



– STADTMUSEUM / STADTARCHIV

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

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**– TRIBÜHNE NORDERSTEDT**

Jörg Peter Hahn Platz 1 (Publikumseingang: Rathauspassage, Rathausallee 50), 22846 Norderstedt

Telefon: 040 30987-234 (Verwaltung)

Telefax: 040 30987-101 (Verwaltung)

E-Mail: info@tribuehne-norderstedt.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 4 Veranstaltungen pro Saison, einem Wahlabonnement mit 4 Veranstaltungen aus allen 5 Abo-Reihen und einem Schnupperabonnement mit 2 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-norderstedt.de.

II. 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 „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.

Kongresse | Tagungen | Messen

**TicketCorner**Rathausallee 50
22846 Norderstedt

Kartenhotline:

Tel.: 040 - 30 987 123

Fax: 040 - 30 987 100

ticketcorner@tribuehne.de

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Do 9-18 Uhr

Fr 9-13 Uhr

TRIBÜHNE*Kongress. Kultur. Norderstedt*Die Geschenkidee für
alle Anlässe:**Eintrittskarten
für die Tribühne**www.tribuehne.de

Theater | Musik | Events | Gastronomie

– STADTBÜCHEREI

Sie haben vielfältige Interessen? Sie möchten Neues kennen lernen oder brauchen eine Information? Lesestoff oder Musik zur Unterhaltung und Entspannung? Und 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 Entleiherung zur Verfügung. Und bei Bedarf gibt es fachkundige Beratung noch dazu! In der Stadtbücherei finden außerdem Veranstaltungen statt, bei denen man z. B. in angenehmer Atmosphäre Literatur und Literaten neu entdecken und gelegentlich auch das eigene Vorlesetalent unter Beweis stellen kann. Für Senioreneinrichtungen besteht die Möglichkeit, Bücher kistenweise für einen längeren Zeitraum auszuleihen. Die Zweigstelle in Garstedt wird von 2009 an ihre Angebote

für die „Generation 50+“ übrigens verstärken – fragen Sie dort bei Interesse einfach gerne nach.

Unsere Adressen und Öffnungszeiten:

Norderstedt-Mitte

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt
Telefon: 040 53595-950, Telefax: 040 53595-969
E-Mail: stb-mitte@norderstedt.de

Garstedt

Europaallee 36, 22850 Norderstedt
Telefon: 040 5231808, Telefax: 040 5285943
E-Mail: stb-garstedt@norderstedt.de

Friedrichsgabe

Pestalozzistraße 1, 22844 Norderstedt
Telefon: 040 5226764, Telefax: 040 5222090
E-Mail: stb-friedrichsgabe@norderstedt.de

Glashütte

Mittelstraße 62, 22851 Norderstedt
Telefon: 040 5240942, Telefax: 040 5242504
E-Mail: stb-glashuette@norderstedt.de

| | Montag | Dienstag | Mittwoch | Donnerstag | Freitag | Samstag |
|-----------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|--------------------------------|---------------|
| Mitte | 11.00 – 19.00 | 11.00 – 19.00 | 13.00 – 19.00 | 11.00 – 19.00 | geschlossen | 10.00 – 14.00 |
| Garstedt | 11.00 – 19.00 | geschlossen | 13.00 – 19.00 | 11.00 – 19.00 | 11.00 – 19.00 | 10.00 – 14.00 |
| Friedrichsgabe | geschlossen | 10.00 – 13.00 14.00 – 18.00 | geschlossen | 10.00 – 13.00 14.00 – 18.00 | 10.00 – 13.00 14.00 – 18.00 | geschlossen |
| Glashütte | 10.00 – 13.00 14.00 – 18.00 | geschlossen | 10.00 – 13.00 14.00 – 18.00 | geschlossen | 10.00 – 13.00 14.00 – 18.00 | geschlossen |



Weitere Informationen über unsere Angebote und die Nutzungsbedingungen sowie unseren Online-Katalog finden Sie in den Büchereien selbstverständlich auch im Internet unter <http://www.buecherei.norderstedt.de>.

– VOLKSHOCHSCHULE

Die VHS Norderstedt ist eine Institution in Sachen „Lebenslanges Lernen“. Sie liegt mitten im Herzen der Stadt, unmittelbar an der Haltestelle Norderstedt-Mitte (U1/A2). Mit jährlich über 1.400 Kursen, 27 Mitarbeitern und über 300 Dozenten ist sie die drittgrößte VHS in Schleswig-Holstein und erste Anlaufstelle für Weiterbildungshungrige in Norderstedt. Die Kurse werden in allen Stadtteilen durchgeführt.

In altersgemischten Gruppen oder speziell für Senioren:

In den meisten Kursen lernen alte und junge Leute gemeinsam. Die Altersspanne reicht von 5 bis über 90 Jahre. Die VHS möchte die Generationen zusammenbringen. Zusätzlich werden jedoch auch zielgruppenspezifische Angebote u. a. für die „Generation 50plus“ angeboten.

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 „mit Muße“, Ausgleichsgymnastik für Ältere, PC-Kurse für 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

Internet: www.vhs-norderstedt.de

Öffnungszeiten des VHS-Centers:

Montag, Dienstag, Donnerstag: 09.00 – 18.00 Uhr

Freitag: 09.00 – 13.00 Uhr

III. FEUERWEHRMUSEUM SCHLESWIG-HOLSTEIN

Das Feuerwehrmuseum Schleswig-Holstein bietet Senioren vielfältige Möglichkeiten einer ehrenamtlichen Tätigkeit.

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@wtinet.de
 Internet: www.feuerwehrmuseum-sh.de

IV. AUF KULTURELLEM GEBIET tätige Vereine / Institutionen

Kulturstiftung Norderstedt

Die Kulturstiftung Norderstedt möchte dazu beitragen, 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 Musiktheaterinszenierungen wie

- Orpheus in der Unterwelt (2003)
- Show-Boat (2006) und
- Sugar – Manche mögens heiß (2008)

wären ohne die Unterstützung der Kulturstiftung nicht realisierbar gewesen. Sie können die Arbeit der Kultur-

stiftung unterstützen, indem Sie Fördermitglied werden, auch Spenden und Zustiftungen sind herzlich willkommen. Unserer verstorbenen Stadtpräsidentin Charlotte Paschen lag die Förderung junger MusikerInnen besonders am Herzen. Ihr sehnlichster Wunsch war es, hierfür einen dauerhaften Förderpreis zu schaffen. Die Familie bat deshalb anlässlich der Trauerfeierlichkeiten um Geldspenden. Aus den eingegangenen 17.000,- € konnte der „Charlotte-Paschen-Musikpreis“ geschaffen werden, der 2008 erstmalig vergeben wurde. Das Preisgeld beträgt 1.500,- €, der Preis wird alle zwei Jahre für Einzelpersonen oder Ensembles aus Norderstedt für besondere Verdienste im Bereich „Musik/ Musiktheater“ ausgeschrieben. In den Jahren, in denen der Preis nicht vergeben wird, plant die Familie Paschen ein **Benefiz-Konzert**. Durch die Aufstockung des Kapitalsockels, der durch die Kulturstiftung treuhänderisch verwaltet wird, soll auch die musikalische Breitenarbeit verstärkt gefördert werden. Die Familie Paschen bittet daher um Zustiftungen auf das Konto der Kulturstiftung Norderstedt (Stichwort: Charlotte Paschen).

Geschäftsstelle der Kulturstiftung Norderstedt
 c/o Musikschule Norderstedt

Ansprechpartner: Rüdiger George

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 53595164, Telefax: 040 53595609

E-Mail: ruediger.george@norderstedt.de

Konto der Kulturstiftung: Norderstedter Bank

Kto.- Nr. 1108000

BLZ 200 691 11

Anmerkung: Zuwendungen an die Kulturstiftung Norderstedt sind steuerlich absetzbar.



Foto von Wolfgang Zachau

Heimatbund

Der Heimatbund bietet für Senioren geeignete heimatkundliche Besichtigungsfahrten und Veranstaltungen.

Auskünfte erhalten Sie bei

Herrn Reimann

Telefon: 040 5255786

Frau Wagenführ

Telefon: 040 5223506

Stichling Norderstedt e. V. – Aquaristik mit Spaß

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

Poppenbütteler Straße 256, 22851 Norderstedt

Ansprechpartner: Herr Günter Lang

Telefon: 040 5292626

E-Mail: g-lang-norderstedt@t-online.de

Chaverim – Freundschaft mit Israel e.V.

Ansprechpartnerin:

Frau Heike Linde-Lembke (1. Vorsitzende)

Ulzburger Straße 14, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 5240362, Mobil: 0171 6980946

E-Mail: HeikeLinde@wtnet.de

Internet: www.chaverim-norderstedt.de

Chorgemeinschaft „Alster-Nord“

Ansprechpartner: Herr Richard Birk

a. Männerchöre Norderstedt, Tangstedt, Quickborn

b. „De Steertpogg Sängers“ plattdeutsche Gruppe

Große Lohe, 24558 Henstedt-Ulzburg

Telefon: 04193 5384

Angebot:

Treffen für musikalisch interessierte Männer und Frauen auch ohne Notenkenntnisse nach Vereinbarung.

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

Internet: www.fossilienjaeger.de

Angebote:

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

Norderstedter Filmwerkstatt

Ansprechpartner: Herr Hans-Joachim Grieser

Bargweg 38

22850 Norderstedt

Telefon: 040 5245675

E-Mail: grieserhajo@t-online.de

Internet: www.norderstedter-filmwerkstatt.de

Tank's Theater Norderstedt e. V.

Pestalozzistraße 4, 22844 Norderstedt

Ansprechpartner: Herr Norbert Tank

Telefon: 0172 4144151

Norderstedter Amateur-Theater von 1947 e. V.

Ansprechpartnerin: Frau Wermke

Telefon: 040 5206961

E-Mail: a.wermke@norderstedter-amateur-theater.de

Internet: www.norderstedter-amateur-theater.de

Norderstedter Kabarett „Die Thespisnarren“ e. V.

Ansprechpartner: Herr Lorenzen-Schmidt

Schmiedegang 6, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5235603

Telefax: 040 5235603

E-Mail: info@thespisnarren.de

Internet: www.thespisnarren.de

MALIMU Kulturverein e. V.

Ansprechpartner: Herr Krohn

Am Kielortplatz 6, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 52950265

E-Mail: rolfkrohn@wtnet.de

Internet: www.malimu.de

Förderverein Feuerwehrmuseum

„Hof Lüdemann“ e. V.

Ansprechpartner: Herr Dr. Hajo Brandenburg

Friedrichsgaber Weg 290, 22846 Norderstedt

Telefon: 040 5256742

Telefax: 040 5256540

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

Ansprechpartner: Herr Flor

Telefon: 040 5264868

E-Mail: hjsflor@wtnet.de

Eine Welt für Alle e. V.

c/o Weltladen

Rathausallee 44, 22846 Norderstedt

Ansprechpartner: Herr Maletzke

Telefon: 040 53531022

Telefax: 040 53531023

Homepage: info@ewfa.de

Bildungsarbeit: Frau von Biela

E-Mail: fairfirm@googlemail.com

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

Ansprechpartner: Herr Rempfer

Scharpenmoor 46, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5237144

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

Repertoire von Klassik bis Pop in allen 4 Stimmlagen.

Damen mit Chorerfahrung sind herzlich willkommen.

Norderstedter Männerchorgemeinschaft

Ansprechpartner: Herr Meyer

Telefon: 040 6071762

Twinkle Stars Norderstedt e. V.

Ansprechpartner: Herr Schudlig

Telefon: 040 55550155

Internet: www.tsn-corpor.de

Musikverein Norderstedt e.V.*Ansprechpartner:* Herr Jens Becker

Telefon: 040 32595354

Internet: www.mvnorderstedt.de**TuRa Harksheide e. V. – Spielmannszug**

c/o Geschäftsstelle TuRa Harksheide

Ansprechpartnerin: Frau Blunk

Telefon: 040 5252118

Parforcehorn Corps Norderstedt e. V.*Ansprechpartner:* Herr Löffka

Telefon: 04191 2586

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

Postfach 73 12, 22832 Norderstedt

Ansprechpartnerin: Frau Pleić

Telefon: 040 5227607

Türkisch-Deutscher**Freundschafts- und Kulturverein****Norderstedt und Umgebung e. V.***Ansprechpartnerin:* Frau Yesilkaya Belma

Telefon: 0163 9144431

Volkssternwarte Norderstedt e. V.*Ansprechpartner:* Herr Vollbrecht

Telefon: 04193 892663

Neues Theater Norderstedt e. V.*Ansprechpartnerin:* Frau Kuhlmann

Brahmsweg 12, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5233793, Telefax: 040 52883682

Kreative Senioren, die uns beim Bühnenbau, Malen, Basteln und Kostümnähen helfen können, sind herzlich willkommen. NTN-Mitgliedsbeitrag: 36,00 € im Jahr.

**Theater Pur – Junges Theater
Norderstedt e. V.***Ansprechpartner:* Herr Scharbert

Telefon: 040 5257869

Kunstkreis Norderstedt e. V.*Ansprechpartnerin:* Frau Dippe

Telefon: 040 5239919

Internet: www.kunstkreis-norderstedt.de**Schleswig-Holsteinische
Universitätsgesellschaft
Kiel, Sektion Norderstedt***Ansprechpartner:* Herr Dr. Dilcher

Telefon: 040 5256157

The Friendship Force of Norderstedt e. V.E-Mail: info@Friendshipforcenorderstedt.de**Gesellschaft zur Förderung der Beziehungen
zwischen der Bundesrepublik Deutschland und
den Nachfolgestaaten der UdSSR***Ansprechpartner:* Herr Dr. Mader

Telefon: 040 5246699

**Freunde von Kohtla-Järve
und Johvi und Umgebung e. V.***Ansprechpartnerin:* Frau Bankonin

Telefon/Fax: 040 5221307

Norderstedt pro Maromme e.V.*Ansprechpartner:* Herr Ilschner

Telefon: 040 5223468

E-Mail: norderstedt-pro-maromme@web.de**SCCN – Senioren-Computer-Club Norderstedt e. V.**

In den Räumen VU 5 und VU 6 im Rathaus

Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Freitag: 14.00 – 17.00 Uhr

Frauencomputerschule adasoft e. V.

Segeberger Chaussee 36, 22850 Norderstedt

Telefon: 040 5239831

E-Mail: fcx@adasoft.deInternet: www.adasoft.de

Öffnungszeiten:

Mittwoch: 15.00 – 17.00 Uhr

Für Seniorinnen und Senioren mit und ohne PC-Vorkenntnisse

Angebot: Sie erhalten Antwort auf alle Fragen sowie praktische und technische Hilfe

- zur Bedienung eines PCs
- zu den gängigen Programmen von Microsoft Office, Open Office
- zu Internet-Anwendungen
- zum E-Mail-Versand
- zur Bildbearbeitung
- zum Einlesen von Fotos über Card-Reader oder Scanner
- zur Hardware einschließlich Einbau neuer Komponenten

Eigene Notebooks können mitgebracht werden (eigene PCs bei technischen Problemen nach vorheriger Abspra-

che). Zu verschiedenen Themen finden Sonderveranstaltungen (Workshops) statt. Sie werden persönlich von ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuern beraten und unterstützt.

PC@fe**Frauen und Senioren Norderstedt**

Betreiber: DRK Ortsverein Norderstedt

Begegnungsstätte Haus Kielort

Kielortring 51, 22850 Norderstedt

Telefon: DRK: 040 5231826

E-Mail: pcafe@wt.net.deInternet: www.PCafe-Norderstedt.de

Öffnungszeiten:

| | |
|-------------|---|
| Montag: | 09.30 – 12.30 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr |
| Dienstag: | 09.30 – 12.30 Uhr und 15.00 – 18.00 Uhr nur für Frauen |
| Donnerstag: | 09.30 – 12.30 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr und 18.00 – 21.00 Uhr |

Sie haben die Möglichkeit, unterstützt von ehrenamtlichen Betreuerinnen und 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“ angeboten mit kurzer Information zu einer Anwendung. Außerdem besteht bis 17.00 Uhr die Möglichkeit der kostenlosen Kinderbetreuung im Haus durch das Mütterzentrum.

V. ANGEBOTE DER FREIEN WOHLFAHRTSVERBÄNDE

Seniorentreff Glockenheide 42, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 5231826

- Kartenspielen
Montag + Freitag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Schach für Senioren
Dienstag: 10.00 – 11.30 Uhr
- Mundharmonika
Mittwoch: 10.00 – 12.00 Uhr
- Gymnastik für Frauen
Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Großer Kaffeenachmittag/Spiele
4. Donnerstag im Monat: 14.00 – 16.30 Uhr
- Aussiedler-Treff
2. Samstag im Monat: ab 16.00 Uhr
- Show-Tanzgruppe
Montag 19.30 – 21.30 Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Linning

Telefon: 040 30980698

DRK-Haus

Ochsenzoller Straße 124, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231826

Telefax: 040 5283302

E-Mail: 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
16.00 – 16.45 Uhr
18.00 – 18.45 Uhr
Mittwoch: 09.00 – 09.45 Uhr
10.00 – 10.45 Uhr
- Tanzen
Dienstag 09.00 – 11.00 Uhr
Mittwoch 11.00 – 13.00 Uhr

AKTIV SEIN !

Kursangebote
für kleines Geld

Auszug aus unserem Kursprogramm:

- **Training für Ihre „Grauen Zellen“**
Bleiben Sie im Kopf aktiv
- **Mobilität durch Hockergymnastik**
Freude an der aktiven Bewegung – so wie man mag



Ergotherapie
Logopädie
Physiotherapie



Weitere Kursangebote finden Sie in unserem
Jahresprogramm für jung und alt (bei uns erhältlich)

Therapiezentrum Baumgarten • Rathausallee 33 • 22846 Norderstedt
Mail: info@tz-norderstedt.de • www.therapiezentrum-norderstedt.de • Tel.: 040 - 52 17 73 2

Seniorenwegweiser

- Yoga
Donnerstag: 13.30 – 15.00 Uhr
15.15 – 16.45 Uhr

PRANA

∞ **Schule für YOGA & Meditation** ∞

Anfänger und Fortgeschrittene üben zusammen

YOGA hält jung und gibt Schwung

Info: 040-529 19 92 Programm per mail: ane@koenigsbaum.de

YOGA hält jung und gibt Schwung · Dienstags 19.00 – 20.30 Uhr

- Englisch
Mittwoch ab 11.00 Uhr
- Gedächtnistraining
Freitag: 09.00 – 10.45 Uhr
11.00 – 12.45 Uhr
- Denken & Bewegen
Donnerstag: 09.00 – 10.45 Uhr
11.00 – 12.45 Uhr
- Aussiedlerangelegenheiten
2. + 4. Donnerstag im Monat 15.00 – 17.00 Uhr
- Kleiderkammer
Annahme: siehe Bürozeiten
Ausgabe:
Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr
und 15.00 – 17.00 Uhr
- Eltern- & Kindkuren (Beratung)
Donnerstag: 09.30 – 11.30 Uhr
nachmittags nach Vereinbarung
- Rad fahren hält fit!
Mittwoch: ab 09.00 Uhr
- OMEGA – Sterbebegleitung
2. Mittwoch im Monat: 18.30 Uhr

- Trauergruppe
Donnerstag: 19.00 Uhr
- Gesprächskreis nach Krebs für junge Frauen
1. Mittwoch im Monat: 19.30 – 21.30 Uhr
- Kreativgruppe Termine im Büro erfragen
- Erinnerungswerkstatt
2. Dienstag im Monat: 10.00 – 12.00 Uhr
- Die Norderstedter Hörzeitung
Auflesung Montag: 09.30 – 11.30 Uhr
- Handy-Workshop für Senioren
Termine im Büro erfragen

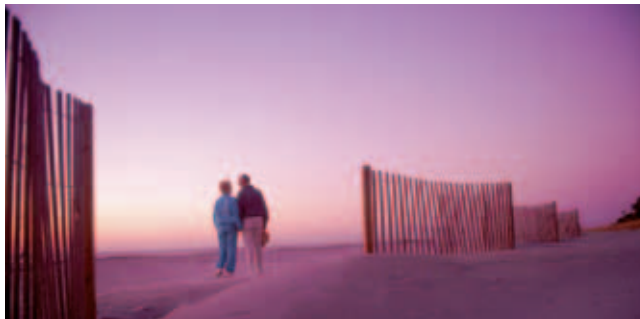
Haus Kielort

Kielortring 51
22850 Norderstedt
Telefon: 040 5231826

- Osteoporose-Selbsthilfegruppen:
Dienstag: 11.00 – 11.45 Uhr
- Fit zum Atmen
Freitag: 09.00 – 10.30 Uhr
- Rückenschule
Freitag: 09.00 – 10.30 Uhr
- Seniorengymnastik
Donnerstag: 09.00 – 10.00 Uhr
10.00 – 11.00 Uhr
- Taijiquan (Entspannung für Körper, Geist und Seele)
Dienstag: 09.15 – 10.45 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 I (**) Dienstag alle 2 Wochen | 15.00 Uhr | • Köche vorm Gericht Männer kochen & genießen | |
| • Kreativkreis für Jung und Alt Montag | 09.00 – 12.00 Uhr | 1. + 3. Montag im Monat | 18.00 Uhr |
| • Diabetiker-Selbsthilfegruppe Dienstag alle 2 Wochen *) | 14.30 Uhr | 1. Mittwoch im Monat | 18.00 Uhr |
| • Asbestose-Selbsthilfegruppe 1. Freitag im Monat | 18.00 Uhr | Frauen kochen & genießen | |
| • Bastelgruppe (**) Mittwochs alle 2 Wochen | 09.30 Uhr | 2. Mittwoch im Monat | 18.00 Uhr |
| • Treff zum Kaffeetrinken *) Donnerstag alle 2 Wochen | 15.00 Uhr | • Gesprächskreis nach Krebs 1. Freitag im Monat | 15.00 Uhr |
| • Volkstanzgruppe (**) Montag alle 2 Wochen | 15.00 Uhr | ab 17.00 Uhr Einzelgespräche möglich | |
| • Seniorengruppe Donnerstags alle 2 Wochen (**) sowie 1. und 3. Sonntag im Monat | 14.00 Uhr | • Nordic Walking Donnerstag: | 17.00 Uhr |
| • Yoga Mittwoch: | 12.45 – 14.15 Uhr | • PCafé für Frauen und Senioren Montag und Dienstag: | 09.30 – 12.30 Uhr 15.00 – 18.00 Uhr |
| • Spielgruppe Mittwoch: | 15.00 – 18.00 Uhr | Donnerstag: | 09.30 – 12.30 Uhr 15.00 – 21.00 Uhr |
| | | Dienstag nur für Frauen! | |
| | | *) gerade Wochen **) ungerade Wochen | |
| | | Laptop-Service | |
| | | Donnerstag: | 18.00 Uhr |



Ihr Reisebüro

für alle Flugreisen, Bus-
und Kreuzfahrten weltweit!
Deutsche Bahn Agentur!



Sie machen Urlaub, wir den Rest!

ATLASREISEN
im Herold Center
22850 Norderstedt
Tel.: 040 / 528 755 10
norderstedt.13307@atlasreisen.de
www.ATLASREISEN.de
Wir beraten Sie gerne persönlich!



Thema des Monats

(Auskunft und Anmeldung im DRK-Büro)

Telefon: 040 5231826

Sozialwerk Norderstedt e. V.

Seniorentreff Garstedt

Kirchenstraße 53, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5236753

Internet: www.sozialwerk-norderstedt.de

- Qi Gong/2 Gruppen
Jeden Montag: 10.45 – 13.00 Uhr
- Gesprächskreis
Jeden 4. Montag 14.30 – 17.30 Uhr
- Bunter Nachmittag
Jeden 2. Dienstag 14.30 – 17.30 Uhr
- Seniorengymnastik
Jeden Mittwoch 10.00 – 11.30 Uhr
- Bingo
Jeden 4. Freitag 14.30 – 17.30 Uhr

Nähere 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
Jeden Montag + Freitag: 13.00 – 17.00 Uhr
- Handarbeitsgruppe
Jeden Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Großer Kreis Friedrichsgabe
Jeden 3. Mittwoch: 14.00 – 17.00 Uhr
- Handarbeitsgruppe
Jeden 2. Donnerstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Wandergruppe
Jeden letzten Dienstag: 14.30 – 16.30 Uhr
(Planbesprechung)
- 3 Senioren-Wandergruppen
Jeden Dienstag – außer am Wandertrefftag –
Treffpunkt: U Norderstedt-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
Jeden Montag: 14.00 – 17.00 Uhr

- Großer Kreis Glashütte
Jeden 1. Mittwoch: 14.00 – 17.30 Uhr
- Spiel- und Kartenklub
Jeden Donnerstag: 13.30 – 17.30 Uhr
- Seniorengymnastik
Jeden Freitag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Schachklub
Jeden 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: 14.00 – 17.00 Uhr
- Seniorenklub „Frohsinn“
Jeden 2. + 4. Donnerstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Sonntagsklub
Jeden 4. Sonntag: 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
Jeden Dienstag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Spielkreis
Jeden 1. und 3. Samstag:
und letzten Sonntag: 14.00 – 17.00 Uhr
- Spielclub Gute Laune/Bridgeclub
Jeden Mittwoch: 18.00 – 21.30 Uhr
Jeden Donnerstag: 18.30 – 22.00 Uhr

- Seniorengymnastik
1. Gruppe jeden Montag: 09.30 – 10.30 Uhr
2. Gruppe jeden Montag: 10.30 – 11.30 Uhr
- Nähere Informationen erteilt die Geschäftsstelle unter
Telefon: 040 526847-0

VI. ANGEBOTE DER KIRCHENGEMEINDEN

Paul-Gerhardt-Kirche

Altes Buckhörner Moor 16–18, 22846 Norderstedt
Telefon: 040 5252482

- Montagsgesprächskreis
Am 2. und 4. Montag
im Monat: 15.00 – 17.00 Uhr
- Zeitungsclub
Am 1. Montag im Monat 10.00 – 12.00 Uhr
- Wi snackt platt
An 3. Montag, Klock 3 (von Oktober bis April)
Ansprechpartner: Herr Viebrock
- Nachmittag für ältere Gemeindemitglieder
(Seniorenkreis)
Jeden Mittwoch: 15.00 – 17.00 Uhr
Ansprechpartner: Herr Viebrock
- Bastelgruppe
Am 1. und 3. Mittwoch
im Monat, jeweils um 09.30 Uhr
Ansprechpartnerin: Frau Lang
- Mittwochsclub
(Für aufgeschlossene Frauen
im Alter von 50+)
Jeden 1. Mittwoch im Monat 15.00 – 17.00 Uhr
Ansprechpartnerin: Frau Beyer

Seniorenwegweiser

Evangelisch-lutherische Kirchengemeinde Harksheide

Kirchenplatz 2, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 500910-0

Regelmäßige Angebote und Gruppen für Erwachsene.

Biblischer Gesprächskreis

Dienstag nach Absprache

Pastor Jens Meiforth

Telefon: 04121 579533

19.30 – 22.00 Uhr

ASH

Hinweis zu den Ortsangaben**ASH:** Albert-Schweitzer-Haus/Albert-Schweitzer-Kirche

Schulweg 30

FAL K: Kirchliches Zentrum am

Falkenberg/Falkenbergkirche, Kirchenplatz 1

Kirchencafé Falkenberg

Montag – Donnerstag 10.00 – 17.00 Uhr

Freitag 10.00 – 15.00 Uhr

Leitung: Frau Annelie Urbach

Telefon: 040 50091026 FAL K

Bibel – Kirche – Glaube**Was heißt eigentlich „Halleluja“?****Gottesdienstgruppe**

Termin auf Anfrage

Pastorin Christina Duncker

Telefon: 040 500910-30 FAL K

Bibelkreis für Erwachsene

Mittwoch 10.00 – 11.30 Uhr

Herr Klaus Schulze

Telefon: 040 5253471 FAL K

Erwachsenenforum – Glaube im Gespräch

1. Mittwoch im Monat 19.30 – 22.00 Uhr

Pastorin Christina Duncker

Telefon: 040 500910-30 FAL K

Gespräche zu Themen

Frauenkreis für Seniorinnen

1. und 3. Montag im Monat

Frau Gertrud Arn

Telefon: 040 55448911

15.00 – 17.00 Uhr

FAL K

Gesprächskreis für Erwachsene

3. Dienstag im Monat

Herr Peter Arndt

Telefon: 040 5253523

Frau Frauke Manzke

Telefon: 040 52110886

19.00 – 21.00 Uhr

FAL K

Lebenserfahrungen gestern und heute

2. und 4. Donnerstag im Monat

Frau Erna Kittelmann

Telefon: 040 5282935

14.30 – 16.30 Uhr

FAL K

Oase – Ein Abend für Frauen

2. Donnerstag im Monat

Pastorin Christina Duncker

Telefon: 040 500910-30

20.00 – 22.00 Uhr

ASH

Seniorentreff

Donnerstag

Frau Brigitte Maaß

Telefon: 040 5253154

15.00 – 17.00 Uhr

ASH



Der Freitags-Treff

Freitags: November bis März 14.00 – 16.00 Uhr
 sonst 15.00 – 17.00 Uhr
 Pastorin Christina Duncker
 Telefon: 040 500910-30 FAL K
 und Arbeitskreis Seniorenarbeit

Literatur – Kunst – Theater

Schreibwerkstatt Falkenberg

Gruppe 1: Treffen nach Absprache
 Gruppe 2: Treffen nach Absprache
 Gruppe 3: Treffen nach Absprache
 Frau Ingrid Ansorge
 Telefon: 040 5251331 FAL K

Handarbeiten und Basteln

Workshop Malen, Basteln und Werken

Dienstag 09.30 – 12.00 Uhr
 Frau Angelika Klenke
 Telefon: 040 53008888 FAL K

Töpfergruppe

Mittwoch 19.00 – 22.00 Uhr
 Herr Friedel Sahlmann
 Telefon: 040 5223547 ASH

Frauenkreis

Mittwoch 10.00 – 12.00 Uhr
 Frau Karin Retzlaff
 Telefon: 040 5223556 ASH

Musik

Flötenkreis
 Montag 10.30 – 12.30 Uhr
 Frau Ingeborg Meyer
 Telefon: 040 5221819 ASH
 Senior(inn)en-Singkreis
 2. und 4. Montag im Monat 15.00 – 16.00 Uhr
 Kirchenmusiker Werner Sagner
 Telefon: 040 5009100 FAL K

Kantorei / Ökumenische Chorgemeinschaft

Albert-Schweitzer/St. Hedwig
 Dienstag 20.00 – 21.30 Uhr
 Kirchenmusiker Werner Sagner
 Telefon: 040 5009100
 oder St. Hedwig, Falkenkamp 2
 abwechselnd ASH

Kantorei / Chor Falkenberg

Donnerstag 19.45 – 21.15 Uhr
 Kirchenmusiker Werner Sagner
 Telefon: 040 5009100

Seniorenwegweiser

Elternchor

Freitag nach Absprache 17.30 – 20.00 Uhr
 Bitte erfragen Sie die nächsten Termine bei
 Kirchenmusiker Werner Sagner
 Telefon: 040 5009100 ASH

Bewegung – Natur – Tanz

Senior(inn)en-Gymnastik
 Gruppe 1: Montag 09.00 – 10.00 Uhr
 Frau Birgit Gagelmann
 Telefon: 040 86662707 FAL K
 Gruppe 2: Montag 14.00 – 15.00 Uhr
 Frau Gabriele Rath
 Telefon: 040 5217525 FAL K
 Gruppe 3: Mittwoch 14.00 – 15.00 Uhr
 Frau Gabriele Rath
 Telefon: 040 5217525 FAL K

Norderstedt und Umgebung entdecken

Fahrradtouren Termin auf Anfrage
 Frau Thea Hübner
 Telefon: 040 5253266
 Herr Heinz Höhne
 Telefon: 040 5252914
 Frau Christa Quade
 Telefon: 040 5261941
 Frau Rita 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 Gabriele Rath, Telefon: 040 5217525 FAL K

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

Mittwoch 15.00 – 17.00 Uhr
 Herr Peter Heitmann
 Telefon: 040 5261694 FAL K

Kniffeln, Halma, „Mensch, ärgere dich nicht!“ und andere Spiele

2. Mittwoch im Monat 15.00 – 17.00 Uhr
 Frau Inge Krech
 Telefon: 040 5251177 FAL K

Spielenachmittag für Senior(inn)en

Dienstag 15.00 – 17.00 Uhr
 Frau Anke Armbrust
 Frau Irmgard Schulz
 Telefon: 040 5262513 FAL K

Seniorentagesstätte

Offener Betrieb
 Montag bis Freitag 14.00 – 17.00 Uhr
 Pastorin Christina Duncker
 Telefon: 040 500910-30
 und Arbeitskreis Seniorenarbeit FAL K

Angebote in der Seniorentagesstätte

- Bibelgesprächsnachmittage
- Frauenkreis für Seniorinnen
- Lebenserfahrungen gestern und heute
- Der „Freitags-Treff“
- Senior(inn)en – Singkreis
- Senior(inn)en Gymnastik

– Skattreffen und Rommégruppe
 – Spielenachmittag
 – Kniffeln, Halma und andere Spiele
 Termine siehe zu den jeweiligen Angeboten
 Pastorin Christina Duncker
 Telefon: 040 500910-30

ASH

Ökumene und Partnerschaften

Tansania-Kreis

Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine bei
 Frau Heide Rohardt
 Telefon: 04193 6714
 Frau Anke Reich, Telefon: 040 5225129

ASH

Eine Hand voll Reis

Ökumenische Initiative für Eine Welt
 Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine bei
 Frau Renate Waller, Telefon: 040 541693

FAL K

Mondfrauen – Internationale Frauengruppe

Bitte erfragen Sie die aktuellen Termine bei
 Frau Ulrike Mahncke-Bernard
 Telefon: 040 5227842
 Frau Gisela Nuguid, Telefon: 040 5262688

ASH

Begleitung und Hilfe Besuchen und Begleiten

2. Montag im Monat 19.00 – 20.30 Uhr
 Pastorin Christina Duncker
 Telefon: 040 500910-30
 Frau Monika Redeker
 Telefon: 040 5221282

ASH

Geburtstagsbesucherkreis

Vorletzter Mittwoch im Monat 19.00 – 20.30 Uhr
 Pastorin Christina Duncker
 Telefon: 040 500910-30
 Ane Friedemann
 Telefon: 040 52630651

ASH

Evangelisch-lutherische

Christus-Kirchengemeinde Garstedt

Kirchenstraße 12, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5231715

Ansprechpartner:

Herr Pastor Lorenz

Telefon: 040 5231929

Frau Pastorin Hector

Telefon: 040 94365432

- Englisch

Montag: 09.30 – 11.00 Uhr

- Basteln

Jeden 2. und 4. Montag: 15.00 – 16.30 Uhr



Foto von Wolfgang Zachau

Seniorenwegweiser →

- Bibellesekreis
Dienstag: 09.30 – 11.30 Uhr
- Gesellige Tänze
Dienstag: 09.45 – 12.00 Uhr
- Gesprächskreis für Frauen
2. und 4. Dienstag: 19.30 Uhr
- Tanzkreis
Mittwoch: 10.30 – 12.30 Uhr

Ev.-luth. Kirchengemeinde Schalom

Kirchenbüro

Telefon: 040 94366680/81/90, Vicelin

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. und 4. Donnerstag: 10.00 – 11.00 Uhr
Telefon: 040 94366682
Frau Brigitte Engelschall
- Seniorennachmittag
Jeden 1. Mittwoch: 15.00 Uhr
Ansprechpartnerin: Frau Grigoleit-Wolter
Telefon: 040 52983716

Evangelisch-lutherische 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
- Mittagstisch
Dienstag: 12.00 Uhr
Gemeindehaus, Bahnhofstraße 77
22844 Norderstedt
Anmeldung erbeten!

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

- „Thomaskreis – Senioren“:
Andacht, Gespräch, Kaffee, Lebens-Geschichten,
Ausflüge
Jeden 1. und 3. Dienstag: 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: 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, Mittwoch, Freitag: 09.00 – 12.00 Uhr

Mittwoch: 18.00 – 19.00 Uhr

- Frauen, Mütter und Senioren

Jeden 1. Mittwoch: 09.00 Uhr hl. Messe

anschließend Frühstück

Bei Interesse bitte im Pfarrbüro melden.

- Kaffee- und Vortragsrunde für Senioren

Jeden 3. Montag: 14.30 Uhr hl. Messe

dann Gemütliches Beisammensein

Bei Interesse bitte im Pfarrbüro melden.

Ansprechpartnerin: Frau Scheidler

Telefon: 040 5276924

Frau Wester

Telefon: 04101 26128

- Bastelkreis für den Missionsbasar

Montag: 09.00 – 11.30 Uhr

Ansprechpartnerin: Frau Heinelt

Telefon: 040 20970978

- Gruppe 50 Plus

Jeden 1. Mittwoch: 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: 15.00 Uhr

Angebot: Basteln, Ausfahrten, Vorträge,

Klönnsnack, Kaffeetrinken, Gesprächen

Bitte wenden Sie sich an das Pfarrbüro,

Telefonnummer und Sprechzeiten wie

oben angegeben.

Neuapostolische Kirche

Gemeinde Norderstedt

Spreenweg 3 a, 22844 Norderstedt

Seniorenkreis

Jeden 2. Dienstag/Monat 15.30 – 17.30 Uhr

Ansprechpartner: Herr Willcke

Telefon: 040 5217621

VII. ANGEBOTE DER SPORTVEREINE

Bridgeclub Norderstedt

Ansprechpartnerin: Frau Kruse
 Wacholderweg 1, 22889 Tangstedt
 Telefon: 04109 9363
 E-Mail: 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

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 Seniorinnen und Senioren
 Donnerstag: 10.00 – 10.45 Uhr
 Heiner Fischer Sportlerheim, Lawaetzstraße 8
- Sportabzeichen für alle Altersgruppen
 Montag (im Sommer): ab 18.00 Uhr
 Waldstadion

Tennisclub Glashütte e. V.

Lemsahler Weg 2–8
 22851 Norderstedt
 Telefon: 040 5242511 oder
 040 5240182
 Telefax: 040 52985723
 E-Mail: info@tscglashuette.de

- Seniorenmitgliedergruppen auf Anfrage
- Tennis „Fit up fifty“ auf Anfrage
- Wirbelsäulengymnastik auf Anfrage
- Qi Gong-Kurse 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*Öffnungszeiten der Geschäftsstelle:*

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

- Seniorengymnastik

| | |
|-----------|-------------------|
| Dienstag: | 09.00 – 10.00 Uhr |
|-----------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55, Tanzsaal

| | |
|-----------|-------------------|
| Mittwoch: | 09.00 – 10.00 Uhr |
|-----------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55, Tanzsaal
- Walking

| | |
|-------------|-------------------|
| Donnerstag: | 09.00 – 10.00 Uhr |
|-------------|-------------------|

 Scharpenmoor 55
- Nordic Walking

| | |
|-------------|-------------------|
| Donnerstag: | 10.00 – 11.00 Uhr |
|-------------|-------------------|

 Treffpunkt nach Absprache
- Wirbelsäulengymnastik

| | |
|-----------|-------------------|
| Dienstag: | 09.30 – 10.30 Uhr |
|-----------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55, Halle

| | |
|-----------|-------------------|
| Mittwoch: | 10.00 – 11.00 Uhr |
|-----------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55, Halle

| | |
|-----------|-------------------|
| Mittwoch: | 11.00 – 12.00 Uhr |
|-----------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55, Halle

| | |
|-------------|-------------------|
| Donnerstag: | 10.00 – 11.00 Uhr |
|-------------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55, Dojo
- Lungensport/Asma

| | |
|---------|-------------------|
| Montag: | 18.00 – 19.00 Uhr |
|---------|-------------------|

 Grundschule Niendorfer Straße

- Ausgleichsgymnastik

| | |
|---------|-------------------|
| Montag: | 20.00 – 21.00 Uhr |
|---------|-------------------|

 Copernicus Gymnasium, Halle II
Ansprechpartnerin: Frau Nafzger
 Telefon: 040 51323093, Telefax: 040 51323094

- Tanzkreise

| | |
|-----------|-------------------|
| Dienstag: | 20.30 – 22.00 Uhr |
|-----------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55

| | |
|-----------|-------------------|
| Mittwoch: | 20.30 – 22.00 Uhr |
|-----------|-------------------|

 Sportzentrum Scharpenmoor 55

| | |
|-------------|-------------------|
| Donnerstag: | 20.15 – 21.45 Uhr |
|-------------|-------------------|

 Steertpoggsaal Pestalozzistraße

In den Tanzkreisen des 1. SC Norderstedt tanzen Erwachsene zwischen 30 und 84 Jahren gemeinsam.

Ansprechpartnerin: Frau Hecker

Telefon: 040 5241805, Telefax: 040 52985309

E-Mail: wiebke.hecker@1sc-norderstedt-tsa.de

- Jedermannsport

| | |
|---------|-------------------|
| Montag: | 17.30 – 19.00 Uhr |
|---------|-------------------|

 Halle Gottfried-Keller-Str.
- Kegeln

| | |
|-------------|-----------------------------|
| Donnerstag: | nach Absprache mit G. Krohn |
|-------------|-----------------------------|

 Telefon: 040 5233143
 Sportzentrum Scharpenmoor 55

Tura Harksheide e. V.

Geschäftsstelle, Am Exerzierplatz 16

22844 Norderstedt

Telefon: 040 5252118, Telefax: 040 5256203

E-Mail: tura-harksheide@t-online.de*Geschäftsstelle:*

- | | |
|------------------------------------|-------------------|
| Montag: | 18.30 – 21.00 Uhr |
| Dienstag, Mittwoch und Donnerstag: | 09.00 – 14.30 Uhr |

Seniorenwegweiser

Versehrtensport

Montag: 17.45 – 19.45 Uhr

Realschule Fadens Tannen, alte Halle

Freitag: 20.30 – 22.00 Uhr

ARRIBA – Bad

Ansprechpartner: Herr Bunge**Vital älter werden**

- Seniorengymnastik

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

Montag: 09.55 – 10.55 Uhr

Donnerstag: 10.15 – 11.15 Uhr

TTC Savoy

Ansprechpartnerin: Frau Sigrid Schindler

- Bleib fit

gesund und bewegt älter werden

Freitag: 09.15 – 10.15 Uhr

TTC Savoy

Ansprechpartnerin: Frau Sigrid Schindler

- Senioren Fit

Dienstag: 11.15 – 12.15 Uhr

TTC Savoy

Ansprechpartnerin: Frau Barbara Perschky

- Seniorengymnastik

Sitzgymnastik

Dienstag: 9.05 – 10.05 Uhr

TTC Savoy

Ansprechpartnerin: Frau Carola Schlee

- Fitnessgymnastik für Senioren

Aufwärmgymnastik für anschließende Fitnessstunde

Mittwoch: 09.15 – 10.15 Uhr

TTC Savoy

Fitness für Senioren an Geräten

10.15 – 11.15 Uhr

TuRa Fitness-Studio

Ansprechpartnerin: Frau Uschi Steen

- 50 Plus, Fit mix

Dienstag: 17.00 – 18.00 Uhr

Grundschule Pellwormstraße

Ansprechpartnerin: Frau Janina Graue

- Fit mix

Donnerstag: 18.15 – 19.15 Uhr

Gymnasium Harksheide, Spiegelsaal

Ansprechpartnerin: Frau Friedericke Irmischer

- Fitnessgymnastik ab 50

Montag: 17.30 – 18.15 Uhr

Grundschule Harksheide Süd

Ansprechpartnerin: Frau Nina Hauschild**Gesundheitssport/Rehabilitation**

- Atemwegserkrankungen und Rückenschule

Montag: 11.00 – 12.30 Uhr

TTC Savoy

Ansprechpartner: Herr Arthur Starke

- Sport pro Rücken und Gelenke

Montag: 17.45 – 18.30 Uhr

TuRa Gemeinschaftsraum

Ansprechpartnerin: Frau Nicole Falke

- Osteoporose

Donnerstag: 17.45 – 18.30 Uhr

Grundschule Harksheide Süd

Ansprechpartner: Herr Thomas Immig

- Fit ab 50, vital älter werden
Freitag: 16.00 – 17.30 Uhr
Grundschule Harksheide Süd
Ansprechpartner: Herr Arthur Starke

Pluspunkt Gesundheit

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

Entspannung – Konzentration

- Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene
Mittwoch: 20.15 – 21.15 Uhr
Grundschule Falkenberg
Ansprechpartnerin: Frau Gabi Rath
- Qi Gong für Anfänger und Fortgeschrittene
Donnerstag: 11.30 – 12.30 Uhr
Grundschule Falkenberg
Ansprechpartnerin: Frau Carola Schlee
- Yoga meets Pilates für Anfänger und Fortgeschrittene
Donnerstag: 10.25 – 11.25 Uhr
TuRa Gemeinschaftsraum
Ansprechpartnerin: Frau Carola 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 Marianne Escherich

- Pilates Basic
Dienstag: 18.15 – 19.00 Uhr
TuRa Gemeinschaftsraum
Ansprechpartnerin: Frau Janina Graue
- Pilates für Anfänger
Mittwoch: 18.00 – 19.00 Uhr
Grundschule Glashütter Damm 53 a
Ansprechpartnerin: Frau Nicole von Borstel
- Pilates Aufbaukurs
Geübte 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 Carola Schlee

Wirbelsäulengymnastik

- Montag: 08.45 – 09.30 Uhr
TuRa Gemeinschaftsraum
Ansprechpartner: Herr Sven Glasenapp
Montag: 19.45 – 20.30 Uhr, 20.30 – 21.15 Uhr
Realschule Harksheide, alte Halle
Ansprechpartnerin: Frau Tanya Wysocki
- Dienstag: 08.30 – 09.15 Uhr
09.30 – 10.15 Uhr
TuRa Gemeinschaftsraum
Ansprechpartner: Herr Sven Glasenapp

Dienstag: 10.30 – 11.15 Uhr
11.30 – 12.15 Uhr
19.00 – 19.45 Uhr

TuRa Gemeinschaftsraum

Ansprechpartnerin: Frau Janina Graue

• Mittwoch: 18.00 – 18.45 Uhr

TuRa Gemeinschaftsraum

Ansprechpartner: Herr Sven Glasenapp

• Donnerstag: 19.15 – 20.00 Uhr

Gymnasium Harksheide, Spiegelsaal

Ansprechpartnerin: Frau Catrin Cordes

Donnerstag: 18.45 – 19.30 Uhr

19.30 – 20.15 Uhr

Realschule Harksheide, alte Halle

Ansprechpartner:

Herr Thomas Immig

Donnerstag: 19.00 – 19.45 Uhr

Grundschule Harksheide Süd

Ansprechpartnerin:

Frau Beate 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

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 jeden Donnerstag
im Rathaus Norderstedt
2. Stock (Fahrstuhl!), Klubräume 201 und 212
(behindertengerecht).

VIII. VORVERKAUFSTELLEN

TriBühne-TicketCorner

Rathauspassage, Rathausallee 50, 22846 Norderstedt

Öffnungszeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag 9.00 – 18.00 Uhr

Freitag 9.00 – 13.00 Uhr

Telefon: 040 30987123

Telefax: 040 30987100

E-Mail: Ticketcorner@tribuehne-norderstedt.de

Buchhandlung am Ochsenzoll

Schmuggelstieg 4, 22848 Norderstedt

Telefon: 040 5290990, Telefax: 040 52909919

Bei Lange

Marktplatz 10, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 5255409

Konzertkasse Funke

Berliner Allee 38 – 44 a

22850 Norderstedt

Telefon: 040 30062123

Telefax: 040 61199020

Famila Norderstedt

Stormarnstraße 33, 22844 Norderstedt

Telefon: 040 52509-0

Das kleine Kartenhaus

Beckersbergstraße 1

24558 Henstedt-Ulzburg

Telefon: 04193 97421-22

Telefax: 04193 97461

Lotz und Schmidt

Rechtsanwälte und Notare

Jürgen Lotz *Rechtsanwalt und Notar*

Grundstücksrecht
Erbrecht
Gesellschaftsrecht
Vorsorgevollmacht

Wolfgang Sohst *Rechtsanwalt*

Fachanwalt für Bau- und
Architektenrecht
Verwaltungsrecht

Heiko Lotz *Rechtsanwalt*

Verkehrsrecht
Reiserecht
EDV-Recht

Karen Wolbers *Rechtsanwältin*

Fachanwältin für Miet- u.
Wohnungseigentumsrecht
Immobilienrecht

Janine Friebe *Rechtsanwältin*

Arbeitsrecht
Familienrecht

Rathausallee 31 · 22846 Norderstedt · Telefon: 040/53 53 42-0 · Fax: 040/53 53 42-42 · e-mail: info@RAe-Lotz-Schmidt.de · www.rae-lotz-schmidt.de

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.

– Vollmacht

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

Beckhusen Immobilien

und Verwaltungsgesellschaft

Verkauf · Vermietung · Verwaltung

Spez. Wertschätzung von Immobilien

Beratung Erbauseinandersetzungen

Berechnung von Leibrentenobjekten

Segeberger Ch. 4 · 22850 Norderstedt

Telefon: 040 / 529 69 25 u. 529 69 26

Telefax: 040 / 529 69 27

Autotelefon: 01 72 / 40 30 007

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

Nähere Informationen und Beratungen beim
Seniorenbeirat Norderstedt, Geschäftsstelle
Rathausallee 50, Rathaus Zimmer 152
22846 Norderstedt

Telefon: 040 53595-152

E-Mail: seniorenbeirat-norderstedt@wtnet.de

Internet: www.seniorenbeirat-norderstedt.de

Besuchs-/Sprechzeiten:

Dienstag: 10.00 – 12.00 Uhr

Donnerstag: 14.30 – 16.30 Uhr



Ulzburger Str. 400
22844 Norderstedt

Wir sind immer für Sie da!
040 - 5 22 21 75

info@pohlmann-bestattungen.de www.pohlmann-bestattungen.de

POHLMANN Bestattungsinstitut

Bitte fordern Sie unsere
kostenlose Infobroschüre an!

Wulff & Sohn

Bestattungsinstitut
seit 1912

In guten und in schlechten
Zeiten an Ihrer Seite

 (040) 5 29 61 73



Ihr Partner für
Eigene Hauskapelle Bestattungsvorsorge Abschiedsraum
Segeberger Chaussee 56-58 • 22850 Norderstedt
www.wulffundsohn.de

Ruhehain Bönningstedt

Urnenbestattung unter Bäumen
im Wald – Sorgen Sie vor!

Infos unter: www.ruhehain.de

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



Bleibe jung – damit du alt werden kannst.
(Ida Ehre – 1900-1989)

IMPRESSUM

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Trägerschaft. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des

Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen sind – auch auszugsweise – nicht gestattet. Nachdruck oder Reproduktion, gleich welcher Art, ob Fotokopie, Mikrofilm, Datenerfassung, Datenträger oder Online nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

22846057/6. Auflage/2009



mediaprint
WEKA info verlag

www.alles-deutschland.de
WEKA info verlag gmbh
Lechstraße 2
D-86415 Mering
Tel. +49(0)8233 384-0
Fax +49(0)8233 384-103
info@weka-info.de · www.weka-info.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
Frau Stefanie Waible, Tel. 040. 523 02-183

Der Pöhlshof

www.plambeck.com
Herr Wolfgang Mahn, Tel. 040. 523 02-166