



Sozialstiftung Bamberg

Wenn Sie uns brauchen.



„Hier kommen wir zusammen!“

- Service- und Quartiersbüro am Michelsberg
- Service- und Quartiersbüro Ulanenpark
- Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen
- Service- und Quartiersbüro Bruderwald

Programm Februar 2025

sozialstiftung-bamberg.de



Sehr geehrte Damen und Herren, liebe Seniorinnen und Senioren,

Als größtes Sozial- und Gesundheitsunternehmen in Bamberg ist es uns wichtig, die Bürger im Quartier umfassend im Bereich unserer Kernkompetenzen zu beraten. Unter dem Begriff Quartier verstehen wir den sozialen Nahraum, in dem sich die Bürger zuhause fühlen und sich mit diesem identifizieren. Die Service- und Quartiersbüros, wichtige Teile der Versorgungskette innerhalb der Sozialstiftung Bamberg, stehen als Ansprechpartner vor Ort in den jeweiligen Quartieren für die unterschiedlichsten Belange der Bürgerinnen und Bürger zur Verfügung. Nachbarschaftliche Solidarität, besseres Zusammenleben und das Erleben der kulturellen Vielfalt im Quartier werden ebenso gefördert wie die Möglichkeit, eine zentrale Anlaufstelle für Fragen rund um Gesundheit und Lebensqualität als soziale Drehscheibe in den Quartieren „niedrigschwellig“ zu etablieren.

Fachvorträge durch Mediziner der Sozialstiftung Bamberg, Beratungsangebote durch Experten der Sozialstiftung Bamberg und die Vermittlung an entsprechende Fachabteilungen stehen im Quartiersbüro zu Verfügung. Zahlreiche Angebote zur Prävention werden bereitgestellt – unter anderem finden mehrmals wöchentlich unter der Anleitung kompetenter saludis-Therapeuten Gymnastikstunden statt. Gedächtnistraining hingegen hält die grauen Zellen fit.

Nutzen Sie die Möglichkeit der Beteiligung in Ihrem Quartier. Wir freuen uns auf Ihr ehrenamtliches Engagement und unterstützen Sie bei der Umsetzung von Projekten.

- » Service- und Quartiersbüro am Michelsberg, St.-Getreu-Straße 1
- » Service- und Quartiersbüro am Ulanenpark, Hans-Schütz-Straße 3
- » Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen, Kloster-Langheim-Straße 3
- » Service- und Quartiersbüro Bruderwald, Buger Straße 80

Schauen Sie doch einmal in Ihrem Quartiersbüro vorbei – gerne informieren wir Sie über unsere Arbeit und kommen mit Ihnen ins Gespräch.

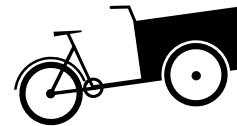
Herzlichst, Ihre

Dr. Susanne Daiber

Chefärztin Geriatrie Tagesklinik
Geriatrie Rehabilitation saludis

Jutta Weigand

Geschäftsführerin
Altenhilfe gGmbH



Neues Bike für die Quartiersbüros!

Unsere Quartiersbüros möchten ihre Arbeit gerne nach draußen tragen und mit den Bürgerinnen und Bürgern im Stadtviertel ins Gespräch kommen. Dafür gibt es nun ein neues Fahrrad das zum Tresen mit Sonnenschirm aufklappbar ist. Im Frühling möchten wir uns damit auf den Weg machen in Bambergs Stadtviertel. Haltet nach uns Ausschau!

Das Fahrrad haben viele tolle Spender möglich gemacht, bei denen wir uns herzlich bedanken möchten: Die PSD Bank war mit dabei, die Lindenapotheke, die Bürgerspitalstiftung, u. v. m. Außerdem erhielten wir einen staatlichen Zuschuss vom Bundesamt für Wirtschaft und Ausfuhrkontrolle.

Möchtest du dich in deinem Stadtteil mit dem Fahrrad engagieren und so den sozialen Zusammenhalt fördern? Melde dich gerne bei uns.



Interesse? :)



Kontakt

Stefan Pauer
Kordinator Ehrenamt
Zentrum für Senioren

☎ 0951 503-33103
✉ stefan.pauer@sozialstiftung-bamberg.de
🌐 sozialstiftung-bamberg.de

» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Montag 03.02.2025 **Seniorengymnastik im Sitzen mit Aktivierungselementen**
Georg Wolf, langjähriger, erfahrener Pflegemitarbeiter bietet Ihnen
10.02.2025 eine interessante, kompetente Mischung der Sitzgymnastik mit
17.02.2025 Gedächtnisaktivierung an.
24.02.2025

Exklusiv nur für
CLUB-MITGLIEDER



Uhrzeit 10:00 Uhr – 11:00 Uhr wöchentlich
Ort Kulturkapelle im Haus Domblick
Eintritt nur für Clubmitglieder, Max. 10 Teilnehmer

Freitag 14.02.2025 **Tanzcafé in der Tagespflege am Michelsberg**
Wenn Sie Lust haben, bei einer Tasse Kaffee und flotter Tanzmusik Ihren Nachmittag zu genießen, sind Sie hier genau richtig. Das Tanzbein zu schwingen ist ausdrücklich erwünscht. Klemens Hoffelner sorgt für die entsprechende musikalische Stimmung.

Uhrzeit 14:00 Uhr – 15:30 Uhr
Ort Tagespflege am Michelsberg
Eintritt frei, für Gäste der Tagespflege und Clubmitglieder

Exklusiv nur für
CLUB-MITGLIEDER

Montag 03.02.2025 **Demenzberatung**
Die Demenzberatung richtet sich an (pflegende) Angehörige von Menschen mit Demenz. Die Diagnose Demenz stellt oftmals besondere Belastungsanforderungen an Angehörige. Den Alltag zu meistern, stellt eine Herausforderung dar, die oftmals eine Vielzahl von Fragen aufwirft. In einem geschützten Rahmen haben Sie die Möglichkeit, Kerstin Brüning, gerontopsychiatrische Fachkraft, eigene Fragen zu stellen und gemeinsam erste Lösungen anzudenken.
Um telefonische Anmeldung unter 0951 503-30000 wird gebeten.

Uhrzeit 17:00 – 18:00 Uhr
Ort Haupteingang Zentrum für Senioren, Treffpunkt Infothek, St.-Getreu-Straße 1, 96049 Bamberg
Eintritt frei, Anmeldung erforderlich

» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Donnerstag 06.02.2025 **Musiknachmittag mit Rainer (Klavier) und im Wechsel Matthias (Gitarre)**
20.02.2025

Beide spielen Musik aus Spaß an der Freude. Lassen Sie sich verwöhnen und genießen Sie es. Vielleicht erkennen Sie ja den einen oder anderen Schlager.

Uhrzeit 14:00 Uhr – 15:30 Uhr alle 14 Tage
Ort TaM / Café Herzlich
Eintritt frei

Exklusiv nur für
CLUB-MITGLIEDER



Mittwoch 12.02.2025 **Klaviernachmittag mit Beate Roux**
Freunde der Klassischen Musik haben die Möglichkeit, dank Unterstützung der Internationalen Stiftung zur Förderung von Kultur und Zivilisation ein klassisches Nachmittagskonzert von hoher Qualität zu erleben. Es spielt für Sie Beate Roux.

Uhrzeit 15:00 – 15:45 Uhr
Ort Marktplatz im Altenburgblick
Eintritt frei, nur für Clubmitglieder

Exklusiv nur für
CLUB-MITGLIEDER

Montag 24.02.2025 **Lichtbildervortrag: Fränkische Überraschungen**
In diesem Vortrag steht weniger die vielfältige Landschaft mit ihren Pflanzen und Tieren im Vordergrund. Fast noch vielseitiger ist die Kultur in Dörfern und Städten mit weniger bekannten kleinen Festen und Veranstaltungen. Genau so bunt und stimmungsvoll wie die großen „Events“ bieten sie dafür mehr Gemütlichkeit, Heimatverbundenheit und viele überraschende optische Eindrücke.

Uhrzeit 14:30 – 15:30 Uhr
Ort Fernseher im Aufenthaltsraum
Eintritt frei, nur für Clubmitglieder

Exklusiv nur für
CLUB-MITGLIEDER



» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Montag 17.02.2025 **Bluthochdruck im Alter**
Es werden in diesem Vortrag die neuesten Erkenntnisse zum Thema Bluthochdruck im Alter vermittelt.

Uhrzeit ab 18:00 Uhr

Ort Konferenzraum (Raum Michelsberg) im 2.Stock der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik u. Psychotherapie **im Klinikum am Michelsberg** (KaM) in der Sankt-Getreu-Str. 18, 96049 Bamberg.

Eintritt frei



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Montag bis Freitag **„Offenes Bücherregal“**
Was ist ein „Offenes Bücherregal“? Die Idee: Jeder, der sich für ein oder mehrere Bücher interessiert, darf dieses ausleihen oder auch behalten. **Ausgelesen?** Wer Bücher übrig hat und diese auch an andere Menschen weitergeben möchte, darf diese dort einstellen. **Weitersagen!** Erzählen Sie Ihren Freunden und Bekannten vom neuen Bücherregal, damit dieses immer neue spannende Bücher für Sie bereithält.

Uhrzeit Während der Öffnungszeiten

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Hans-Schütz-Str. 3, Bamberg

Eintritt frei

Montag bis Freitag **Tageszeitung lesen**

Nutzen Sie unser Angebot, von Mittag an bis Ende der Öffnungszeiten im

Service- und Quartiersbüro die aktuelle

Tageszeitung lesen zu können.

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER



Uhrzeit Nachmittag

Ort Sitzcke im Service- und Quartiersbüro

Ulanenpark, Hans-Schütz-Straße 3,

96050 Bamberg

Eintritt 0,50 €

Mittwoch 05.02.2025 **Schamanische Gesundheits- und Wohlfühlpraxis**

Möchtest du dich im Alltag wohler fühlen und deine Gesundheit stärken?

12.02.2025 In dieser Veranstaltung lernen wir im Kurs verschiedene Übungen und

19.02.2025 Meditationen kennen, die dir helfen werden im Alltag mehr in die Ge-

26.02.2025 lassenheit zu kommen und freier vom Alltagsstress zu sein. Durch diese

Übungen wirst du mehr Frieden mit deinem Körper, deinem Geist und

deinen Emotionen finden. Ich lade dich herzlich dazu ein, dabei zu sein

und dir eine wohltuende Stunde zu gönnen. Referent ist Khanh Marterer.

Uhrzeit 17:30 – 18:30 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark,

Aktivraum 2, Hans-Schütz-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt 5,00 €, Anmeldung erforderlich

» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Dienstag Fit im Kopf – Präsenz-Veranstaltung

04.02.2025 Haben Sie Lust, Ihrem Gehirn „Beine zu machen“? Jeder kennt Vergesslichkeit im Alltag! Ziel des ganzheitlichen Konzentrationstrainings ist es, alle Bereiche des Gehirns mit gezielten Spielen und Techniken sowie körperlicher Bewegung anzuregen. Das Training verbindet das Denken mit Bewegung und Freude am gemeinsamen Üben. Kursleitung Monika Lang.

18.02.2025

Uhrzeit 10:00 – 10:45 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 2, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 2,50 €, Anmeldung erforderlich

Dienstag Fit im Kopf – Präsenz-Veranstaltung

04.02.2025 Haben Sie Lust, Ihrem Gehirn „Beine zu machen“? Jeder kennt Vergesslichkeit im Alltag! Ziel des ganzheitlichen Konzentrationstrainings ist es, alle Bereiche des Gehirns mit gezielten Spielen und Techniken sowie körperlicher Bewegung anzuregen. Das Training verbindet das Denken mit Bewegung und Freude am gemeinsamen Üben. Kursleitung Monika Lang.

11.02.2025

18.02.2025

Uhrzeit 15:00 – 15:45 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 2, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 2,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

Donnerstag Eltern-Babytreff bis 2 Jahre „Wunderburg Mäuse“

06.02.2025 Neben dem gegenseitigen Kennenlernen besteht auch die Möglichkeit zum wertvollen Erfahrungsaustausch in der Gruppe.

13.02.2025

20.02.2025

27.02.2025

Uhrzeit 10:30 – 12:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 2, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 € pro Familie



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Donnerstag Offenes Wohnzimmer - Ideenschmiede für Ihren Stadtteil

13.02.2025 Es trifft sich das Festtagskomitee zur Ideenschmiede für das Nachbarschaftsfest im Juli 2025. Alle engagierten Bürgerinnen und Bürger der Wunderburg sind eingeladen sich zu beteiligen!

Uhrzeit 17:00 – 18:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 2, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich

Freitag Bastel- und Handarbeitstreff für Alle:

07.02.2025 Sticken, Häkeln, Stricken und vieles mehr

14.02.2025 Alle, die neben Basteln und Nadelklappern einen Ideenaustausch und **21.02.2025** Geselligkeit schätzen, sind hier herzlich willkommen. Handarbeiten in **28.02.2025** der Gruppe macht gute Laune und Spaß, man kommt mit Menschen zusammen und kann sich austauschen.

Uhrzeit 14:00 – 16:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 1, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 0,50 €

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER



Freitag Klaviernachmittag mit Frau Roux

07.02.2025 Freunde der klassischen Musik haben die Möglichkeit, dank Unterstützung der Internationalen Stiftung zur Förderung von Kultur und Zivilisation ein klassisches Nachmittagskonzert von hoher Qualität zu erleben. Es spielt für Sie Beate Roux.

Uhrzeit 14:30 – 15:15 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Hans-Schütz-Str. 3, 96050 Bamberg in der Tagespflege

Eintritt frei



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Montag **Digital Aktiv am Care-Table**

03.02.2025 Unser digitaler Aktivitätstisch wartet auf Sie. Nutzen Sie die Möglichkeit der Städtereisen, Gedächtnistraining, Spiele und mehr.

10.02.2025

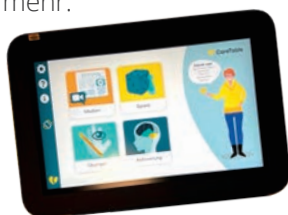
17.02.2025

24.02.2025

Uhrzeit 16:00 – 17:45 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark,
Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt frei



Donnerstag **Schafkopf/Skat spielen**

06.02.2025 Kennen Sie das traditionelle fränkische Kartenspiel Schafkopf?

20.02.2025 Oder spielen Sie Skat? Hier trifft sich eine offene Spielgruppe, kommen Sie und spielen Sie mit!

27.02.2025

Uhrzeit 15:30 – 17:45 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark,
Aktivraum 1, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 0,50 €

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

Montag **Gesprächskreis**

03.02.2025 Miteinander ins Gespräch kommen, neue Informationen aufnehmen,

10.02.2025 Argumente austauschen, andere Standpunkte anhören, all dies ist in

17.02.2025 unserem neuen wöchentlichen Gesprächskreis möglich. Wir freuen uns

24.02.2025 auf Sie und Ihre Themen zu Gesundheit, Kultur, Alter und Gesellschaft.

Uhrzeit 15:00 – 16:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark,
Aktivraum 1, Hans-Schütz-Straße 3,
96050 Bamberg

Eintritt 0,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

Freitag **Bewegungsübungen im Sitzen – Präsenzveranstaltung**

07.02.2025 Sitzgymnastik ist das perfekte Bewegungsangebot für Menschen, die

14.02.2025 auch im Alter beweglich bleiben möchten. Wie der Name schon sagt,

21.02.2025 finden die meisten Übungen im Sitzen statt. Bleiben Sie auch im Alter

28.02.2025 fit und aktiv!

Uhrzeit 10:00 – 10:30 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktiv-
raum 1, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

Info-Abende im Klinikum am Bruderwald

Raum Residenz, Buger Str. 80, 96049 Bamberg

Eintritt frei!



Dienstag, 18.02.2025, 18:30 Uhr

Parkinson – mit der richtigen Behandlung zu mehr Lebensqualität

Unkontrollierbares Zittern, steife Muskeln und verlangsamte Bewegungen – das sind nur einige Anzeichen von Morbus Parkinson. Die Symptome und das Fortschreiten der Erkrankung sind dabei sehr individuell. Auch wenn es bisher keine Methoden gibt, um das Fortschreiten der Erkrankung aufzuhalten, gibt es doch Wege, um die Symptome zu lindern und ein Leben mit der Krankheit sinnvoll zu gestalten.

Unsere teilnehmenden Fachabteilungen:

- » Neurologische Klinik
- » Neurologische Rehabilitation
- » Geriatrische Rehabilitation
- » Medizinische Klinik III: Nieren- und Hochdruckkrankheiten, Rheumatologie, Akutgeriatrie

Nach einer moderierten Diskussionsrunde ist Zeit für Ihre Fragen. Falls Sie vorab Fragen an unsere Expertinnen und Experten haben, können Sie uns diese gerne zuschicken: km@sozialstiftung-bamberg.de

Wir freuen uns auf Sie! Keine Anmeldung erforderlich.

Merken Sie sich jetzt schon unsere kommenden Info-Abende vor!

» Dienstag 18.03.2025, 18:30 Uhr

Lungenkrankheiten angehen – von der Prävention bis zur Reha

» Dienstag 08.04.2025, 18:30 Uhr

Die Schilddrüse – Funktion, Erkrankungen und Therapie

» Dienstag 13.05.2025, 18:30 Uhr

Time is brain: der Schlaganfall

» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Mittwoch Musik-Singkreis

12.02.2025 Singen für Alle! Bei Live-Musik. Lieder zum Zuhören und Mitsingen.
26.02.2025 (Texte sind vorbereitet). Dazu Instrumentalstücke von Karl und Horst zum Entspannen. Wir starten mit Programm 11.

Uhrzeit 14:30 – 16:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark,
Aktivraum 2, Hans-Schütz-Str. 3,
96050 Bamberg

Eintritt 0,50 €, 1,00 € für Textblätter
(falls erforderlich)

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER



Montag-Freitag Schorschi unser Lern-PC (Laptop)

Sie haben einen Lern-PC im Quartier! Menschen ohne Computer-Vorkenntnisse oder mit geringen PC-Kenntnissen sind herzlich willkommen! Auch Anfänger mit Berührungsängsten sind bestens aufgehoben und können erste Erfahrungen am Computer sammeln.

Uhrzeit Zeit 30 Minuten

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 1,
Hans-Schütz-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt 2,50 € / 30 Minuten, Anmeldung erforderlich



Freitag Herzaumeditation

07.02.2025 Eine angeleitete Meditation, die dahinführt, reines klares Bewusstsein und bedingungslose Liebe zu erfahren. Die Quelle dazu liegt in uns selbst in unserem Herzaum und ist ein Ort des Friedens und der Harmonie. Oft heißt diese Erfahrung auch Bewusstseinsfeld oder höheres Herz. Wir tauchen ein in unser höheres Herz und erfahren Frieden, Annahme, Geborgenheit. Sorgen fließen davon und es entsteht ein neuer leerer Raum für Lösungsimpulse. Sie fühlen sich entspannter, ausgeglichener, friedvoller. Sie werden entspannt und liebevoll von einer erfahrenen Referentin angeleitet.

Uhrzeit 18:00 – 19:00 Uhr, erster Freitag im Monat

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 2,
Hans-Schütz-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt 1,- € für
CLUB-MITGLIEDER



Neues aus den Tagespflegen der Sozialstiftung

Impressionen Weihnachten 2024:

Wir haben mit Gästen Plätzchen gebacken und den Weihnachtsmarkt besucht.



Vorankündigung Faschingsfeier 2025

Am Mittwoch den **26.02.2025** mit Livemusik

Es darf getanzt werden!

Auch unser Tanzcafe wird 2025 wieder einmal monatlich statt finden. Es spielt für Sie, unsere Einmann-Kapelle: Herr Ludwig Behr. Ein Nachmittag mit Musik, Kaffee und Kuchen. Wir freuen uns auf Sie!



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Montag bis Freitag **Tausch statt Raus**

Viele Dinge sind zum Wegwerfen einfach zu schade. Daher schaffen wir eine Tausch- und Verschenk-Plattform, damit mehr wiederverwendet und nicht gleich weggeworfen wird. Bringen Sie Gegenstände vorbei, die Sie nicht mehr benötigen und machen Sie einem anderen eine Freude oder finden Sie für sich etwas Neues.

Uhrzeit **Während den Öffnungszeiten des Quartiersbüros**

Ort Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg
Eintritt frei

Montag bis Freitag **„Offenes Bücherregal“**

Was ist ein „Offenes Bücherregal“? Die Idee: Jeder, der sich für ein oder mehrere Bücher interessiert, darf dieses ausleihen oder auch behalten. **Ausgelesen?** Wer Bücher übrig hat und diese auch an andere Menschen weitergeben möchte, darf diese dort einstellen. **Weitersagen!** Erzählen Sie Ihren Freunden und Bekannten vom neuen Bücherregal, damit dieses immer neue spannende Bücher für Sie bereithält.

Uhrzeit **Während den Öffnungszeiten des Quartiersbüros**

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg
Eintritt frei



Montag **Erlebnistanz im Tivoli**

03.02.2025 **17.02.2025** Gemeinsam oder solo, wir tanzen nach Musik aus aller Welt. Mit schwungvollen und meditativen Schrittfolgen kommen wir in Bewegung und bringen Körper und Seele in Einklang. Für alle, die Spaß am Tanzen haben. Benötigt werden hierzu nur gute Laune und bequeme, feste Schuhe. Tanzleiterin: Frau Ullrich.
Achtung: Kein klassischer Paartanz.

Uhrzeit **10:30 – 11:30 Uhr**

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg
Eintritt 5,00 €, Anmeldung erforderlich



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

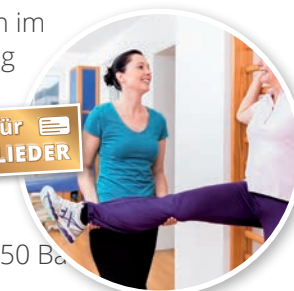
Donnerstag **Move your Body**

06.02.2025 **13.02.2025** **20.02.2025** **27.02.2025** Bewegungsangebot für Menschen, die auch im Alter beweglich bleiben möchten. Bewegung für Körper, Geist und Seele. Bitte vorher anmelden.

Uhrzeit **10:30 – 11:15 Uhr**

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg
Eintritt 1,00 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER



Dienstag **Fit im Kopf – Präsenzveranstaltung**

11.02.2025 Haben Sie Lust, Ihrem Gehirn „Beine zu machen“? Jeder kennt Vergesslichkeit im Alltag! Ziel des ganzheitlichen Konzentrationstrainings ist es, alle Bereiche des Gehirns mit gezielten Spielen und Techniken sowie körperlicher Bewegung anzuregen. Das Training verbindet das Denken mit Bewegung und Freude am gemeinsamen Üben.

Uhrzeit **09:15 – 10:00 Uhr**

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg
Eintritt 2,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER

Dienstag **Bewegungsübungen im Sitzen – Präsenz-Veranstaltung**

04.02.2025 **11.02.2025** **18.02.2025** **25.02.2025** Sitzgymnastik ist das perfekte Bewegungsangebot für Menschen, die auch im Alter beweglich bleiben möchten. Wie der Name schon sagt, finden die meisten Übungen im Sitzen statt. Bleiben Sie auch im Alter fit und aktiv! Bitte vorher anmelden.

Uhrzeit **13:15 – 13:45 Uhr**

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg
Eintritt 1,00 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Donnerstag Offener Treff - Alzheimergesellschaft

26.02.2025 Der monatliche Treff der Alzheimergesellschaft bietet Ihnen die Gelegenheit, in lockerer Runde andere Angehörige kennen zu lernen und sich auszutauschen.



Uhrzeit 15:00 – 16:30 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Café Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich

Dienstag Demenzberatung der Alzheimergesellschaft

11.02.2025 Die persönliche Beratung richtet sich an betroffene Angehörige von Menschen mit einer Demenzerkrankung. In einem geschützten Rahmen haben Sie die Möglichkeit, eigene Fragen zu stellen, sich Informationen zur Erkrankung Demenz einzuholen und gemeinsam über mögliche Unterstützungsangebote nachzudenken.

Uhrzeit 18:30 Uhr

Erreichbar für Sie unter Tel.: 0951 8680-169 oder per E-Mail: info@alzheimer-bamberg.de

Eintritt frei



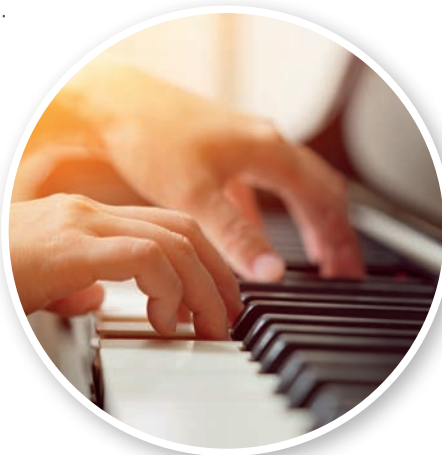
Freitag Klaviernachmittag mit Beate Roux

28.02.2025 Freunde der klassischen Musik haben die Möglichkeit, dank Unterstützung der Internationalen Stiftung zur Förderung von Kultur und Zivilisation, ein klassisches Nachmittagskonzert von hoher Qualität zu erleben. Es spielt für Sie Beate Roux.

Uhrzeit 14:30 – 15:15 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Café Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg

Eintritt frei, Anmeldung erforderlich



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Montag Deutsch-Arabischer Gesprächskreis

10.02.2025 Um beide Kulturen kennenzulernen, bieten wir Ihnen die Möglichkeit an einem Gesprächskreis teilzunehmen.



Nur mit Anmeldung möglich unter 0951 96439147 oder quartiersbuero.tivolischloesschen@sozialstiftung-bamberg.de

Uhrzeit 13:30 – 14:30 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Café Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg

Eintritt frei

Freitag Tee, Literatur und Klaviermusik

07.02.2025 Mit Tee und gemütlicher Stimmung kommen wir zusammen für Literatur und Texte aller Art - ob Kurzgeschichten, Märchen, Gedichte oder Poesie. Begleitet von Klaviermusik kann dem Gehörten nochmal nachgespürt oder sich miteinander ausgetauscht werden. Gerne darf auch das eigene Lieblingsgedicht oder selbst Verfasstes mitgebracht werden.

Anmeldung erforderlich unter 0176-31326065.

Eintritt: Spenden erwünscht.



Uhrzeit 17:00 Uhr – 18:30 Uhr

Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Café Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt frei

Montag Filmnachmittag im Tivoli

17.02.2025

Uhrzeit 15:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Café Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg

Eintritt 1,00 €, Anmeldung erforderlich



Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER

» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Freitag 07.02.2025 **Spiele ist Gesundheit für die Seele**
14.02.2025 Wie können wir die Weisheit des Alters und den Wissensdurst der Jugend zusammenbringen? Antwort: „spielerisch!“. Wir laden ganz herzlich Jung und Alt zu Karten- und Brettspielen ein. Eine kleine Auswahl an Spielen wird vorhanden sein.
21.02.2025
28.02.2025

Uhrzeit 14:00 – 16:00 Uhr
Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen,
Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg
Eintritt 0,50 €, Anmeldung erforderlich

Donnerstag 13.02.2025 **Musiknachmittag mit Rainer (Klavier) und im Wechsel Matthias (Gitarre)**
27.02.2025 Beide spielen Musik aus Spaß an der Freude. Lassen Sie sich verwöhnen und genießen Sie es. Vielleicht erkennen Sie ja den einen oder anderen Schlager am Klavier.

Uhrzeit 14:00 Uhr – 15:30 Uhr alle 14 Tage
Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen,
Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg
Eintritt frei

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

Donnerstag 27.02.2025 **Helau -Altweiberfasching im Tivoli**
Schnipp, schnapp die Krawatte ab!
Feiert mit uns Altweiberfasching im Café Tivoli.

Uhrzeit 14:00 – 16:30 Uhr
Ort Service- und Quartiersbüro
Tivolischlösschen, Café Tivoli AktIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg
Eintritt Anmeldung erforderlich Tel.: 0951 96439147



Reha-Sport für orthopädische Patientinnen und Patienten

Worum geht es bei der Rehasportgruppe für orthopädische Patienten?

Unsere Rehasport-Gruppen für orthopädische Patienten sind speziell auf weniger gut belastbare Menschen ausgerichtet mit Erkrankungen des Stütz- und Bewegungsapparates. Unsere qualifizierten Übungsleiter begleiten Sie auf Ihrem Weg, Ihre körperlichen Beeinträchtigungen zu verringern. Bei eventuellen Fragen unterstützen wir Sie gerne!

Wann?

Montag 9:00 – 10:00 Uhr, Donnerstag 14:00 – 15:00 Uhr

Wo?

Gymnastikraum des Gesundheitszentrums am Bruderwald, Ebene 0,
Buger Str. 82, 96049 Bamberg

Voraussetzung:

Um an der Gruppe teilzunehmen, benötigen Sie eine genehmigte, ärztliche Verordnung für Rehasport. Diese erhalten Sie von Ihrem Hausarzt oder Orthopäden. Die Kosten werden von den gesetzlichen Krankenkassen übernommen.

Anmeldung & Fragen:

☎ 0951 503-53820

✉ willkommen@saludis.de

saludis - Zentrum für rehabilitative Medizin

Buger Straße 82, 96049 Bamberg

www.saludis.de

Ihre Ansprechpartner / Öffnungszeiten:

» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Stefan Pauer & Pia Schlee

St.-Getreu-Straße 1, 96049 Bamberg, Telefon: 0951 503-30000
E-Mail: quartiersbuero.michelsberg@sozialstiftung-bamberg.de
Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag: 09:00 – 14:00 Uhr
Mittwoch: 13:00 – 16:00 Uhr

» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Karola Hoh

Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg, Telefon: 0951 964336-41
E-Mail: quartiersbuero.ulanenpark@sozialstiftung-bamberg.de
Montag + Donnerstag: 10:00 – 18:00 Uhr
Dienstag: 11:00 – 15:00 Uhr
Mittwoch + Freitag: 09:00 – 16:00 Uhr

» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Yvonne Korkmaz

Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg, Telefon: 0951 96439-147
E-Mail: quartiersbuero.tivolischloesschen@sozialstiftung-bamberg.de
Montag: 10:30 – 16:00 Uhr
Dienstag: 10:00 – 14:00 Uhr
Mittwoch: 09:00 – 15:00 Uhr
Donnerstag: 10:00 – 16:00 Uhr
Freitag: 09:00 – 14:00 Uhr

» Service- und Quartiersbüro Bruderwald

Buger Straße 80, 96049 Bamberg, Telefon: 0951 503-30000
E-Mail: quartiersbuero.bruderwald@sozialstiftung-bamberg.de
Sprechzeiten nach Terminvereinbarung

» Veranstalter

Sozialstiftung Bamberg



» Gerne senden wir Ihnen das aktuelle Quartiersprogramm per E-Mail zu. Teilen Sie uns Ihre E-Mail-Adresse mit.