

WICHTIGE ADRESSEN UND EINRICHTUNGEN FÜR ÄLTERE MENSCHEN IN HAMBURG

FREIZEIT, BEWEGUNG, KULTUR

KULTURISTENHOCH2 - <https://kulturisten-hoch2.de>

KULTURISTENHOCH2 ist eine sozio-kulturelle Initiative für Alt und Jung gegen Einsamkeit und Isolation im Alter. Sie richtet sich insbesondere an einkommensschwache SeniorInnen in Deutschlands Metropolen.

OMY! Yoga für Menschen 60+ <https://www.omyoga60plus.de/>

OMY! Yoga für Menschen 60+ ist soziale Arbeit durch Yoga für Menschen, die in ihrer eigenen Wohnung in einer Einrichtung leben, die mit Yoga für alle e.V. zusammenarbeitet.

LAB, Lange aktiv bleiben - <http://labhamburg.de>

Hamburger finden beim Verein Lange Aktiv Bleiben (LAB) ein umfangreiches Angebot zur gemeinsamen Gestaltung ihrer Freizeit.

Freunde alter Menschen - <https://www.famev.de>

Wir stiften Besuchspartnerschaften zwischen Freiwilligen und einsamen Menschen über 75. Unser Anliegen ist es, dauerhafte Freundschaften zu schaffen, die auf gegenseitigem Respekt aufbauen.

OLL Inklusiv - <https://www.oll-inklusive.de>

Bei OLL INKLUSIV geht es darum wie man Senioren & Senioritas und Menschen 60+ ins aktuelle Geschehen einbezieht, an die Hand nimmt, inkludiert in eine Welt, die immer noch uns allen gehört: den jungen und den alten Menschen, egal ob in der digitalen Welt oder analog. Deshalb erschafft die gemeinnützige Hamburger Initiative ein pulsierendes Netzwerk, das offen ist für alle Menschen 60++.

EINSAMKEIT BEKÄMPFEN

Silbernetz – Gemeinsam gegen Einsamkeit im Alter <https://www.silbernetz.org>

Über 60 und niemand da zum Reden? Silbernetz verbindet, kostenlos und anonym
Tel. 0800 470 80 90

Wege aus der Einsamkeit – kostenfreie Schulungen für Smartphone und Tablett
Online und Offline Begegnungen <https://www.wegeausdereinsamkeit.de>

Seniorentreffs in Hamburg

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

<https://www.hamburg.de/seniorentreffs/>

<https://www.agfw-hamburg.de/Seniorentreffs/Treffpunkte/default.aspx?fid=35833>

Bürgerhäuser in Hamburg

<https://www.hamburg.de/branchenbuch/hamburg/10238302/n0/>

Nachbarschaftsprojekt ZusammenWir! Ermöglichen, ermutigen, ermächtigen.

www.zusammenwir.de

Besuchs- und Begleitdienste <https://www.hamburg.de/besuchsdienste/>

WICHTIGE ADRESSEN UND EINRICHTUNGEN FÜR ÄLTERE MENSCHEN IN HAMBURG

DIGITALISIERUNG

Wege aus der Einsamkeit – kostenfreie Schulungen für Smartphone und Tablett
Online und Offline-Begegnungen <https://www.wegeausdereinsamkeit.de>

Digitale Schulungen in den Bücherhallen Silber & Smart für Senioren über 60
<https://www.buecherhallen.de/volksdorf-termin/silber-smart-das-1x1-der-tablets-und-smartphones-fuer-senioren-ab-65-3098.html?day=20220906×=1662451200,1662462000>

Bücherhallen Hamburg und Volkshochschule Hamburg
<https://www.buecherhallen.de/standorte.html>
<https://www.vhs-hamburg.de/>

PFLEGE

Pflegestützpunkte in Hamburg - <https://www.hamburg.de/pflegestuuetzpunkte/>
Pflegestützpunkte beraten hilfe – und pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen.

Allianz pflegende Angehörige - <https://www.allipa.de>
Die Leistungen von pflegenden Angehörigen müssen angemessen gewürdigt und honoriert werden. Unterstützen, helfen, mitmachen.

Alzheimer Gesellschaft Hamburg
<https://www.alzheimer-hamburg.de>

WOHNEN

Verein für Hilfsmittelberatung, Wohnraumanpassung und barrierefreie Bauberatung -
<https://www.barrierefrei-leben.de/>

Hamburg ohne Hindernisse erleben - <https://barrierefreiesshamburg.de>

QPlus Alter – <https://www.q-acht.net/qplus/qplusalter/arbeitsweise.php>
Wie wollen Sie im Alter leben. Die Lotsinnen der Ev. Stiftung Alsterdorf helfen dabei, einen individuellen Unterstützungs-Mix aus Selbsthilfe, Technik, sozialen Netzen im Quartier und Profileistungen zu entwickeln.

VERTRETUNG DER ÄLTEREN in Hamburg

Bezirks-Senioren-Beiräte - <https://www.lsb-hamburg.de/bezirks-seniorenbeiraete/>
Die Bezirks-Seniorenbeiräte sind die unabhängigen Interessenvertretungen der Älteren in Hamburgs Bezirken.