



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 September 2026

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

Quartiersbike on Tour



Veranstaltungen finden nur bei trockenem Wetter statt

Programmübersicht September 2026

Datum	Tag	Uhrzeit	Titel	Treffpunkt
03.09.	Donnerstag	15:00 – 16:30 Uhr	Spaß an Bewegung für Jung und Alt	Luitpoldhain bei der Kuni
10.09.	Donnerstag	15:00 – 16:30 Uhr	Spaß an Bewegung für Jung und Alt	Luitpoldhain bei der Kuni
14.09.	Montag	14:00 – 15:00 Uhr	Kennen Sie das Quartiersbüro am Tivolischlösschen	Park am Troppauplatz
17.09.	Donnerstag	15:00 – 16:30 Uhr	Spaß an Bewegung für Jung und Alt	Luitpoldhain bei der Kuni
22.09.	Donnerstag	15:00 – 16:30 Uhr	Kennen Sie das Quartiersbüro am Tivolischlösschen	Park am Troppauplatz
24.09.	Donnerstag	15:00 – 16:30 Uhr	Spaß an Bewegung für Jung und Alt	Luitpoldhain bei der Kuni
29.09.	Donnerstag	15:00 – 16:30 Uhr	Kennen Sie das Quartiersbüro am Tivolischlösschen	Park am Troppauplatz



» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Montag 14.09.2026 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

Montag 21.09.2026 Persönlichkeitsstörungen
Erfahren Sie das Neueste über das Thema: Persönlichkeitsstörungen von einer erfahrenen Psychotherapeutin aus dem Klinikum am Michelsberg.

Uhrzeit Beginn: 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.
Erreichbarkeit: mit dem Bus Nr. 910 vom ZOB Bushaltstelle: Klinikum am Michelsberg.
Eintritt frei

Dienstag 01.09.2026 Wunschkonzert bei Kaffee und Kuchen
Bei Kaffee und Kuchen können Sie den Schlagnern und Evergreens der vergangenen Jahre lauschen, mitsingen oder mit schunkeln.

Uhrzeit 14:30 – 15:30 Uhr
Ort Tagespflege am Michelsberg
Eintritt frei

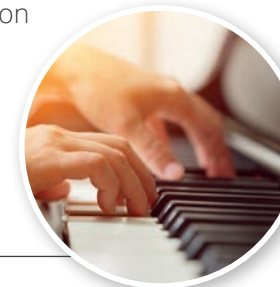


» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Dienstag 01.09.2026 Spaß und Bewegung im Sitzen
Kopf, Herz und Hand werden in dieser Stunde aktiviert. Selbstverständlich mit viel Spaß und Freude.
08.09.2026
15.09.2026
22.09.2026
29.09.2026
Uhrzeit 10:00 – 11:00 Uhr
Ort Kulturkapelle im Haus Domblick
Eintritt 2,50 €, Anmeldung erforderlich



Mittwoch 23.09.2026 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 14:45 – 15:30 Uhr
Ort Marktplatz im Altenburgblick
Eintritt frei, Clubmitglieder sind herzlich willkommen



Mittwoch 02.09.2026 Unterhaltsame Geschichten mit Musik
Lauschen Sie den Texten oder Geschichten sowie der Musik. Sie werden in sehr unterhaltsamer Weise vorgetragen, ein wunderschönes Erlebnis.
23.09.2026
Uhrzeit 10:00 – 11:00 Uhr
Ort Tagespflege am Michelsberg
Eintritt frei

Mittwoch 02.09.2026 Fit im Kopf am Michelsberg
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: Frau Yanan Trübenbach
09.09.2026
16.09.2026
23.09.2026
30.09.2026
Uhrzeit 15:00 – 16:00 Uhr
Ort Tagespflege am Michelsberg im Café Herzlich
Eintritt 2,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Donnerstag Lichtbildervortrag: "Kennen Sie Bamberg?"

24.09.2026 Alte Filme zum Auffrischen von Erinnerungen: Sandkerwa und Wunderburgerwa um 1960 – Fronleichnamsprozession um 1960 – Bamberger Symphoniker 1956 und 1968 – Tanzabend in der Provinz 1962 – Stadtbild prägende Bauwerke des Architekten Häberle außerhalb des Welterbegebiets aus der Gründerzeit von 1890 bis 1910 – frühere Idylle den Main entlang aus der „guten alten Zeit“

Uhrzeit 14:30 – 15:30 Uhr

Ort Marktplatz im Altenburgblick

Eintritt frei

Donnerstag Café Herzlich

03.09.2026 Genießen Sie in Gemütlicher Runde im Café Herzlich ein Stückchen

10.09.2026 Kuchen oder einn Heißgetränk Ihrer Wahl.

17.09.2026

24.09.2026

Uhrzeit 14:00 – 16:30 Uhr

Ort Café Herzlich

Eintritt frei



Freitag Tanzcafé in der Tagespflege am Michelsberg

11.09.2026 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 – 15:30 Uhr

Ort Tagespflege am Michelsberg

Eintritt frei für Gäste der Tagespflege und Clubmitglieder

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER



Samstag Café Herzlich

12.09.2026 Genießen Sie in Gemütlicher Runde im Café Herzlich ein Stückchen Kuchen oder einn Heißgetränk Ihrer Wahl.

Uhrzeit 14:00 – 16:30 Uhr

Ort Café Herzlich

Eintritt frei

Neues aus der Tagespflege



Thema Wald

Die Tagespflege am Ulanenpark hat sich umfassend mit dem Thema Wald auseinandergesetzt. Dabei wurden verschiedene Baumarten, deren Blätter und Blüten untersucht sowie Überlegungen angestellt, wie diese genutzt werden können.

Ausflug zum Rosengarten

Gibt es etwas Schöneres, als bei strahlendem Sonnenschein, einem gelungenen Ausflug mit angenehmen Gesprächen. Die Tagespflege am Michelsberg hatte kürzlich das Vergnügen, einen wunderbaren Ausflug zum Rosengarten zu unternehmen und genau dies in vollen Zügen zu genießen.



„Bank on Tour“

Unsere „Bank on Tour“ hat vor einigen Tagen einen neuen Zwischenstopp eingelegt – aktuell macht sie beim Autoservice Then in der Ohmstraße 10 halt. Natürlich konnten wir es uns nicht nehmen lassen, der reisenden Bank einen Besuch abzustatten und ein paar schöne Schnappschüsse festzuhalten. Begleitet wurde ich dabei von Frau Staroß und Herrn Stahl, Bewohnern der Seniorenanlage am Ulanenpark.



Beide haben die Gelegenheit genutzt und unsere besondere Sitzgelegenheit direkt einem gemütlichen Praxistest unterzogen. Das Ergebnis: Die Bank wurde für „sehr bequem“ befunden und hatte dabei angenehme Gesellschaft. Vielen Dank an den Autoservice Then für den herzlichen Empfang und die Unterstützung unserer „Bank on Tour“!

» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Montag „Offenes Bücherregal“

bis Freitag 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 Tageszeitung lesen

bis Freitag Nutzen Sie unser Angebot, von Mittag an bis Ende der Öffnungszeit im Service- und Quartiersbüro die aktuelle Tageszeitung lesen zu können.

Uhrzeit Nachmittag

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

Eintritt 0,50 €



Montag- Freitag Schorschi unser Lern-PC (Laptop)

Freitag 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



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Montag Gesprächskreis

07.09.2026 Miteinander ins Gespräch kommen, neue Informationen aufnehmen,
14.09.2026 Argumente austauschen, andere Standpunkte anhören, all dies ist in
21.09.2026 unserem neuen wöchentlichen Gesprächskreis möglich. Wir freuen uns
28.09.2026 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



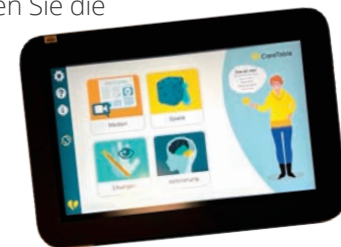
Montag Digital aktiv am Care-Table

14.09.2026 Unser digitaler Aktivitätstisch wartet auf Sie. Nutzen Sie die
28.09.2026 Möglichkeit der Städtereisen, Gedächtnistraining, Spiele und mehr.

Uhrzeit 16:30 – 17:30 Uhr

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

Eintritt frei



Montag Treffen Netzwerk für allein lebende Frauen 55+

28.09.2026 Schau gerne vorbei und werde Teil von einem lebendigen Netzwerk, in dem allein lebende Frauen sich austauschen und gegenseitig unterstützen.

Uhrzeit ab 18:00 Uhr

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

Eintritt frei

» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Dienstag **Fit im Kopf – Präsenz-Veranstaltung**

15.09.2026 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.

Uhrzeit 10:00 – 10:45 Uhr

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

Eintritt 2,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

Dienstag **Fit im Kopf – Präsenz-Veranstaltung**

15.09.2026 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.

Uhrzeit 15:00 – 15:45 Uhr

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

Eintritt 2,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

Dienstag **Gymnastikgruppe für Seniorinnen und Senioren**

Mittwoch **Sicher, aktiv und mobil bis ins hohe Alter!**

Bei unserer Gymnastik werden die Übungen sowohl im Stehen als auch im Sitzen ausgeführt. In der Stunde werden Übungen zum Gleichgewicht und zur Koordination eingefügt. Sie stärken dadurch auch ihr Herz und Kreislaufsystem und halten Ihre Muskeln und Beweglichkeit fit.

Uhrzeit 10:00 – 11:00 Uhr

Ort Praxis Saludis, Ulanenpark Wunderburg,
2. Stock, Tel: 0951 964336-33

Eintritt 4,00 €, pro Teilnahme



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Mittwoch **Spiele ist Gesundheit für die Seele**

02.09.2026 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, Sie können aber gerne eigene mitbringen.

Uhrzeit 14:30 – 16:00 Uhr

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

Eintritt 0,50 €, frei für Clubmitglieder

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER



Mittwoch **Musik zum Mitsingen**

09.09.2026 Volksmusik und Schlager zum Mitsingen mit Georg Helmreich.
23.09.2026 Kommen Sie vorbei und machen Sie mit, denn Singen bringt Freude ins Leben!

Uhrzeit 14:00 – 15:00 Uhr

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

Eintritt 2,50 € p. Person, für Clubmitglieder 1,00 €

Eintritt 1,- € für
CLUB-MITGLIEDER



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Donnerstag **Eltern-Babytreff bis 2 Jahre „Wunderburg Mäuse“**

03.09.2026 Neben dem gegenseitigen Kennenlernen besteht auch die Möglichkeit zum wertvollen Erfahrungsaustausch in der Gruppe.
10.09.2026
17.09.2026
24.09.2026

Uhrzeit 10:30 – 12:00 Uhr

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

Eintritt 1,00 € pro Familie



Donnerstag **Pflegesprechstunde**

24.09.2026 Am Donnerstag, 24.09.2026 ist Pflegelotsin Frau Verena Freuding von 15:00 bis 16:00 Uhr im Ulanenpark für Sie da und offen für alle Anliegen rund um das Thema Pflege.
 Kommen Sie gerne für ein erstes Kennenlerngespräch vorbei!

Uhrzeit 15:00 – 16:00 Uhr

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

Eintritt frei

*Pflegelotsin
 Verena Freuding*



Donnerstag **Offenes Wohnzimmer - Ideenschmiede für Ihren Stadtteil**

24.09.2026 Kommen Sie vorbei und bringen Sie Ihren Nachbarn gleich mit: Gemeinsam für die Wunderburg! Mein Quartier – meine Ideen! Informieren – Mitmachen – Diskutieren.

Uhrzeit 16:30 – 17:45 Uhr

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

Eintritt frei



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

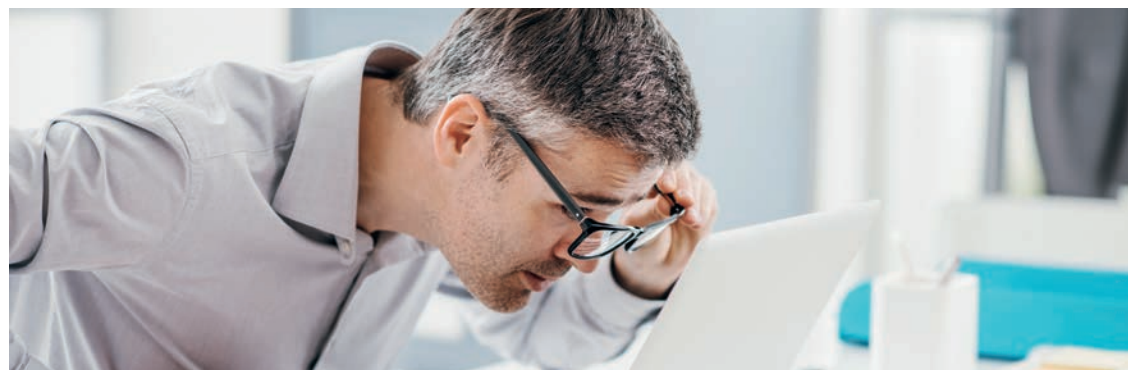
Donnerstag **Ganzheitliches Augentraining – besser sehen ohne Brille oder Kontaktlinsen – Schnupperkurs**

Ihre Augen werden abends schnell müde, das Lesen strengt an? Helles Licht blendet, Scheinwerfer im Dunkeln stören. Ihre Augen fühlen sich oft trocken oder gereizt an? Im ganzheitlichen Augentraining mit Aleksej Kusnezow lernen Sie einfache, alltagstaugliche Übungen, die Ihre Augen entspannen, den Blick entlasten und das Sehen bewusster machen. Gönnen Sie Ihren Augen eine wohltuende Auszeit und entdecken Sie, was Sie selbst für Ihr wichtigstes Sinnesorgan tun können. Bitte kommen Sie nach Möglichkeit mit Brille statt mit Kontaktlinsen.

Uhrzeit 18:00 – 19:30 Uhr

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

Eintritt 7,00 €, Anmeldung erforderlich, da Teilnehmerzahl begrenzt



Freitag **Bewegungsübungen im Sitzen**

04.09.2026 Sitzgymnastik ist das perfekte Bewegungsangebot für Menschen, die auch im Alter beweglich bleiben möchten. Wie der Name schon sagt,
11.09.2026 finden die meisten Übungen im Sitzen statt. Bleiben Sie auch im Alter fit
18.09.2026 und aktiv! Bitte vorher anmelden.

Uhrzeit 10:15 – 10:45 Uhr

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

Eintritt 1,00 € p. Person, Anmeldung erforderlich, für Clubmitglieder frei



**Eintritt frei für
 CLUB-MITGLIEDER**

» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Freitag Bastel- und Handarbeitstreff für alle:

04.09.2026 Sticken, Häkeln, Stricken und vieles mehr

11.09.2026 Alle, die neben Basteln und Nadelklappern einen Ideenaustausch und
18.09.2026 Geselligkeit schätzen, sind hier herzlich willkommen. Handarbeiten in 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 Beate Roux

18.09.2026 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 Frau Beate Roux in den Räumen der Tagespflege.

Uhrzeit 14:00 – 14:45 Uhr

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

Eintritt frei

Samstag 5 Jahre Kleiderbasar im Ulanenpark

26.09.2026 Früher Second Hand-heute Pre-Owned oder Pre-Loved Fashion, alles unterstützt Nachhaltigkeit und hilft gegen Fast Fashion.

Uhrzeit 10:00 – 14:00 Uhr

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

Eintritt frei



 **Sozialstiftung Bamberg**
Zentrum für Senioren

5 Jahre

*Pre-Owned &
Pre-Loved Fashion*

KLEIDERBASAR

SAMSTAG, 26.09.2026

10-14 UHR

Standgebühr: 10,-€ (Tisch vorhanden)
Anmeldungen bis zum 11. September 2026

E-Mail: quartiersbuero.ulanenpark@sozialstiftung-bamberg.de

Quartiersbüro am Ulanenpark
Hans-Schütz-Str. 3
96050 Bamberg

*für Nachhaltigkeit
gegen Fast Fashion*



ENTLASTUNG BEI DER PFLEGE VON MAMA UND PAPA NÖTIG?



Was kostet ein Tag bzw. 4 Tage im Monat in der Tagespflege an einem Beispiel:

PG2 in der Tagespflege am Ulanenpark

Teilfinanzierung von der Pflegekasse 721,00 € sind für 4 Tage im Monat 288,24 €. Eigenanteil über den Entlastungsbeitrag abrechenbar für 4 Tage im Monat sind 111,80 €. Fahrtkostenabrechnung erfolgt über die Pflegekasse.

»Wir kümmern uns einen Tag kostenlos!
Lernen Sie an einem Schnuppertag die Tagespflege kennen.

JUHU der Schnuppertag kostet sie kein Geld...

Tagesablauf in der Tagespflege

Öffnungszeiten: 08:00 Uhr bis 16:30 Uhr

Ankommen der Gäste ab 08:00 Uhr

Gemeinsames Frühstück von 08:30 bis 09:30 Uhr

Abwechslungsreiches Beschäftigungsprogramm bis 11:15 Uhr

Bingo, kreatives Gestalten, Kegeln, Spaziergang und vieles mehr

Mittagessen ab 11:45 Uhr bis 12:30 Uhr

Mittagsruhe 13:00 Uhr bis 14:00 Uhr

Beschäftigungsprogramm bis 15:00 Uhr

Kaffee und selbstgemachter Kuchen von 15:00 Uhr bis 15:45 Uhr

mit Ausklang des Tages

Rückfahrt der Gäste nach Hause ab 16:00 Uhr

Es finden jahreszeitliche Feste statt: Fasching, Osterfeier, Sommerfest
Ausflüge in die nähere Umgebung, Kirchweihbesuch und vieles mehr.



Kontakt Daten: Katharina Majkic, Pflegefachliche Leitung

☎ 0951 503-30530

» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Montag „Offenes Bücherregal“

bis Freitag 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

07.09.2026 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.

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

Montag Pflegesprechstunde

14.09.2026 Unsere Pflegelotsin Frau Verena Freuding ist im Café Tivoli Aktiv für Sie da. Offen für alle Anliegen rund um das Thema Pflege. Kommen Sie gerne für ein erstes Kennenlerngespräch vorbei und bringen Ihre Fragen mit!

Uhrzeit 15:00 – 16:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen,
Café Tivoli Aktiv, Kloster-Langheim-Straße 3,
96050 Bamberg

Eintritt frei

Pflegelotsin
Verena Freuding



Montag Care im Quartier-Gesundheitscafé: 21.09.2026 Quiz im Rahmen der Bayerischen Demenzwoche

Wissen, das verbindet! Wie gut kennen Sie sich mit Demenz aus? Testen Sie Ihr Wissen bei unserem interaktiven Quiz im Rahmen der Demenzwoche und erfahren Sie auf spielerische Weise mehr über das Thema Demenz. Gleichzeitig tun Sie auch etwas für Ihre geistige Fitness. Machen Sie mit und melden Sie sich an – mit etwas Glück gibt es auch kleine Preise zu gewinnen!

Uhrzeit 15:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen, Café Tivoli Aktiv,
Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt frei

Dienstag Fit im Kopf

08.09.2026 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 ist Frau Monika Lang.

Uhrzeit 09:15 – 10:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen,
Café Tivoli Aktiv, Kloster-Langheim-Straße 3,
96050 Bamberg

Eintritt 2,50 € p. Person, für Clubmitglieder frei



Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER

» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Dienstag Bewegungsübungen im Sitzen

01.09.2026 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.
08.09.2026
15.09.2026
22.09.2026
29.09.2026

Uhrzeit 13:15 – 13:45 Uhr

Ort Tivoli Aktiv, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 € p. Person, Anmeldung erforderlich, für Clubmitglieder frei



Dienstag Männerberufe: Was hat sich verändert? – Austausch miteinander Früher und Heute“

29.09.2026 Austausch über die Generationen hinweg: Männer aus verschiedenen Altersgruppen kommen zusammen, um Erfahrungen, Erlebnisse und Herausforderungen zu teilen. Wie haben sich die Erwartungen und Belastungen in den Berufen verändert? Was können wir voneinander lernen?

Uhrzeit 17:30 – 19:00 Uhr

Ort Café Tivoli, Kloster-Langheim-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt frei

Mittwoch Frauenkreis

09.09.2026 Du suchst einen Ort zum Reden, Lachen und Vernetzen? Unser Frauenkreis ist ein offenes Wohnzimmer. Egal, ob du 20 oder 80 bist, ob du gerade erst hergezogen bist oder schon immer hier lebst: Komm einfach vorbei! Wir teilen Erfahrungen, hören zu und lernen voneinander.

Uhrzeit 17:30 – 19:00 Uhr

Ort Café Tivoli, Kloster-Langheim-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 €

» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Mittwoch Lesen verbindet – Buchclub im Quartiersbüro

16.09.2026 Ein gutes Buch liest man allein – noch schöner wird es, wenn man darüber sprechen kann! Im Quartiersbüro findet ein Buchclub für alle Interessierte, die Freude am Lesen und am gemeinsamen Austausch haben. Wir erzählen von unseren Lieblingsbüchern – ob Roman, Lebensgeschichte oder zeitgenössische Literatur. Der Buchclub findet in gemütlicher Atmosphäre statt und bietet Raum für unterschiedliche Perspektiven, lebendige Gespräche und neue Begegnungen im Stadtteil. Die Gruppe ist auf maximal 8 Teilnehmende begrenzt. Wir freuen uns auf alle, die Lust haben, mit uns zwischen zwei Buchdeckeln auf Entdeckungsreise zu gehen!

Uhrzeit 17:30 – 19:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen, Café Tivoli Aktiv, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 €, Anmeldung erforderlich

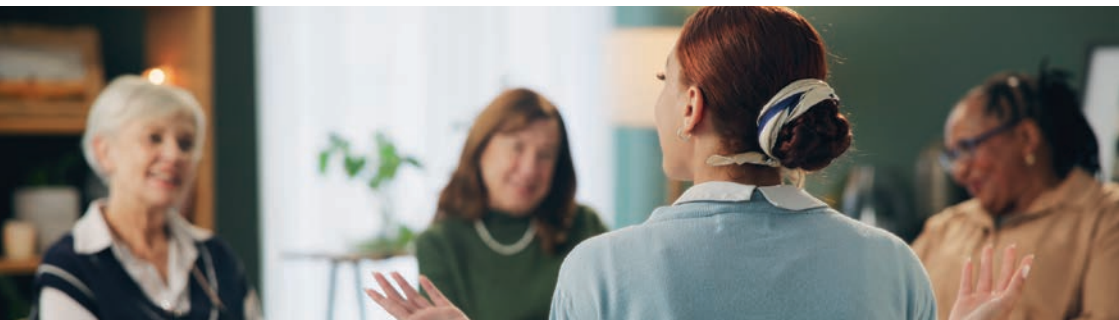
Donnerstag Gesprächskreis für pflegende Angehörige

24.09.2026 Pflegende Angehörige leisten täglich viel – oft still und mit großer Verantwortung. In unserem Gesprächskreis möchten wir Raum schaffen, um innezuhalten, sich auszutauschen und Unterstützung zu finden. In geschützter und wertschätzender Atmosphäre können Erfahrungen geteilt, Fragen gestellt und Sorgen angesprochen werden. Der Austausch mit Menschen in ähnlichen Situationen kann entlasten, Mut machen und neue Perspektiven eröffnen. Der Gesprächskreis wird von unserer Pflegelotsin Verena Freuding begleitet und bietet Zeit für Gespräche, gegenseitige Unterstützung sowie Informationen und Anregungen rund um das Thema Pflege.

Uhrzeit 17:30 – 19:00 Uhr

Ort Café Tivoli, Kloster-Langheim-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 €



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Donnerstag **Move your Body**

17.09.2026 Bewegungsangebot für Menschen, die auch im
24.09.2026 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



Freitag **Spiele ist Gesundheit für die Seele**

04.09.2026 Wie können wir die Weisheit des Alters und den Wissensdurst der
11.09.2026 Jugend zusammenbringen? Antwort: „spielerisch!“
18.09.2026 Wir laden ganz herzlich Jung und Alt zu Karten und Brettspielen ein.
25.09.2026 Eine kleine Auswahl an Spielen wird vorhanden sein.

Uhrzeit 14:00 – 16:00 Uhr

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

Eintritt 0,50 €, Anmeldung erforderlich



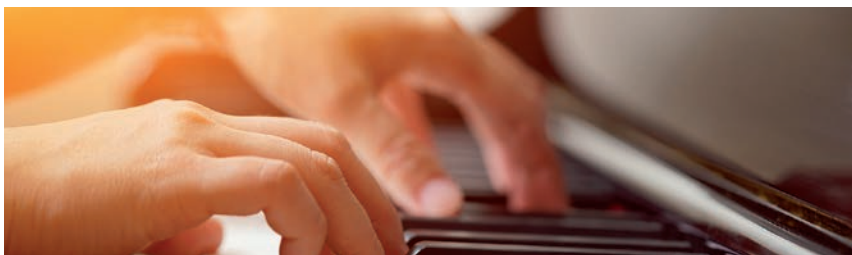
Freitag **Klavirnachmittag mir Frau Roux**

25.09.2026 Freunde der Klassischen Musik haben die Möglichkeit, dank Unter-
 stützung der Internationalen Stiftung zur Förderung von Kultur und
 Zivilisation ein klassisches Nachmittagskonzert von hoher Qualität zu
 erleben. Es spielt für Sie Frau Beate Roux in den Räumen der Tages-
 pflege.

Uhrzeit 14:30 – 15:15 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen,
 Kloster-Langheim-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 €



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Freitag **Heute probieren – morgen Stammgast**

18.09.2026 Gratisverkostung unseres Mittagstisches im Café Tivoli Aktiv. Nutzen
 Sie die Gelegenheit lernen Sie unser Angebot kennen.

Uhrzeit 13:30 – 14:30 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen, Café Tivoli Aktiv,
 Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg

Eintritt frei

Freitag **Kino trifft Begegnung**

25.09.2026 Nehmt euch eine kleine Auszeit und verbringt mit uns einen schön-
 en Vormittag. Zur Demenzwoche zeigen wir den Film „Der verlorene
 Mann“, der auf berührende Weise das Thema Demenz in den Mittel-
 punkt stellt. Wir freuen uns auf Sie

Uhrzeit 09:30 – 11:30 Uhr

Ort Café Tivoli, Kloster-Langheim-Str. 3, 96050 Bamberg

Eintritt 1,00 €

Eintritt frei für
 CLUB-MITGLIEDER





MITTAGSTISCH

im Café Tivoli Aktiv

Montag - Freitag von 12:00 - 13:00 Uhr
auf Vorbestellung einen Tag im Voraus



- Täglich zwei Gerichte aus denen Sie wählen können
- Kommen Sie gerne ins Café oder ins Quartiersbüro und machen Sie Ihre Bestellung

**Verkostung am
18.09.2026
um 13:30 Uhr im
Café Tivoli Aktiv**

Hier finden Sie uns:
Café Tivoli Aktiv
Kloster-Langheim-Str. 3, 96050 Bamberg
Tel.: 0951 964391-47
E-Mail: quartiersbuero.tivolischloesschen@sozialstiftung-bamberg.de

Sommerfest im Quartiersbüro am Tivolischlösschen am 24.06.2026 Was für ein gelungener Tag!

Unser Sommerfest war voll mit guter Laune, strahlendem Sonnenschein, mitreißender Musik und vielen schönen Momenten. Vielen Dank an alle fleißigen Hände und Frau Geißler für die tolle Deko.



Ukulele-Nachmittag Konzert am 06.07.2026

Die Ukulele-Gruppe unter Leitung von Andreas Rottmann begeisterte mit ihrem Konzert. Die fröhlichen Klänge der Ukulelen, die bekannten Melodien und das gemeinsame Singen haben allen ein Lächeln in Gesicht gezaubert. Wir bedanken uns herzlich bei der Ukulele-Gruppe für ihren Besuch. Das Konzert wird allen Besucherinnen und Besuchern noch lange in guter Erinnerung bleiben und wir freuen uns schon auf das nächste Konzert.



saludis Kursprogramm Herbst/Winter 2026

Montag, ab 14.09.2026:

17:00 – 17:45 Uhr

5 x sanfte Aquafitness für Schwangere und Frauen (Barbara Hahn)

€ 60,--

09:00 – 09:30 Uhr, ab 21.09.2026:

5 x Babyschwimmen Anfänger ab dem 3. Monat (Franziska Klein)

€ 84,--

18:00 – 19:00 Uhr, ab 21.09.2026:

10 x Yoga (Anna Stöcklein)

€ 120,--

Dienstag, ab 15.09.2026:

13:00 – 13:45 Uhr, 13:45 – 14:30 Uhr

10 x Aquafit (Barbara Hahn)

€ 120,--

17:00 – 18:00 Uhr (ab 22.09.2026)

10 x Rückenkurs* (Claudia Beuerle)

€ 150,--

18:30 – 19:30 Uhr (ab 22.09.2026)

10 x Body Workout* (Claudia Beuerle)

€ 150,--

Mittwoch, ab 23.09.2026:

18:30 – 19:15 Uhr, 19:15 – 20:00 Uhr

10 x Aquapower* (Dominik Albrecht)

€ 150,--

Donnerstag, ab 24.09.2026:

12:00 – 12:30 Uhr

5 x Babyschwimmen ab dem 6. Monat (Franziska Klein)

€ 84,--

Freitag, ab 25.09.2026:

09:00 – 10:00 Uhr

4 x Babymassage (Tina Noll) (Praxis Ulanenpark, weitere Termine online)

€ 74,--

Freitag, ab 08.10.2026:

11:00 – 12:00 Uhr

8x „Raus aus dem Kopf – Rein in den Körper (Alexandra Karl)

€ 96,--

Samstag, ab 26.09.2026:

09:15 – 10:15 Uhr

8 x Zumba – mit Schwung ins Wochenende (Nizzi)

€ 96,--

Kurs mit Stern*: es handelt sich um einen Präventionskurs, der von den gesetzlichen Krankenkassen bezuschusst werden kann. Evtl. anfallende Parkgebühren müssen selbst getragen werden.

Anmeldung online erforderlich!!

* weitere Termine unter: www.saludis.de

saludis – Zentrum für rehabilitative Medizin

Buger Straße 82, 96049 Bamberg, Tel.: 0951 503-53820

E-mail: kurs@saludis.de www.saludis.de



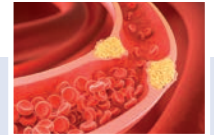
Sozialstiftung Bamberg
Klinikum Bamberg

INFO-ABENDE IM KLINIKUM AM BRUDERWALD

Cholesterin – wissen, was schützt und hilft

Wann: 20.10.2026, 18:30 Uhr

Wo: Raum Residenz, Buger Str. 80, 96049 Bamberg



Cholesterin ist lebenswichtig, aber ein Ungleichgewicht kann langfristig Herz und Gefäße belasten. In unserer Veranstaltung erfahren Sie, welche Werte wirklich relevant sind, wie Ernährung, Bewegung und Lebensstil Einfluss nehmen und wann ärztliche Kontrolle wichtig ist.

Wir laden Sie herzlich zu unserem Info-Abend ein, bei denen unsere Expertinnen und Experten im Rahmen einer moderierten Diskussionsrunde wertvolle Einblicke geben. Danach ist Zeit für Ihre Fragen.

Unsere teilnehmenden Bereiche:

- Medizinische Klinik I: Kardiologie und Elektrophysiologie
- Medizinische Klinik III: Nieren- und Hochdruckkrankheiten, Rheumatologie, Akutgeriatrie
- Ernährungsberatung des Betreuungs- und Beratungszentrums

EINTRITT
FREI

Falls Sie vorab Fragen an unsere Expertinnen und Experten haben, können Sie uns diese gerne zuschicken: km@sozialstiftung-bamberg.de

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

Wege zu ruhigen Nächten: Therapeutische Ansätze bei Schnarchen und Schlafstörungen

Dienstag, 17.11.2026, 18:30 Uhr

Wir freuen
uns auf Sie!
Keine
Anmeldung
erforderlich.

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 Schnitzer

Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg, Telefon: 0951 96439-147

E-Mail: quartiersbuero.tivolischloesschen@sozialstiftung-bamberg.de

Montag: 09:00 – 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.