



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 Dezember 2025
– Januar 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

Wir möchten uns bei allen Lesern und Besuchern herzlich für das entgegengebrachte Vertrauen und die gemeinsame Zeit bedanken. Freuen Sie sich mit uns auf das bevorstehende Jahr 2026 mit Vorträgen und Veranstaltungen in alten neuen Formaten.

Eine entspannte, besinnliche Weihnachtszeit und alles Gute für das Neue Jahr wünschen Ihnen

Ihre Service- und Quartiersbüros

Bitte beachten Sie die folgenden Schließzeiten:

Service- und Quartiersbüro am Ulanenpark
Schließzeiten: 24.12.2025 – 01.01.2026

Service- und Quartiersbüro am Tivolischlösschen
Schließzeiten: 24.12.2025 – 04.01.2026

Bitte beachten Sie die eingeschränkten Öffnungszeiten:

Café Tivoli Aktiv ist vom 22.12.2025 bis einschließlich 06.01.2026 geschlossen.

» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Montag 01.12.2025 **Seniorengymnastik im Sitzen mit Aktivierungselementen**
 Georg Wolf, langjähriger, erfahrener Pflegemitarbeiter bietet Ihnen
08.12.2025 eine interessante, kompetente Mischung der Sitzgymnastik mit
15.12.2025 Gedächtnisaktivierung an.
22.12.2025
12.01.2026
19.01.2026

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 12.12.2025 **Tanzcafé in der Tagespflege am Michelsberg**
 Wenn Sie Lust haben, bei einer Tasse Kaffee und flotter Tanzmusik Ihr
09.01.2026 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, nur für Gäste der Tagespflege
 und Clubmitglieder

Exklusiv nur für
 CLUB-MITGLIEDER

Montag 01.12.2025 **Demenzberatung**
 Die Demenzberatung richtet sich an (pflegende) Angehörige von Men-
05.01.2026 schen 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

Mittwoch 03.12.2025 **Lesung - "Schrille Nacht, heilige Nacht"**
 Lassen Sie sich überraschen mit einer Lesung zu verschiedenen pas-
 senden Geschichten zu dem Thema „Weihnachten-ein unordentliches
 Gefühl“

Uhrzeit 18:00 Uhr
Ort Aktivraum Zentrum für Senioren
 St.-Getreu-Str. 1
Eintritt frei, Spenden erwünscht



Dienstag 09.12.2025 **Spaß und Bewegung im Sitzen**
 Kopf, Herz und Hand werden in dieser Stunde aktiviert.
16.12.2025 Selbstverständlich mit viel Spaß und Freude.
13.01.2026
20.01.2026
27.01.2026

Uhrzeit 10:00 – 11:00 Uhr
Ort Kulturkapelle im Haus Domblick
Eintritt 2,50 €, frei für Clubmitglieder

Eintritt frei für
 CLUB-MITGLIEDER



Mittwoch 03.12.2025 **Fit im Kopf am Michelsberg**
 Haben Sie Lust, Ihrem Gehirn „Beine zu machen“? Jeder kennt Ver-
10.12.2025 gesslichkeit im Alltag! Ziel des ganzheitlichen Konzentrationstrainings
17.12.2025 ist es, alle Bereiche des Gehirns mit gezielten Spielen und Techniken
07.01.2026 sowie körperlicher Bewegung anzuregen. Das Training verbindet das
14.01.2026 Denken mit Bewegung und Freude am gemeinsamen Üben.
21.01.2026 Kursleitung: Frau Yanan Trübenbach.
28.01.2026

Uhrzeit 15:00 – 16:00 Uhr
Ort Kulturkapelle im Haus Domblick, St.-Getreu-Str. 1
 96049 Bamberg
Eintritt 2,50 €, frei für Clubmitglieder, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für
 CLUB-MITGLIEDER



» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

Mittwoch **Klaviernachmittag mit Frau Roux**

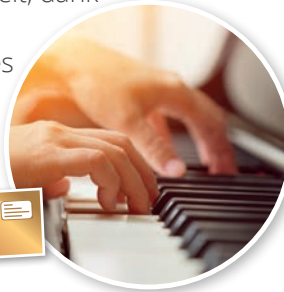
17.12.2025 Freunde der klassischen Musik haben die Möglichkeit, dank
21.01.2026 Unterstützung der Internationalen Stiftung zur Förderung von Kultur und Zivilisation ein klassisches Nachmittagskonzert von hoher Qualität zu erleben. Es spielt für Sie Beate Roux.

Uhrzeit 15:00 – 15:45 Uhr

Ort Marktplatz im Altenburgblick

Eintritt frei

Exklusiv nur für
CLUB-MITGLIE-



Montag **„Gesundheitseffekt von Vitamin D“**

19.01.2026 Das Vitamin D wird oftmals unterschätzt in seiner Wirkungsweise. In diesem Vortrag erfahren Sie wie wichtig das Vitamin D gerade in der Winterszeit für uns Menschen ist.

Uhrzeit ab 18:00 Uhr

Ort Psychotherapie im Klinikum a. Michelsberg (KaM) in der Sankt-Getreu-Str. 18, 96049 Bamberg

Eintritt frei



Wohlfühlmomente verschenken mit den saludis Weihnachtsangeboten

Aromaölmassage (30 Minuten) 35,00€

10 er Karte medizinische Trainingstherapie 72,00€
(9 x zahlen 10 x trainieren)

Die Angebote sind bis 23.12.2025 gültig und käuflich zu erwerben in unserer Praxis im Ulanenpark.

Gutscheine sind erhältlich unter:

Tel. 0951 964 336 33

Die Praxis ist vom 24.12.25 – 01.01.26 geschlossen.



* alle Preise inklusive der gesetzlichen Mehrwertsteuer
Die Gutscheine sind auch nach dem 24.12.2025 gültig



saludis - Zentrum für rehabilitative Medizin

Buger Straße 82, 96049 Bamberg

☎ 0951 503-53820 ✉ kurs@saludis.de

www.saludis.de



Die **passende Therapie** für Ihre Beschwerden

Je besser unser Körper funktioniert, desto wohler fühlen wir uns. In unseren Praxen für Physiotherapie, Ergotherapie, Logopädie und Physikalische Therapie bieten wir zahlreiche Therapien, Trainingsmöglichkeiten und Behandlungsformen. Diese können Sie auf Basis einer Heilmittelverordnung bei uns in Anspruch nehmen. Das Rezept erhalten Sie von Ihrem behandelnden Haus- oder Facharzt. Wir behandeln die unterschiedlichsten Beschwerden wie zum Beispiel Rheuma, Rückenschmerzen, Schluck- sowie Sprachstörungen und helfen dabei, die Funktionalität einzelner Gliedmaßen im Alltag wiederherzustellen. Ziel ist es, die Beweglichkeit des Körpers zu stabilisieren oder zu verbessern und Schmerzen zu reduzieren. Darüber hinaus möchten wir unseren Patienten einen eigenverantwortlichen Umgang mit ihrem Körper vermitteln.

Unsere Leistungen

Physiotherapie:

- » Krankengymnastik
- » Krankengymnastik auf neuro-physiologischer Basis (PNF, Bobath)
- » Manuelle Therapie (MT)
- » Gerätegestützte Krankengymnastik (KGG)
- » Behandlung von Kiefergelenksbeschwerden

... und vieles mehr

Physikalische Therapie:

- » Massage
- » Elektrotherapie
- » Manuelle Lymphdrainage
- » Taping
- » Kälte- und Wärmetherapie

Anmeldung online möglich!!

saludis – Zentrum für rehabilitative Medizin

Buger Straße 82, 96049 Bamberg

☎ 0951 964336-41 ✉ kurs@saludis.de www.saludis.de



Gymnastikgruppe für Seniorinnen und Senioren

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.

Wann:

Dienstag und Mittwoch jeweils von 10:00 – 11:00 Uhr

Wo:

Praxis Ulanenpark Wunderburg

Kosten:

4.- € pro Teilnahme

**Anmeldung
erforderlich**



saludis - Zentrum für rehabilitative Medizin Physiopraxis Ulanenpark

Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg

☎ 0951 964336-33 ✉ info@saludis.de www.saludis.de

» 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 frei

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER



Montag 2. Treffen vom Netzwerk für alleinlebende Frauen 55+

26.01.2026 Wenn du Teil eines lebendigen Netzwerkes werden möchtest, schau gerne vorbei und lerne Frauen kennen, die selbständig leben, aber nicht immer alles alleine machen wollen

Uhrzeit ab 18:00

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



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Dienstag Fit im Kopf – Präsenz-Veranstaltung

09.12.2025 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.

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

02.12.2025 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.

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“

04.12.2025 Neben dem gegenseitigen Kennenlernen besteht auch die Möglichkeit zum wertvollen Erfahrungsaustausch in der Gruppe.

11.12.2025

18.12.2025

08.01.2026

15.01.2026

22.01.2026

29.01.2026

Uhrzeit 10:30 – 12:00 Uhr

Ort Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 1, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg
Eintritt 1,00 € pro Familie



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

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

11.12.2025 Kommen Sie vorbei und bringen Sie Ihren Nachbarn gleich mit: Gemeinsam für die Wunderburg! Mein Quartier – meine Ideen! Informieren –
08.01.2026 Mitmachen - Diskutieren
22.01.2026

Uhrzeit 17:00 – 18:00 Uhr

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

Eintritt frei

Mittwoch **Schamanische Gesundheits- und Wohlfühlpraxis**

03.12.2025 Möchtest du dich im Alltag wohler fühlen und deine Gesundheit stärken?
10.12.2025 In dieser Veranstaltung lernen wir im Kurs verschiedene Übungen und
17.12.2025 Meditationen kennen, die dir helfen werden im Alltag mehr in die Gelassenheit zu kommen und freier vom Alltagsstress zu sein. Durch diese
07.01.2026 Übungen wirst du mehr Frieden mit deinem Körper, deinem Geist und
14.01.2026 deinen Emotionen finden. Ich lade dich herzlich dazu ein, dabei zu sein
21.01.2026 und dir eine wohltuende Stunde zu gönnen. Referent ist Khanh Marterer.
28.01.2026

Uhrzeit 17:30 – 18:30 Uhr

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

Eintritt 5,00 €, Anmeldung erforderlich

Freitag **Bastel- und Handarbeitstreff für Alle: Sticken, Häkeln, Stricken und vieles mehr**

05.12.2025 Alle, die neben Basteln und Nadelklappern einen Ideenaustausch und
12.12.2025 Geselligkeit schätzen, sind hier herzlich willkommen. Handarbeiten in
19.12.2025 der Gruppe macht gute Laune und Spaß, man kommt mit Menschen
09.01.2026 zusammen und kann sich austauschen.
16.01.2026
23.01.2026
30.01.2026

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



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Montag **Ukulele-Konzert**

08.12.2025 Die Ukulelegruppe der Ukahuna Ukulele Academy spielt für uns einen kleinen Auftritt. (ca. 40 Minuten) Anschließend sind alle zu einem Glühweinumtrunk eingeladen. Bitte bringen Sie dazu eine eigene Tasse mit.

Uhrzeit ab 18:30 Uhr

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

Eintritt frei



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Montag **Digital Aktiv am Care-Table**

01.12.2025 Unser digitaler Aktivitätstisch wartet auf Sie. Nutzen Sie die Möglichkeit der Städtereisen, Gedächtnistraining, Spiele und mehr.

15.12.2025

12.01.2026

19.01.2026

26.01.2026



Uhrzeit 16:00 – 17:45 Uhr

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

Eintritt frei

Dienstag **Gymnastikgruppe für Seniorinnen und Senioren.** und **Sicher, aktiv und mobil bis ins hohe Alter!**

Mittwoch 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 Physiopraxis **saludis**, Hans-Schütz-Str. 3
im 2. Stock, Tel.: 0951 964336-33

Eintritt 4,00 € pro Teilnahme (auch 10er Karte möglich)



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Montag- **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



Donnerstag **Ganzheitliches Augentraining – besser sehen ohne Brille oder** **04.12.2025 Kontaktlinsen**

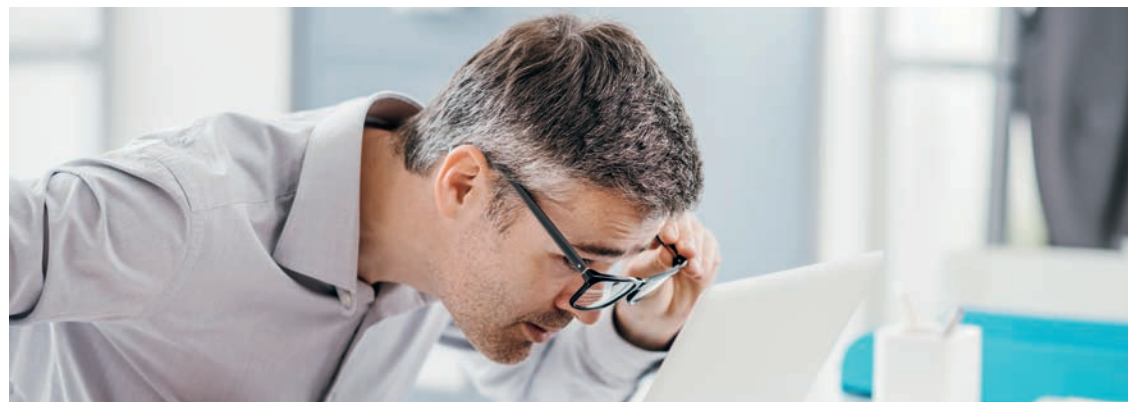
Gerade in der heutigen Zeit beanspruchen wir unsere Augen intensiver als nie zuvor. Durch künstliches Licht, zunehmende Bildschirmarbeit und ständige Arbeit in kurzer Distanz sind unsere Augen oft ermüdet und angespannt.

Ganzheitliches Augentraining hilft Ihnen dabei Ihre Sehkraft zu verbessern. Schenken Sie Ihren Augen eine wohltuende Auszeit und lernen Sie Ihr wichtigstes Sinnesorgan näher kennen. Herr Aleksej Kusnezow zeigt Ihnen Techniken und gezielte Augenübungen, die den Blick schärfen, die Augen entspannen und zu neuen Einsichten führen. Wenn möglich, kommen Sie bitte mit Brille anstatt mit Kontaktlinsen.

Uhrzeit 18:00 – 19:30 Uhr

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

Eintritt 7,00 € p. Person, Anmeldung erforderlich



» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

Freitag 05.12.2025 Klaviernachmittag mit Frau 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 14:30 – 15:15 Uhr

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

Eintritt frei

Freitag 06.02.2026 Herzaumeditation

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

Montag 01.12.2025 Gesprächskreis

Miteinander ins Gespräch kommen, neue Informationen aufnehmen, Argumente austauschen, andere Standpunkte anhören, all dies ist in unserem neuen wöchentlichen Gesprächskreis möglich. Wir freuen uns auf Sie und Ihre Themen zu Gesundheit, Kultur, Alter und Gesellschaft.

**12.01.2026
19.01.2026
26.01.2026**

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



Liebe Familien,

kommt vorbei zu einem gemütlichen Adventsnachmittag im Quartiersbüro Tivolischlösschen! Wir lesen zusammen schöne (Weihnachts-) Geschichten, schreiben Postkarten mit lieben Wünschen für unsere Nachbarschaft und naschen dabei leckere Plätzchen. Dazu gibt es warmen Kinderpunsch und jede Menge Weihnachtsstimmung.

Datum: 05.12.2025

Uhrzeit: 15:00 – 16:30 Uhr

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

Eintritt: frei



"Bella Italia" - ein etwas anderer Mittagstisch im Café Tivoli

Ein gelungener Pizzatag - herzlicher Dank an den Spender des Pizzaofens. Der diesjährige Pizzatag war ein voller Erfolg! Der Duft frisch gebackener Pizza, die fröhliche Stimmung und das gemeinsame Genießen machten den Tag besonders.

Ein besonderer Dank gilt an Frau Schlager und die Firma MFA Großküchentechnik für die köstliche Bereicherung durch diese Spende.



» 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 01.12.2025 bis 15.12.2025 19.01.2026 **Erlebnistanz im Tivoli**

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 04.12.2025 bis 11.12.2025 18.12.2025 08.01.2026 15.01.2026 22.01.2026 29.01.2026 **Move your Body**

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



Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER

Uhrzeit **10:30 – 11:15 Uhr**

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

Eintritt 1,00 €, Anmeldung erforderlich

Dienstag 20.01.2026 **Fit im Kopf – Präsenzveranstaltung**

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 02.12.2025 bis 09.12.2025 13.01.2026 27.01.2026 **Bewegungsübungen im Sitzen – Präsenz-Veranstaltung**

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.



Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER

Uhrzeit **13:15 – 13:45 Uhr**

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

Eintritt 1,00 €, Anmeldung erforderlich

» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Dienstag 13.01.2026 Demenzberatung der Alzheimergesellschaft

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 12.12.2025 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 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 19.01.2026 Vortrag: "Papa was ist los mit dir?" Chancen und Herausforderungen im Umgang mit Demenz

Im Vortrag werden Ihnen Anregungen gegeben wie sie alltagspraktisch mit dem herausfordernden Verhalten umgehen können. Die Referentin Frau Freuding Verena, Pflegefachkraft mit dem Schwerpunkt Demenz freut sich auf ihr Kommen.

Uhrzeit 15:30

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

Eintritt frei



Samstag 06.12.2025 Musik Café: Zum Mitsingen

„Abendlieder und Lieder zur Adventszeit
mit Frau Kleinlein-Haag“

Uhrzeit 14:30 Uhr – 16:00 Uhr

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

Eintritt frei



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

Freitag 05.12.2025 **Spielen ist Gesundheit für die Seele**
12.12.2025 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.
19.12.2025
09.01.2026
16.01.2026
23.01.2026
30.01.2026

Eintritt frei für
CLUB-MITGLIEDER



Uhrzeit 14:00 – 16:00 Uhr

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

Eintritt 0,50 €, Anmeldung erforderlich

Donnerstag 18.12.2025 **Alle 14 Tage: Musiknachmittag mit Reiner (Klavier)**

15.01.2026 Er spielt für Sie 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
29.01.2026

Uhrzeit 14:30 Uhr – 15:30 Uhr

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

Eintritt frei



Mittwoch 17.12.2025 **Adventszauber im Café Tivoli**

Freuen Sie sich auf gemütliche Stunden, bei leckeren Plätzchen, Kuchen und Glühwein. Lassen Sie uns gemeinsam die Weihnachtszeit mit allen Sinnen genießen.

Uhrzeit 14:00 – 17:00 Uhr

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

Eintritt frei



Alzheimer Gesellschaft Bamberg

**„Abendlieder und
 Lieder zur Adventszeit
 mit
 Frau Kleinlein-Haag“**

im Musik-Cafe

6. Dezember 2025

14:30 – 16:00 Uhr

im Quartiersbüro Tivoli

(Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg)

**Für Menschen mit und
 ohne Demenz, ihre
 Begleitung und Freunde.
 Der Eintritt ist frei!**

Alzheimer Gesellschaft Bamberg e.V. www.alzheimer-bamberg.de
info@alzheimer-bamberg.de Tel.: 0951 - 8680169

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: 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.