**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 Juni 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 Geriatrische Tagesklinik
Geriatrische Rehabilitation saludis

*Jutta Weigand*
Geschäftsführerin
Altenhilfe gGmbH



# Smart City Bamberg

**vom 23. bis 27. Juni 2025**

Smart City Bamberg hat es sich zum Ziel gemacht, die Lebensqualität der Bamberger:innen mit digitalen Mitteln nachhaltig zu verbessern. In diesem Jahr sollen die Digitalisierungsprojekte weiter verbreitet und Digitalisierung in den verschiedenen Quartieren Bambergs noch mehr erlebbar gemacht werden. Verschiedenste Aktionen bieten im Rahmen von Smarten Wochen Raum zum Ausprobieren, Mitreden und Lernen – für Jung und Alt und alles dazwischen!

Nach der ersten Smarten Woche in Südwest im April kommt die Aktionswoche nun nach Bamberg-Ost! Sie wird von Smart City gemeinsam mit dem Mehrgenerationenhaus Mütterzentrum Känguruh e.V., dem Stadtteilzentrum Löwenzahn, dem Quartiersbüro am Tivolischlösschen und dem Jugendtreff Ost umgesetzt. In der Woche vom 23. bis 27. Juni  werden interaktive Workshops, spannende Vorträge und Mitmach-Aktionen angeboten, bei denen Digitalisierung hautnah erlebt und selbst ausprobiert werden kann. Auf dem Programm stehen vielfältige Angebote für alle Altersgruppen.

**Kommen Sie vorbei und erleben und erfahren Sie Neues!**
**Weitere Informationen zum Programm der Smarten Woche finden Sie in den kommenden Wochen unter *www.smartcity.bamberg.de.***

**Montag**
**02.06.2025**
**23.06.2025**
**30.06.2025**

## Seniorengymnastik im Sitzen mit Aktivierungselementen

Georg Wolf, langjähriger, erfahrener Pflegemitarbeiter bietet Ihnen eine interessante, kompetente Mischung der Sitzgymnastik mit Gedächtnisaktivierung an.

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

---

**Freitag**
**13.06.2025**

## 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 – 15:30 Uhr**
**Ort** Tagespflege am Michelsberg
**Eintritt** frei für Gäste der Tagespflege und Clubmitglieder

---

**Montag**
**02.06.2025**

## 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

**Mittwoch**
**25.06.2025**

## 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

---

**Montag**
**16.06.2025**

## Schizophrenie – Was kann helfen?

Die bekannten Behandlungsmethoden und vielversprechende neue Ansätze werden vorgestellt.

**Uhrzeit** **ab 18:00 Uhr**
**Ort** Konferenzraum (Raum Michelsberg) im 2.Stock der Klinik für Psychiatrie, Psychosomatik u. Psychotherapie im Klinikum a. Michelsberg (KaM) in der Sankt-Getreu-Str. 18, 96049 Bamberg
**Eintritt** frei

---

**Dienstag**
**03.06.2025**
**10.06.2025**
**17.06.2025**
**24.06.2025**

## Spaß und Bewegung im Sitzen

Kopf, Herz und Hand werden in dieser Stunde aktiviert. Selbstverständlich mit viel Spaß und Freude.

**Uhrzeit** **10:00 – 11:00 Uhr**
**Ort** Kulturkapelle im Haus Domblick
**Eintritt** 2,50 €, Anmeldung erforderlich

# » Service- und Quartiersbüro am Michelsberg

**Montag** **Fit im Kopf am Michelsberg**
**02.06.2025** Haben Sie Lust, Ihrem Gehirn „Beine zu machen“? Jeder kennt Ver-
**16.06.2025** gesslichkeit im Alltag! Ziel des ganzheitlichen Konzentrationstrainings
**23.06.2025** ist es, alle Bereiche des Gehirns mit gezielten Spielen und Techniken
**30.06.2025** sowie körperlicher Bewegung anzuregen. Das Training von Yanan Trübenbach verbindet das Denken mit Bewegung und Freude am gemeinsamen Üben.

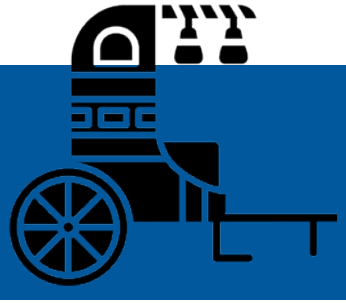
**Uhrzeit** **14:30 – 15:30 Uhr**
**Ort** Kulturkapelle im Haus Domblick
**Eintritt** 2,50 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER

## Tanzcafé

**Am 13.06.2025 und 11.07.2025 findet das Tanzcafé in der Tagespflege am Michelsberg statt.**

## Rikschafahrten



**Ab sofort finden wieder unsere Rikschafahrten statt!**
**1x wöchentlich am Nachmittag**

## Tanzcafé

**Die nächsten Termine für das Tanzcafé in der Tagespflege am Ulanenpark ist der 03.06.2025 und am 02.07.2025.**



# Neues aus den Tagespflegen der Sozialstiftung

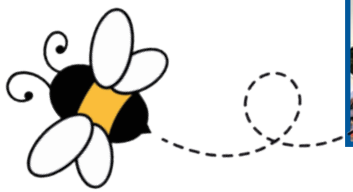
## Unsere Osterbrunnenfahrt

mit den Gästen der Tagespflege am Ulanenpark, der Tagespflege am Michelsberg sowie Bewohnerinnen und Bewohnern des stationären Bereichs war ein voller Erfolg,

Unsere Gäste hatten große Freude und erzählten wie schön es war. Für alle ein aufregendes Ereignis!

## Bienenvortrag

Zum Thema Bienen hatten unsere Gäste viel Freude an dem Vortrag und dem Anschauungsmaterilal, hierzu gab es am Nachmittag auch einen Filmvortrag.



Sozialstiftung Bamberg
Zentrum für Senioren

# Nachbarschaftsfest am Michelsberg

*mit Bamberg zaubert*

SAVE THE DATE

**Samstag, 19.07.2025**

**14:00 – 18:00 Uhr**

**Genießen Sie: Tony Bulluck**

**Gerne können sich engagierte Nachbarinnen und Nachbarn an den Festen beteiligen.** Rufen Sie uns an oder kontaktieren Sie uns unter:


**» Service- und Quartiersbüro am Michelsberg**
0951 503-30000 | quartiersbuero.michelsberg@sozialstiftung-bamberg.de


## Rahmenprogramm

**14:00 Uhr** **Feierliche Eröffnung**

**15:00 – 16:00 Uhr** **Bamberg zaubert**
*3 internationale Künstler zeigen ihr Können*

**14:00 – 17:00 Uhr** **Diverse Aktionen**
- » Musikalische Unterhaltung
- » Spiel und Spaß für Groß und Klein mit dem Care Table
- » Tischkegeln & Kicker
- » Fotobox

**14:00 – 18:00 Uhr** **Speisen- und Getränkeausgabe**
- » Kaffee und Kuchen, Pizza, Eis
- » Cocktails und versch. Kaltgetränke

**Hinweis:**
Das Nachbarschaftsfest findet bei jedem Wetter statt.
Wir freuen uns auf Sie!

**Ort:**
St.-Getreu-Str. 1, 96049 Bamberg

**Stadtbusanbindung Linie 910 hält direkt vorm Haus.**

**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 Öffnungszeit im Service- und Quartiersbüro die aktuelle Tageszeitung lesen zu können.

**Uhrzeit** **Nachmittag**
**Ort** Sitzecke im Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** 0,50 €

---

**Mittwoch 04.06.2025 11.06.2025 18.06.2025 25.06.2025** **Schamanische Gesundheits- und Wohlfühlpraxis**

Möchtest du dich im Alltag wohler fühlen und deine Gesundheit stärken? In dieser Veranstaltung lernen wir im Kurs verschiedene Übungen und Meditationen kennen, die dir helfen werden im Alltag mehr in die Gelassenheit 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 17.06.2025** **Fit im Kopf – Präsenz-Veranstaltung**

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 17.06.2025 24.06.2025** **Fit im Kopf – Präsenz-Veranstaltung**

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

---

**Donnerstag 05.06.2025 12.06.2025 26.05.2025** **Eltern-Babytreff bis 2 Jahre „Wunderburg Mäuse“**

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

**Uhrzeit** **10:30 – 12:00 Uhr**
**Ort** Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 2, HansSchütz-Straße 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** 1,00 € pro Familie

**Freitag**
**06.06.2025**
**13.06.2025**
**20.06.2025**
**27.06.2025**

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

Alle, die neben Basteln und Nadelklappern einen Ideenaustausch und 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 €

---

**Montag**
**02.06.2025**
**16.06.2025**
**30.06.2025**

## Digital aktiv am Care-Table

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

**Uhrzeit** 16:00 – 17:45 Uhr
**Ort** Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** frei

---

**Montag**
**02.06.2025**
**16.06.2025**
**23.06.2025**
**30.06.2025**

## 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.

**Uhrzeit** 15:00 – 16:00 Uhr
**Ort** Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 1, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** 0,50 €, Anmeldung erforderlich

» Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

**Mittwoch**
**11.06.2025**
**25.06.2025**

## Musik-Singkreis

Singen für Alle! Bei Live-Musik. Lieder zum Zuhören und Mitsingen. (Texte sind vorbereitet). Dazu Instrumentalstücke von Karl und Horst zum Entspannen.

**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)

---

**Montag-Freitag**
Während der Öffnungszeiten

## 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**
**06.06.2025**

## Herzraummeditation

Eine angeleitete Meditation, die dahinführt, reines klares Bewusstsein und bedingungslose Liebe zu erfahren. Die Quelle dazu liegt in uns selbst in unserem Herzraum 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, erstmöglicher Freitag im Monat
**Ort** Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 2, Hans-Schütz-Str. 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** 1,50 €, Anmeldung erforderlich

# » Service- und Quartiersbüro Ulanenpark

**Freitag**
**06.06.2025**
**13.06.2025**
**20.06.2025**
**27.06.2025**

## Bewegungsübungen im Sitzen – Präsenzveranstaltung

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!

**Uhrzeit** 10:00 – 10:30 Uhr
**Ort** Service- und Quartiersbüro Ulanenpark, Aktivraum 1, Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** 1,00 €, Anmeldung erforderlich

Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER

---

**Donnerstag**
**26.06.2025**

## Ganzheitliches Augentraining – besser sehen ohne Brille oder Kontaktlinsen

Gerade in der heutigen Zeit beanspruchen wir unsere Augen intensiver als nie zuvor. 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

---

**Dienstag und Mittwoch**

## Gymnastik für Seniorinnen und Senioren (siehe Seite 22 - 23)

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** saludis Physiopraxis Ulanenpark Hans-Schütz-Str. 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** Anmeldung und Information über Saludis – Physiopraxis am Ulanenpark



# Quartiersbike on Tour

Veranstaltungen finden nur bei trockenem Wetter statt

**Programmübersicht Juni 2025**

| Datum | Tag | Uhrzeit | Titel | Treffpunkt |
|---|---|---|---|---|
| 05.06. | Donnerstag | 14:30 – 16:00 Uhr | Spiel, Spaß und Bewegung | Luitpoldhain nähe Kiosk Kunni |
| 12.06. | Donnerstag | 14:30 – 16:00 Uhr | Spiel, Spaß und Bewegung | Luitpoldhain nähe Kiosk Kunni |
| 16.06. | Montag | 14:30 – 16:00 Uhr | Spiel, Spaß und Bewegung | Troppauplatz |
| 23.06. | Montag | 14:30 – 16:00 Uhr | Spiel, Spaß und Bewegung | Volkspark |
| 26.06. | Montag | 14:30 – 16:00 Uhr | Spiel, Spaß und Bewegung | Luitpoldhain nähe Kiosk Kunni |
| 30.06. | Dienstag | 14:30 – 16:00 Uhr | Spiel, Spaß und Bewegung | Volkspark |

**Interesse? :)**

## Kontakt

**Stefan Pauer**
Koordinator Ehrenamt
Zentrum für Senioren

0951 503-33103
stefan.pauer@sozialstiftung-bamberg.de
sozialstiftung-bamberg.de

# ENTLASTUNG BEI DER PFLEGE VON MAMA UND PAPA NÖTIG?

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

## 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.

## 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.

**JUHU der Schnuppertag kostet sie kein Geld...**

**Kontaktdaten:** A. Feinermann-Wagner, Pflegedienstleitung der Tagespflegen
015164510543

**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 16.06.2025 30.06.2025**

## 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 05.06.2025 26.06.2025**

## Move your Body

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

---

**Dienstag 24.06.2025**

## Special: Fit im Kopf mit Smart City Bamberg

Im Rahmen der Smarten Woche in Bamberg Ost wird das Angebot „Fit im Kopf“ an diesem Tag spielerisch von Smart City Bamberg begleitet. Nähere Informationen zur Smarten Woche erhalten Sie bei Smart City Bamberg.

**Uhrzeit** **09:15 – 10:00 Uhr**
**Ort** Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** frei

---

**Dienstag 03.06.2025 10.06.2025 17.06.2025 24.06.2025**

## 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.

**Uhrzeit** **13:15 – 13:45 Uhr**
**Ort** Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Tivoli AkTIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg
**Eintritt** 1,00 €, Anmeldung erforderlich

**Mittwoch**
**25.06.2025**

## Offener Treff - Alzheimergesellschaft

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**
**10.06.2025**

## 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

---

**Montag**
**30.06.2025**

## Vortragsreihe: „Die Wallfahrtskirche Vierzehnheiligen “ Stephan Renczes

Für Gläubige ist die Basilika von Vierzehnheiligen der Gnadenort der vierzehn Nothelfer, während sich für viele andere Menschen einfach eine Gelegenheit bietet, eines der großen Kunstwerke zu besuchen. Ausgangspunkt für die Entstehung eines Wallfahrtsortes Vierzehnheiligen waren die Visionen des Schäfers von Klosterlangheim, dem zwischen 1445 und 1446 drei Mal das Jesuskind erschien. Der Vortrag mit zahlreichen Bildern beschäftigt sich sowohl mit der spannenden Erbauungsgeschichte und der bedeutenden Ausstattung wie auch mit der beeindruckenden Wallfahrtsgeschichte zur Basilika Vierzehnheiligen.

**Uhrzeit** **15:00 Uhr**
**Ort** Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen, Café Tivoli AkTIV, Kloster-Langheim-Str. 3, Bamberg
**Eintritt** frei



» Service- und Quartiersbüro Tivolischlösschen

**Freitag**
**27.06.2025**

## 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** Marktplatz im Altenburgblick
**Eintritt** frei, nur für Clubmitglieder

Eintritt frei für CLUB-MITGLIEDER

---

**Mittwoch**
**25.06.2025**

## Nachbarschaftsfest im Tivoli

Liebe Nachbarinnen und Nachbarn, wir laden Sie herzlich zu unserem Nachbarschaftsfest ein. Nutzen Sie die Gelegenheit, in angenehmer Atmosphäre. Für Musik und für das leibliche Wohl ist gesorgt.

**Uhrzeit** **15:00 Uhr – 18:00 Uhr**
Service- und Quartiersbüro Tivoli-schlösschen, Kloster-Langheim-Straße 3, 96050 Bamberg
**Eintritt** frei

---

**Freitag**
**06.06.2025**
**13.06.2025**
**20.06.2025**
**26.06.2025**

## Spielen ist Gesundheit für die Seele

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.

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

---

**Donnerstag**
**12.06.2025**
**26.06.2025**

## Musiknachmittag mit Reiner

Er spielt für Sie aus Spaß an der Freude. Lassen Sie sich verwöhnen und genießen Sie es. Vielleicht erkennen Sie ja den einen oder anderen Song.

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

# 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 – 11 Uhr**

## Wo:
**Praxis Ulanenpark Wunderburg**

## Kosten:
**4.-€ pro Teilnahme**

**Anmeldung erforderlich**

**saludis** - Zentrum für rehabilitative Medizin
Physiopraxis Ulanenpark

Hans-Schütz-Straße 3, 96050 Bamberg
**www.saludis.de**

**saludis** - Zentrum für rehabilitative Medizin
Physiopraxis Ulanenpark

0951 964336-33, info@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.

www.mplus.de | SSB_99_25 | 05.2025