



**GEWOBA**

Herzlich Willkommen  
in Lüssum-Bockhorn

Kontakte, Einrichtungen,  
Hilfe und Beratung  
Kurs- und Freizeitangebote



## Inhalt

Begrüßung.....	4
Alles rund um ihre Wohnung.....	5
In guter Nachbarschaft Lageplan Lüssumer Heide.....	6
<i>Haus der Zukunft</i> > Mehrgenerationenhaus Hilfen und Beratung Fachdienst Migration & Integration.....	8
<i>Haus der Zukunft</i> > Haus der Familie Erziehungsberatung für türkische Familien.....	9
<i>Haus der Zukunft</i> > Epsymo e.V. Frühberatungsstelle Nord.....	10
<i>Haus der Zukunft</i> > Aktiv Angebote für Erwachsene Bewegen & Entspannen Wer rastet der rostet Oldie but Goldie - Singen macht froh Spielenachmittag.....	11
<i>Haus der Zukunft</i> > Gemeinschaft Mittagstisch Frühstücksbuffet Kultur-Café Strick-Café.....	12
<i>Haus der Zukunft</i> > Nebenan Backhaus Kunstladen <i>Haus der Zukunft</i> > Mitmachen Arbeitsmöglichkeiten Gute Idee? .....	13
<i>Haus der Zukunft</i> > Mehrgenerationenhaus Quartiermanagement.....	14
Natur im Quartier Gemeinschaftsgarten.....	15
Einrichtungen für Jugendliche.....	16
Spielhaus Kindertagesstätten .....	17
Schulen.....	18
Ärzte/ Krankenhäuser/Polizei.....	20
Notruf & Polizei.....	21
Wohnungstipps.....	22



## Liebe Mieterinnen und Mieter!

Wir begrüßen Sie ganz herzlich in unserem Wohngebiet! Damit Sie sich gut zurechtfinden, möchten wir Ihnen die Angebote in Ihrer Nachbarschaft vorstellen.

In Lüssum gibt es ein Quartierzentrum, das *Haus der Zukunft* in der Lüssumer Heide 6, in dem Sie viele Angebote für Eltern und Kinder, zum Deutschlernen oder auch Rat und Hilfe bei Alltagsfragen finden.

In unserem Wohngebiet gibt es drei Kitas, das „Kinder- und Familienzentrum Fillerkamp“ im Lämmerweg, die Kita „Herrschaftliche Tannen“ am Lüssumer Ring, Ecke Herrschaftliche Tannen und die ev. Kita Lüssum am Neuenkirchener Weg 29.

Die Grundschule Tami-Oelfken befindet sich mittendrin am Lüssumer Ring 55, zwei Oberschulen, die OS-Sandwehen und die OS-Lehmhorster Str. sind ebenfalls zu Fuß zu erreichen.

Für alle Anliegen rund um die Wohnung stehen Ihnen zwei Hauswarte der GEWOBA zur Verfügung, am Lüssumer Ring 57, und in der Lüssumer Heide 25. Bei Fragen zu Behördenangelegenheiten, wenden Sie sich bitte an das Büro für Sozialberatung in der Lüssumer Heide 38.

## Alles rund um ihre Wohnung

### Öffnungs- & Sprechzeiten

#### Hauswart

Büro: Lüssumer Heide 25  
Telefon: 0421 3672 - 823

Montag bis Freitag 9 - 10 Uhr  
und Montag 17 - 18 Uhr

#### Hauswart

Lüssumer Ring 57  
Telefon: 0421 36 72 - 829  
E-Mail: luessum@gewoba.de

Montag bis Freitag 9 - 10 Uhr  
und Montag 17 - 18 Uhr

#### Vermietung/Mietkonto

Rembertiring 27, 28195 Bremen

Montag, Mittwoch und  
Donnerstag 8.30 - 16 Uhr  
Freitag 8.30 - 12.30 Uhr

#### Vermietung/Mietkonto Vor Ort Beratung in Lüssum

Telefon: 0421 3672 - 522

Dienstag 9 - 12.30 Uhr  
im Lüssumer Ring 57  
Dienstag 13.30 - 16 Uhr  
in der Lüssumer Heide 25

#### Notdienst:

Telefon: 0421 2775533

Nur außerhalb der Geschäftszeiten  
und an Wochenenden

#### Aufsuchende Sozialarbeit Hilfe und Beratung

Büro: Lüssumer Heide 38  
Telefon: 0421 848 277 10  
Mobil: 0157 339 186 20

Montag, Dienstag, Donnerstag  
und Freitag 9 - 11 Uhr  
und Termine nach Vereinbarung





## In guter Nachbarschaft

Das *Haus der Zukunft*-Mehrgenerationenhaus in Ihrer direkten Nähe bietet viele unterschiedliche Angebote unter einem Dach. Es ist sowohl Anlaufpunkt für bürgerschaftliches Engagement, als auch wichtige Kontaktstelle für neue Bürgerinnen und Bürger. Es ist ein Knotenpunkt für gelebte, praktizierte und echte Vernetzung und erfüllt eine wichtige Aufgabe im Quartier. Freizeitangebote, Weiterbildung, umfassende Beratung und Hilfestellung oder einfach nur gute Nachbarschaft sind hier zu finden.

- 1 *Haus der Zukunft* > Lüssumer Heide 6
- 2 Hauswartbüro > Lüssumer Heide 25
- 3 Aufsuchende Sozialarbeit > Lüssumer Heide 38
- 4 Kunstladen > Lüssumer Heide 6
- 5 Polizeistation vor Ort > Lüssumer Heide 27
- 6 Spielhaus | Kita-Treff | Backhaus > Lüssumer Heide 50
- 7 Ev. KiTa Lüssum > Neuenkirchener Weg 29
- 8 Gemeinschaftsgarten > neben dem Hochhaus Lüssumer Ring 90
- 9 Hauswartbüro > Lüssumer Ring 57
- 10 Kinder & Familienzentrum Fillerkamp > Lämmerweg 65
- 11 KiTa | AWO > Herrschaftliche Tannen 2
- 12 Tami-Oelfken-Schule > Lüssumer Ring 55





Öffnungs-  
& Sprechzeiten

## Hilfen & Beratungen

Im *Haus der Zukunft* finden viele verschiedene Hilfsangebote, Beratungen und Kurse statt.

Lüssumer Heide 6  
28777 Bremen

Montag bis Donnerstag 9 - 17 Uhr  
Freitag 9 - 15 Uhr

**Ankommen im Quartier**  
für Menschen mit Fluchthintergrund  
Telefon: 0421 361 17 369

**Haus der Familie**  
für Eltern und Kinder  
Telefon: 0421 361 79 292

**Wegweisende Freundlichkeit**  
Orientierung und Beratung  
Telefon: 0421 361 79295

**Integrations- und Deutschkurse**  
für Migrant\*innen  
Telefon: 0421 361 79 292

**Deutsch-Sprachkurs**  
3-tägiger Kurs für neue ZuwanderInnen  
Kurse für Frauen und Männer zur Vorbereitung auf die Arbeitswelt.  
Information und Anmeldung  
Telefon: 0421 66 08 677

**Schlichten in Nachbarschaften**  
Ein Streit kann das Leben schwermachen!  
Laute Musik, entwendete Post, alkoholisierte Nachbarn, aufgebrochene Keller usw. Wenn Sie mit Ihrer Nachbarschaft in Streit geraten und Hilfe bei der Konfliktbewältigung brauchen, können Sie vertrauensvoll mit einem unparteiischen Vermittler über Ihren Ärger sprechen und versuchen eine Lösung zu finden.  
Telefon: 0421 666 460

Donnerstag 14 - 18 Uhr

## Fachdienst Migration & Integration

Landrat-Christians-Straße. 99b, 28779 Bremen

Termin nach Vereinbarung

**Jugendmigrationsdienst**  
Telefon: 0421 98 88 2410

**Migrationsdienst Erwachsene**  
Telefon: 0421 98 88 2411

**Beratung für Flüchtlinge**  
Telefon: 0421 98 88 2416 oder  
Telefon: 0421 98 88 2412

Öffnungs-  
& Sprechzeiten



## Haus der Familie

Das Haus der Familie, im *Haus der Zukunft*, bietet Eltern und Kindern Veranstaltungen an, in denen Sie sich austauschen und etwas gemeinsam unternehmen können, oder Rat und Unterstützung erhalten.

Die Angebote:

- Eltern-Kind-Gruppen
- Bewegen und Toben für Kleinkinder
- Ausflüge und Fahrten
- Beratung
- Deutschkurse
- Spielkreise für Kinder von 1 - 3 Jahren

Informationen und Anmeldung  
Telefon: 0421 361 79292

## Erziehungsberatung für türkischsprachige Familien

Beratung bei Fragen und Problemen zu Familie, Erziehung und Schule

Information & Anmeldung:  
Telefon: 0421 361 79292

Termin nach Vereinbarung

## Türkçe konuşabilen aileler için danışmanlık hizmeti:

Psikolog (B.Sc.) Pınar Türk, Haus der Zukunft'ta çocuk yetiştirme ve okulla ilgili konularda yardımcı olmaktadır.

## Unterstützung für geflüchtete Familien

Beratung Sie bei allen Fragen zur Integration in deutsch und arabisch.

Information & Anmeldung:  
Telefon: 0421 361 79292

Termin nach Vereinbarung

الدعم لجميع الأسر من اللاجئين  
يسرا رمّو موجودة لتقديم المساعدة في كل الأمور وجميع الأسئلة المتعلقة ب الاندماج.  
تتكلم العربية و الالمانية .



**■ EPSYMO**  
Elternverein für psychomotorische  
Entwicklungsförderung e.V.

Der Verein fördert Kinder im Alter von 3 - 16 Jahren, die von Behinderung bedroht sind, Störungen in der Wahrnehmung, der Bewegung, der Sprache, im Verhalten haben und Kinder mit geistiger und/oder körperlicher Behinderung.

Die therapeutische Förderung findet in Kleingruppen (3 - 8 Kinder) statt. Betroffenen Eltern werden Hilfen bei Problemen, Gesprächskreise und Informationsabende angeboten.

www.epsymo.de  
Telefon: 0421 60 99 840

Montag und Mittwoch 9 -12 Uhr  
Freitag 10 - 13 Uhr



**■ Frühberatungsstelle Nord**  
„Auf den Anfang kommt es an...“

Dies ist das Motto der Frühberatungsstelle Nord. Hier erhalten Schwangere und Eltern von Kindern im Alter von 0 - 3 Jahren fachliche Beratung und Begleitung zu Themen der Schwangerschaft, Geburt und allen Fragen im Umgang mit einem Säugling und Kleinkind.

Die Frühberatungsstelle bietet Eltern-Baby-Gruppen, offene Treffpunkte und folgende Kurse an:

- Babymassage
- Babyturnen
- Ernährungsberatung
- Schwangerschaftskurse

Information & Anmeldung:  
Telefon: 0421 69 00 91 46

Termin nach Vereinbarung



## Öffnungs- & Sprechzeiten



**■ Angebote für Erwachsene**

Infos, Termine und Anmeldung  
Telefon 0421 60 999 55

**■ Bewegen & Entspannen**

Für Frauen

Dieser Kurs richtet sich an Frauen ab 50 Jahren, die Lust haben, sich mit sanfter Gymnastik wieder zu bewegen.

Mittwoch 13.30 -14.30 Uhr



**■ Wer rastet der rostet**

In diesem Kurs werden einfache Bewegungsübungen im Sitzen und Stehen durchgeführt. Das Geschicklichkeits- und Reaktionsvermögen und die Sinneswahrnehmungen der Senior\*innen sollen verbessert werden. Vor allem soll das gemeinsame Tun der Gruppe Spaß machen, um wieder frisch und gestärkt in den Alltag zu gehen.

Mittwoch 11 -12 Uhr

**■ Oldie but Goldie“ - Singen macht froh**

Singnachmittag bei Kaffee & Kuchen. Es werden bekannte und neue Lieder gesungen, und Wünsche gerne berücksichtigt. Einfach mal reinschauen und mitsingen!

einmal im Monat  
Mittwoch 15 - 17



**■ Spielenachmittag**

Doppelkopf, Quiz oder lieber Schach? Herzlich willkommen sind alle Erwachsenen, die gerne gemeinsam in einer kleinen Runde und angenehmen Atmosphäre im Café des *Haus der Zukunft* spielen wollen.

alle 14 Tage,  
Montag 15 - 17

## Termine

## HDZ > Gemeinschaft



### Mittagstisch

Immer lecker! Täglich wechselner Mittagstisch, mit gesunden und überwiegend ökologisch angebauten Lebensmitteln im gemütlichen Café.

Kosten: € 4,50/ Kinder € 3,-  
Ermäßigt mit Nachweis € 4,-  
Anmeldung spätestens einen Tag vorher

Telefon: 0421 361 79 50 4  
oder 0421 361 79 29 5

Öffnungs-  
& Sprechzeiten

Montag - Freitag  
12.30-13.30 Uhr

### Frühstücksbuffet

Ein vielfältiges Frühstück in gemütlicher Runde genießen.

Kosten: Erwachsene € 5  
Kinder (2-10 Jahre) € 2,50  
Anmeldung spätestens eine Woche vorher

Telefon: 0421 361 79 50 4  
oder 0421 361 79 29 5

alle 14 Tage  
Mittwoch 9 - 11 Uhr

### Kultur-Café

Ein Treffpunkt für Erwachsene

Es finden Gesprächsrunden und Erfahrungsaustausch zu verschiedenen Themen statt, es werden Film- und Konzertabende veranstaltet. Alle sind herzlich willkommen!

Das Programm liegt im *Haus der Zukunft* aus oder unter [www.haus-der-zukunft-bremen.de](http://www.haus-der-zukunft-bremen.de)

alle 14 Tage  
Donnerstag 16.30 - 18.30 Uhr

### Strick-Café

Gemeinsam Stricken macht mehr Spaß! So können Strickmuster ausgetauscht und in einer gemütlichen Runde kann bei Kaffee und Kuchen im Café des *Haus der Zukunft* geplaudert werden.

Infos & Kontakt  
Telefon: 0421 60 999 55

alle 14 Tage,  
Samstag 15 - 17 Uhr



## HDZ > Nebenan



### Backhaus

Lust auf frisch Gebackenes?

In einem richtigen Steinofen können Sie mit Familie oder Freunden selbst backen.

Kosten: 15,- Euro pro Backtag, inklusive Holz  
Lüssumer Heide 50  
Infos und Anmeldung  
Telefon: 0421 66 08 677



### KunstLaden

Schauen, staunen und selber machen  
Im KunstLaden werden verschiedene Kunstprojekte für Kinder und Erwachsene angeboten.

Lüssumer Heide 1  
(gegenüber vom *Haus der Zukunft*)  
Programm, Infos und Anmeldung  
Telefon: 0421 673 177 04

## HDZ > Mitmachen



### Arbeitsmöglichkeiten

Im *Haus der Zukunft* können Sie einer öffentlich geförderten Beschäftigung nachgehen. Hier gibt es Arbeitsmöglichkeiten im Bereich Hauswirtschaft. Wenn Sie deutsch sprechen und verstehen und sich im hauswirtschaftlichen Bereich auskennen, melden Sie sich doch einfach im *Haus der Zukunft*!

Es werden immer wieder neue Mitarbeiter\*innen gesucht!

Infos & Kontakt  
Telefon: 0421 361 79295 oder 0421 361 79293

### Gute Idee?

Sie haben eine Idee oder ein Angebot, das Sie im *Haus der Zukunft* vorstellen möchten? Sie möchten sich gerne für ein Projekt engagieren? Sprechen Sie uns einfach an.

Infos & Kontakt  
Telefon: 0421 60 999 55

## HDZ > Mehrgenerationenhaus

### Quartiermanagement & Verbesserungen in Lüssum

Der Ortsteil Lüssum-Bockhorn ist ein Fördergebiet. Das bedeutet, dass aus verschiedenen Programmen (Wohnen in Nachbarschaften, Sozialer Zusammenhalt, Lokales Kapital für soziale Zwecke) Gelder für Projekte zur Verfügung gestellt werden. Über die Verwendung der Mittel können die Bewohner\*innen mitentscheiden!

Dies geschieht auf den öffentlichen Stadtteilgruppensitzungen, die ca. 8 Mal im Jahr im Café im *Haus der Zukunft* stattfinden. Hier wird bei Kaffee & Kuchen über aktuelle Themen des Stadtteils diskutiert, werden Ideen entwickelt, Probleme besprochen, Bewohner\*innen nach Ideen oder Anregungen befragt und es werden Projekte vorgestellt. Sie treffen hier viele Personen verschiedener Institutionen, die im Stadtteil tätig sind. Die genauen Termine erfahren Sie im *Haus der Zukunft* oder entnehmen Sie aus dem aktuellen Programmheft. Die Koordination und Kontakt: Telefon 0421 361 79293



## Natur im Quartier

### Gemeinschaftsgarten

Buddeln, pflanzen, ernten....

Der Gemeinschaftsgarten neben dem Hochhaus Lüssumer Ring 90 wächst und gedeiht durch die Zusammenarbeit der Nachbarinnen und Nachbarn. Unter fachlicher Betreuung und Mithilfe werden Blumen, Kräuter und Gemüse angepflanzt und gepflegt. Alle, die Interesse haben, können gerne jederzeit vorbeikommen, mithelfen oder auch nur etwas Gartenluft schnuppern. Wer Infos möchte und gärtnerischen Rat kommt am besten Donnerstag vormittags.

Donnerstag ab 10 Uhr



### Bienenstock

30.000 kleine Untermieter

Der eigene Bienenstock des Quartiers, betreut durch einen Imker, liefert 2 Trachten im Jahr. Der kleine Ertrag wird vom *Haus der Zukunft* und der Gewoba an Freunde, Spender und Multiplikatoren verschenkt, um zu zeigen, wie süß gute Nachbarschaft schmecken kann.





# Einrichtungen für Jugendliche



## Jugendclub

Angebote für Jugendliche von 12 bis 21 Jahren

Hier finden Jugendliche eine Rückzugsmöglichkeit und Angebote wie PC-Raum mit Internet, Tischtennis, Billard, Kicker, Musikübungsraum, Fitnessraum, Bewerbungstraining, Fußball, Dart usw. Es gibt ein Außengelände mit Bolzplatz, Slackline und mehr. Besondere Aktivitäten: Disco, Kochgruppen, Ausreisen und Sportnächte.

An der Lehmkuhle 1  
Kontakt & Infos  
Telefon 0421 6900205

Montag bis Freitag  
ab 15 Uhr



## Jugendfreizeitheim

Im „Freizi“ gibt es für Jugendliche im Alter von 12 - 25 Jahren Hausaufgabenhilfe, Kreativangebote, Bewerbungstraining, Internetcafé, Tischtennis, Kicker, Billard, eine Werkstatt zur technischen Förderung, ein Bandprojekt, Fitness, Tanz- und Kochgruppen. Es gibt Angebote speziell für Mädchen bzw. Jungen, Tagesausflüge und Ferienfreizeiten.

Turner Straße 278  
Kontakt & Infos  
Telefon: 0421 60 13 84

Montag bis Freitag  
ab 15 Uhr

Öffnungs-  
& Sprechzeiten

# Spielhaus



## Spielhaus/ Kita-Treff

Hier wird gespielt, geschaukelt, gemalt, geklettert, gekocht, gekickert usw. Die Mitarbeiter sorgen für ein abwechslungsreiches Programm, Tagesausflüge und mehrtägige Ausreisen. Für Kinder von 6 - 12 Jahren.

Lüssumer Heide 50  
Telefon 60 55 64

Montag bis Freitag 14 - 18 Uhr

## Das Eltern-Café

Ein fester Treffpunkt für alle Eltern mit selbstgemachtem Kuchen, Tee, Kaffee und netten Gesprächen.

von April bis Oktober  
jeden Mittwoch ab 15 Uhr.

## Karate

Ein kostenloses Angebot für Mieterkinder der Gewoba zwischen 10 und 16 Jahren. Das Karate-Training vom SAV findet im Spielhaus statt. Neueinsteiger sind jederzeit herzlich willkommen!

Infos unter  
Telefon 0421 60 77 02 oder 0157 33 91 86 20

Montag 18.30 - 20.15 Uhr

# Kindertagesstätten



## Evangelische KiTa Lüssum

Für Kinder von 0-6 Jahren

Neuenkirchener Weg 29  
Information & Anmeldung  
Telefon 0421 60 44 77

Montag bis Freitag 8 - 16 Uhr



## KiTa Herrschaftliche Tannen

AWO Kita gemeinnützige GmbH

Für Kinder von 0-6 Jahren

Herrschaftliche Tannen 2  
Information & Anmeldung  
Telefon 0421 27 74 20 88

Montag bis Freitag 8 - 16 Uhr



## Kinder & Familienzentrum

Fillerkamp

KiTa Bremen

Für Kinder von 0-6 Jahren

Lämmerweg 65  
Leitung & Anmeldung:  
Telefon 0421 361 7833

Montag bis Freitag 8 - 16 Uhr

Öffnungszeiten

Sprechzeiten

# Schulen



## ■ Tami-Oelfken-Schule

### Ganztagsgrundschule

Die Tami-Oelfken-Schule versteht sich als Schule der Vielfalt und als Schule zur Förderung des friedlichen und integrativen Miteinanders der Kulturen.

Lüssumer Ring 55  
Telefon: 0421 361 7755

Montag bis Freitag 8 - 15.15 Uhr



## ■ Schule am Pürschweg

### Ganztagsgrundschule

Die Schule am Pürschweg ist eine vierzügige, Grundschule, in unmittelbarer Nähe des Wifo-Waldes und des Freibades Blumenthal gelegen.

Pürschweg 5  
Telefon: 0421 361 7816

Montag bis Freitag 8 - 15.15 Uhr



## ■ Schule an der Wigmodistraße

### Grundschule

Die Grundschule hat die Schwerpunkte: Medienarbeit, Bibliothek, Werkraum, Handarbeitsraum, Musikraum, Schulküche.

Wigmodistraße 37  
Telefon: 0421 361 7436

Montag bis Freitag 8 - 13 Uhr

Öffnungs-  
& Sprechzeiten

# Schulen



## ■ Oberschule an der

### Lehmhorster Straße

#### Oberschule

Die Ganztagsoberschule arbeitet inklusiv. Die individuelle Entwicklung der Schüler wird in enger Zusammenarbeit dem Elternhaus vom sozialen Lernen bis hin zum Schulabschluss begleitet, ein wichtiger Schwerpunkt ist die Berufsorientierung.

Lehmhorster Straße 5  
Telefon: 0421 361 79352

Montag bis Freitag 8 - 15 Uhr



## ■ Oberschule In den Sandwehen

#### Oberschule

Die Oberschule ist eine verbindliche Ganztagschule. Unterrichtet werden die Jahrgänge 5 bis 10 in Jahrgangsteams. Die Schule hat die Schwerpunkte Musik und die Unterstützung des Übergangs Schule Beruf.

Neuenkirchener Weg 119/121  
Telefon: 0421 361 79043

Montag bis Freitag 8 - 16 Uhr



## ■ Oberschule an der Egge

#### Oberschule/Gymnasiale Oberstufe

Die pädagogischen Leitideen: Vertrauen in die eigenen Stärken entwickeln, eigene Neigungen und Interessen entdecken und weiterentwickeln. Verantwortung für sich und andere übernehmen.

Eggestedter Straße 20  
Telefon: 0421 361 79154

Montag bis Freitag 8 - 13 (15) Uhr



## ■ Freie Waldorfschule

#### Waldorfschule

Die Waldorfschule ist eine staatlich anerkannte Schule, die nach der Pädagogik Rudolf Steiners arbeitet. Erziehungsziel ist die Erziehung des ganzen Menschen durch eine vielseitige Ausbildung seiner kognitiven, emotionalen und intentionalen Anlagen.

Fresenbergstraße 26  
Telefon 0421 460 52 10

Montag bis Freitag 8 - 13 (15) Uhr

Öffnungs-  
& Sprechzeiten

## Krankenhaus & Ärzte

### ■ Krankenhaus:

Klinik-Nord Hammersbecker Straße 228  
Telefon: 0421 66 06 0

### ■ Kinderärzte:

**Dr. Schlage / Dr. Mühlig-Hofmann**  
Schwaneweder Straße 21-23  
Telefon: 0421 60 00 48

**Dr. Steuber / A. Kröhn-Wellhausen**  
Georg-Gleistein-Straße 93  
Telefon: 0421 666 567

### ■ Praktische Ärzte:

**Axel Heineking**  
Schwaneweder Straße 21-23  
Telefon: 0421 60 14 23

### Dr. Kraft

Schwaneweder Straße 21  
Telefon 0421 60 00 46

### ■ Frauenärzte:

**Dr. Schön / von Herder**  
Schwaneweder Straße 21-23  
Telefon: 0421 60 00 49

### Dr. Hoppe

Kreinsloger Straße 1  
Telefon: 0421 60 35 36

### ■ Zahnarzt:

**Waldemar Koch**  
Lüssumer Ring 59  
28777 Bremen  
Telefon: 0421 6900243

## Beratung & Hilfe im Notfall

### ■ Kinderärztlicher Notfalldienst

Telefon: 0421 6606-1800

### ■ Ärztlicher Notdienst Bremen Nord

Telefon: 0421 / 60 98 063

### ■ Gewalt gegen Frauen

Telefon: 08000/116 016

### Frauen helfen Frauen

Telefon: 0421 63 64 874

### ■ Schwangere in Not

Telefon: 0800 40 400 20

### ■ Notruf Mirjam

Hilfe für Schwangere und Mütter  
Telefon: 0800 60 500 50 (gebührenfrei)

### ■ Kinder- & Jugendnotdienst Bremen

Telefon: 0421 699 11 33

### ■ Kinderschutzzentrum Bremen

Telefon: 0421 240 112 20

### ■ Elterntelefon

Telefon: 0800 111 05 50 (gebührenfrei)

### ■ Sozialpsychiatrischer Dienst

Behandlungszentrum Nord  
Telefon: 0421 66 06 -1234

Außerhalb der Geschäftszeiten:

### ■ Sozialpsychiatrischer Kriseninterventionsdienst

Telefon: 0421 790 333 33 (gebührenfrei)

## Notruf & Polizei

### ■ Polizei

Telefon: 110

### ■ Notarzt & Feuerwehr

Telefon: 112

### ■ Giftnotruf &

Giftinformationszentrum Nord

Telefon: 0551 192 40



### ■ Polizeistation vor Ort

Lüssumer Heide 27  
Telefon: 0421 600 78 95

Montag bis Freitag  
7:30 - 12 Uhr

## Tipps für den Alltag

### Hausordnung

In der Hausordnung stehen die Regeln für ein gutes Zusammenleben (zum Beispiel Ruhezeiten, Treppenhausreinigung). Die Hausordnung haben Sie mit Ihrem Mietvertrag erhalten.

### Haussicherung

Haus- und Kellertüren sollen bitte immer geschlossen sein. Die Hauseingangstür darf jedoch nicht abgeschlossen werden!

### Ruhezeiten

Bitte machen Sie in Ihrer Wohnung keinen Lärm. Ihre Musik und Ihr Fernseher dürfen Ihre Nachbarn nicht stören. Das gilt besonders für die Mittagszeit (13:00 bis 15:00 Uhr), die Nachtstunden (22:00 bis 07:00 Uhr) sowie ganztätig an Sonn- und Feiertagen

### Umgang mit Nachbarn

Grundsätzlich müssen Nachbarn aufeinander Rücksicht nehmen. Bei Schwierigkeiten, suchen Sie bitte zunächst das freundliche Gespräch mit den Nachbarn. Wenn das nicht hilft, wenden Sie sich gerne an uns.

### Nutzung der Wohnung

Bitte nehmen Sie niemals eigenmächtig Umbauten in der Wohnung vor. Das gilt insbesondere für sämtliche strom- oder wasserführenden Leitungen. Sprechen Sie bitte unbedingt mit uns und holen Sie unsere schriftliche Zustimmung ein, falls Sie etwas verändern wollen.

### Leitungswasser

Unser Leitungswasser hat Trinkwasserqualität und kann bedenkenlos zum Trinken und Kochen verwendet werden.

### Ordnung

Rauchen ist im Treppenhaus, in Aufzügen, auf dem Dachboden und im Keller verboten! Bitte lassen Sie keinen Müll und keine Verschmutzungen im Treppenhaus liegen (zum Beispiel Bonbonpapier, Zigarettenstummel, Tierhaare).

### Brandschutz

Das Treppenhaus gehört nicht zu Ihrer Wohnung. Stellen Sie hier keine Gegenstände wie Möbel, Kinderwagen oder Schuhe ab. Das Treppenhaus ist ein Fluchtweg und muss immer frei sein.

### Grillen

Das Grillen auf dem Balkon und auf dem Grundstück ist aus Sicherheitsgründen und aus Rücksicht auf die Nachbarn verboten.

### Tierhaltung

Wenn Sie ein Haustier halten wollen, fragen Sie uns bitte vorher. Denken Sie daran, dass sich Nachbarn durch Tiergeräusche oder Kot gestört fühlen können. Hunde müssen außerhalb der Wohnung bitte an der Leine geführt werden.



## Tipps für den Alltag

### Verhalten in Notfällen

Ob bei einem Brand oder Unfall, mit der Telefonnummer 112 können Sie bei Notfällen überall schnell Hilfe rufen. Bitte machen Sie dabei diese Angaben:

- Wer meldet?
- Was ist passiert?
- Wie viele sind betroffen/verletzt?
- Wo ist etwas passiert?
- Warten Sie auf Rückfragen

Bitte bringen Sie bei einem Brand sich und Ihre Angehörigen in Sicherheit.

Der Aufzug darf nicht benutzt werden, wenn es im Haus brennt.

Bitte folgen Sie unbedingt den Anweisungen der Polizei- und Rettungskräfte.

### Lüften

Kochen, Wäsche trocknen, Duschen oder Baden verursachen feuchte Luft in der Wohnung. Damit kein Schaden entsteht, sollten Sie bitte regelmäßig durchlüften. Bitte öffnen Sie mindestens 3 bis 4 Mal pro Tag für 5 - 10 Minuten weit die Fenster.

### Heizen

Wenn es kalt ist, können Sie mit Hilfe der Heizkörper in Ihrer Wohnung für Wärme sorgen. Die Temperatur stellen Sie mit dem Thermostat ein. Bitte denken Sie daran, dass die verbrauchte Energie Geld kostet.

### Fernsehen und Radio

Unsere Wohnungen haben einen Kabelanschluss für Fernsehen und Radio. Denken Sie bitte daran, dass Sie Fernseher und Radio in Deutschland anmelden und separat bezahlen müssen. Informationen hierzu erhalten Sie im Internet.

### Hausrat- und Haftpflichtversicherung

Diese beiden Versicherungen sind wichtig für Sie. Bitte informieren Sie sich. Mögliche Schäden an Ihrer Einrichtung sind nicht durch uns versichert. Dafür brauchen Sie eine Hausratversicherung. Wenn Sie etwas kaputt machen, das Ihnen nicht gehört, hilft Ihnen eine Haftpflichtversicherung.

### Müllentsorgung

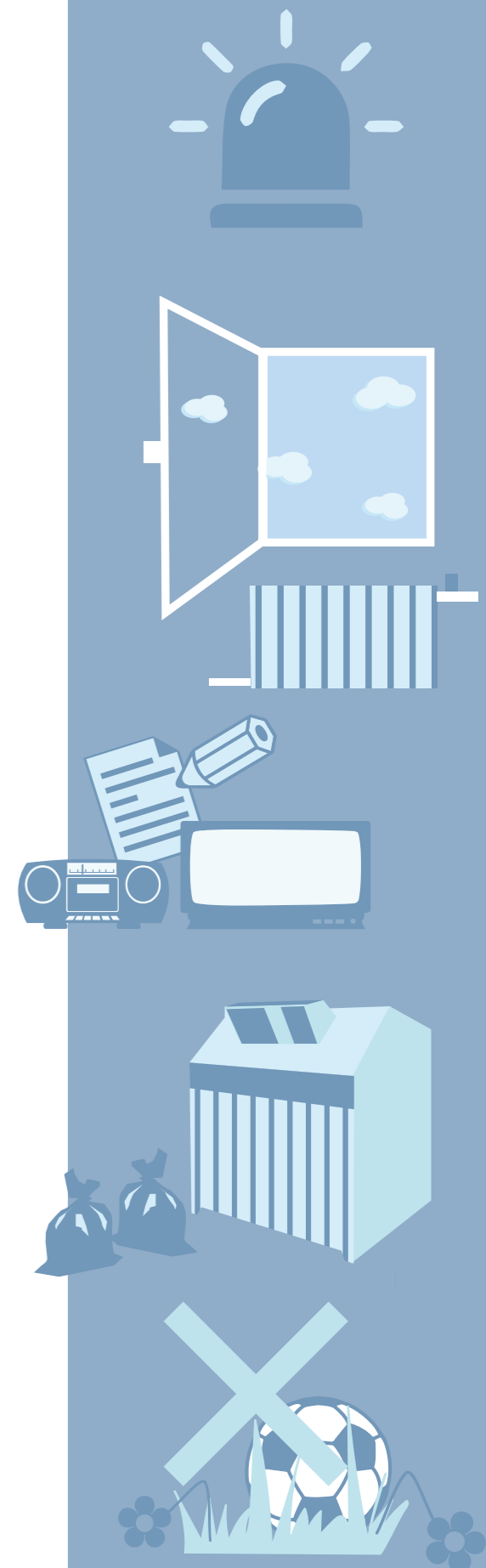
Müll darf nur in die bereit gestellten Müllgefäße entsorgt werden. Bitte trennen Sie Ihren Müll. Bedenken Sie, dass die Klappe des Müllcontainers nur für Erwachsene und größere Kinder erreichbar sind, bitte lassen Sie darum keine kleinen Kinder den Müll rausbringen.

### Sperrmüll

Falls Sie z.B. Möbel und andere größere Gegenstände entsorgen wollen, fragen Sie uns bitte.

### Spielen auf den Grünflächen

Grundsätzlich ist das Spielen auf den Grünflächen erlaubt. Die Nachbarn dürfen sich jedoch nicht gestört fühlen. Bitte achten Sie auch hier auf die Ruhezeiten. Fußballspielen ist jedoch grundsätzlich nicht erlaubt!



Diese Broschüre gibt es auch  
in digitaler Form in  
englisch und arabisch



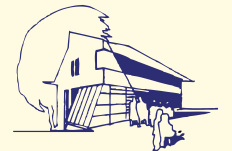
Welcome in Lüssum  
english version




مرحبا بكم في لوسوم (Lüssum)



**Mehr  
Generationen  
Haus**  
*Wir leben Zukunft vor*



Herausgeber  
Haus der Zukunft e.V.  
Juni 2020

 Gestaltung  
Rank, Brundorf