

## Teilhabe Leben

### Wohnangebote für Erwachsene


**Friedehorst Teilhabe Leben gGmbH**  
Rotdornallee 64 · 28717 Bremen  
Tel. 0421 6381-219  
thl@friedehorst.de  
[www.friedehorst.de](http://www.friedehorst.de)

Im Verbund der  
**Diakonie** 

Herausgeber:  
Friedehorst gGmbH, Rotdornallee 64, 28717 Bremen  
V.i.S.d.P.:  
Gabriele Nottelmann, Unternehmenskommunikation  
Fotos: Matthias Sabelhaus, Jessika Norden

Im Interesse einer guten Lesbarkeit haben wir männliche und weibliche Formen nicht unterschieden. Stattdessen verwenden wir die männliche Form im Sinne eines Oberbegriffs. Wir bitten um Ihr Verständnis.

Grafik: www.creativejuice.eu · Fotografien: Matthias Sabelhaus, Gabriele Nottelmann, Tristan Vankann / CO-neutral gedruckt auf 100% Recyclingpapier bei Meiners Druck in Bremen, 1.250 / 18



Als einzelne stehen  
wir zueinander wie  
Teile, die einander  
ergänzen.

(Römer 12,5)



Friedehorst Teilhabe Leben ist eine Einrichtung der Eingliederungshilfe. Wir begleiten erwachsene Menschen mit geistiger und mehrfacher Behinderung. Dies tun wir mit verschiedenen ambulanten, teilstationären und stationären Wohn- und Teilhabeangeboten. Jeder soll so wohnen, wie es ihm gut tut. Wir unterstützen im Alltag, in der Freizeit, bei der Arbeit und in Fragen der Gesundheit. Ein multiprofessionelles Team gestaltet gemeinsam mit den Nutzern unserer Angebote den Tagesablauf. Dabei bestimmen individuelle Bedürfnisse die gemeinsamen Aktivitäten. Wir begleiten zu Arztterminen und therapeutischen Leistungen. Im ambulanten Therapeutikum behandeln qualifizierte Physio- und Ergotherapeuten je nach Verordnung. Wir begleiten in tagesstrukturierende Maßnahmen wie Tagesförderstätte und Werkstatt, fördern Übergänge in den allgemeinen Arbeitsmarkt und gestalten den Rentenübertritt und das Rentenalter.

Gemeinsam mit den Nutzern unserer Wohnangebote erstellen die Mitarbeiter eine Zielplanung. So entsteht eine Tagesstruktur mit Arbeitszeit und Freizeit/Wohnen, die Orientierung und Sicherheit gibt.

Friedehorst Teilhabe Leben hat Wohnangebote in fast ganz Bremen. Ein Teil der Wohnhäuser und (ambulanten) Angebote befinden sich in Bremen-Lesum. Auf dem Campus der Stiftung Friedehorst liegen das ambulante Therapeutikum, die Tagesförderstätte sowie das Freizeithaus für Sport und Bildung. Das bedeutet für die Nutzer kurze Wege und ein überschaubares, geschütztes Umfeld, in dem sie sich selbstständig zurechtfinden. Das nahe Miteinander von Wohnen, Beschäftigung und Freizeit sichert gleichzeitig das erforderliche Nebeneinander der verschiedenen Lebensbereiche und damit die Trennung von Wohnen und Arbeit (Zwei-Milieu-Prinzip) für alle.

Gleich nebenan im Lesum-Park gibt es einen Supermarkt, ein Gesundheitszentrum mit Arztpraxen und eine Apotheke. All diese Einrichtungen sind in fußläufiger Nähe. Mehrere Buslinien fahren ins Zentrum Lesums mit seinen Geschäften und Restaurants. Der barrierefreie Bahnhof Lesum ist gut zu Fuß oder per Bus erreichbar. Der Stadtteil bietet zudem verschiedene kulturelle Einrichtungen und Freizeitmöglichkeiten. Die anderen Wohnhäuser und Angebote befinden sich in den Stadtteilen Grohn, Walle, Gröpelingen und in der Bremer Neustadt.



**Zusammen leben  
und gestalten**



## Stationäre Wohngruppen

Je nach Unterstützungsbedarf bieten wir den Nutzern verschiedene Wohnformen an. Auf dem Friedehorst Campus sowie in der Bremer Neustadt, in Walle, Gröpelingen und Grohn leben Männer und Frauen in stationären Wohngruppen. Alle Räumlichkeiten sind auf die besonderen Bedürfnisse der Bewohner ausgerichtet. In den stationären Wohngruppen ist rund um die Uhr ein Mitarbeiter vor Ort, jedes Zimmer verfügt über einen Notruf.



**Wohnen wie ich  
will und kann**



## Haus 1



Barrierearm



Nachtwache anwesend



Kurze Wege zu Freizeithaus, Tagesförderstätte und ambulantem Therapeutikum



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof Lesum gut erreichbar



Einkaufsmöglichkeiten und Gesundheitszentrum im benachbarten Lesum-Park und im Zentrum von Lesum

Das Haus 1 liegt auf dem Friedehorst Campus gegenüber vom Friedehorst Park. Es verfügt überwiegend über Einzelzimmer. Im Sommer verbringen die Bewohner gerne Zeit auf der Terrasse und im Garten des Hauses. Ansonsten spielt sich das Leben im gemütlichen Gemeinschaftsraum ab.

Gleich nebenan im Lesum-Park gibt es einen Supermarkt, ein Gesundheitszentrum mit diversen Arztpraxen und eine Apotheke. All diese Einrichtungen sind fußläufig erreichbar. Mehrere Buslinien fahren ins Zentrum Lesums mit seinen vielfältigen Geschäften, Cafés und Restaurants. Der barrierefreie Bahnhof Lesum ist ungefähr 1,5 Kilometer entfernt und gut zu Fuß oder per Bus erreichbar. Der Stadtteil bietet zudem verschiedene kulturelle Einrichtungen und Freizeitmöglichkeiten.

## Haus 9



Barrierefrei



Nachtwache anwesend  
Immer eine Pflegekraft im Haus



Kurze Wege zu Freizeithaus, Tagesförderstätte und ambulantem Therapeutikum



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof Lesum gut erreichbar



Einkaufsmöglichkeiten und Gesundheitszentrum im benachbarten Lesum-Park und im Zentrum von Lesum

Haus 9 liegt zentral auf dem Friedehorst Campus. Im Erdgeschoss gibt es Apartments mit teilweise integrierter Küche und Badezimmer sowie einen großzügigen Wohn- und Aufenthaltsraum mit offener Küche. In den weiteren Stockwerken befinden sich drei Wohngruppen. Mittelpunkt jeder Gruppe ist ein gemütlicher Gemeinschaftsraum mit Wohnküche. Im Haus 9 ist rund um die Uhr mindestens eine Pflegefachkraft anwesend, um die besondere medizinische-pflegerische Versorgung der Bewohner zu sichern.

Gleich nebenan im Lesum-Park gibt es einen Supermarkt, ein Gesundheitszentrum mit diversen Arztpraxen und eine Apotheke. All diese Einrichtungen sind fußläufig erreichbar. Mehrere Buslinien fahren ins Zentrum Lesums mit seinen vielfältigen Geschäften, Cafés und Restaurants. Der barrierefreie Bahnhof Lesum ist ungefähr 1,5 Kilometer entfernt und gut zu Fuß oder per Bus erreichbar. Der Stadtteil bietet zudem verschiedene kulturelle Einrichtungen und Freizeitmöglichkeiten.



## Haus 16 b



Barrierefrei



Nachtbereitschaft im Haus, Notrufsystem



Kurze Wege zu Freizeithaus, Tagesförderstätte und ambulantem Therapeutikum



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof Lesum gut erreichbar



Einkaufsmöglichkeiten und Gesundheitszentrum im benachbarten Lesum-Park und im Zentrum von Lesum



Barrierefrei



Nachtwache anwesend  
Immer eine Pflegekraft im Haus



Kurze Wege zu Freizeithaus, Tagesförderstätte und ambulantem Therapeutikum



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof Lesum gut erreichbar



Einkaufsmöglichkeiten und Gesundheitszentrum im benachbarten Lesum-Park und im Zentrum von Lesum

## Haus 72

Das modern ausgestattete Gebäude befindet sich auf dem Friedehorst Campus und bietet Platz für drei Wohngruppen. Den Mittelpunkt jedes Wohnbereichs bildet ein großzügiger Aufenthaltsraum mit integriertem Küchenbereich. Bei gutem Wetter treffen sich die Bewohner im schönen Gartenbereich.

Gleich nebenan im Lesum-Park gibt es einen Supermarkt, ein Gesundheitszentrum mit diversen Arztpraxen und eine Apotheke. All diese Einrichtungen sind fußläufig erreichbar. Mehrere Buslinien fahren ins Zentrum Lesums mit seinen vielfältigen Geschäften, Cafés und Restaurants. Der barrierefreie Bahnhof Lesum ist ungefähr 1,5 Kilometer entfernt und gut zu Fuß oder per Bus erreichbar. Der Stadtteil bietet zudem verschiedene kulturelle Einrichtungen und Freizeitmöglichkeiten.



## Wohngruppe Grohn



Barrierefrei



Nachtbereitschaft im Haus, Notrufsystem



Kurze Wege zu Arztpraxen und Gesundheitseinrichtungen



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof Vegesack gut erreichbar



Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten vorhanden

Die stationäre Wohngruppe Grohn liegt im gleichnamigen Stadtteil. Die Zimmer der Gruppe sind über zwei Etagen des Hauses verteilt. Herzstücke für die Bewohner sind die gemütlichen Gemeinschaftsräume mit Küche und der kleine Garten hinter dem Haus. In dieser Wohngruppe ist das im Haus ausgelagerte Büro der Mitarbeiter auch Kontakt- und Anlaufstelle für Klienten des ambulant betreuten Wohnens im Stadtteil.

Eine Bushaltestelle, diverse Einkaufsmöglichkeiten und der barrierefreie Vegesacker Bahnhof befinden sich in unmittelbarer Nähe. Verschiedene Ärzte, Apotheken, Restaurants sowie kulturelle Einrichtungen liegen in fußläufiger Entfernung



Barrierefrei



Nachtbereitschaft im Haus, Notrufsystem



Kurze Wege zu Arztpraxen und Gesundheitseinrichtungen



Gute Anbindung an öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof HB-Oslebshausen gut erreichbar



Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten vorhanden

## Wohngruppe Feuerwache

Die stationäre Wohngruppe Feuerwache ist Teil des Stiftungsdorfs Gröpelingen, einer Wohnanlage, die Wohnen, Pflege, Bildung und Stadtteil-Leben harmonisch miteinander verbindet. Der großzügige Gruppenraum mit integrierter Küchenzeile, der Flur mit wohnlicher Sitzecke und die Terrasse im Außenbereich sind beliebte Treffpunkte.

Auch in dieser Wohngruppe ist das ausgelagerte Büro der Mitarbeiter im Gebäude gegenüber Kontakt- und Anlaufstelle für Nutzer des ambulant betreuten Wohnens im Stadtteil. So entsteht ein Gegenüber und Miteinander bei der Begleitung im Alltag.

Das Haus liegt in der Nähe von zwei Straßenbahnhaltstellen und vom Bahnhof Bremen-Oslebshausen. Im Stadtteil Gröpelingen befinden sich zwei Einkaufszentren, viele kleinere Geschäfte und Arztpraxen. Von der Wohngruppe aus sind verschiedenste kulturelle Einrichtungen, Freizeitmöglichkeiten, aber auch Behörden und Ämter schnell erreichbar.



## Wohngruppe Stiftstraße



Barrierefrei



Nachtwache anwesend



Kurze Wege zu Arztpraxen und Gesundheitseinrichtungen



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof HB-Walle gut erreichbar



Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten vorhanden

Mitten im Stadtteil Walle in der ruhig gelegenen Stiftstraße befindet sich die gleichnamige Wohngruppe. Die Bewohner leben aufgeteilt auf zwei Etagen. Mittelpunkt jeder Ebene ist ein großzügiger Gemeinschaftsraum mit integrierter Küchenzeile.

In fußläufiger Umgebung halten zwei Straßenbahnlinien, den barrierefreien Bahnhof Walle erreicht man nach einem kurzen Fußweg. In Walle gibt es ein Einkaufszentrum, viele kleinere Geschäfte und Arztpraxen sowie verschiedene kulturelle Einrichtungen, Freizeitmöglichkeiten und Grünanlagen, Behörden und Ämter sind schnell erreichbar.

## Bodo-Heyne-Haus



Barrierefrei



Nachtwache anwesend



Kurze Wege zu Arztpraxen und Gesundheitseinrichtungen



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, Bremer Innenstadt gut erreichbar



Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten vorhanden

Das Bodo-Heyne-Haus ist Teil der beliebten Bremer Neustadt. Dank der verkehrsgünstigen Lage sind verschiedene öffentliche Verkehrsmittel schnell erreichbar. Von hier aus ist die Bremer Innenstadt nicht weit. In unmittelbarer Nachbarschaft gibt es zahlreiche Geschäfte, Cafés und Restaurants, verschiedene Arztpraxen und Freizeiteinrichtungen wie z. B. ein Schwimmbad. Werkstätten für Menschen mit Behinderung befinden sich ebenfalls in der Nähe, bzw. sind leicht erreichbar.

In dem großzügigen Gebäude leben Nutzer in drei Wohngruppen. Neben den Bewohnerzimmern mit eigenen kleinen Bädern verfügt jeder Wohnbereich über eine Wohnküche und ein Wohnzimmer, in dem sich die Bewohner treffen und gemeinsam Zeit verbringen. Im Erdgeschoss gibt es einen großen Gemeinschaftsraum, in dem gemeinsam getagt, gefeiert oder Fußball geguckt wird. Hier grenzt ein geschützter Innenhof mit einem kleinen Garten an, der von den Bewohnern gepflegt wird.



**Eigenständiges  
Leben mit Unter-  
stützung**

## Bodo-Heyne-Haus Suchthilfe



Barrierefrei



Nachtwache anwesend



Kurze Wege zu Arztpraxen und Gesundheitseinrichtungen



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr,  
Bremer Innenstadt gut erreichbar



Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten vorhanden

Das Bodo-Heyne-Haus ist Teil der beliebten Bremer Neustadt. Dank der verkehrsgünstigen Lage sind verschiedene öffentliche Verkehrsmittel schnell erreichbar. Von hier aus ist die Bremer Innenstadt nicht weit. In unmittelbarer Nachbarschaft gibt es zahlreiche Geschäfte, Cafés und Restaurants, verschiedene Arztpraxen und Freizeiteinrichtungen wie z.B. ein Schwimmbad. Werkstätten für Menschen mit Behinderung befinden sich ebenfalls in der Nähe, bzw. sind leicht erreichbar.

Die Wohngruppe der Suchthilfe bietet Wohnplätze für Menschen mit hirnganischen Veränderungen in Folge von Alkoholismus. Sie erhalten hier ein besonderes Förderangebot.

## Stationäre Außenwohngruppen

In den stationären Außenwohngruppen finden Menschen ein Zuhause, die mit nur wenig Hilfe ein eigenständiges Leben führen. Sie können sich hier auch auf ein Wohnen mit ambulanter Betreuung vorbereiten.

Die Bewohner erhalten durch ein multiprofessionelles Team die notwendige Unterstützung. Wer in einer Außenwohngruppe lebt, benötigt für einen Teil des Tages und in der Nacht keine Anwesenheit eines Mitarbeiters.

Gemeinsam erstellen Nutzer und Mitarbeiter eine Tagesstruktur mit Arbeitszeit und Freizeit/Wohnen, die Orientierung und Sicherheit gibt.

Der Schwerpunkt unserer Begleitung liegt dabei vor allem im lebenspraktischen Bereich: z.B. Wie kaufe ich richtig ein? Wie ernähre ich mich richtig? Wie halte ich mein Zimmer und Gemeinschaftsräume sauber? Wie komme ich gut mit meinen Mitbewohnern und meinen Freunden aus?





## Rotes Haus



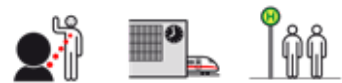
Barrierearm



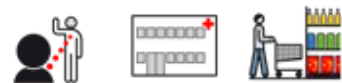
Telefonische Rufbereitschaft



Kurze Wege zu Freizeithaus, Tagesförderstätte und ambulantem Therapeutikum



Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, barrierefreier Bahnhof HB-Lesum gut erreichbar



Einkaufsmöglichkeiten und Gesundheitszentrum im nahen Lesum-Park und im Zentrum von Lesum

Auf dem südlichen Teil des Friedehorst Campus liegt das Rote Haus. Die Zimmer der Bewohner sind über zwei Etagen verteilt. Im Gemeinschaftsraum mit Küchenzeile wird gemeinsam gekocht. Der gemütliche Wintergarten ist ein beliebter Treffpunkt.

Gleich nebenan im Lesum-Park gibt es einen Supermarkt, ein Gesundheitszentrum mit diversen Arztpraxen und eine Apotheke. All diese Einrichtungen sind fußläufig erreichbar. Mehrere Buslinien fahren ins Zentrum Lesums mit seinen vielfältigen Geschäften, Cafés und Restaurants. Der barrierefreie Bahnhof Lesum ist ungefähr 1,5 Kilometer entfernt und gut zu Fuß oder per Bus erreichbar. Der Stadtteil bietet zudem verschiedene kulturelle Einrichtungen und Freizeitmöglichkeiten.



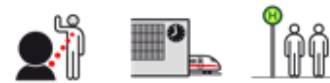
nicht barrierefrei



Telefonische Rufbereitschaft



Kurze Wege zu Arztpraxen und Gesundheitseinrichtungen



Gute Anbindung an den öffentlichen Nahverkehr, Bremer Innenstadt gut erreichbar



Diverse Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten vorhanden

## Weizenkampstraße

In einem typischen Bremer Haus in der Bremer Neustadt befindet sich die Außenwohngruppe Weizenkampstraße. Der Wohnbereich erstreckt sich über vier Etagen. Die gemeinsame Wohnküche im Erdgeschoss hat einen Zugang zur Terrasse.

Die Bewohner dieser Wohngruppe führen ein sehr selbstständiges Leben. Sie kochen, waschen Wäsche oder putzen selber. Auch ihre Freizeit gestalten sie eigenständig. Die Mitarbeiter sind wochentags nur nachmittags und abends vor Ort, an den Wochenenden nur stundenweise. Außerhalb der Betreuungszeiten können die Bewohner über eine feste Telefonnummer Rat einholen.

Von hier aus ist die Bremer Innenstadt nicht weit. In unmittelbarer Nachbarschaft gibt es zahlreiche Geschäfte, Cafés und Restaurants, verschiedene Arztpraxen und Freizeiteinrichtungen wie z. B. ein Schwimmbad. Werkstätten für Menschen mit Behinderung befinden sich ebenfalls in der Nähe, bzw. sind leicht erreichbar.



## Leben in den eigenen vier Wänden

Im Rahmen der ambulanten Angebote begleiten die Mitarbeiter Menschen in ihren eigenen vier Wänden. Sie leben in einer eigenen Wohnung oder in einer Wohngemeinschaft in ganz Bremen. Hierzu gehören das ambulante Wohntraining (AWT) und das ambulant betreute Wohnen (ABW). Bei beiden Angeboten steht ein Team von sozialpädagogischen Fachkräften, Erziehern, Heilerziehungspflägern und weiterem qualifizierten Personal unterstützend zur Seite. Voraussetzungen für die Begleitung ist, dass der Nutzer den Großteil des Tages oder tageweise und in der Nacht ohne persönliche Betreuung lebt.



## Ambulantes Wohntraining (AWT)

Das ambulante Wohntraining (AWT) richtet sich an volljährige Menschen, die gezielt mehr Eigenverantwortung und Selbstständigkeit in der eigenen Häuslichkeit übernehmen wollen. Ganz praktische Trainingseinheiten helfen die alltäglichen Verrichtungen des Lebens (u. a. Waschen, Einkaufen, Kochen, Putzen) zu üben. Es gibt Gesprächsangebote und Unterstützung in der Zukunftsplanung (u. a. Wohnen, Arbeit, Freizeitgestaltung, Freundschaft, Partnerschaft).



Gestaltung sozialer Beziehungen wie Partnerschaftssuche/Partnerschaft und Sexualität, Erschließen außerhäuslicher Lebensbereiche

Wohnen ambulant trainieren



Finanzielle, administrative und sozialrechtliche Angelegenheiten



Gesundheitspflege durch Kooperation mit Pflegediensten, Ärzten und Therapeuten



Strukturierung und Gestaltung des Alltags



Krisenintervention



## Ambulant betreutes Wohnen (ABW)

Menschen, die überwiegend selbstständig leben können und möchten, bekommen Unterstützung im Rahmen des ambulant betreuten Wohnens (ABW).

Die Mitarbeiter unterstützen sie bei dieser Wohnform in allen Fragen des täglichen Lebens wie z. B.:



bei sozialhilferechtlichen Angelegenheiten

ambulante Betreuung



bei der Gestaltung Ihrer Kontakte und Lebensbereiche



bei Wohnungssuche, Umzug und wohnbezogenen Verpflichtungen



bei der Gesundheitspflege



bei alltäglichen Dingen und Fragen



in Krisenintervention

## Selbstständig leben im Apartmenthaus Färberstraße

Selbstständig in den eigenen vier Wänden - so leben Menschen, die im Rahmen des ABW im Apartmenthaus Färberstraße in Bremen-Grohn begleitet werden. Dieses Haus steht Menschen offen, die Teil einer gelebten inklusiven Hausgemeinschaft sein möchten.

Das modern gestaltete Haus verfügt über 12 Einzelapartments und vier Zweiraumapartments. Jede Wohnung hat eine komplett ausgestattete Küchezeile und ein barrierefreies Badezimmer mit Dusche und WC. Im Souterrain gibt es einen Aufenthaltsraum mit Wohnküche und angrenzender Terrasse. Ein Waschkeller steht allen Bewohnern zur Verfügung.



## Wünsche erfüllen

Wir können nicht jeden Wunsch aus eigener Kraft erfüllen. So sind wir z. B. bei unseren Sport- und Freizeitangeboten auf finanzielle Unterstützung angewiesen. Werden Sie unser finanzieller Förderer oder schenken Sie uns als ehrenamtlich Tätiger Ihre Zeit! Damit helfen Sie den Menschen, die wir begleiten ganz direkt.

**Herzlichen Dank!**

### Spendenkonto

KD Bank / Bank für Kirche und Diakonie

Kto. NR. 100 1000

BLZ: 350 601 90

IBAN: DE51350601900001001000

BIC: GENODED1DKD

Verwendungszweck: Wünsche für

Friedehorst Teilhabe Leben

## Förderverein „frie“

Eine Möglichkeit der Unterstützung bietet sich auch über den Förderverein „frie“ an, der bereits zahlreiche Projekte für unsere Nutzer realisiert hat. „frie“ freut sich über weitere engagierte Ehrenamtliche, Spenden und langfristige Fördermitglieder. Mehr Informationen erhalten Sie per E-Mail an

[frie-foerderverein@friedehorst.de](mailto:frie-foerderverein@friedehorst.de).

## Der Weg zu uns



Wenn Sie sich für eines unserer Angebote interessieren, vereinbaren Sie gerne einen Termin:

Wohn- und Teilhabeberatung

**Sabine Riebe**

Tel. 0421 6381-292

Fax 0421 6381-229

[sabine.riebe.thl@friedehorst.de](mailto:sabine.riebe.thl@friedehorst.de)

