



---

ANGEBOTE FÜR VERSCHIEDENE LEBENSLAGEN IN NEUBRANDENBURG

# Mein gesundes Leben & ICH

Dein Wegweiser für Neubrandenburg

---



Willkommen!

---

Liebe Leserin,  
lieber Leser,

schön, dass du diesen Wegweiser für Neubrandenburg gefunden hast.  
Auf den kommenden Seiten findest zu zahlreiche Anlaufstellen für  
verschiedene Bereiche deines Lebens.

Nutze die Adressen und Beratungsangebote, um dein Leben  
vielfältiger zu gestalten, um dir Unterstützung bei Problemen zu holen  
oder einen Rat zu bekommen.

Wir hoffen, dass dir der Wegweiser hilft, dich in Neubrandenburg noch  
etwas besser zurecht zu finden und dir die Anlaufstellen bietet, die du  
gesucht hast.

---



## **INHALT**

<b>Angebote für die psychische Gesundheit</b>	<b>4</b>
Hilfen in schwierigen Zeiten	5
Beratung bei Schulden	5
Angebote bei Geldsorgen	6
Beistand in sozialrechtlichen Fragen	7
psychische Probleme und Krisen	8
Häusliche Gewalt	9
Sucht und suchtgefährdendes Verhalten	10
<b>Angebote für werdende Eltern und Familien</b>	<b>11</b>
Ein Baby hat sich angemeldet	12
Schwangerschaft und Geburt	13
Angebote für Eltern und Kinder	14
Die Kinder werden groß - Hilfen zur Erziehung	15
<b>Angebote für ältere Menschen</b>	<b>16</b>
Zuhause versorgt	17
Aktiv im höheren Alter	18
Unterstützung für Pflegende	20
<b>Freizeitangebote</b>	<b>21</b>
Freizeitspaß für Kinder und Jugendliche	22
Miteinander in Begegnungszentren	24
Freizeitangebote für Erwachsene	25
Beteiligung in Neubrandenburg	26
<b>Angebote für Zugewanderte</b>	<b>27</b>
Migrationsberatung	28
Sprachkurse und Bildungsangebote für Migranten	29
<b>Stadtteilbüros</b>	<b>30</b>

---

# Angebote für die psychische Gesundheit

Manche Zeiten sind schwerer als andere.  
Wichtig ist, dass du weißt, du bist nicht allein.  
Es gibt viele Beratungsstellen, die dich bei bestimmten Themen unterstützen können und dir helfen, die nächste Entscheidung zu treffen.



Hilfen  
in schwierigen Zeiten



Beratung bei  
finanziellen Problemen



Beratung bei  
sozialrechtlichen Fragen



Unterstützung  
in persönlichen und  
psychischen Krisen

## HILFEN

### IN SCHWIERIGEN ZEITEN

Das Leben stellt uns vor so manche Hürden – manchmal ist es gut, sich dann Hilfe von Außen zu holen. Die Anlaufstellen der Allgemeinen Sozialberatung können dir helfen, Lösungen für verschiedene persönliche Probleme zu finden und unterstützen dich auf deinem Weg.

#### ASB FACHSTELLE ZUR ÜBERWIDUNG SOZIALER SCHWIERIGKEITEN

Sponholzer Str. 18c  
17034 Neubrandenburg

☎ 0395 455 572 6

✉ fachstelle@asb-nb-mst.de

#### AWO ALLGEMEINE SOZIALBERATUNG

Schwedenstr. 1  
17034 Neubrandenburg

☎ 0162 207 012 5

#### AWO ALLGEMEINE SOZIALBERATUNG

Demminer Str. 44  
17034 Neubrandenburg

☎ 0395 351 752 10

#### CARITAS ALLGEMEINE SOZIALBERATUNG

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 581 457 0

✉ beratung-nbdgcaritas-im-norden.de

## BERATUNG BEI SCHULDEN

Du hast dich finanziell übernommen und verschuldet?  
Oder hast du keinen Überblick mehr über deine Finanzen?  
Die Schuldnerberatungen gehen dieses Problem gemeinsam mit dir an – vertraulich und kostenlos.

#### ADN SCHULDNERBERATUNG IM PHÖNIXEUM

Feldstr. 3  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 570 749 32

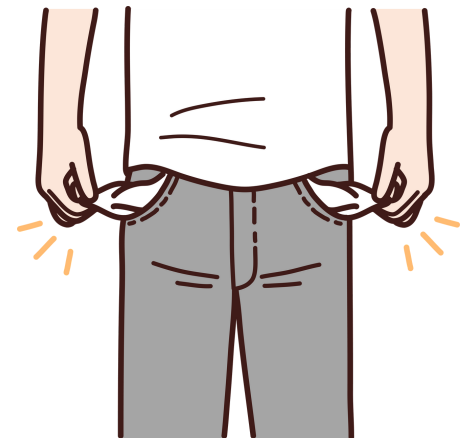
✉ neubrandenburg@adn-sb.de

#### CARITAS SCHULDNERBERATUNG

Am Pferdemarkt 2  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 570 860

✉ schuldnerberatung-mse@caritas-im-norden.de



## ANGEBOTE

### BEI GELDSORGEN

Unerwartete Krankheit, Jobverlust, Trennung – es gibt viele Gründe, warum es manchmal knapp in der Kasse werden kann. Auch in diesem Fall gibt es verschiedene Hilfsangebote in Neubrandenburg, die dich in finanziell schwierigen Situationen unterstützen. Für manche Angebote musst du bedürftig sein, z. B. arbeitslos gemeldet sein.

#### MÖBELBÖRSE DES ASB

Warliner Str. 5a  
17034 Neubrandenburg

gebrauchte Möbel  
und Kleidung  
für Bedürftige



#### CARITAS KLEIDERKAMMER

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 581 456 6

#### DRK KLEIDERKAMMER

Robert-Blum-Str. 34  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 560 391 8

#### KOLPING KINDERKLEIDERBÖRSE

Usedomer Str. 4  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 368 525 2  
✉ kolping-initiative-nb@t-online.de



#### CARISATT-LADEN

Am Pferdemarkt 2  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 570 861 6

✉ carisatt-neubrandenburg@caritas-im-norden.de

günstige  
Lebensmittel



#### TAFEL NEUBRANDENBURG

Otto-Lilienthal-Str. 49  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 563 874 3  
✉ nb-tafelet-online.de

für Besitzer der  
CARISATT-Karte

#### SUPPENKÜCHE IM MEHREGENERATIONENHAUS REITBAHNWEG

warme Mahlzeiten  
für kleines Geld

Weidegang 09  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 469 02 27

✉ buergerinitiative.reitbahnweg@t-online.de

#### WOHNGELD

Auf der Internetplattform [www.mv-serviceportal.de](http://www.mv-serviceportal.de) findest du unter dem Suchbegriff "Wohngeld" und der Angabe deiner Postleitzahl den richtigen Ansprechpartner vor Ort.

## BEISTAND

### IN SOZIALRECHTLICHEN FRAGEN

Formulare für Rente, Pflege oder die Grundsicherung auszufüllen, kann anstrengend und schwierig sein.

In Neubrandenburg gibt es zahlreiche Stellen, die dich dabei unterstützen und auch zu diesen Themen beraten.

Diese Beratungsstellen bieten rechtliche Betreuung für Menschen mit geistiger, seelischer oder körperlicher Behinderung oder psychischer Erkrankung.

#### SOZIALVERBAND DEUTSCHLAND BERATUNGSZENTRUM NEUBRANDENBURG

Am Blumenborn 23  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0381 760 109 0

✉ [sovd-kv.neubrandenburg@gmx.de](mailto:sovd-kv.neubrandenburg@gmx.de)

#### AWO BETREUUNGSBÜRO

Demminer Str. 44  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 752 10

#### CARITAS BETREUUNGSVEREIN

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 581 450

✉ [betreuung-mst@caritas-im-norden.de](mailto:betreuung-mst@caritas-im-norden.de)

#### SOZIALVERBAND VDK

Tilly-Schanzen-Str. 15  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 544 345 9

✉ [ov-neubrandenburg@vdk.de](mailto:ov-neubrandenburg@vdk.de)

#### KIEZ-AKADEMIE DER NORDSTART NB

An der Hürde 1a  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 358 821 5

📶 [www.nordstart-nb.de](http://www.nordstart-nb.de)

📷 [nordstartnb](#)

📘 NordStart

Die Kiez-Akademie hilft dir auch bei Bewerbungen



## PSYCHISCHE PROBLEME UND KRISEN

Psychisch krank zu sein, sich nicht wohl zu fühlen oder sich gar in einer akuten Lebenskrise zu befinden, stellt das Leben auf den Kopf. Sei dir sicher: Es wird dir wieder besser gehen. Die Beratungsstellen rund um die psychische Gesundheit bieten dir ihre Hilfe an und haben ein offenes Ohr.

### Hilfe - sofort, auch nachts

Du hast den Eindruck, dass eine andere Person unmittelbar davorsteht, sich selbst oder andere zu gefährden?

Rufe **die Polizei 110** oder den **Rettenungsdienst 112**.

Wenn du in der Nacht oder am Wochenende einen Arzt brauchst, es aber nicht um Leben und Tod geht, hilft dir der ärztliche **Bereitschaftsdienst** unter **116 117**.

Du bist verzweifelt oder fühlst dich einsam?

Die Berater der Telefonseelsorge sind für dich da - mit ihnen kannst du deine Sorgen teilen.

**Telefonseelsorge 0800 111 0 111** oder **0800 111 0 222**



### PSYCHIATRIEWEGWEISER MV

Bei psychischen Erkrankungen steht dir ein breit aufgestelltes Versorgungsangebot zur Verfügung. Der Psychiatriewegweiser hilft dir, das richtige Angebot in deiner Nähe zu finden:

**[www.psychiatriewegweiser.sozialpsychiatrie-mv.de](http://www.psychiatriewegweiser.sozialpsychiatrie-mv.de)**

### DU HAST KINDER?

Wenn Eltern psychisch erkranken, benötigen auch die Kinder häufig Unterstützung. Der Gemeindepsychiatrische Verbund des Landkreises Mecklenburgische Seenplatte bietet zahlreiche Unterstützungsangebote. Du findest u. a. eine Broschüre mit Anlaufstellen für deine Familie. Schau

nach unter **[www.gpv-mse.de](http://www.gpv-mse.de)**



## HÄUSLICHE GEWALT

Häusliche Gewalt ist verletzend und strafbar. Dabei ist nicht entscheidend, ob du körperlich oder seelisch verletzt wirst. Du bist nicht allein – es gibt verschiedene Hilfsangebote, die dir vertraulich zur Seite stehen.

### HILFETELEFON "GEWALT GEGEN FRAUEN"

Das Hilfetelefon berät dich, wenn du Gewalt erlebt hast oder noch erlebst.

Unter der Nummer **08000 116 016** kannst du dich telefonisch beraten lassen.

Online-Beratungen sind unter **www.hilfetelefon.de** möglich. Das Hilfetelefon steht dir das ganze Jahr, rund um die Uhr und in 17 verschiedenen Sprachen zur Verfügung.



### RÄUMLICHE TRENNUNG

Wenn dein Partner oder deine Partnerin dir gegenüber gewalttätig ist/wurde, musst du nicht in der gemeinsamen Wohnung bleiben. Frauenhäuser geben dir Zuflucht und bieten Schutz vor weiteren Auseinandersetzungen.

Das Internet-Portal **www.frauenhaus-suche.de** zeigt dir Anlaufstellen in deiner Nähe sowie bundesweit.

Zum Schutz der Bewohnerinnen sind die Anschriften der meisten Frauenhäuser geheim. Nimm bitte erst Kontakt zur Beratungsstelle auf, danach erfährst du, wo du Zuflucht finden kannst.

### QUO VADIS E. V. FRAUENHAUS NEUBRANDENBURG

☎ 0395 778 264 0

☎ 0160 992 692 05

[www.quovadis-neubrandenburg.de](http://www.quovadis-neubrandenburg.de)

Du wirst in deiner Familie bedroht oder misshandelt? Die **Interventionsstelle** vom Verein quo vadis e. V. begleitet dich auf deinem Weg. Du erreichst sie unter 0395 558 438 4. Du bist von sexueller Gewalt betroffen? Die **Beratungsstelle Maxi** unterstützt dich in Krisensituationen und stellt Kontakt zu weiteren Hilfen her. Du erreichst sie unter 0395 570 666 1.

## SUCHT UND SUCHTGEFÄHRDENDES VERHALTEN

Sucht ist eine Krankheit, die jeden betreffen kann und oftmals ist es schwer, sich davon wieder zu befreien. Entscheidend ist dabei nicht, dass man in eine Sucht oder suchtgefährdendes Verhalten geraten ist, sondern dass man sich Hilfe sucht. In Neubrandenburg findest du verschiedene Beratungsstellen, wenn du das Gefühl hast, ohne etwas nicht mehr leben zu können. Auch für Angehörige von Suchtkranken gibt es tolle Angebote.



### NEUBRANDENBURGER SUCHTHILFEZENTRUM IM HAUS DER BEGEGNUNG

Ihlenfelder Str. 103  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 425 640

✉ [beratung@shz-nb.de](mailto:beratung@shz-nb.de)  
📶 [www.haus-der-begegnung-nb.de](http://www.haus-der-begegnung-nb.de)  
📘 Suchthilfezentrum

### CARITAS SUCHTBERATUNG

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 581 450

✉ [suchtberatung-mst@caritas-im-norden.de](mailto:suchtberatung-mst@caritas-im-norden.de)

### SCHWERPUNKTBERATUNGSSTELLE GLÜCKSSPIELSUCHT IM CARITAS BERATUNGSZENTRUM

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 581 455 3

hier gibt es neben Beratung auch Gruppenangebote für Suchtkranke sowie Angehörige

## SELBSTHILFEGRUPPEN? KEINE ANGST!

Selbsthilfegruppen geben dir die Chance, offen über deine Probleme zu sprechen und zu erfahren, wie Menschen mit den gleichen Problemen damit umgehen. Probiere es aus! Die Angebote der Selbsthilfegruppen sind unverbindlich. Die Selbsthilfekontaktstelle (KISS) zeigt dir die verschiedenen Angebote in Neubrandenburg.

### SELBSTHILFEKONTAKTSTELLE (KISS) DES DRK

Robert-Blum-Str. 34  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 560 395 5

✉ [selbsthilfe@neubrandenburg.drk.de](mailto:selbsthilfe@neubrandenburg.drk.de)  
🌐 [www.selbsthilfe-nb.de](http://www.selbsthilfe-nb.de)

Die Infobroschüre der KISS "Neue Wege gehen, Gemeinschaft erleben: Selbsthilfe - wie geht das?" enthält nützliche Infos zur Selbsthilfe in Neubrandenburg.



# Angebote für werdende Eltern und Familien

Eltern-Sein ist eine lebenslange Aufgabe mit viel Verantwortung und sollte daher gut überlegt sein. Verschiedene Beratungsstellen helfen dir, dich auf die Geburt vorzubereiten oder bei Schwierigkeiten in der Erziehung. Es gibt außerdem viele Angebote, die du gemeinsam mit deinem Kind besuchen kannst.

## SCHON GEWUSST?

Der Familienwegweiser Neubrandenburg zeigt dir alle Angebote in den jeweiligen Stadtteilen Neubrandenburgs. Schau' doch mal rein unter [www.familienwegweiser-nb.de](http://www.familienwegweiser-nb.de).



Unterstützung,  
bevor das Baby kommt



Angebote für dich  
und dein Baby



Hilfen  
bei Erziehungsfragen

## EIN BABY HAT SICH ANGEMELDET

Ihr erwartet Nachwuchs - Herzlichen Glückwunsch!  
Noch vor der Geburt solltest du dich um einige organisatorische Dinge kümmern, um den Start deines Babies so einfach wie möglich zu gestalten.



### ELTERNGELD

Das Elterngeld beantragst du beim Versorgungsamt.

Dieses gehört zum

Landesamt für Gesundheit und Soziales

Neustrelitzer Str. 120

17033 Neubrandenburg

☎ 0395 380 597 18

Informationen zum Elterngeld findest du unter

[www.lagus.mv-regierung.de/Soziales/Elterngeld\\_ElterngeldPlus/](http://www.lagus.mv-regierung.de/Soziales/Elterngeld_ElterngeldPlus/)

### ERSTAUSSTATTUNG

Vom Jobcenter bekommst du finanzielle

Unterstützung für die Erstaussattung.

Jobcenter Mecklenburgische Seenplatte-Süd

Ponyweg 37-43

17034 Neubrandenburg

☎ 0395 766 409 0

✉ [jobcenter-mse-sued@jobcenter-ge.de](mailto:jobcenter-mse-sued@jobcenter-ge.de)

Auch die Stiftung "Hilfen für Frauen und Familien" kann dich bei der Erstaussattung unterstützen. Informationen dazu findest du unter [www.familieninfo-mv.de](http://www.familieninfo-mv.de).

### KINDERGELD

Kindergeld beantragst du bei der

Familienkasse Nord

Ponyweg 37-43

17034 Neubrandenburg

☎ 0800 455 553 0

✉ [familienkasse-nord@arbeitsagentur.de](mailto:familienkasse-nord@arbeitsagentur.de)

Informationen findest du unter

[www.familienkasse.de](http://www.familienkasse.de).

### UNTERHALTSVORSCHUSS

Du benötigst Unterhaltsvorschuss? Damit

wendest du dich an das Jugendamt. Es

gehört zum

Landkreis Mecklenburgische Seenplatte

An der Hochstr. 1

17036 Neubrandenburg

☎ 0395 570 873 173

✉ [info@lk-seenplatte.de](mailto:info@lk-seenplatte.de)

📶 [www.lk-mecklenburgische-seenplatte.de](http://www.lk-mecklenburgische-seenplatte.de)



## SCHWANGERSCHAFT UND GEBURT

In Neubrandenburg kannst du als Schwangere (mit oder ohne Partner) verschiedene Angebote wahrnehmen, die dich auf Geburt und Elternschaft vorbereiten.

Auch bei ungeplanter Schwangerschaft stehen dir die Beratungsstellen bei und unterstützen dich in deiner Entscheidung.

### FAMILIENZEIT E. V.

Katharinenstr. 65  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 379 398 09  
☎ 0176 283 187 29

✉ info@familienzeit-nb.de  
🌐 www.familienzeit-nb.de  
📷 familienzeit\_nb  
📘 familienzeit\_nb

Hier findest du  
auch Angebote  
für Eltern von  
Sternkindern.

### AWO HAUS DER FAMILIE

Friedrich-Engels-Ring 42  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 544 368 3

✉ schwangerschaftsberatung@awo-nb.de

### CARITAS SCHWANGERSCHAFTSBERATUNG BERATUNG FÜR FRAUEN, FAMILIEN UND SCHWANGERE

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 581 45 30

✉ beratung-nbdg@caritas-im-norden.de

Diese Beratungsstelle vermittelt auch  
Kuren für Eltern und Kinder

Die hier aufgeführten Stellen haben  
Angebote wie Schwangerschaftsberatung,  
Kurse zur Geburtsvorbereitung sowie  
Angebote für die Zeit nach der Geburt.



Die Familienlotsen  
begleiten (werdende)  
Eltern mit Kindern von  
0 bis 3 Jahren.

### CARITAS FAMILIENLOTSEN

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 581 450

✉ familienlotsen-nb@caritas-im-norden.de

## ANGEBOTE FÜR ELTERN UND KINDER

Gemeinsame Erlebnisse fördern die Bindung zwischen dir und deinem Kind.  
Nutze die verschiedenen Angebote in Neubrandenburg.

### CARIBUNI-FAMILIENTREFF

Max-Adrion-Str. 45  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 505 23

✉ caribuni@caritas-im-norden.de  
f CARibuni



### OASE IM REITBAHNVIERTEL

Traberallee 22  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 37 99 057  
✉ info@oase-nb.de  
www.oase-nb.de

### FAMILIENZENTRUM NORD IM MEHRGENERATIONENHAUS REITBAHWEG

Weidegang 09  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 034 4  
✉ familienzentrum.reitbahnweg@t-online.de  
www.reitbahnweg-nb.de  
mit Schaukasten mit aktuellen Angeboten

### AWO HAUS DER FAMILIE

Friedrich-Engels-Ring 42  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 566 537 1  
✉ familienbildungsstaette@awo-nb.de



### SC NEUBRANDENBURG E. V.

2. Werderstr. 5  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 566 566 0  
✉ info@sc-neubrandenburg.de  
www.sc-neubrandenburg.de  
scneubrandenburg  
f SCNeubrandenburg

Die beiden Vereine  
bieten Kindersport  
für kleine Kinder an.

### SV TURBINE NEUBRANDENBURG E. V.

Geschwister-Scholl-Str. 18  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 566 537 7  
✉ info@sv-turbine.de  
www.sv-turbine.de  
svturbine Neubrandenburg  
f svturbine Neubrandenburg



## **DIE KINDER WERDEN GROSS - HILFEN ZUR ERZIEHUNG**

Bei Eltern und Kindern oder Jugendlichen prallen manchmal Welten aufeinander. Häufig fühlen sich beide Seiten unverstanden. Angebote zur Hilfe zur Erziehung können euch helfen, einander mehr zu verstehen und wieder zu vertrauen. Sie beraten auch bei Problemen in Schule oder mit Freunden. Kinder und Jugendliche können die Beratung auch ohne Eltern aufsuchen.



### **DRK FAMILIENHILFE**

Burgholzstr. 6  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 422 182 8

✉ [kinderheim@neubrandenburg.drk.de](mailto:kinderheim@neubrandenburg.drk.de)

### **ASB ERZIEHUNGSBERATUNG**

Friedrich-Engels-Ring 38  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 544 179 8

### **IB AMBULANTE HILFEN ZUR ERZIEHUNG**

Juri-Gagarin-Ring 2  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 778 245 55

✉ [spf-neubrandenburg@ib.de](mailto:spf-neubrandenburg@ib.de)

### **AWO KOMPETENZZENTRUM AMBULANTE HILFEN ZUR ERZIEHUNG**

Einsteinstr. 8  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 778 205 6

### **VOLKSSOLIDARITÄT AMBULANTE HILFEN ZUR ERZIEHUNG**

Adlerstr. 13  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 390 1  
☎ 0174 385 110 5

### **CARITAS ERZIEHUNGS- UND FAMILIENBERATUNG**

Heidmühlenstr. 17  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 581 450

✉ [erziehungsberatung-mst@caritas-im-norden.de](mailto:erziehungsberatung-mst@caritas-im-norden.de)

### **VSP JUGENDHILFESTATION**

Katharinenstr. 32  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 421 022 0

✉ [info.neubrandenburg@vsp-mv.de](mailto:info.neubrandenburg@vsp-mv.de)

# Angebote für ältere Menschen

Auch im höheren Alter ist es dir wichtig aktiv und eigenständig zu sein? Dann findest du auf den folgenden Seiten viele Angebote in deiner Nähe.

## SCHON GEWUSST?

Das **Seniorenbüro Neubrandenburg** ist dein zentraler Ansprechpartner zu allen Themen rund um's höhere Alter. Das Seniorenbüro befindet sich in der Poststr. 4, 17033 Neubrandenburg. Du erreichst es unter 0395 544 136 1.

Der **Seniorenwegweiser** hilft dir, dich zu orientieren und die passenden Antworten zu deinen Fragen zu finden. Einsehen kannst du ihn unter [www.neubrandenburg.de/Leben-Wohnen/Generationen-Soziales/Senioren/Seniorenwegweiser](http://www.neubrandenburg.de/Leben-Wohnen/Generationen-Soziales/Senioren/Seniorenwegweiser)



Angebote zur  
ambulanten Pflege



Aktivitäten für Ältere



Unterstützung für  
pflegende Angehörige



## ZUHAUSE VERSORGT

Die ambulante Pflege versorgt professionell pflegerisch und hauswirtschaftlich in deinen eigenen vier Wänden.

### AWO AMBULANTER PFLEGEDIENST

Gartenstr. 1  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 563 892 0

### DRK AMBULANTER PFLEGEDIENST

Torfsteg 14  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 570 647 3  
✉ pflegedienst@neubrandenburg.drk.de

### CARITAS SOZIALSTATION

Wilhelm-Külz-Str. 15  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 544 268 1  
✉ sozialstation-nbdg@caritas-im-norden.de



## TAGESPFLEGE

In der Tagespflege werden Senioren tagsüber betreut und finden Kontakt und Beschäftigung. Als pflegender Angehöriger kann dir dies Erleichterung im Alltag bringen.

Die AWO unterhält eine Vielzahl an Einrichtungen zur Tagespflege in Neubrandenburg. Erkundige dich auch nach den anderen Tagespflege-Einrichtungen.

### AWO TAGESPFLEGE "AM GÄTENBACH"

Neustrelitzer Str. 5d  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 714 70

### CARITAS TAGESPFLEGE

Clara-Zetkin-Str. 53  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 165 812  
✉ tagespflege-nb@caritas-im-norden.de

### DRK TAGESPFLEGE

Torfsteg 11  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 563 842 50  
✉ tagespflege@neubrandenburg.drk.de



## AKTIV IM HÖHEREN ALTER

Für Senioren gibt es zahlreiche Begegnungsstätten in Neubrandenburg. Dort kommst du nicht nur mit anderen Menschen zusammen, sondern kannst auch die zahlreichen Angebote in Kunst, Kultur und Sport in der Gemeinschaft nutzen. Du findest hier auch Beratungsangebote.

### ASB BEWOHNER TREFF OST

Einsteinstr. 21  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 761 564 3

### ASB BEWOHNER TREFF SÜD

Neustrelitzer Str. 109  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 091 9

### DIAKONIE BEGEGNUNGSSTÄTTEN

*Neutorstraße*  
Neutorstr. 12-14  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 702 58

✉ [begegnungsstaetten-nb@diakonie-mse.de](mailto:begegnungsstaetten-nb@diakonie-mse.de)

*Ravensburgstraße*  
Ravensburgstr. 21a  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 425 668 8

*OstStadtTreff*  
Juri-Gagarin-Ring 31  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 761 227 1

### CARITAS BEGEGNUNGSSTÄTTE

Clara-Zetkin-Str. 53  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 165 811

### MEHRGENERATIONENHAUS REITBAHNWEG

Weidegang 09  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 469 022 7  
✉ [buengerinitiative.reitbahnweg@t-online.de](mailto:buengerinitiative.reitbahnweg@t-online.de)  
🌐 [www.reitbahnweg-nb.de](http://www.reitbahnweg-nb.de)



Oft gibt es vor Ort  
Schaukästen, in denen  
du die aktuellen  
Angebote findest.

## AKTIV IM HÖHEREN ALTER

Auch sportlich kannst du dich bis ins hohe Alter betätigen. Bewegung hält dich fit, du wirst dich länger gut fühlen und triffst neue Leute im Verein deiner Wahl.

Diese Vereine bieten Reha-Sport in festen Gruppen an. Ein Rezept dafür erhältst du bei Bedarf von deinem Hausarzt, finanziert wird Reha-Sport über deine Krankenkasse.

### SV TURBINE NEUBRANDENBURG E. V.

Geschwister-Schöll-Str. 18  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 566 537 7

✉ info@sv-turbine.de

🌐 www.sv-turbine.de

📷 svturbineneubrandenburg

📘 svturbineneubrandenburg

### VITALIS-REHA E. V.

Torfsteg 11  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 777 555 0

✉ vitalis-reha@web.de

🌐 www.vitalis-reha-ev.de

### SC NEUBRANDENBURG E. V.

2. Werderstr. 5  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 566 566 0

✉ info@sc-neubrandenburg.de

🌐 www.sc-neubrandenburg.de

📷 scneubrandenburg

📘 SCNeubrandenburg

Die Volkshochschule bietet für kleines Geld tolle Angebote in Kunst, Kultur und Sport. Sieh´ dich auf der Internetseite um, vielleicht ist etwas Passendes für dich dabei.



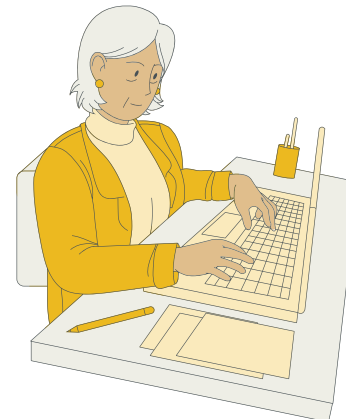
### VOLKSHOCHSCHULE MECKLENBURGISCHE SEENPLATTE

Bienenweg 1  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 720 00

✉ vhs@lk-seenplatte.de

🌐 www.vhs-mse.de

📷 vhs\_mse



## UNTERSTÜTZUNG FÜR PFLEGENDE

Einen Angehörigen zu pflegen erfordert viel Kraft und verdient Respekt. Um dich nicht völlig zu verausgaben, kannst du in Neubrandenburg verschiedene Angebote zur Beratung und Unterstützung in Anspruch nehmen. Das entlastet dich und zeigt dir Wege, wie du besser mit der Situation umgehen kannst.

### PFLEGESTÜTZPUNKT NEUBRANDENBURG

Woldegker Str. 6  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 570 875 751

✉ pflegestuetzpunkt-neubrandenburg@lk-seenplatte.de  
🌐 www.pflegestuetzpunktnev.de

Der Pflegestützpunkt bietet dir Pflege- und Sozialberatung vor Ort.

### VOLKSHOCHSCHULE MECKLENBURGISCHE SEENPLATTE

Bienenweg 1  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 720 00  
✉ vhs@lk-seenplatte.de  
🌐 www.vhs-mse.de  
📷 vhs\_mse

Die Volkshochschule bietet Kurse für pflegende Angehörige an.



Nutze auch die Angebote der ambulanten Pflege und der Tagespflege in Neubrandenburg. Die Stellen findest du in diesem Wegweiser unter "Zuhause versorgt". Sie können dich tageweise entlasten und nehmen dir ein Stück der großen Verantwortung. Die ambulanten Pflegedienste bieten auch Pflegeberatung und Beratungsbesuche an.

---

## Freizeitangebote

Manche Zeiten sind schwerer als andere.  
Wichtig ist, dass du weißt, du bist nicht allein.  
Es gibt viele Beratungsstellen, die dich bei bestimmten  
Themen unterstützen können und dir helfen, die  
nächste Entscheidung zu treffen.

---

### SCHON GEWUSST?

Die **Handy-App "Dein NB"** zeigt dir die  
aktuellen Freizeitangebote und  
kulturellen Veranstaltungen in  
Neubrandenburg.



Angebote für  
Kinder und Jugendliche



Angebote für  
Erwachsene



Beteiligungsmöglichkeiten

## FREIZEITPASS FÜR KINDER UND JUGENDLICHE

Für Kinder und Jugendliche gibt es zahlreiche Möglichkeiten, sich zu beschäftigen und in Neubrandenburgs Gemeinschaft einzubringen.

Hier kannst du spielen und dich beteiligen; dir wird aber auch bei Hausaufgaben geholfen und du findest Betreuer, denen du dich bei Sorgen und Kummer anvertrauen kannst.

### POLYLUX E. V.

Alfred-Haude-Str. 7  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 765 30  
✉ post@polylux.de  
🌐 www.polyluxev.de  
📷 polylux\_ev  
📘 polyluxev

Beim Verein polylux e. V. kannst du dich im Stadtteil Datzeberg einbringen und den Stadtteil mitgestalten.

### JUGENDKUNSTSCHULE JUNGE KÜNSTE NB E. V.

An der Hochstr. 13  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 778 248 23  
✉ info@junge-kuenste.de  
🌐 www.junge-kuenste.de  
📘 kunstschule.nb

Kreativkurse für Jung & Alt  
& Ferienkurse für Kinder

### SOZIOKULTURELLES BILDUNGSZENTRUM NEUBRANDENBURG E. V.

Wiekhaus 18  
2. Ringstr. 18  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 570 645 3  
✉ gbl@skbz-nb.de  
🌐 www.skbz-nb.de



## KINDER- UND JUGENDTREFFS

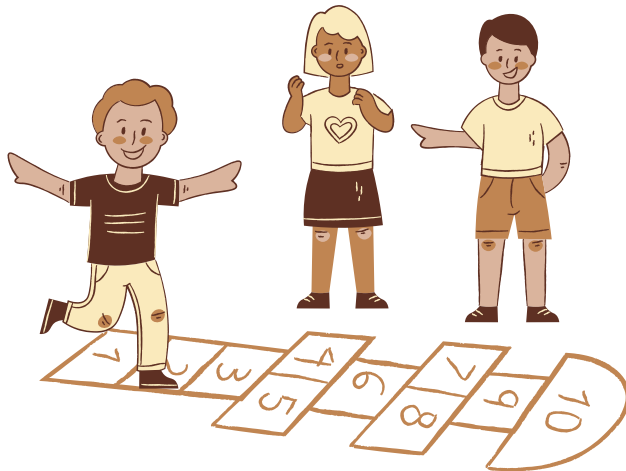
Veranstaltungen  
und Projektgruppen

### ALTERNATIVES JUGENDZENTRUM E. V.

Seestr. 12  
17033 Neubrandenburg  
✉ email@ajz-nb.de

### ASB KINDER- UND JUGENDTREFF KONNEX

Neustrelitzer Str. 107  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 530 3  
📷 konnex\_neubrandenburg



### OASE IM REITBAHNVIERTEL

Traberallee 22  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 37 99 057  
✉ info@oase-nb.de  
🌐 www.oase-nb.de

### T.O.N.I. E. V. KINDER- UND JUGENDTREFF

Uns Hüsung 29/31  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 557 314 65  
✉ toni-ev@gmx.de  
🌐 www.toniverein.de  
📷 toni\_ev\_neubrandenburg

### MOSAIK NEUBRANDENBURG E. V.

Leibnizstr. 4  
17036 Neubrandenburg  
✉ jc\_mosaik\_nb@gmx.de  
📘 JugendclubMosaik



## MITEINANDER IN BEGEGNUNGSZENTREN

In den Begegnungsstätten triffst du nicht nur andere Leute, du kannst dort auch kreativ und sportlich aktiv werden. Vor vielen der Häuser findest du Schaukästen mit den aktuellen Kursen und Veranstaltungen.



### ASB BEWOHNERTREFF OST

Einsteinstr. 21  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 761 564 3

### ASB BEWOHNERTREFF SÜD

Neustrelitzer Str. 109  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 091 9

### BEGEGNUNGSSTÄTTE DER VOLKSSOLIDARITÄT

Adlerstr. 13  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 390 25

### MEHRCHEGENERATIONENHAUS REITBAHNWEG

Weidegang 09  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 469 022 7  
✉ [buergerinitiative.reitbahnweg@online.de](mailto:buergerinitiative.reitbahnweg@online.de)  
📶 [www.reitbahnweg-nb.de](http://www.reitbahnweg-nb.de)

### WEATREFFS NACHBARSCHAFTSTREFFS DER NEUWOBA

An der Hürde 3a  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 451 373 16

✉ [weatreff-an-der-huerde@neuwoba.de](mailto:weatreff-an-der-huerde@neuwoba.de)

Max-Adrion-Str. 7  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 455 090 33

✉ [weatreff-max-adrion@neuwoba.de](mailto:weatreff-max-adrion@neuwoba.de)

Neustrelitzer Str. 97  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 362 077 2

Allendestr. 18  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 779 237 2

Ziolkowskistr. 5-7  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 779 237 2



## FREIZEITANGEBOTE FÜR ERWACHSENE

Ob Sport, Kultur oder Kunst – Neubrandenburg bietet dir eine Vielzahl an Angeboten. Schupper´ hinein und entdecke ein neues Hobby.

### AWO HAUS DER FAMILIE

Friedrich-Engels-Ring 42  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 566 537 1

✉ familienbildungsstaette@awo-nb.de

Die AWO bietet Gesundheitskurse zum kleinen Preis.

Die Volkshochschule bietet dir viele verschiedene Angebote für kleines Geld an. Hier kannst du eine neue Sprache lernen, einen Gesundheitskurs besuchen oder Erste Hilfe für deinen Hund erproben. Sieh´ dich auf der Internetseite oder im kostenlosen Magazin der VHS um.

### VOLKSHOCHSCHULE MECKLENBURGISCHE SEENPLATTE

Bienenweg 1  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 720 00

✉ vhs@lk-seenplatte.de

🌐 www.vhs-mse.de

📷 vhs\_mse

### SCHON GEWUSST?

Sport frei! Alle sportlichen Vereinsangebote findest du unter [www.neubrandenburg.de/Sport-Kultur/Sport/](http://www.neubrandenburg.de/Sport-Kultur/Sport/)

Sportvereine bieten dir gegen einen kleinen Mitgliedsbeitrag an, dich sportlich in der Gemeinschaft zu betätigen. In vielen Vereinen kannst du die Sportarten auch in einer Schnupperstunde kostenlos ausprobieren – du musst dich also nicht gleich festlegen.

Schau´ dich auch auf der folgenden Seite zu den Beteiligungsmöglichkeiten in Neubrandenburg um. Auch das kann ein tolles Hobby für dich sein.

## BETEILIGUNG IN NEUBRANDENBURG

Du kannst dich vielfältig in Neubrandenburg beteiligen und bekommst so die Möglichkeit, deinen Stadtteil mitzugestalten.

Du möchtest dich ehrenamtlich beteiligen? Die Ehrenamtskoordination findet mit dir gemeinsam sicher das richtige Angebot.

### EHRENAMTSKOORDINATION

DRK Kreisverband Neubrandenburg e. V.  
Robert-Blum-Str. 32  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 560 390  
🌐 [www.engagieren-in-mv.de](http://www.engagieren-in-mv.de)

bürgerschaftliches  
Engagement

### BÜRGERSTIFTUNG NEUBRANDENBURG

Treptower Str. 38  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0151 168 186 03  
✉ [info@buergerstiftung-neubrandenburg.de](mailto:info@buergerstiftung-neubrandenburg.de)  
🌐 [www.buergerstiftung-neubrandenburg.de](http://www.buergerstiftung-neubrandenburg.de)  
f BuergerstiftungNB

### INTERKULTURELLER GARTEN

Am Reitbahnsee  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 570 645 3  
✉ [gbl@skbz-nb.de](mailto:gbl@skbz-nb.de)

Gartenbeteiligung

### NORDSTART NB

An der Hürde 1a  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 358 821 7  
🌐 [www.nordstart-nb.de](http://www.nordstart-nb.de)  
📷 [nordstartnb](https://www.instagram.com/nordstartnb)  
f NordStart

Im Projekt *Grünes Quartier* kannst du den Stadtteil mit verschönern.



# Angebote für Zugewanderte

In einer neuen Umgebung kann es schwierig sein,  
sich zurecht zu finden.

Verschiedene Angebote helfen dir, dich schneller  
einzuleben und Teil der Gemeinschaft zu werden



Migrationsberatung



Sprachkurse und  
Bildungsangebote

## SCHON GEWUSST?

Alle Angebote für Zugewanderte findest du zusammengefasst in einer  
Übersichtskarte unter  
[https://mb3.neubrandenburg.de/application/Integration\\_Beratung](https://mb3.neubrandenburg.de/application/Integration_Beratung)

## MIGRATIONSBERATUNG

In einem neuen Umfeld kann es viele Unklarheiten geben. Die Migrationsberatungen beraten dich und deine Familie in allen Bereichen des Lebens. Häufig bieten Sie auch Freizeitaktivitäten an.

Die Beratung des DRK hilft dir auch, Angehörige zu finden und unterstützt bei Familienzusammenführungen.

### **AWO MIGRATIONSZENTRUM**

Demminer Str. 44  
17034 Neubrandenburg

☎ 0395 566 647 6

📷 awo\_migration-nb

📘 AWO\_migration\_NB

### **DRK MIGRATIONSBERATUNG**

Weidegang 9  
17034 Neubrandenburg

☎ 0395 379 518 80

Im Café International findet auch eine psychosoziale Beratung statt.

### **ASB INTEGRATIONSBERATUNGSSTELLE OSTSTADT**

Einsteinstr. 21  
17036 Neubrandenburg

☎ 0395 761 564 3

✉ gemeinwesenarbeit@asb-nb-mst.de

### **CAFÉ INTERNATIONAL**

Neutorstr. 7  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 569 193 30

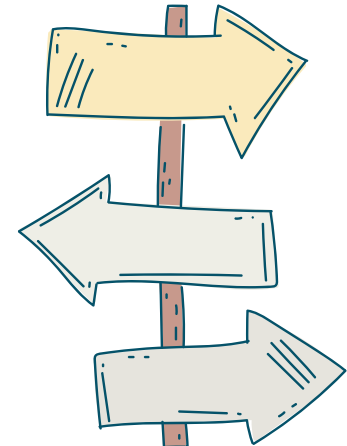
✉ kontakt@cafe-international.org

### **ASB INTEGRATIONSBERATUNGSSTELLE SÜDSTADT**

Neustrelitzer Str. 109  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 351 753 91

✉ gemeinwesenarbeit.sued@asb-nb-mst.de



## SPRACHKURSE UND BILDUNGSANGEBOTE FÜR MIGRANTEN

Um sich in der neuen (vielleicht vorübergehenden) Heimat zurechtzufinden und Teil der Gesellschaft zu werden, hilft es dir sicher, deutsch zu sprechen. Du kannst dich aber auch zu Studienangeboten und der Anerkennung deiner bisherigen beruflichen Qualifikationen beraten lassen.

Alle aufgeführten Beratungsstellen bieten Deutschkurse an.  
Auch das Jobcenter Neubrandenburg berät dich zu passenden Angeboten.  
Termine kannst du buchen unter [www.jobcenter-ge.de/Jobcenter/MSE-Sued](http://www.jobcenter-ge.de/Jobcenter/MSE-Sued)



### VOLKSHOCHSCHULE MECKLENBURGISCHE SEENPLATTE

Bienenweg 1  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 351 720 00  
✉ [vhs@lk-seenplatte.de](mailto:vhs@lk-seenplatte.de)  
🌐 [www.vhs-mse.de](http://www.vhs-mse.de)  
📷 [vhs\\_mse](https://www.instagram.com/vhs_mse)

Die Volkshochschule (VHS) bereitet dich auch auf den Einbürgerungstest vor.

### NORDSTART NB

An der Hürde 1a  
17034 Neubrandenburg  
☎ 0395 358 821 5  
🌐 [www.nordstart-nb.de](http://www.nordstart-nb.de)  
📷 [nordstartnb](https://www.instagram.com/nordstartnb)  
📘 NordStart

genres bietet dir auch Beratung zu Anerkennung und beruflicher Qualifizierung an.

### GENRES

Gesellschaft für nachhaltige Regionalentwicklung und Strukturforchung e. V.  
Helmut-Just-Str. 4  
17036 Neubrandenburg  
☎ 0395 570 722 0  
✉ [info@genres-mv.de](mailto:info@genres-mv.de)

### HOCHSCHULE NEUBRANDENBURG INTERNATIONAL OFFICE

Brodaer Str. 2  
17033 Neubrandenburg  
☎ 0395 569 311 10  
✉ [refugees@hs-nb.de](mailto:refugees@hs-nb.de)  
🌐 [www.hs-nb.de](http://www.hs-nb.de)  
📷 [hochschuleneubrandenburg](https://www.instagram.com/hochschuleneubrandenburg)

Die Hochschule Neubrandenburg berät dich auch zu Studiengängen.

---

## Stadtteilbüros

Die Stadtteilmanager der Stadtteilbüros stehen dir mit Rat und Tat zur Seite und kennen sich in deinem Stadtteil bestens aus.

Sie wissen nicht nur, wen es bei Problemen im Stadtteil um Hilfe zu bitten gilt, sie wissen auch, welche Veranstaltungen geplant werden und wo du dich beteiligen kannst.

Sprich sie in den Sprechstunden an, diese sind meist öffentlich ausgehangen.

# STADTTEILBÜROS

## STADTTEILBÜRO DATZEBERG

Max-Adrion-Str. 5  
17034 Neubrandenburg

☎ 0395 430 969 9

✉ [stadtteilbuero@asb-nb-mst.de](mailto:stadtteilbuero@asb-nb-mst.de)

## STADTTEILBÜRO OSTSTADT

Juri-Gagarin-Ring 2  
17036 Neubrandenburg

☎ 0395 778 246 88

✉ [stadtteilbuero-oststadt@hs-nb.de](mailto:stadtteilbuero-oststadt@hs-nb.de)

📶 [www.stadtteilbuero-oststadt.de](http://www.stadtteilbuero-oststadt.de)

📷 [stadtteilbuerooststadt](https://www.instagram.com/stadtteilbuerooststadt)

📘 [stadtteilbuero.oststadt](https://www.facebook.com/stadtteilbuero.oststadt)

## STADTTEILBÜRO SÜD

Neustrelitzer Sr. 109  
17033 Neubrandenburg

☎ 0395 351 753 91

✉ [stadtteilbuero.sued@asb-nb-mst.de](mailto:stadtteilbuero.sued@asb-nb-mst.de)

📶 [www.stadtteilbuero-sued.de](http://www.stadtteilbuero-sued.de)

📘 Stadtteilbüro Süd

## QUARTIERSBÜRO NORDSTADT - IHLENFELDER VORSTADT

Ravensburgstr. 23  
17034 Neubrandenburg

☎ 0395 430 963 4

✉ [quartiersmanagement@neubrandenburg.de](mailto:quartiersmanagement@neubrandenburg.de)

📶 [www.quartiersmanagement-neubrandenburg.de](http://www.quartiersmanagement-neubrandenburg.de)

mit interaktiver Karte mit  
aktuellen Angeboten in  
den Stadtteilen  
Vogelviertel, Ihlenfelder  
Vorstadt und Reitbahnweg

## IMPRESSUM

### Gesundheitswegweiser Neubrandenburg

#### Herausgeberin

Landesvereinigung für Gesundheitsförderung Mecklenburg-Vorpommern e. V.  
Wismarsche Str. 170  
19053 Schwerin

Tel.: 0385 2007 386 0  
E-Mail: [info@lvg-mv.de](mailto:info@lvg-mv.de)  
[www.lvg-mv.de](http://www.lvg-mv.de)

Vereinsregister-Nr.:  
Amtsgericht Schwerin Nr. 110

#### Kontakt zur Projektkoordination

Friederike Keipke  
[friederike.keipke@lvg-mv.de](mailto:friederike.keipke@lvg-mv.de)

#### Verantwortlich i. S. d. P. R.

Charlotte Hinrichs

#### Redaktion & Gestaltung

Isabell Franz & Friederike Keipke

#### Fotos

wenn nicht anders angegeben: canva.com

© LVG MV e. V. Schwerin, 2022

Die Personenbezeichnungen beziehen sich, wenn nicht ausdrücklich differenziert, gleichermaßen auf männlich/weiblich/divers.



GKV-Bündnis für  
**GESUNDHEIT**

Gefördert durch die BZgA im Auftrag und mit Mitteln der gesetzlichen Krankenkassen nach § 20a SGB V

