

Anlauf- und Beratungsstelle „Senioren fit @ home“

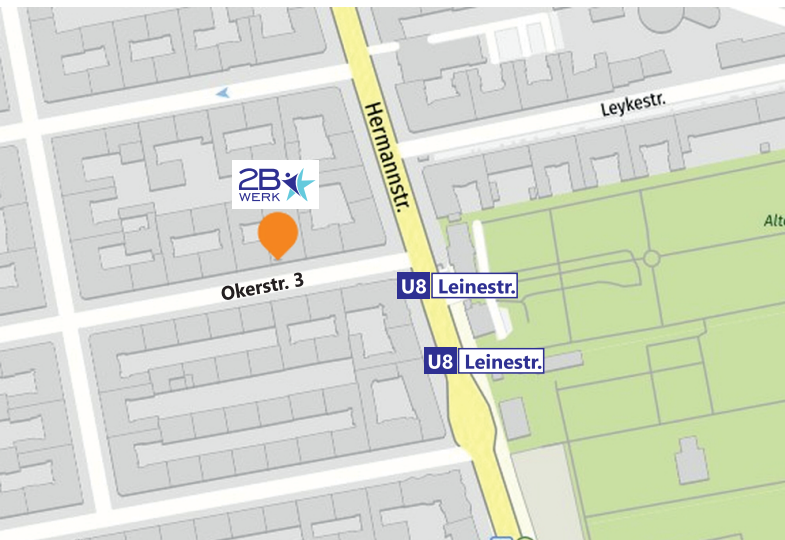
Adresse:

Okerstr. 3, Eingang Erdgeschoss,
12043 Berlin-Neukölln

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag
9.00 Uhr bis 15.00 Uhr

Anfahrt:



2B-WERK
Gesellschaft für Bildung,
Erziehung und Arbeit mbH

Okerstr. 3, 12049 Berlin
Tel.: 030-221 846 27-0
Fax: 030-221 846 27-9
E-Mail: info@2b-werk.de
Web: www.2b-werk.de

Wenn Sie einen individuellen Beratungstermin in Ihrer Muttersprache wünschen oder an unseren Veranstaltungen und Workshops zu den Themen Prävention und Gesundheit teilnehmen möchten, besuchen Sie uns gerne in unserer Beratungsstelle oder rufen Sie uns unter den unten stehenden Telefonnummern an.

Unsere Hotline für Informationen, Beratung und Veranstaltungen:

- ❖ Infos auf Deutsch
030-221 846 27-5
- ❖ Infos auf Türkisch
030-221 846 27-6
- ❖ Infos auf Arabisch
030-221 846 27-7
- ❖ Infos auf Kurdisch
u. Zazaisch
030-221 846 27-8

Weitere Informationen zu unseren Angeboten und Projekten finden Sie auf:

-  www.2b-werk.de
-  www.facebook.com/2bwerk
-  www.instagram.com/2bwerk
-  www.x.com/2B_Werk

Senioren
fit @ home



**Anlauf- und
Beratungsstelle zur
Gesundheitsförderung
und Prävention für
Senior*innen und deren
pflegenden Angehörigen mit
Migrationshintergrund**



gefördert durch:

Senatsverwaltung
für Wissenschaft,
Gesundheit und Pflege

BERLIN



Unsere Beratungsstelle „Senioren fit @ home“ soll Senior*innen mit Migrationshintergrund und deren pflegenden Angehörigen, durch Beratung, Veranstaltungen und Workshops zu verschiedenen Präventions- und Gesundheitsthemen, im Alltag helfen und unterstützen.



Wir bieten Ihnen kostenlos an:

I. Individuelle Beratung für Senior*innen und deren pflegenden Angehörigen

Wir bieten Ihnen kostenlose individuelle Beratung zu Themen der gesunden Ernährung und gesunden Bewegung in ihrer Muttersprache (Deutsch, Türkisch, Arabisch, Kurdisch, Zazaisch) an. Unsere Berater*innen sind qualifizierte Muttersprachler*innen, die Ihnen gerne beratend zur Seite stehen.

II. Informationsveranstaltungen und Workshops für Senior*innen und deren pflegenden Angehörigen

Wir bieten Ihnen wöchentliche Informationsveranstaltungen sowie monatliche Workshops zu den Themen Prävention und Gesundheit an.

Die Veranstaltungen finden sowohl in den Räumlichkeiten unserer Kooperationspartner als auch in unseren eigenen statt und werden von unseren Dozent*innen in der jeweiligen Muttersprache durchgeführt. Anmeldung und Teilnahme sind für Sie kostenlos.

Weitere Informationen zur Teilnahme erhalten Sie gerne über unsere Website, unsere Sozialen Medien oder auch telefonisch.

Unsere Veranstaltungsthemen sind:

- ❖ Gesunde Ernährung
- ❖ Gesunde Bewegung
- ❖ Hygiene im Eigenheim
- ❖ Erste-Hilfe-Kurs im Eigenheim



III. Informationsveranstaltungen und Schulungen zur Anbindung an bestehende Unterstützungsstrukturen

Wir informieren Senior*innen mit Migrationshintergrund sowie Angehörige in ihrer Muttersprache über wichtige Gesundheits-, Pflege- und Unterstützungsangebote in Berlin. Wir zeigen Wege auf, vermitteln passende Anlaufstellen und helfen dabei, Unterstützung selbstständig und sicher zu nutzen.

Projektförderung:

Unser Projekt ist bis auf das Ende des Jahres 2026 angelegt. Gefördert wird das Projekt durch die „Senatsverwaltung für Wissenschaft, Gesundheit und Pflege“.

gefördert durch:



Projektträger:

