

Angebote von Vereinen und Institutionen

Was? Wer? Wo?

Allmannsdorf
Dettingen
Dingelsdorf
Litzelstetten
Wollmatingen
Gesamtes Stadtgebiet



StadtSeniorenRat Konstanz
Seniorenzentrum Bildung + Kultur
Obere Laube 38
78462 Konstanz
Telefon 07531 691687

Stand Mai 2024

Inhalt

- Auflistung der Vereine und Institutionen Seite 3 - 5
- Nachbarschaftliche Hilfen Seite 6 - 8
- Computer, Tablets, Handy Seite 9
- Reparaturen Seite 10 + 11
- Formulare ausfüllen Seite 12 + 13
- Gemeinsam Essen und Kaffee Seite 14 - 15
- Beratung, Unterlagen Seite 16
- Leihen, Tauschen, Verschenken Seite 17
- Bewegung, Sport Seite 18

**Angebote von Vereinen und Institutionen
in Konstanz und den Stadtteilen**
Stand Mai 2024

Altenhilfeverein e.V. Konstanz
<https://altenhilfe-konstanz.de/service/>

Telefon 07531 691 668

AWO Treffpunkt Cherisy
awo-konstanz.de/dienste-und-einrichtungen/kinder-jugend-familien-frauen/treffpunkt-cherisy/

Telefon 07531 95 89 63

Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben
www.dingelsdorfleben.de/wp/

Telefon: 07533 997201
kontakt@dingelsdorfleben.de

Caritasverband Konstanz e.V.
www.caritas-konstanz.de/angeboteundhilfen/menschenhaltgeben/mittagstisch/mittagstisch
www.stromspar-check.de/

Telefon: 07531 1200 0

Caritativer Förderverein St. Nikolaus
www.bodanrueckgemeinden.de

Telefon: 07533 6705

DJK Konstanz e.V.
www.djkkonstanz.de

Telefon: 0172 7944944
E-Mail: info@djkkonstanz.de

**Evangelische Kirchengemeinde Wollmatingen
Wollmagemeinde**
www.wollmagemeinde.de/angebote/cafe-oase/

Telefon: 07531 77238

Füreinander-Miteinander e.V.
www.fuereinandermiteinander.de

Telefon: 07531 696916

Initiative Brauchbarschaft
www.brauchbarschaft.de
Instagram: brauchbarschaft_konstanz

Telefon: 07531-1227150 (AB)
E-Mail: info@brauchbarschaft.de

Jugendtreff Berchen

Telefon: 07531 698158
0176 10900055

www.konstanz.de/kultur+_freizeit/kultur-+und+begegnungszentren/jugendtreff+berchen

Kreissenorenrat Konstanz
kreissenorenrat-konstanz.de

Telefon: 07531 800-1787

Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V.
www.li-na.de/

Telefon: 07531 44787

Miteinander Leben e.V. Dettingen
www.mitleben-ev.de

Telefon: 07533 98542

Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf
www.lena-konstanz.de

Telefon: 07531 8071 700

PC-Seniorenclub
pc-senioren-konstanz.de/

Telefon: 07531 9 06 20

Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen
www.miteinander-konstanz.de

Telefon: 07531 80 20 737 / 738

Repair Cafe

<https://www.miteinander-konstanz.de/miteinander/aktiv-sein/>

Telefon: 07531 80 20 737 / 738**Seniorenzentrum Bildung + Kultur**

www.konstanz.de/seniorenzentrum

Telefon: 07531 9189834**Sozialverband VdK Ortsverband Konstanz**

www.vdk.de/kv-konstanz/ID86142

Telefon: 07531 2 26 90**Stadtseniorenrat Konstanz**

stadtseniorenrat-konstanz.de

Telefon: 07531 691687 (AB)**Treffpunkt Petershausen**

www.konstanz.de/treffpunkt

Telefon: 07531 51069

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|----------------------------------|---|---|---|--|------------------|---|
| Nachbarschaftliche Hilfen | | | | | | |
| Arzt Begleitung | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 ----- Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Altenhilfverein e.V. Konstanz Tel: 07531 691 668 ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |
| Unterstützung von Kranken | | Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | | | | |
| Behörden Begleitung | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 ----- Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Altenhilfverein e.V. Konstanz Tel: 07531 691 668 ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |
| Einkaufen | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 ----- Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Altenhilfverein e.V. Konstanz Tel: 07531 691 668 ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|-------------------------------|---|---|---|---|------------------|---|
| Geselligkeit | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 ----- Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe) Tel: 07531 9189834 ----- Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |
| Gräber gießen | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 | | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | |
| Veranstaltungs- Begleitung | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | | | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |
| Vorlesen | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Altenhilfverein e.V. Konstanz Tel: 07531 691 668 ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|---------------------------------|---|-----------------|---|---|------------------|--|
| Einfache Arbeiten | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |
| Unterstützung bei Hausarbeit | | | | | | Altenhilfeverein e.V. Konstanz Tel: 07531 691 668 ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |
| Sütterlin-Schreibstube | | | | | | AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63 14-tägig |
| Brillenhilfe | | | | | | AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|---|---|--|---|---|---|--|
| Computer, Tablets, Handy | | | | | | |
| Anwendungen einrichten (Computer, Tablet, Smartphone) | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. PC-Hilfe 60+ pc-hilfe-dettingen@web.de | repair Cafe Tel: 07531 80 20 737 / 738 | PC-Senioren Club Tel: 07531 9 06 20 |
| Computer einrichten (Windows, MacOS, Linux) | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 | | Miteinander Leben e.V. PC-Hilfe 60+ pc-hilfe-dettingen@web.de | repair Cafe Tel: 07531 80 20 737 / 738 | PC-Senioren Club Tel: 07531 9 06 20 |
| Smartphones bedienen (iPhone, Android) | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. PC-Hilfe 60+ pc-hilfe-dettingen@web.de | repair Cafe Tel: 07531 80 20 737 / 738 | PC-Senioren Club Tel: 07531 9 06 20 ----- Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe) Tel: 07531 9189834 |
| IT-spezifischen Vorträge | | | | Miteinander Leben e.V. PC-Hilfe 60+ pc-hilfe-dettingen@web.de | | PC-Senioren Club Tel: 07531 9 06 20 |
| Webseite einrichten (Wordpress) | | | | Miteinander Leben e.V. PC-Hilfe 60+ pc-hilfe-dettingen@web.de | | PC-Senioren Club Tel: 07531 9 06 20 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|------------------------|------------------------|--|-------------------|---------------|---|---|
| Reparaturen | | | | | | |
| Kleidung | | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. + Arbeitskreis Klimaschutz und Konsum Tel: 07533 997201 | | | repair Cafe, Hilfe zur Selbsthilfe Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | Initiative Brauchbarschaft Tel: 07531 12 27 150 (AB) ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |
| tragbare Elektrogeräte | | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. + Arbeitskreis Klimaschutz und Konsum Tel: 07533 997201 | | | repair Cafe, Hilfe zur Selbsthilfe Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | Initiative Brauchbarschaft Tel: 07531 12 27 150 (AB) |
| Spielsachen | | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. + Arbeitskreis Klimaschutz und Konsum Tel: 07533 997201 | | | repair Cafe, Hilfe zur Selbsthilfe Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | Initiative Brauchbarschaft Tel: 07531 12 27 150 (AB) |
| Kleinmöbel | | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. + Arbeitskreis Klimaschutz und Konsum Tel: 07533 997201 | | | repair Cafe, Hilfe zur Selbsthilfe Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|-------------------|-----------------------------------|--|------------------------------|--------------------------|-----------------------------|---|
| Nähwerkstatt | | | | | | Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 |
| Fahrräder | | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. + Arbeitskreis Klimaschutz und Konsum Tel: 07533 997201 | | | | Initiative Brauchbarschaft Tel: 07531 12 27 150 (AB) |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|--|--|---|-------------------|---------------|---|--|
| Formulare ausfüllen (keine Steuererklärungen) | | | | | | |
| Pflegeantrag | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | | | | | Sozialverband VdK Tel: 07531 2 26 90 |
| Rentenanträge | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 | | | | Sozialverband VdK Tel: 07531 2 26 90 |
| Schwerbehindertenausweis | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 ----- Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | | | | Sozialverband VdK Tel: 07531 2 26 90 AWO Treffpunkt Chérisy – Antragshilfe (Do. 15.00- 18.00 + Fr. nach Termin) Tel. 07531 958963 |
| Wohngeld | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201. | | | Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | Sozialverband VdK Tel: 07531 2 26 90 AWO Treffpunkt Chérisy – Antragshilfe (Do. 15.00- 18.00 + Fr. nach Termin) Tel. 07531 958963 |
| Krankenkasse | | Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | | | | AWO Treffpunkt Chérisy – Antragshilfe (Do. 15.00- 18.00 + Fr. nach Termin) Tel: 07531 95 89 63 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|------------|---------------------------|---|----------------------|------------------|---|---|
| Bürgergeld | | Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | | | Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | AWO Treffpunkt Cherisy – Antragshilfe (Do. 15.00- 18.00 + Fr. nach Termin) Tel: 07531 95 89 63 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|--|---|--|---|---|---|---|
| Gemeinsam Essen und Kaffee | | | | | | |
| Mittagstisch | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. jeden 3. Mittwoch Anmeldung 4 Tage vorher Tel: 07533 94 00 596 (AB) | Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 mittwochs, außer Schulferien ----- „Suppe im Café“ von Mitte Oktober bis Anfang März Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe) Tel: 07531 9189834 ----- AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63 2 x monatlich ----- Caritasverband Konstanz Pfarrei St. Gallus Tel.: 07531 1200 243 0177 423 5877 |
| Kaffee-Treff für Senioren ----- Kaffeekränzchen für Senioren | | Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | | Miteinander Leben Di von 15 – 17 Uhr im Rathaus Kaffee, Kuchen, Spiele Anmeldung 0176 95650766 | | AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63 donnerstags ----- Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 donnerstags 15 Uhr ----- Café im Seniorenzentrum Bildung + Kultur Telefon: 07531 9189834 Mo bis Fr. 9 – 12 Uhr, Mo bis Mi 14 – 17 Uhr Do 14 – 17 Uhr |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|--------------------|---------------------------|--------------------|----------------------|------------------|--|--|
| Café Oase | | | | | | Wollmagingemeinde Karlsruher Str. 10 Tel: 07531 77238 Mo + Do 15 – 17:30 Uhr Do 8:30 – 11 Uhr Frühstück |
| Foodsharing | | | | | | Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 mittwochs ab 14 Uhr kostenlos |
| Quartiersfrühstück | | | | | Jugendtreff Berchen Tel: 07531 69 81 58 0176 10 90 00 55 | |
| GenerationenKüche | | | | | | AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63, 1 x monatlich |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|---------------------------------------|-----------------------------------|----------------------------|------------------------------|--------------------------|-----------------------------|--|
| Beratung Unterlagen | | | | | | |
| Ehrenamtliche Wohnberatung | | | | | | Stadtseniorenrat Tel: 07531 691687 ---- Sozialverband VdK, nur für Mitglieder Tel: 07732 92 36 36 |
| Stromspar-Check | | | | | | Caritasverband Konstanz e.V. Tel.: 07531 1200 0 |
| Vorsorgemappe | | | | | | Kreisseniorenrat Tel: 07531 800-1787 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|---|------------------------|---|-------------------|---|---|--|
| Leihen, Tauschen, Verschenken | | | | | | |
| Leihladen, Sackkarren etc. www.konstanz.de/leihladen | | | | | | Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 |
| Flohmarkt | | | | | | AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63 2 x jährlich ----- Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 Im September |
| Bücher-Tauschregal | | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 | | Miteinander Leben An der Bushaltestelle Feuerwehr | Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63 ----- Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 ----- Seniorenzentrum Bildung + Kultur (SeZe) Tel: 07531 9189834 |
| Offener Tauschschrank für Kleidung | | | | | Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 | Treffpunkt Petershausen Tel: 07531 51069 |
| Verschenken | | | | | Quartierszentrum Berchen-Öhmdwiesen Tel: 07531 80 20 737 / 738 Termine anfragen | AWO Treffpunkt Cherisy Tel: 07531 95 89 63 2 x jährlich |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|---------------------|---|---|---|---|------------------|--|
| Bewegung | | | | | | |
| Wandern | | | | | | Wollmagemeinde Tel: 07531 75836 |
| Spaziergehen | Nachbarschaftshilfe Allmannsdorf/Staad ohne Auto Tel: 07531 8071 700 | Bürgergemeinschaft DingelsDorfLeben e. V. Tel: 07533 997201 ----- Caritativer Förderverein St. Nikolaus Tel: 07533 6705 | Litzelstetter Nachbarschaftshilfe e.V Tel: 07531 44787 | Miteinander Leben e.V. Tel: 07533 98542 | | Altenhilfeverein e.V. Konstanz Tel: 07531 691 668 ----- Füreinander-Miteinander e.V. Tel: 07531 696916 |

| Was? / Wo? | Für Allmannsdorf/Staad | Für Dingelsdorf | Für Litzelstetten | Für Dettingen | Für Wollmatingen | Für alle Stadtteile |
|---|------------------------|-----------------|-------------------|---------------|------------------|---|
| Sport | | | | | | |
| Walking Football (Geh-Fußball) | | | | | | DJK Konstanz e.V. Tel.: 0172 7944944 |