



Älter werden in der Kreisstadt Dietzenbach

Informationen für Seniorinnen und Senioren

Seniorenticket Hessen:

1 Jahr
1 € pro Tag
1 Ticket

Die Jahreskarte
für alle ab 65!



Gültig für ganz Hessen!
Einmalig 365 € zahlen und
täglich ab 9 Uhr fahren.



rmv.de/seniorenticket

HH Hessischer
Hausmeisterservice



**Ein schöner Garten macht viel
Arbeit – wir übernehmen die Pflege!**

Ihr Haus und Ihr Garten sind bei uns in besten
Händen. Rufen Sie uns an, wir machen Ihnen ein
unverbindliches Angebot.

Tel. 06074 - 89 197-20

hh-hausmeisterservice.com

**Die
Graue Edition**
WWW.DIE-GRAUE-EDITION.DE

Andreas Brenner

ALTERN ALS LEBENSKUNST



Was heißt „Alter“, was bedeutet „Altern“ und was bringt uns das weitere Ansammeln von Lebenszeit? Solche Fragen bedeuten für alle Menschen, nicht nur die alten, eine Herausforderung, noch zugespitzt durch die Angebote der Anti-Aging-Medizin, die die menschliche Lebenszeit in nicht gekanntem Maß dehnen will. Egal aber wie alt man wird: Wir brauchen eine gerontologische Lebenskunst, damit, wenn das Leben lange währt, wir nicht nur lange, sondern auch gut gelebt haben. Diesen Themenkomplex behandelt der Philosoph Andreas Brenner aus mehreren Perspektiven. Seine Fragestellungen machen neugierig, die Antworten zielen auf eine andere, von Klischees befreite Denkweise.



- € 25,00 / CHF 28,00
- 252 Seiten, gebunden
- ISBN 978-3-906336-77-0

Liebe Leserinnen und Leser,

Sie halten den Seniorenwegweiser in Händen, der in vielerlei Hinsicht lesenswert ist und Ihnen viele Informationen und Anregungen gibt. Ich wünsche Ihnen schon jetzt viel Freude beim Lesen. Die Leserschaft wird ständig größer, weil auch in Dietzenbach eine Zunahme der älteren Generation zu verzeichnen ist. Folgt man der Prognose für das nächste Jahrzehnt, dann werden ab 2031 etwa 37 % der Stadtbevölkerung das Rentenalter erreicht haben und über 6.000 Personen werden dann schon über 80 Jahre alt sein. Eine Entwicklung, die im Kreis Offenbach und in vielen hessischen Kommunen ähnlich sein wird. Eine Entwicklung, die uns nicht zu beunruhigen braucht, denn es wurde und wird in Dietzenbach vieles dafür getan, um den Bedürfnissen und Bedarfen älterer Bürgerinnen und Bürger gerecht zu werden. Woran mache ich das fest?

Es gibt seit über 30 Jahren die Städtische Seniorenarbeit, die eine ganze Reihe von modernen Projekten und Veranstaltungen für Sie parat hält und Ihnen mit professioneller Beratung zur Seite steht. Zusätzlich haben wir die zahlreichen Unterstützerinnen und Unterstützer der Seniorenhilfe in Dietzenbach (SHD). Die SHD ist der größte Verein in Dietzenbach und durfte im letzten Jahr sein 25-jähriges Jubiläum feiern. Unter dem Slogan „MITeinander FÜReinander“ bietet die SHD in ehrenamtlicher Tätigkeit ein beeindruckendes Angebot an Begleit- und Besuchsdiensten, Veranstaltungen, Fortbildungen und zahlreiche sonstige Unterstützungen im Alltag für Sie an.

Die Arbeiterwohlfahrt (AWO) ist mit ihren qualifizierten Mitarbeitenden bei den mobilen sozialen Hilfsdiensten und bei der häuslichen Versorgung seit über 30 Jahren für Sie da. Wenn Sie den Wunsch nach politischem Engagement haben, dann steht Ihnen der Dietzenbacher Seniorenbeirat zur Verfügung, der seit 1977 in seinen regelmäßigen Sitzungen die politischen Interessen der älteren Generation vertritt.

Mit der steigenden Anzahl an 80-jährigen Menschen werden die Bedarfe nach Pflegeplätzen auch bei uns in der Kreisstadt zunehmen. Zwar werden in Dietzenbach noch ca. 67 % der pflegebedürftigen Menschen zuhause von Familienangehörigen gepflegt, dennoch wurde vorsorglich die Kapazität an Pflegeplätzen frühzeitig geschaffen und erweitert. So stehen seit Dezember 1998 im DRK Seniorenzentrum 96 Pflegeplätze zur Verfügung und die am 20. September 2019 neu eröffnete DOREA Seniorenresidenz bietet 115 Plätze an. Beide Einrichtungen bieten zudem eine Tagespflege an. Wie Sie erkennen können, haben wir in Dietzenbach eine vielfältige Struktur an Institutionen, Vereinen und ehrenamtlich Tätigen und das nicht erst seit gestern, sondern seit Jahrzehnten. Auf diese Struktur können Sie bauen.

Liebe Leserinnen und Leser, ich schreibe dieses Grußwort unter den Eindrücken rund um die Corona Infektionswelle im Frühjahr 2020. Unser soziales Leben wird in unserem Land wie noch nie zuvor eingeschränkt. Die gerade für ältere Menschen so wichtigen sozialen Kontakte wurden auf ein Minimum reduziert. Unser aller Zusammenhalt ist gefragt. Ich wünsche Ihnen allen in diesen Tagen viel Zuversicht und dass Sie auch weiterhin Ihren Alltag nach Ihren Wünschen und Vorstellungen gestalten können.



Dr. Dieter Lang

Grußwort des Seniorenbeirats

Dietzenbach ist eine Stadt, in der die Teilhabe und die Mitwirkung der älteren Generation am gesellschaftlichen Leben wertgeschätzt wird. Die verschiedenen Akteure, denen das Wohl der Generation 60+ am Herzen liegt, sind gut untereinander vernetzt. Das Interesse der Verwaltung und der politischen Gremien der Stadt an der Mitarbeit von Seniorinnen und Senioren bei der Ausgestaltung eines auch für ältere Mitbürger lebenswerten Umfeldes ist groß.



Der Seniorenwegweiser gibt einen guten Einblick in die mannigfaltigen Angebote, die Sie bei uns vorfinden. Nutzen Sie diesen Wegweiser um sich zu informieren, nehmen Sie aktiv an den Angeboten teil. Scheuen Sie sich nicht, Ihre Meinung, Ihre Erfahrungen und Ihre Fähigkeiten zum Wohle der städtischen Gemeinschaft einzubringen!

Mit freundlichen Grüßen

Dr. Wolfgang Altenburg
Vorsitzender des Seniorenbeirats
der Kreisstadt Dietzenbach

1. Information und Beratung

Wir für Sie – Städtische Seniorenarbeit	6
Städtische Seniorenberatung	7
Seniorenbeirat der Kreisstadt Dietzenbach	8
Beratungsangebote in Dietzenbach	10
Beratungszentrum Mitte	10
Selbsthilfegruppen	10
Sozialverband VdK	10
Rentenberatung	10
Pflegestützpunkt Kreis Offenbach	11
Weitere Beratungsangebote	12
Demenzberatung StattHaus Offenbach	12
Suchtilfezentrum Wildhof e.V.	12
Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)	12
Psychosoziales Zentrum „Die Brücke“	12
Seniorenbüro Winkelmühle	12
Multikulturelle Seniorenarbeit	13
Gemeineschwester Dietzenbach	13
Finanzielle Hilfen	14
Wohngeld	14
Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung	14
Weitere soziale Leistungen	15
Sonstige Unterstützungsangebote	15

2. Aktiv in Dietzenbach

Aktiv sein und die Freizeit genießen	16
Städtisches Seniorenzentrum	17
Angebote im Städtischen Seniorenzentrum	18
Erzählcafé	19
Volkshochschule Dietzenbach	19
Freizeitaktivitäten und Sport	20
Multikulturelle Freizeitangebote	21
Seniorenhilfe Dietzenbach e.V.	22
Kirchen und Glaubensgemeinschaften	23
Facebook für Oma und Opa?	24

3. Altersgerecht wohnen

Das altersgerechte Zuhause26
 Informationen zum altersgerechten
 und barrierefreien Wohnen.....26
 Wohnberatung.....27
 Sturzprophylaxe zu Hause28
 Seniorenwohnanlagen
 in Dietzenbach.....29

4. Gesund sein – gesund bleiben

Die medizinische Versorgung.....30
 Kliniken, Ärztliche Praxen30
 Impfungen – soviel Schutz muss sein.....33

5. Wenn Hilfe und Pflege nötig wird

Hilfe und Pflege zu Hause.....34
 Mobile Hilfsangebote erleichtern den Alltag34
 Der Hausnotruf.....35
 Essen auf Rädern36
 Fahr- und Begleitdienste37
 Ambulante Pflege38
 Teil- und vollstationäre Pflege40
 Die Tagespflege.....40
 Die Kurzzeitpflege.....40
 Vollstationäre Dauerpflege40
 Hospizarbeit und Palliativpflege.....42
 Die gesetzliche Pflegeversicherung43
 Leistungen der Pflegeversicherung
 in der Übersicht44
 1. Leistungen im häuslichen Bereich44
 2. Leistungen im teilstationären Bereich46
 3. Leistungen im stationären Bereich47
 4. Leistungen für Angehörige und
 ehrenamtlich Pflegenden47
 Übergangspflege für
 Personen ohne Pflegegrad46

6. Darüber hinaus

Vollmachten und Verfügungen.....48
 Die Nachlassregelung.....50
 Inserentenverzeichnis.....51
 Vorsorge für den Todesfall.....52
 Wichtige Rufnummern53
 Wichtige Adressen und Internetlinks54
 Impressum55

INFORMATION

BAGSO-Verbraucherempfehlung „Nutzerfreundliches Printmedium“

Wir freuen uns besonders, dass eine Organisation, die weiß was Älteren gefällt und worauf sie achten, diese Broschüre ausgezeichnet hat. Die Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) vertritt die Interessen Älterer gegenüber Politik, Wirtschaft und Gesellschaft. Unter ihrem Dach haben sich mehr als 100 Verbände mit vielen Millionen Mitgliedern zusammengeschlossen. Weitere Informationen erhalten sie unter www.bagso.de.

Print Medien



bagso empfohlen

- ✓ Lesefreundlich
- ✓ Kontrastreich
- ✓ Verständlich

Wir für Sie – Städtische Seniorenarbeit

Beratungsangebote der Städtischen Seniorenarbeit



Die Städtische Seniorenarbeit der Kreisstadt Dietzenbach bietet den Seniorinnen und Senioren sowie ihren An- und Zugehörigen umfassende Seniorenberatung rund um das Thema „Älterwerden“ an, um ihnen ein möglichst selbstbestimmtes und würdevolles Leben in der gewohnten Umgebung zu ermöglichen.

Monatlich findet ein Gesprächskreis für pflegende und betreuende Angehörige statt. Dieser steht allen offen, die die Pflege und Betreuung eines Angehörigen oder Nahestehenden übernommen haben oder sich darauf vorbereiten wollen. Sich mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen austauschen zu können, tut oftmals gut. Wechselnde Themen und Fachvorträge sind vorgesehen.

Das Städtische Seniorenzentrum wird als offene Begegnungsstätte genutzt und bietet ein vielfältiges Spektrum mit Bildungsangeboten der Volkshochschule, Gymnastikgruppen, Selbsthilfegruppen pflegender Angehöriger, wöchentlichen Seniorennachmittagen der Arbeiterwohlfahrt, das monatliche Erzählcafé der Städtischen Seniorenarbeit und vieles mehr. Im Haus befinden sich Gemeinschaftsräume, eine Bibliothek und ein Andachtsraum.

Alle aktuellen Angebote im Städtischen Seniorenzentrum können Sie unserem Seniorenheft „Das Gelbe Heft“ entnehmen. Es erscheint vierteljährlich. Die Broschüre liegt an diversen öffentlichen Stellen zur Mitnahme bereit oder kann auf der Internetseite der Kreisstadt Dietzenbach heruntergeladen werden.

Städtische Seniorenarbeit

Siedlerstr. 66
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 42077
Tel. 06074 483490
www.dietzenbach.de

Ihre Ansprechpartnerinnen:

Rosemarie Neidinger
Meike Spangenberg
Kirsten Wolf

Abteilungsleiterin:

Ursula Lang
Europaplatz 1
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 373-384
Fax 06074 373 9 500
ursula.lang@dietzenbach.de
www.dietzenbach.de



Städtische Seniorenberatung

Mit Rat und Tat in eine selbstbestimmte Zukunft

Sie wünschen sich ein möglichst langes und selbstbestimmtes Leben in der gewohnten häuslichen Umgebung? Doch manchmal machen Ihnen Krankheiten oder andere Beschwerden den Alltag schwer und Sie haben bereits Bedarf nach einer guten Unterstützung oder verlässlichen Pflege?

Sie möchten gerne wissen, welche Unterstützungsangebote Sie in Anspruch nehmen können und sind zudem auf der Suche nach konkreten Tipps, um aus der Vielfalt an Angeboten das Passende für sich zu finden? Dann ist es gut, jemand an seiner Seite zu haben, der einem mit professionellem Rat und hilfreichen Unterstützungsangeboten zur Seite steht.

Wir unterstützen Sie mit Informationen zur Lebens- und Freizeitgestaltung (z. B. Orte der Begegnung), zu seniorengerechtem Wohnen und informieren Sie zu Unterstützungs- und Entlastungsangeboten (z. B. Leistungen durch Hilfs- und Pflegedienste, teil-/stationäre Einrichtungen) als auch zu finanzieller Unterstützung durch staatliche Stellen. Außerdem bieten wir Beratung bei der Antragstellung, bei besonderen Situationen (z. B. Demenzerkrankung), bei Fragen der Vorsorge und bei der Suche nach einem Heimplatz.

Wenn es keine behilflichen Angehörigen oder Bekannte gibt und Sie die organisatorischen sowie pflegerischen Angelegenheiten nicht selbst regeln können, bieten wir Ihnen ein sogenanntes „Case-Management“ an. Dies ist eine besondere Hilfestellung, die sich ganz nach Ihrem individuellen Bedarf richtet.

Genau nach Ihrem Bedarf bieten wir Ihnen und Ihren Angehörigen umfassende Beratungsleistungen rund um das Thema „Älterwerden“. Das kostenlose Angebot ist persönlich, vertraulich, individuell und neutral. Sie entscheiden, wo Sie gerne beraten wer-

den möchten: im Büro im Seniorenzentrum oder bei Ihnen zu Hause. Unser Service richtet sich an alle Seniorinnen und Senioren der Kreisstadt Dietzenbach sowie an Personen, die Ihnen nahestehen. Wir sind sowohl regional als auch überregional gut vernetzt und arbeiten mit zahlreichen Menschen und Organisationen zusammen.

Ich freue mich auf Ihren Besuch, wenn Sie das kostenfreie Unterstützungsangebot der Kreisstadt Dietzenbach nutzen möchten.

KONTAKT



Kirsten Wolf
Seniorenberaterin
 Siedlerstr. 66
 63128 Dietzenbach
 Tel. 06074 483490
 seniorenberatung@dietzenbach.de

Um eine telefonische Terminvereinbarung wird gebeten.

Seniorenbeirat der Kreisstadt Dietzenbach

Das „offene Ohr“ für alle Anliegen der älteren Menschen in der Stadt

Der Seniorenbeirat ist die Interessenvertretung für alle älteren Bürgerinnen und Bürger der Kreisstadt Dietzenbach. Er wird alle drei Jahre neu gewählt. Der Seniorenbeirat Dietzenbach versteht sich als Beratungsgremium für die Politik, ist parteipolitisch unabhängig und bringt Vorschläge und Anregungen in das Stadtparlament ein, die oft positiv angenommen und umgesetzt werden.

Die Beiratsmitglieder nehmen an den regelmäßigen Sitzungen der Stadtverordnetenversammlung und den zugehörigen Ausschüssen teil. Jeweils am dritten Mittwoch eines Monats treffen sich die Mitglieder zu öffentlichen Sitzungen. Zum ständigen Teilnehmerkreis seitens der Stadtverwaltung gehören der Sozialdezernent und die Leitung der Städtischen Seniorenarbeit.

Der Seniorenbeirat Dietzenbach beschäftigt sich intensiv mit kommunalen Themen, welche insbesondere die ältere Bevölkerung betreffen. Dies ist wichtig, denn die demografische Entwicklung zeigt, dass der Anteil älterer und hochbetagter Menschen in Dietzenbach stark zunehmen wird. Ein Schwerpunkt seiner Arbeit ist das Thema „Absicherung und Stärkung von Beratungsangeboten für ältere Menschen und ihre Angehörigen“ (z. B. Städtische Seniorenberatung und Pflegestützpunkt).

Weitere beispielhafte Themen sind u.a.:

- Qualifizierung zu externen Einrichtungsbeiräten für Seniorenheime
- Gesundheitsförderung durch Bewegung (Biokinematik-Kurs, Outdoor-Sportgeräte)
- Stadtbegehungen in allen Stadtteilen (zum Barriereabbau und zur Umweltverbesserung)
- Aufstellung von Sitzbänken

Überregional ist der Seniorenbeirat als Mitglied der Landesseniorenvertretung Hessen e. V. (LSVH) in die Arbeit der Seniorenvertretungen in Hessen eingebunden und besucht regelmäßig die Regional Konferenzen, Tagungen und Schulungen der LSVH.

Der Seniorenbeirat setzt sich zusammen aus zwölf Delegierten verschiedener Dietzenbacher Organisationen, die in der Seniorenarbeit tätig sind.

Dies sind:

- Arbeiterwohlfahrt (AWO)
- Seniorenhilfe Dietzenbach (SHD)
- Sozialverband VdK Hessen-Thüringen
- Kirchengemeinden
- Muslimische Gemeinden
- Ausländerbeirat

Sechs weitere Mitglieder des Seniorenbeirats werden in einer freien und öffentlichen Wahl direkt gewählt.

KONTAKT

Seniorenbeirat der Kreisstadt Dietzenbach

Kontakt über:

Städtisches Seniorenzentrum

Siedlerstr. 66, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 42077 oder 06074 483490
seniorenbeirat@dietzenbach.de

Sitzungen und öffentliche Sprechstunden:

Jeden 3. Mittwoch im Monat (außer Juli) von 9 bis 11 Uhr. Öffentliche Sprechstunden des Seniorenbeirats im Anschluss ab 11 Uhr.



Einfach nah!

1 Jahr. Ab 1 Euro pro Tag. 1 Ticket. Für alle Personen ab 65 Jahren, gültig in ganz Hessen.

Erhältlich in der RMV-Mobilitätszentrale in Dietzenbach und in allen Vorverkaufsstellen.

RMV-Mobilitätszentrale
Masayaplatz 1, 63128 Dietzenbach
Montag–Freitag 7.00–17.00 Uhr
Samstag 10.00–13.00 Uhr

www.kvgOF.de/seniorenticket




Elektroinstallationen · EDV-Verkabelung
Kundendienst · Lichttechnik · Reparaturen
Verkauf und Service von Einbaugeräten

Lehrstraße 6 · 63128 Dietzenbach / Hessen
Tel. 0 60 74 / 2 33 45 · Fax 0 60 74 / 2 64 23
E-Mail: info@elektrolehr.de
Internet: www.elektrolehr.de




Meisterbetrieb

- Malerarbeiten
- Trockenbauarbeiten
- Innen & Außenputz
- Bodenbelagsarbeiten
- Fassadensanierung
- Wasserschadensanierung
- Wärmedämmung
- Schimmelsanierung
- Gerüstbau
- Innendämmung

Tel. **06074 - 2152154** Mobil. **0172 - 1470018**
info@artex-baudeko.de www.artex-baudeko.de



© Kreisstadt Dietzenbach



© Kreisstadt Dietzenbach

Beratungsangebote in Dietzenbach

Information und Beratung für die unterschiedlichsten Lebenslagen

Neben der Städtischen Seniorenberatung (siehe auf Seite 6) gibt es verschiedene weitere Beratungsangebote insbesondere auch für ältere Menschen in der Kreisstadt Dietzenbach.

Beratungszentrum Mitte – Dietzenbach

Das Beratungszentrum Mitte offeriert ein umfassendes Angebot in den Bereichen Beratung für Eltern, Kinder und Jugendliche, Ehe-, Familien- und Lebensberatung, Schuldnerberatung, Suchtberatung, Schwangeren- und Schwangerschaftskonfliktberatung sowie Anti-Gewalt-Beratung für Männer. Getragen wird das BZ-Mitte vom Diakonischen Werk Offenbach-Dreieich-Rodgau im Auftrag des Kreises Offenbach.

Die Beratungsangebote:

- Ehe, Familien- und Lebensberatung
- Schuldner- und Insolvenzberatung
- Suchtberatung
- Beratung bei häuslicher Gewalt für Frauen und Männer
- Beratung bei psychischer Erkrankung
- Migrationsberatung

Beratungszentrum Mitte

Diakonisches Werk Offenbach-Dreieich-Rodgau

Offenbacher Str. 17, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 8276-0 | bz-mitte@bz.diakonie-of.de
www.diakonie-of.de

Selbsthilfegruppen

Informationen über Selbsthilfegruppen vor Ort und in Ihrer Nähe erhalten Sie vom Selbsthilfebüro Offenbach.

Paritätische Projekte gemeinnützige GmbH

Selbsthilfebüro Offenbach

Frankfurter Str. 48, 63065 Offenbach
Tel. 069 824162
www.ag-shgig.de
www.paritaet-selbsthilfe.org

Sozialverband VdK

Der Sozialverband VdK ist als sozialer Interessenvertreter und als Selbsthilfeorganisation von Bürgerinnen und Bürgern gegründet worden.

Heute vertritt und unterstützt er Rentenbezieher, Menschen mit Behinderungen, sozialversichert beschäftigte Personen sowie chronisch kranke und pflegebedürftige Menschen in der Bundesrepublik Deutschland. Der VdK Ortsverband Dietzenbach bietet regelmäßige Sprechstunden an.

Sozialverband VdK Hessen-Thüringen e.V. Ortsverband Dietzenbach

Vorsitzender: Nikola Pengacevic
Siedlerstr. 66
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 2398522
ov-dietzenbach@vdk.de
www.vdk.de/ov-dietzenbach

Rentenberatung

Die Deutsche Rentenversicherung Bund bietet im Städtischen Seniorenzentrum eine kostenfreie Rentenberatung an. Bezüglich der Beratungstermine wenden Sie bitte an die ehrenamtliche Rentenberaterin Lieselotte Füßl.

Städtisches Seniorenzentrum

Siedlerstr. 66
63128 Dietzenbach
Kontakt Frau Füßl:
Tel. 06074 28901

Kostenloses Servicetelefon der
Deutschen Rentenversicherung:
Tel. 0800 10004800

Pflegestützpunkt Kreis Offenbach

Die erste Anlaufstelle für all Ihre Fragen rund um das Thema Pflege

Pflegebedürftige und ihre Angehörigen haben Anspruch auf kostenfreie individuelle Pflegeberatung. Die Pflegekassen sind verpflichtet eine solche Beratung anzubieten. Für Bürgerinnen und Bürger der Kreisstadt Dietzenbach erfolgt die Beratung durch den Pflegestützpunkt Kreis Offenbach.

Die Beratung ist trägerneutral und kostenlos. Sie erhalten Informationen unabhängig und verbraucherorientiert. Bei Bedarf wird auch konkrete Hilfestellung bei der Vermittlung nötiger Kontakte und bei der Organisation der benötigten Leistungen angeboten.

Das Beratungsangebot richtet sich an:

- Pflegebedürftige Menschen
- Pflegende Angehörige
- Menschen mit Behinderung
- Menschen, die von Behinderung und Pflege betroffen sind

KONTAKT

Pflegestützpunkt Kreis Offenbach
Werner-Hilpert-Str. 1, 63128 Dietzenbach
pflegestuetspunkt@kreis-offenbach

Ihre Ansprechpersonen:

Anja Breitenbach: Tel. 06074 8180-5322

Andreas Diehl: Tel. 06074 8180-5321

Öffnungszeiten:

Dienstag und Donnerstag 10 – 12 Uhr

Mittwoch 14 – 16 Uhr

Individuelle Terminvereinbarungen zur Beratung sind an allen Tagen von Montag bis Freitag möglich. Bei Bedarf können Termine auch als Hausbesuch erfolgen.



© Kreisstadt Dietzenbach

Weitere Beratungsangebote

Demenzberatung StattHaus Offenbach

In Form persönlicher Beratung, regelmäßigen Informationsseminaren oder Vorträgen zu verschiedenen Aspekten der Demenz erhalten betroffene Familien Antworten auf ihre Fragen und Möglichkeiten einer verbesserten häuslichen Versorgung.

Demenzzentrum StattHaus Offenbach

Hans und Ilse Breuer-Stiftung

Geleitstr. 94, 63067 Offenbach

Tel. 069 20305546

Terminvereinbarung Mo. bis Fr. 10 – 18 Uhr

Ansprechpartnerinnen:

Maren Ewald (m.ewald@breuerstiftung.de)

Tanja Dubas (t.dubas@breuerstiftung.de)

Suchthilfezentrum Wildhof e.V.

Das Suchthilfezentrum Wildhof wendet sich mit seinen Angeboten altersunabhängig an Privatpersonen, deren Angehörige und Freunde, Institutionen und andere professionelle Berater, die Fragen zum Thema Rauschmittel (Alkohol, Drogen, Medikamente), zu pathologischem Glücksspiel und Sucht haben.

Wildhof e.V. – Beratungsstelle Dietzenbach

Offenthaler Straße 75, 63128 Dietzenbach

Tel. 06074 6949616, Fax 06074 6949617

dietzenbach@shz-wildhof.de

www.shz-wildhof.de

Ergänzende unabhängige

Teilhabeberatung (EUTB)

Die EUTB unterstützt und berät Menschen mit Behinderungen, von Behinderung bedrohte Menschen, aber auch deren Angehörige unentgeltlich bundesweit zu Fragen der Rehabilitation und Teilhabe.

EUTB im Kreis Offenbach „Teil sein – Teil haben“

Frankfurter Str. 19, 63303 Dreieich

Tel. 06103 3002999 | info.eutb@diakonie-of.de

www.diakonie-of.de

Psychosoziales Zentrum „Die Brücke“

Jeder Mensch kann in eine seelische Krise geraten oder gar psychisch erkranken. Oftmals fällt es den Betroffenen wie auch den Angehörigen schwer, sich Hilfe zu suchen oder ein passendes Hilfeangebot für ihre Probleme zu finden. Das psychosoziale Zentrum „Die Brücke“ bietet ein abgestimmtes Angebot an Beratung, Begleitung und Betreuung sowie Hilfen in den Bereichen Wohnen und Beschäftigung.

Diakonisches Werk Offenbach-Dreieich-Rodgau

Psychosoziales Zentrum „Die Brücke“

Wittenberger Str. 1, 63322 Rödermark

Tel. 06074 86544-0

Sprechzeiten: Mo. 9 – 15 Uhr,

Di., Mi., Do. 9 – 16 Uhr, Fr. 9 – 12 Uhr

psz.roedermark@dikaonie-of.de

www.diakonie-of.de

Seniorenbüro Winkelsmühle

Das Seniorenbüro Winkelsmühle ist eine Beratungs- und Vermittlungsstelle für aktive Menschen im Kreis Offenbach, die sich nach oder auch neben der Berufs- und Familienarbeit freiwillig engagieren wollen. Darüber hinaus werden Kontakte zur Wohnraumbearbeitung vermittelt (siehe Seite 27).

Seniorenbüro Winkelsmühle

An der Winkelsmühle 5, 63303 Dreieich

Tel. 06103 9875-25 (Verwaltung)

seniorenbuero@diakonie-of.de

www.diakonie-of.de



Multikulturelle Seniorenarbeit

Alle unsere Angebote stehen allen Nationen offen und werden generell auch von allen gut besucht. Und dennoch gibt es manchmal Fragen und Anliegen, bei denen es hilfreich sein kann, sich in der eigenen Muttersprache ausdrücken zu können.

Seniorenberatung in verschiedenen Sprachen

In Zusammenarbeit mit den Integrationslotsinnen und -lotsen der Kreisstadt Dietzenbach bietet die Städtische Seniorenarbeit Beratung für ältere Menschen mit Migrationshintergrund und deren Angehörige in verschiedenen Sprachen an. Bitte vereinbaren Sie dafür einen Termin.

Städtische Seniorenberatung

Seniorenberaterin Kirsten Wolf
Tel. 06074 483490 oder per E-Mail
seniorenberatung@dietzenbach.de

Projekt „Älter werden in Dietzenbach“

Mit diesem Projekt des AWO Kreisverband Offenbach Land e.V. wird älteren Menschen mit Migrationshintergrund das deutsche Altenhilfe- und Gesundheitssystem erklärt und geholfen, im Alter zu Hause leben zu können. Die Beratungen finden im Kreishaus in Dietzenbach statt.

Werner-Hilpert-Str. 1
63128 Dietzenbach
Foad Achkif, Dipl.-Sozialarbeiter
Tel. 06074 8180-2254
foad.achkif@awo-of-land.de
www.awo-of-land.de
Sprechstunden:
Di. 9 – 12 Uhr, Mi. 14 – 16:30 Uhr,
Do. 9 – 12 Uhr und 14 – 16:30 Uhr
sowie nach Vereinbarung

Gemeindeschwester der Kreisstadt Dietzenbach

In Dietzenbach besteht ein gut ausgebautes Netzwerk in der Seniorenarbeit, damit ältere Menschen optimal versorgt werden können. Neben verschiedenen privaten Initiativen gibt es die Städtische Seniorenarbeit, den Seniorenbeirat und den Verein Seniorenhilfe Dietzenbach. Zur Erweiterung des bestehenden Angebotes wird es in Dietzenbach demnächst eine Gemeindeschwester geben.

Mit der neuen Stelle, die komplett durch das Programm „Gemeindeschwester 2.0“ im Hessischen Ministerium für Soziales und Integration gefördert wird, soll eine Struktur im Sinne einer aufsuchenden Sozialarbeit etabliert werden.

Die Arbeit der Gemeindeschwester hat zum Ziel, die individuelle Lebenssituation der älteren Menschen zu stärken und zu stabilisieren, den Eintritt der Pflegebedürftigkeit zu vermeiden bzw. zu verzögern. Die Gemeindeschwester der Kreisstadt Dietzenbach

berät zu Unterstützungsmöglichkeiten ebenso wie zu Teilhabeangeboten, hauswirtschaftliche Hilfen, Entlastungsangeboten und Pflegehilfen. Sie leistet seelsorgerischen Beistand, begleitet zu Arztbesuchen und Behörden und hilft beim Ausfüllen von Anträgen. Nicht zuletzt gibt die Gemeindeschwester hilfreiche Tipps, wie man sich möglichst lange selbst versorgen kann, z. B. durch Wohnraumverbesserungen. Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen sind ebenfalls ein Thema. Darüber hinaus vermittelt sie Hilfsangebote, wie z. B. ambulanten Pflegedienst, Essen auf Rädern und geht dabei individuell auf die persönlichen Belange der Seniorinnen und Senioren ein. Ein offenes Ohr für die vielfältigen Lebenslagen ist dabei besonders wichtig, denn immer steht der Mensch im Mittelpunkt.

Die Städtische Seniorenarbeit (siehe Seite 6) hält für Sie weitere Informationen zu diesem neuen Angebot in Dietzenbach bereit.

Finanzielle Hilfen

Wohngeld

Wohngeld ist ein Zuschuss zur Bezahlung einer Mietwohnung, eines Zimmers im Pflegeheim oder Behinderten-Wohnheim (Mietzuschuss) beziehungsweise ein Zuschuss zu den Kosten für selbst genutztes Wohneigentum, wenn man ein Haus oder eine Eigentumswohnung besitzt (Lastenzuschuss).

Ob Anspruch auf Wohngeld besteht und wenn ja, in welcher Höhe, hängt von drei Faktoren ab:

- Der Zahl der zum Haushalt gehörenden Familienmitglieder
- Der Höhe des Familieneinkommens
- Der Höhe der zuschussfähigen Brutto-Kaltmiete bzw. Belastung

Wohngeld wird nur an Personen geleistet, die keine Transferleistungen (z.B. ALG II, Sozialhilfe, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung) beziehen, da bei Transferleistungen die Unterkunftskosten bereits berücksichtigt sind. Das Wohngeld wird nur auf Antrag gewährt. Gezahlt wird ab dem 1. des Monats, in dem der Antrag gestellt wurde. Für Dietzenbacher Bürgerinnen und Bürger ist die Wohngeldstelle des Kreises Offenbach zuständig.

Kreis Offenbach – Wohngeldstelle

Werner-Hilpert-Str. 1, 63128 Dietzenbach

Tel. 06074 8180-2248

soziale-leistungen@kreis-offenbach.de

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Reichen Ihre Einkünfte im Alter oder bei voller Erwerbsminderung einfach nicht für Ihren notwendigen Lebensunterhalt aus? Dann sollten Sie die Grundsicherung beantragen. Darin sind alle Leistungen, die auch nach dem Sozialhilferecht gezahlt werden, enthalten. Im Unterschied zur Sozialhilfe ist die Grundsicherung jedoch unabhängig vom Einkommen Ihrer Kinder oder Eltern, es sei denn, dieses übersteigt 100.000 Euro im Jahr.

Welche Leistungen enthält die Grundsicherung?

Die Grundsicherung hilft Ihnen dabei, die Kosten für Ihr tägliches Leben zu tragen. Dazu gehören:

- Ausgaben für den nötigen Lebensunterhalt – angepasst an den Familienstand und die Haushaltsführung.
- Aufwendungen für Unterkunft, dazu gehören Miete, Nebenkosten und Heizung.
- Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge sowie Vorsorgebeiträge in angemessener Höhe.
- Mehrbedarf für bestimmte Personengruppen, wie für Schwerbehinderte.
- Situationsabhängige Hilfen in Sonderfällen

Wer kann Grundsicherung bekommen?

Grundsicherung im Alter und bei voller Erwerbsminderung können Sie als bedürftiger Mensch bekommen, wenn Sie entweder die Regelaltersgrenze - das ist der Zeitpunkt, an dem Sie die reguläre Altersrente beziehen können – erreicht haben oder Sie dauerhaft voll erwerbsgemindert und mindestens 18 Jahre alt sind. Sie müssen außerdem in Deutschland wohnen.

Als einfache Faustregel gilt:

Wenn Ihr gesamtes Einkommen unter 865 Euro liegt, sollten Sie prüfen lassen, ob Sie Anspruch auf Grundsicherung haben.

Was wird auf die Grundsicherung angerechnet?

Wie viel Grundsicherung Sie bekommen, hängt von Ihrem Einkommen und Vermögen ab. Auch das Einkommen Ihres Ehepartners oder Partners in einer ehe- oder lebenspartnerschaftsähnlichen Gemeinschaft wird berücksichtigt.

Wo muss der Antrag gestellt werden?

Für die örtliche Zuständigkeit kommt es darauf an, wo Sie Ihren gewöhnlichen Aufenthalt haben. Für die Kreisstadt Dietzenbach ist der Fachdienst SGB XII, Asyl und sonstige soziale Leistungen der Kreisverwaltung zuständig.

Kreis Offenbach**FD XII, Asyl und sonstige soziale Leistungen**

Werner-Hilbert-Str. 1, 63128 Dietzenbach

Tel. 06074 8180-2238

soziale-leistungen@kreis-offenbach.de

Antragsformulare können Sie auch auf der Homepage des Kreises (www.kreis-offenbach.de) im Bereich Bürgerservice > Formulare > Sozialamt herunterladen.

Weitere soziale Leistungen**Hilfe zur Pflege**

In der Regel werden bei Pflegebedürftigkeit die Leistungen der Pflegekasse (siehe ab Seite 43) ausreichen. Wenn dies jedoch nicht der Fall ist oder kein Anspruch besteht, kommt Hilfe zur Pflege nach Sozialgesetzbuch 12. Buch (SGB XII) in Betracht. Hilfe zur Pflege ist Teil der Sozialhilfe. Sie dient der Unterstützung von pflegebedürftigen Personen, die den notwendigen Pflegeaufwand nicht mit eigenen Mitteln aufbringen können, da sie nur ein geringes Einkommen und kaum Ersparnisse haben. Zu beachten ist hierbei, dass Hilfe zur Pflege analog den Vorschriften der Pflegeversicherung erst ab dem festgestellten Pflegegrad zwei gewährt wird. Es muss ein entsprechendes Gutachten vorliegen.

Maßgebend für die Zuständigkeit bei der Hilfe zur Pflege ist der gewöhnliche Aufenthaltsort, das heißt in der Regel die Meldeanschrift. Für in der Kreis-

stadt Dietzenbach lebende Personen ist damit der Fachdienst SGB II, Asyl und sonstige Leistungen der Kreisverwaltung (Kontaktdaten siehe vorstehend) zuständig.

Hilfe zum Lebensunterhalt in Einrichtungen

Wenn Hilfe zur Pflege nicht in Frage kommt, kann in bestimmten Fällen eine Heimkostenübernahme über die Hilfe zum Lebensunterhalt in Einrichtungen im Rahmen der Sozialhilfe geprüft werden. Maßgebend für die Zuständigkeit zur Hilfeleistung in Pflegeeinrichtungen ist der gewöhnliche Aufenthaltsort, das heißt in der Regel die Meldeanschrift, innerhalb der letzten zwei Monate vor der Heimaufnahme. Unabhängig davon, in welcher Pflegeeinrichtung die Aufnahme erfolgen soll bzw. bereits erfolgt ist, ist der Fachdienst SGB XII, Asyl und sonstige Leistungen der Kreisverwaltung (Kontaktdaten siehe vorstehend) zuständig, sofern der Wohnort zuletzt in Dietzenbach bzw. einer anderen kreisangehörigen Kommune lag.

Sonstige Unterstützungsangebote**Dietzenbacher Tafel e.V.**

Offenbacher Str. 5, 63128 Dietzenbach

www.dietzenbacher-tafel.de

Freitags von 8 – 10:30 Uhr.

Es ist ein symbolischer Preis von 2,- Euro zu entrichten.

Kleiderstube (DRK Kleiderkammer)

Dreieichstr. 7 – 13, 63128 Dietzenbach

Tel. 06074 6909808 | www.drk-of.de

Öffnungszeiten:

Mo. bis Fr. 10 – 12 Uhr und 15 – 17:30 Uhr

Sozialkaufhaus Dreieich

Voltastr. 4, 63303 Dreieich

Tel. 06103 312514

www.paritaet-projekte.org

Öffnungszeiten:

Mo. bis Do. 9 – 16 Uhr, Fr. und Sa. 9 – 14 Uhr

Aktiv sein und die Freizeit genießen

Mehr als 20 Prozent aller Menschen, die in Dietzenbach leben, sind älter als 65. Die meisten von ihnen erfreuen sich bei guter Gesundheit über die neu gewonnene Freizeit im Rentenalter.

Endlich Zeit für Hobbys oder die Enkel, für ehrenamtliches Engagement oder Dinge, die man schon immer machen wollte. Sich austauschen, Interessen mit anderen teilen und seine Kenntnisse in Gruppen einbringen – das gemeinschaftliche Tun und Erleben kann Sinn und Freude vermitteln. Auf lange Sicht schützt es auch gegen Hilfebedürftigkeit und Vereinsamung im hohen Alter.

Wer neue Betätigungsfelder sucht, findet in der Kreisstadt Dietzenbach ein breit gefächertes Angebot an kulturellen, gesundheitsbezogenen und geselligen Aktivitäten mit Gleichgesinnten. Im Folgenden stellen wir Ihnen einige interessante Freizeitangebote vor.

Auf der Homepage der Kreisstadt Dietzenbach finden Sie weitere Kultur- und Freizeitangebote sowie den aktuellen Veranstaltungskalender.

www.dietzenbach.de/kultur

www.dietzenbach.de/freizeit

www.dietzenbach.de/veranstaltungskalender



Städtisches Seniorenzentrum

Das Städtische Seniorenzentrum mit seinem stadtoffenen Charakter spiegelt das Angebot der städtischen Seniorenarbeit mit ihren Kooperationspartnern wider. Das Zentrum verfügt über eine großzügige Gartenanlage mit Terrasse.

Das Städtische Seniorenzentrum wird als offene Begegnungsstätte genutzt und bietet ein vielfältiges Spektrum mit Bildungsangeboten der Volkshochschule, Gymnastikgruppen, Selbsthilfegruppen pflegender Angehöriger, wöchentliche Seniorennachmittage der Arbeiterwohlfahrt, das monatliche Erzählcafé der Städtischen Seniorenarbeit und vieles mehr. Im Haus befinden sich Gemeinschaftsräume, eine Bibliothek und ein Andachtsraum.

Monatlich findet ein Gesprächskreis für pflegende und betreuende Angehörige statt. Dieser steht allen offen, die die Pflege und Betreuung eines Angehörigen oder Nahestehenden übernommen haben oder sich darauf vorbereiten wollen.

Sich mit Menschen in ähnlichen Lebenssituationen austauschen zu können, tut oftmals gut. Wechselnde Themen- und Fachvorträge sind vorgesehen.

Städtisches Seniorenzentrum

Siedlerstr. 66, 63128 Dietzenbach

(Eine Übersicht der Anbieter, die regelmäßige Veranstaltungen und Kurse im Städtischen Seniorenzentrum vorhalten, finden Sie auf Seite 18).



© Kreisstadt Dietzenbach



Die Ratsstube inmitten der Kreisstadt ist ein traditioneller Ort mit Kultstatus und eines der ersten Häuser am Platz. Barrierefreie Zugänge, gut beleuchtet, sind vom großen Parkplatz vor dem Rathaus und vom Europaplatz zur Ratsstube vorhanden.

Die Ratsstube mit eleganten Ambiente bietet 90 Plätze und auf der Terrasse weitere 50 Plätze unter der Sonne. Auf der Karte steht ein spritzig-ideenreicher Gaumenschmaus mit Produkten aus der Region, möglichst ökologisch angebaut.

Auf Wunsch erhalten Sie auch kleine Portionen.

Unser Serviceteam nimmt sich gern Zeit für Ihre Fragen und Wünsche.



RATSSTUBE DIETZENBACH

Offenbacher Str. 11, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074/484 7777
www.ratsstube-dietzenbach.de
E-Mail: info@ratsstube-dietzenbach.net
Di.-Fr. 11.30 – 15 Uhr u. 17 – 23 Uhr
Sa. 17 – 23 Uhr,
Sonn- und Feiertage 11.30 – 23 Uhr

Angebote im Städtischen Seniorenzentrum

Im Städtischen Seniorenzentrum finden regelmäßig Veranstaltungen und Kurse, wie zum Beispiel Kaffeetafel und Spieletreff sowie Gymnastik, Yoga und andere Bewegungsprogramme statt. Nähere Informationen erhalten Sie von den nachfolgend genannten Anbietern:

Städtische Seniorenarbeit Dietzenbach

Rosemarie Neidinger
Tel. 06074 42077
neidinger@dietzenbach.de

AWO Kreisverband Offenbach Land e.V.

Wiesenstr. 9
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 4828812
info@awo-of-land.de

Rosi Kempchen

Seniorengymnastik
Tel. 0172 6358733
r.kempchen@gmx.net

vhs Dietzenbach e.V.

Wilhelm-Leuschner-Str. 33
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 812266
info@vhs-dietzenbach.de

VSG Dietzenbach 1964 e.V.

Siedlerstr. 66, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 46939 (Büro)
vsg-dietzenbach1964e.v.@t-online.de

*Die regelmäßigen Angebote
im Städtischen Seniorenzentrum
bieten Abwechslung und Geselligkeit.*



Erzählcafé



Das Team vom Erzählcafé: Erika Herrmann, Lohre Seib und Elke Brückmann (v.l.n.r.)

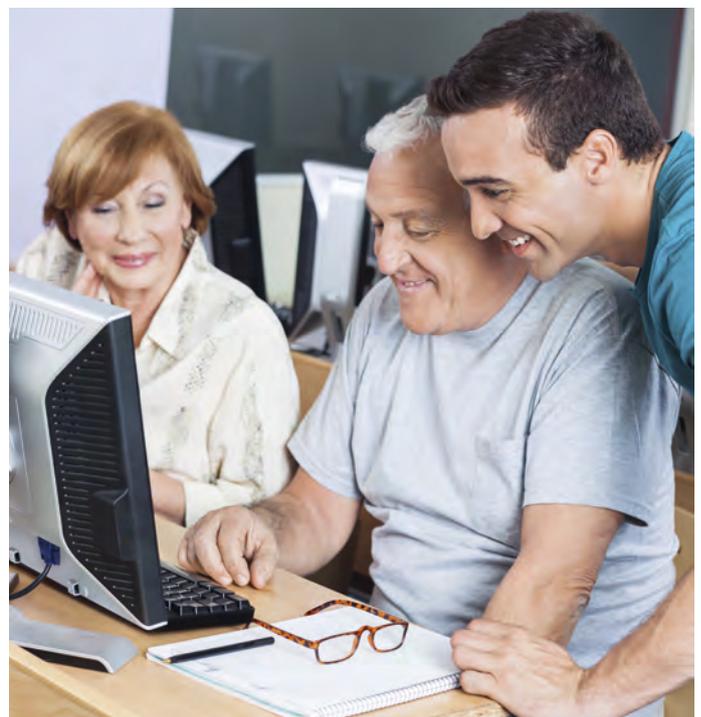
Das Erzählcafé ist ein offener Treffpunkt der Städtischen Seniorenarbeit im Seniorenzentrum Steinberg. Neue Gäste sind jederzeit willkommen. Es findet einmal im Monat jeweils donnerstags ab 14:30 Uhr statt und beginnt mit Kaffee und Kuchen. Geschichten oder Gedichte werden zur Unterhaltung vorgetragen. Musik und Gesang gibt es ebenfalls. Genießen Sie einen vergnüglichen Nachmittag!

Zur besseren Planung bitten wir um Anmeldung bei Frau Elke Brückmann oder Frau Rosemarie Neidinger im Büro der Städtischen Seniorenarbeit. Gerne telefonisch unter Tel. 06074 42077 oder auch persönlich.

Volkshochschule Dietzenbach

Wir hören nie auf zu lernen. Das können wir uns gar nicht leisten. Immer neue Anforderungen, die das Leben an uns stellt, wollen bewältigt werden. Im Alter haben wir auch die Gelegenheit, uns mit Themen zu beschäftigen, die uns schon immer interessiert haben. Die Volkshochschule (vhs) Dietzenbach bietet umfangreiche Programme an. Darunter sind auch spezielle Programme für die ältere Generation. Überlegen Sie, welche Kenntnisse Sie erwerben oder vertiefen wollen, z. B. Gesundheitsvorsorge, Literatur, Sprachen oder künstlerisches Gestalten. Informationen über Kurse erhalten Sie direkt von der vhs Dietzenbach e.V.

vhs Dietzenbach e.V.
 Wilhelm-Leuschner-Str. 33, 63128 Dietzenbach
 Tel. 06074 812266 | info@vhs-dietzenbach.de
www.vhs-dietzenbach.de



© Tyler Olson | stock.adobe.com

Freizeitaktivitäten und Sport



© Kreisstadt Dietzenbach

Arbeiten, Leben und Wohnen waren in Dietzenbach immer schon nahe miteinander verbunden. Vielfältige Freizeit- und Sporteinrichtungen, ein breites Angebot an Bildungs- und Kulturinstitutionen garantieren Freizeit, Weiterbildung oder Erholung vor der Haustür.

Die direkte Umgebung der Kreisstadt bietet zahlreiche Möglichkeiten zum Wandern, Radfahren oder Schwimmen. Hier kann sich jeder sportlich ausleben, wie z. B. an den Fitnessgeräten im Hessentagspark oder einfach nur einen Freizeitausgleich suchen.



© Kreisstadt Dietzenbach

Sport im Verein

Für das Wohlbefinden eines Menschen ist körperliche Bewegung von zentraler Bedeutung. Körperliche Aktivität trägt mit dazu bei, gesundheitliche Beschwerden zu verhindern bzw. zu lindern und schafft Lebensfreude und Energie.

Ob Wandern, Walken, Gymnastik, Schwimmen, Radfahren oder Entspannungstechniken: Jede Bewegung und Aktivität tut Körper und Seele gut. Dass hierbei nicht Rekorde und Höchstleistungen, sondern Spaß an der Bewegung, die Abwechslung und die Geselligkeit im Vordergrund stehen, versteht sich von selbst.

Mehr als 30 Vereine in der Kreisstadt Dietzenbach bieten ein breit gefächertes Sportangebot, das für alle Altersgruppen und jede Interessenlage passende Bewegungsmöglichkeiten bietet.

Ausführliche Informationen über die vielfältigen Freizeit- und Sportangebote in der Kreisstadt Dietzenbach finden Sie auch auf der Homepage unter:
www.dietzenbach.de/freizeit

Multikulturelle Freizeitangebote



© Ridvan | stock.adobe.com

Seniorinnen-Kochgruppe

Seniorinnen mit und ohne Migrationshintergrund treffen sich zum gemeinsamen Kochen unter fachlicher Leitung von Frau Perminder Kaur-Jasuja und Frau Salima Nurzay im Seniorenzentrum in Steinberg. Parallel dazu wird eine offene Sprechstunde der Seniorenberaterin Frau Kirsten Wolf angeboten. Hier erhalten die Frauen Informationen zu Möglichkeiten der Unterstützung im Alter. Beim gemeinsamen Kochen werden in kleinen Vorträgen Informationen zu gesundheitsrelevantem Verhalten bzw. gesunder Ernährung und Gesundheitsförderung vermittelt. Der Kurs ist kostenlos, um Anmeldung wird gebeten. Information und Anmeldung bei Frau Kirsten Wolf, Tel. 06074 483490 oder per E-Mail: seniorenberatung@dietzenbach.de

Internationales Frauenfrühstück

Frauen ab 50 treffen sich regelmäßig dienstags von 9 bis 11 Uhr im Großen Saal des Rut-Gemeindezentrums, Rodgaustraße 40. Die Gruppe entstand durch eine gemeinsame Initiative des Ausländerbeirates Dietzenbach und des Vereins Zusammenleben der

Kulturen in Dietzenbach e.V. Die Moderation der Gruppe liegt in der Hand von Helga Giardino, die zugleich Vorsitzende des Ausländerbeirates sowie Mitglied des Vorstandes des Vereins „Zusammenleben der Kulturen“ ist.

Kontakt und Organisation:

Zusammenleben der Kulturen in Dietzenbach e.V.

Helga Giardino

giardino@zusammenleben-der-kulturen.de

www.zusammenleben-der-kulturen.de

Treff für ältere Migrantinnen und Migranten

Montags von 15 bis 18 Uhr veranstaltet der AWO Kreisverband Offenbach Land e.V. im Bistro Bildungshaus einen Treff.

Kontakt und Information:

AWO Kreisverband Offenbach Land e.V.

Foad Achkif, Tel. 06074 8180-2254

foad.achkif@awo-of-land.de

Seniorenhilfe Dietzenbach e.V.

Als Zusammenschluss von Bürgerinnen und Bürgern aller Altersgruppen wurde 1994 die Seniorenhilfe Dietzenbach e.V. als gemeinnütziger Verein auf genossenschaftlicher Basis gegründet. Mittlerweile gehört der Verein unter den Seniorengenossenschaften zu den mitgliederstärksten Vereinen in Deutschland. Nach dem Prinzip der gegenseitigen Hilfe wird allen Mitgliedern geholfen, die diese alters- oder krankheitsbedingt anfordern. Das heißt:

- Senioren helfen Senioren
- Senioren helfen Jungen
- Junge helfen Senioren

Die Helfenden erhalten für ihre Einsätze Zeitgutschriften in Form von Punkten, die sie jederzeit einsetzen können, wenn sie selbst Hilfe benötigen. Im Mittelpunkt des Engagements steht die Hilfe von Mensch zu Mensch. Ebenso tragen vielfältige selbst organisierte Gemeinschaftsaktivitäten zu einem starken Zusammengehörigkeitsgefühl bei.

Ein sehr niedriger Jahresmitgliedsbeitrag sowie das geringe Entgelt für die Hilfen in Form einer Verwaltungsgebühr, wenn ein Mitglied keine Punkte einsetzen kann, sind ein weiterer Bestandteil des Erfolgskonzeptes. Die generationenübergreifende Zusammenarbeit ist eine wichtige Voraussetzung für die Inanspruchnahme der Unterstützung im Alter und bei Hilfsbedürftigkeit. Dieses Prinzip ist somit die praktische Umsetzung des Gedankens:

MIT EINANDER - FÜR EINANDER

Geschäftsstelle und Kontakt:

Seniorenhilfe Dietzenbach e.V.

Marktstr. 2a

63128 Dietzenbach

Tel. 06074 35777

Mo. bis Fr. 10 – 12 Uhr und 17:30 – 19:30 Uhr

seniorenhilfe.dietzenbach@t-online.de

www.seniorenhilfe-dietzenbach.de

Regelmäßige Freizeitangebote der Seniorenhilfe für ihre Mitglieder:

Spieletag

Jeden 1. Dienstag im Monat von 15 – 17 Uhr

PC-Bistro-Treff

Einmal im Monat mittwochs 15 – 17 Uhr

Café français

Jeden 3. Donnerstag im Monat 15 – 17 Uhr

Wandertreff, Radlertreff, Minigolf

Jeweils mittwochs von April bis Oktober (wetterabhängig)

Die Veranstaltungen finden überwiegend im Reinhard-Göpfert-Haus in der Weiherstraße 24 statt.



Kirchen und Glaubensgemeinschaften

Die zahlreichen Angebote der Kirchen und Glaubensgemeinschaften in der Kreisstadt Dietzenbach ermöglichen eine aktive Beteiligung in der Gemeinschaft. Zu den Angeboten für Seniorinnen und Senioren zählen unter anderem Kaffeetreffen, Gymnastik und Yoga, Handarbeits- und Bastelgruppen sowie vieles mehr.

Ausführliche Informationen über die einzelnen Veranstaltungen erhalten Sie direkt von den jeweiligen Kirchengemeinden beziehungsweise den Glaubensgemeinschaften. Die Anschriften und Kontaktdaten finden Sie auch auf der Homepage der Kreisstadt Dietzenbach unter:

www.dietzenbach.de/religion



Facebook für Oma und Opa?

Tipps für Ältere in sozialen Netzwerken



© pixabay

Mit den Enkeln Kontakt halten, die alten Freunde von früher wiederfinden oder das nächste Treffen mit der Hobbygruppe planen – all dies geht heute einfach und schnell über die sozialen Netzwerke im Internet. Doch liest man über Facebook & Co. auch viel Bedrohliches – soll man nun mitmachen oder nicht?

Viele Best Ager in Deutschland haben bereits Fakten geschaffen: Im Jahr 2018 waren über vier Millionen der insgesamt rund 37 Millionen Facebooknutzer in Deutschland 55 Jahre und älter – mit steigender Tendenz. Doch worauf sollten Senioren bei der Nutzung der sozialen Netzwerke achten, um keine bösen Überraschungen zu erleben?

Entscheidend ist, was man selber eintippt

Möchte man Mitglied bei einem sozialen Netzwerk wie Facebook werden, so muss man sich zunächst

bei dem jeweiligen Dienstleister anmelden. Dabei werden Daten wie Namen und E-Mail-Adresse an den Betreiber übertragen, sodass man die Netzwerke dauerhaft nutzen kann und auch für andere Nutzer auffindbar wird. Hier gilt: bloß nicht alle Anmeldefelder ausfüllen! Bei Facebook reicht es z. B. Vorname, Nachname und eine E-Mail-Adresse anzugeben, und schon kann man mitmachen. Dabei ist Facebook natürlich nicht das Einwohnermeldeamt – möchte beispielsweise eine ältere Frau das Netzwerk zur Suche nach alten Schulkameradinnen nutzen, so kann die Angabe des Mädchennamens durchaus

sinnvoller als die des Ehenamens sein. Scheu oder Angst „Facebook zu belügen“, muss man dabei auf keinen Fall haben – schlimmstenfalls löscht Facebook einen Account mit falschen Angaben wieder, und das war’s dann auch.

Die Privatsphäre – alles eine Sache der Einstellung?

Die Anmeldung ist geschafft, nun möchte man den ersten eigenen Inhalt auf einem sozialen Netzwerk teilen. Dies kann ein neues Kochrezept, ein Foto des gelungenen Modellbauwerkes oder auch einfach eine Frage wie „Wer kann einen guten Orthopäden in meiner Stadt empfehlen?“ sein. Wie im normalen Leben auch, möchte man online natürlich auch nicht Alles Allen erzählen. Viele Netzwerke bieten gute Einstellungsmöglichkeiten an. So kann man beispielsweise die Kegelfreunde in eine andere Kontaktliste packen als die Arbeitskollegen. Wir empfehlen dazu: Unterscheiden Sie nur zwischen „Freunden“ und „Jedermann“. Entscheiden Sie sich also beim Einstellen Ihres Haustierportraits nur dazwischen, ob jeder das Foto sehen soll oder nur die eigenen Kontakte (Freunde).

Die Erfahrung hat gezeigt, dass diese Einstellungsmöglichkeiten oft übermäßig komplex, unverständlich und vor allem unbeständig sind – was gestern also nur die Kegelfreunde sehen konnten, wird auf einmal ohne eigenes Zutun auch für die Arbeitskollegen sichtbar. Das muss nicht sein – was man dem Kegelfreund erzählen kann, dem Kollegen aber nicht, das gehört unter Umständen auch einfach gar nicht ins Internet.

Keine sensiblen Daten eingeben!

Konto- und Kreditkartennummern, Bankverbindungen, Passnummern, Führerscheinnummern, Nummernschilder von Autos, auch nur Scans oder Fotos davon sollte man auf keinen Fall in sozialen Netzwerken preisgeben,

auch nicht auf Nachfrage vermeintlich wohlgesonnener Kontakte. Weniger riskant als oft gedacht sind Fotos von teuren Einrichtungsgegenständen oder Urlaubsankündigungen – wer kriminelle Absichten gegen eine bestimmte Person hegt, findet diese Infos auch ohne soziale Netze heraus. Vorsicht, wenn Sie Fotos von Personen online stellen wollen. Die abgebildeten Personen müssen sowohl darüber informiert und auch damit einverstanden sein, dass man das gemeinsame Urlaubsfoto jetzt bei Facebook einstellen möchte.

Besser verzichten sollte man auf fremde Bilder mit Logos, Comics oder Prominenten – hat man das Foto nicht selbst gemacht oder bei einem Fotografen erworben, würde das Urheberrecht verletzt werden. Besser: Fotos von sich selbst und seinen Lieben nutzen!

Quelle: Bestagerinfos.de – das Blog für alle aktiven Senioren und Bestager. Jetzt besuchen unter:

www.bestagerinfos.de



Das altersgerechte Zuhause

Die meisten älteren Menschen wohnen in ihren privaten Wohnungen und möchten, soweit es die gesundheitliche Situation zulässt, auch dort wohnen bleiben. Die seit vielen Jahren gewachsenen sozialen Beziehungen und bekanten Einrichtungen in der Nähe erleichtern die Aufrechterhaltung eines selbstständigen Haushaltes.

Allerdings kann eine Wohnung, die vor Jahren das Zuhause für die ganze Familie war, nicht unbedingt den Bedürfnissen älterer Menschen – als Ein- oder Zweipersonenhaushalt – gerecht werden. Körperliche Beschwerden oder das Abnehmen der eigenen Kräfte veranlassen manche Menschen, Alternativen zu erwägen.

Eine altersgerechte, barrierefreie Wohnung ist im Idealfall:

- Ebenerdig gelegen oder über einen Aufzug zu erreichen.
- Weder zu groß noch zu klein: Sie bietet auch einer Person einen abgetrennten Wohn- und Schlafbereich, eine geräumige Küche und ein ausreichend großes Bad mit angepassten Sanitäreinrichtungen.
- Bequem zu beheizen, am besten über eine Zentralheizung mit Temperaturreglern in Greifhöhe. Kohle- oder Ölöfen sind für Ältere unzumutbar und können gefährlich sein.
- Hell und gut zu belüften: Sie hat einen stufenlos zugänglichen Balkon, eine Terrasse oder einen kleinen Garten. Man sollte auch bei eingeschränkter Beweglichkeit problemlos im Freien sitzen können.
- Großzügig geschnitten: Die Räume sind nicht zu eng und verwinkelt; Flur, Bad und Küche bieten ausreichend Raum, um sich auch mit Gehhilfen oder einem Rollstuhl sicher bewegen zu können.
- Ohne Stufen und Schwellen: Türschwellen sind nicht vorhanden, Treppenabsätze, Podeste oder Schwellen an Balkonen sind abgebaut und können über eine fest installierte Rampe überwunden werden. Die Türen sind mindestens 80 cm breit, damit bei Bedarf ein Rollstuhl hindurch passt.
- Mit Fenstern ausgestattet, die auch in Sitzhöhe den Ausblick nach draußen ermöglichen und sich leicht öffnen und schließen lassen. Elemente wie Lichtschalter, Steckdosen und Türgriffe lassen sich bequem erreichen.



Wohnberatung

Älteren Menschen wird eine selbstständige Lebensführung oder die Pflege zu Hause in der gewohnten Umgebung oftmals durch ungünstige räumliche Gelegenheiten erschwert. Dies können z. B. Stufen vor dem Haus- und Wohnungseingang, zu schmale Türen, ein zu enges Badezimmer oder fehlende Haltegriffe sein.

Mit Hilfe von Wohnungsanpassungsmaßnahmen können diese Defizite ausgeglichen werden. Die Maßnahmen reichen von baulichen Veränderungen wie dem Einbau einer ebenerdigen Dusche, Türverbreiterungen und Rampen über den Einsatz von Hilfsmitteln bis hin zur Umorganisation der gesamten Wohnung: So kann z. B. das Wohnzimmer zum Schlafzimmer werden, wenn die Treppe nach oben nicht bewältigt werden kann oder der Kühlschrank höher gestellt werden, damit alle Fächer wieder zu erreichen sind. Auch für die besonderen Bedürfnisse von Menschen mit Demenz oder mit Sinneseinschränkungen gibt es sinnvolle Maßnahmen zur Erleichterung des Alltags. Informationen erhalten Sie von den folgenden Stellen:

- Pflegestützpunkt (siehe Seite 11)
- Sozialverband VdK (siehe Seite 10)
- Seniorenbüro Winkelmühle (siehe Seite 12)

INFORMATION

Ausstellung „Hallo Freiheit! Zusammen über Barrieren“

Die Ausstellung öffnet jeden letzten Mittwoch im Monat ihre Türen. Interessierte haben von 13 bis 15 Uhr die Gelegenheit, die Ausstellung kennenzulernen.

Rothschildallee 16a
60389 Frankfurt am Main
www.frankfurt-university.de/hallofreiheit



LIFT EXPERTEN
by *firsthand* CARE







**BEI DEN LIFT EXPERTEN
ERWARTET SIE MOBILITÄT
AUS ERSTER HAND.**

Ganz egal, ob Treppenlift, Kurvenlift, Außenlift oder Lift im Haus; bei den Lift Experten finden Sie alle Möglichkeiten in Kombination mit einem hervorragenden Service. Wenn Ihre Treppe zum Problem wird, ist es Zeit für die Lift-Experten.

Lift Experten | firsthand CARE GmbH & Co. KG
Dornhofstraße 18 | 63263 Neu-Isenburg
Service-Telefon (0800) 195 0000

www.lift-experten.de



**MIT ALLER
KRAFT
GEGEN DEN KREBS**

www.krebshilfe.de


Deutsche Krebshilfe
HELLEN. FORSCHEN. INFORMIEREN.

SPENDENKONTO IBAN:
 DE65 3705 0299 0000 9191 91

Sturzprophylaxe zu Hause

Zur gesundheitlichen Selbstsorge gehört auch das Thema Sturzprophylaxe und die beginnt in der eigenen Wohnung und des Wohnumfeldes. Wir laden Sie ein, Ihre Wohnsituation zu überprüfen.

Treppen

- Ihre Treppen haben durchgehend griffsichere Handläufe, möglichst beidseitig.
- Die Treppenstufen sind gut erkennbar und sind rutsch- und trittfest.

Fußboden

- Die Bodenbeläge sind rutschfest und trittsicher - auch bei Nässe.
- Der Boden ist frei von Kabeln und anderen Stolpergefahren.
- Alle Teppiche, Läufer oder Brücken sind rutschfest fixiert und ohne hohe Kanten.
- Unebenheiten hinsichtlich der Bodenbeläge bzw. Türschwellen sind ausgeglichen.

Beleuchtung

- Ihr Innen- und Außenwohnbereich ist gut beleuchtet.
- Sie verfügen über gut erreichbare Lichtschalter.

Bad/WC

- Der Badezimmer-, WC-Boden ist auch bei Nässe rutschfest.
- Ihr Badezimmer ist geräumig genug, um sich auch mit Gehhilfen darin zu bewegen.

Toilette

- Das Hinsetzen und Aufstehen ist problemlos möglich.
- Sie erreichen bequem das Toilettenpapier.

Waschbecken

- Ihr Waschbecken ist stabil angebracht, so dass Sie sich auch festhalten können (Haltegriff).
- Der Wasserhahn ist gut erreichbar und einstellbar.
- Es gibt eine Sitzgelegenheit am Waschbecken.

Dusche/Badewanne

- Der Ein- und Ausstieg ist gut möglich. Evtl. sind Haltegriffe zum Ein- und Ausstieg vorhanden.
- Gibt es ggf. eine Sitzgelegenheit?
- Sie verfügen über Badewannen- und/oder Duschmatte.
- Sie verfügen – bei Bedarf – über einen Badewannen- oder Duschsitz.

Schlafzimmer

- Die Höhe des Bettes ermöglicht ein angenehmes Ein- und Aussteigen.
- Vor Ihrem Bett liegen keine losen Bettvorleger.

Möbel

- Ihr Mobiliar steht sicher und fest!
- Die Küchenschränke sind in der richtigen Höhe angebracht.
- Häufige Gebrauchsgegenstände sind für Sie gut zu erreichen.

Allgemeine Voraussetzungen

- Sie achten auf Haustiere, die gern auf dem Boden liegen (Hunde, Katzen).
- Ihre Türen sind breit genug und es gibt keine Schwellen in der Wohnung.
- Aufbau von körperlicher Fitness (Gleichgewichtstraining, Muskelaufbau etc.).
- Eine Vertrauensperson hat einen Zweitschlüssel zur Wohnung.

Seniorenwohnanlagen in Dietzenbach

Hier stellen wir Ihnen die fünf Wohnanlagen mit insgesamt 194 Wohnungen für ältere Menschen vor. Für jede Einkommens- und Lebenssituation bestehen Wohnungsangebote von 45 bis 100 qm, darunter Sozialwohnungen bis hin zu Wohnungen mit gehobener Ausstattung. Die Häuser bieten Räume für gesellige Aktivitäten, einladende Außenanlagen und vieles mehr.

Seniorenwohnanlage Adolph-Kolping-Straße

Die Wohnanlage Adolph-Kolping-Straße verfügt über 11 Zwei- und Drei-Zimmer-Wohnungen mit 60 bis 94 m². Die Anlage liegt in der Nähe des Stadtzentrums direkt am Hessentagspark. Ein großes Einkaufszentrum ist in wenigen Gehminuten erreichbar. Im großen Gemeinschaftsraum mit Terrasse können sich die Bewohnerinnen und Bewohner zu gemütlichen Stunden treffen.

Seniorenwohnanlage Dieffenbachstraße

Die Doppel-Wohnanlage Dieffenbachstraße verfügt über 40 Zwei- und Drei-Zimmer-Wohnungen mit 54 bis zu 99 m². Eine Grünanlage und mehrere Einkaufsmöglichkeiten sind fußläufig erreichbar. In den beiden Häusern der Wohnanlage befinden



© Kreisstadt Dietzenbach

sich Gemeinschaftsräume, in denen man sich zum gemütlichen Beisammensein treffen kann.

Seniorenwohnanlage Marktstraße

Das Haus Marktstraße ist die „jüngste“ Wohnanlage für ältere Menschen. Die Anlage verfügt über 33 Wohnungen von 49 bis 70 m² sowie kleine Aufenthaltsräume auf den Etagen. Einkaufsmöglichkeiten sowie Ärzte und Apotheken sind fußläufig erreichbar. Einmal im Monat findet hier ein Lesecafé für die Bewohner statt. Im Erdgeschoss des Gebäudes befindet sich das Büro der Seniorenhilfe e. V.

Seniorenwohnanlage Ringelnatzstraße

Die Wohnanlage Ringelnatzstraße verfügt über 31 Zwei- und Drei-Zimmer-Wohnungen mit einer Größe von 52 bis 66 m². Die Anlage befindet sich in der Nähe des Stadtzentrums direkt am Hessentagspark. Ein großes Einkaufszentrum ist in wenigen Gehminuten erreichbar. Im schönen Gemeinschaftsraum mit Terrasse treffen sich Bewohnerinnen und Bewohner zu gemütlichem Beisammensein.

Seniorenwohnanlage Steinberg

Die großzügige Wohnanlage Siedlerstraße/Am Steinberg umfasst 88 Wohnungen von 45 bis 55 m² und besitzt einen schön gestalteten Innengarten. Kernpunkt der Anlage ist das Städtische Seniorenzentrum mit seinen vielfältigen Angeboten. Hier findet auch einmal im Monat das beliebte Erzählcafé statt, das für alle in der Kreisstadt lebenden Seniorinnen und Senioren offen ist.

Weitere Informationen zu den Seniorenwohnanlagen in Dietzenbach erhalten Sie von der Städtischen Seniorenarbeit.

Städtisches Seniorenzentrum

Siedlerstr. 66, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 42077 und 06074 483490
Fax 06074 45570

Die medizinische Versorgung

Ein dichtes Netz von medizinischen Einrichtungen, niedergelassenen Arzt- und Therapiepraxen zeichnet Dietzenbach und die Region aus. Mit den Asklepios-Kliniken in Langen und Seligenstadt stehen der Bevölkerung wohnortnahe stationäre Behandlungsmöglichkeiten zur Verfügung.



© belahoche | stock.adobe.com

→ Kliniken

Asklepios Klinik Langen
Röntgenstr. 20, 63225 Langen
Tel. 06103 912-0
www.asklepios.com/langen

Asklepios Klinik Seligenstadt
Dudenhöfer Str. 9
63500 Seligenstadt
Tel. 06182 83-0
www.asklepios.com/seligenstadt

**Emma Klinik für operative
Medizin**
Frankfurter Str. 51
63500 Seligenstadt
Tel. 06182 960-0
www.emma-klinik.de

Ketteler-Krankenhaus
Lichtplattenweg 85
63073 Offenbach
Tel. 069 8505-0
www.ketteler-krankenhaus.de

Sana Klinikum Offenbach
Starkenburgring 66
63069 Offenbach
Tel. 069 8405-0
www.klinikum-offenbach.de

→ Allgemeinmediziner

**Dr. med. Martin Bechtle,
Monika Schoo**
Offenbacher Str. 60
Tel. 06074 45979

Dr. Helena Binow
Waldstr. 10
Tel. 06074 7281300

A. Dahinten, Dr. S. Schwab
Babenhäuser Str. 33
Tel. 06074 23515

Dr. med. Silvia Franz
Wiesenstr. 2b
Tel. 06074 35136

Dr. Albert Giesecke
Groß-Umstädter Weg 3
Tel. 06074 26914

Dr. med. Werner Haas
Theodor-Heuss-Ring 56
Tel. 06074 32524

Telefonische Vorbestellung
und kostenloser Botendienst
in Dietzenbach



Martins-Apotheke Dietzenbach

Apotheker Dr. rer. nat. Okan Osman-Oglou

Babenhäuser Straße 23–27 · 63128 Dietzenbach · Tel. 06074 85280 · Fax 06074 852866

Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8–18:30 Uhr durchgehend geöffnet · Samstag 8–13 Uhr

E-Mail: martins@eu-apotheken.de · www.martins-apotheke-dietzenbach.de

Constanze Irion-Gleisberg
Werner-Hilpert-Str. 14
Tel. 06074 46123

**Dr. med. R. Jerwan-Keim,
Renate Metz**
Hügelstr. 25
Tel. 06074 35356

Erik Kulcke-de Beauclair
Dreieichstr. 39
Tel. 06074 2218

Dr. med. Ingo Lüder-Lühr
Offenbacher Str. 62–64
Tel. 06074 492322

Elke Montag
Bahnhofstr. 3
Tel. 06074 6987998

Ihsan Obhut
Babenhäuser Str. 22 – 26
Tel. 06074 814723

**Dagmar Pumpe,
Gerda Starl**
Schmidtstr. 1
Tel. 06074 23423

Dr. med. Beate Schulze
Bahnhofstr. 26
Tel. 06074 914110

Dr. med. Katrin Strasser
Frankfurter Str. 32
Tel. 06074 6946400

→ **Augenärztliche Praxen**

Dr. med. Stefan Ratiu
Babenhäuser Str. 30
Tel. 06074 44400

Dr. med. Arno Steigerwald
Offenbacher Str. 64
Tel. 06074 25655

→ **Chirurgie**

**Chirurgie Frankfurt Süd
Wern & Roos**
Schmidtstr. 3
Tel. 06074 33413

→ **Frauenärzte**

**Dr. med. Hendrikje Arndt,
Regina Steinmetz**
Babenhäuser Str. 31a
Tel. 06074 27652

Dr. med. Lieselotte Haas
Theodor-Heuss-Ring 56
Tel. 06074 3015730

Susanne Sauthoff
Am Stadtbrunnen 8 – 10
Tel. 06074 29116

→ **HNO-Ärzte**

Dr. med. Kurth-Andreas Martini
Gustav-Heinemann-Ring 1
Tel. 06074 3015590

→ **Hautärzte**

**Dr. P. Sander, Dr. N. Ehresmann,
Dr. M. Przybilski**
Babenhäuser Str. 31
Tel. 06074 29507

Medizinische Versorgung

→ Internisten

Dr. med. Joachim Dlugosch
Babenhäuser Str. 23
Tel. 06074 4826225

Dr. med. Axel Elsner
Frankfurter Str. 32
Tel. 06074 694600

Dr. Hans-J. Karich, R. Kunde
Babenhäuser Str. 31 – 33
Tel. 06074 27878

Dr. med. Stefan Schwab
Babenhäuser Str. 33
Tel. 06074 23515

→ Neurologie

Dr. med. Werner Krusch
Rathenaustr. 5
Tel. 06074 31250

→ Orthopädie

Dr. med. Martin Frömel
Babenhäuser Str. 29
Tel. 06074 4852595

Carl-Hubert Fürst
Am Nagelbach 5
Tel. 06074 9196810

→ Radiologie

**Radiologisches Zentrum
Offenbach**
Babenhäuser Str. 29a
Tel. 06074 49070



© Thomas Söllner | stock.adobe.com

→ Urologie

Farzad Ferdowsian
Gallische Str. 2 – 4
Tel. 06074 9196880

Dr. med. Andreas Lucas
Schmidtstr. 1
Tel. 06074 28280

→ Zahnärzte

Dr. Füsün Afra
Werner-Hilpert-Str. 20
Tel. 06074 309300

Muzafar Bajwa & Kollegen
Neunkirchener Weg 3
Tel. 06074 9187720

Dr. T. Fischer & H. Werner
Hauptstr. 17
Tel. 06074 29201

Bernd Gottschalk
Am Steinberg 58
Tel. 06074 29203

Dr. A. Haug-Heidn, Dr. C. Heidn
Offenbacher Str. 62 – 64
Tel. 06074 812228

**Dr. Udo Kirchgeßner,
Harald Magiera**
Gallische Str. 2 – 4
Tel. 06074 43546

Dr. Heiko Ruscher
Gartenstr. 16
Tel. 06074 81330

Anette Schinker
Offenbacher Str. 60
Tel. 06074 45077

Praxis Steinborn & Kollegen
Theodor-Heuss-Ring 56
Tel. 06074 28481

Olga Toulas
Tulpenstr. 2
Tel. 06074 26953

Dr. Dejan Vasiljevic
Gustav-Heinemann-Ring 1
Tel. 06074 26647

Dres. med. dent. K. u. J. Weiß
Schmidtstr. 1
Tel. 06074 28910

Praxis Zieglgänsberger
Babenhäuser Str. 33
Tel. 06074 6930200

Impfungen – soviel Schutz muss sein

Welche Impfungen in welchem Alter sinnvoll sind

Seit dem 1. 3.2020 gilt in Deutschland eine Impfpflicht gegen Masern. Ohne nachgewiesenen Schutz dürfen Kinder nicht mehr in die Kita oder Schule. Durch die neue Regelung sollen Impflücken geschlossen und der Schutz vor der gefährlichen Infektionskrankheit verbessert werden. Für andere Erkrankungen besteht nach wie vor keine Impfpflicht - obwohl auch hier laut Bundesgesundheitsministerium die Impfquoten teilweise zu niedrig sind und weiter abnehmen. Meist erhalten zwar Kinder noch die Grundimmunisierung, aber bei den Auffrischungen und im Erwachsenenalter herrscht oft Nachlässigkeit. Deshalb treten manche typischen Kinderkrankheiten wie Keuchhusten (Pertussis) heute überwiegend bei Erwachsenen auf.

Die STIKO empfiehlt

Doch gegen welche Krankheiten soll man sich wann impfen lassen? In Deutschland legt das die Ständige Impfkommission (STIKO) fest, ihre Empfehlungen finden sich etwa unter www.impfen.de. Danach sollen Kinder in den ersten 24 Monaten Grundimmunisierungen gegen Rotaviren, Tetanus, Diphtherie, Keuchhusten, Hib, Kinderlähmung, Hepatitis B, Pneumokokken, Hirnhautentzündung, Masern, Mumps, Röteln und Windpocken erhalten. Im Schulalter stehen dann noch verschiedene Auffrischungen sowie eine Immunisierung gegen HPV auf dem Plan.

Bei Erwachsenen zwischen 18 und 60 Jahren, die eine Grundimmunisierung erhalten haben, sollten gegen einige Krankheiten Auffrischimpfungen erfolgen, zum Beispiel alle zehn Jahre gegen Tetanus und Diphtherie. Vergessen wird hier leider oft die Keuchhusten-Impfung, die einmalig mit der nächsten fälligen Tetanus und Diphtherie-Impfung aufgefrischt werden sollte. Denn selbst bei durchgestandener Erkrankung hält der Schutz nicht ein Leben lang. Und Keuchhusten kennt keine Altersgrenzen, sondern ist in jeder Altersgruppe hochansteckend. Besonders gefährdet für schwere Verläufe sind Senioren und Säuglinge. Letztere können durch die Krankheit einen lebensbedrohlichen Atemstillstand erleiden. Gerade deshalb ist für Frauen im Familiengründungsalter und Kontaktpersonen von Babys die Auffrischimpfung sogar alle 10 Jahre empfohlen. Deshalb sollten gerade diese Personen auf ihren Impfschutz achten und bei der nächsten Tetanusimpfung Ihren Arzt auf den Keuchhustenschutz ansprechen.

Ab 60 mit Zusatzschutz!

Da mit dem Alter das Immunsystem schwächer wird und die Anfälligkeit steigt, werden für Senioren ab 60 zusätzliche Impfungen empfohlen: Ein Standardchutz gegen Pneumokokken (Lungenentzündung), eine Grundimmunisierung gegen Gürtelrose (Herpes zoster) und die jährliche Grippeimpfung. Auch eine Auffrischimpfung gegen Keuchhusten kann sinnvoll sein.

Bei älteren Menschen wird das Immunsystem schwächer. Senioren sollten deshalb gut auf ihren Impfschutz achten, etwa gegen Pneumokokken, Grippe, Gürtelrose und Keuchhusten.



Hilfe und Pflege zu Hause

Mobile Hilfsangebote erleichtern den Alltag

Das „Älterwerden“ hat sich verändert – nicht nur, weil unsere Lebenserwartung von Jahr zu Jahr steigt und über 90-Jährige schon lange keine Seltenheit mehr sind, sondern auch weil wir länger gesund und agil bleiben. Fragt man ältere Menschen was ihnen wichtig ist, antworten viele, dass

sie so lange wie möglich in ihrer eigenen Wohnung und dem gewohnten Umfeld bleiben möchten. Damit dies auch bei altersbedingten Beeinträchtigungen weiterhin möglich ist, kann man auf viele verschiedene Dienste zurückgreifen, die das Leben erleichtern.



Der Hausnotruf

Ein Hausnotruf ist ein elektronisches Meldesystem, das mit einer Hausnotrufzentrale verbunden ist. Er eignet sich für Menschen, die ihre Selbstständigkeit erhalten wollen, in Notlagen aber das Telefon evtl. nicht rechtzeitig erreichen können. Das Auslösen des Notrufs erfolgt über einen Funksender, der am Arm oder um den Hals getragen wird. So kann man jederzeit per Knopfdruck Hilfe herbeirufen.

Die monatlichen Kosten variieren je nach Anbieter und Leistungsumfang. Hinzu kommt eine einmalige Anschlussgebühr. Liegt ein Pflegegrad vor, können Sie bei der Pflegekasse einen Zuschuss zu den monatlichen Kosten beantragen.

Angebote Hausnotruf in Dietzenbach:

Arbeiter-Samariter-Bund
Landesverband Hessen e. V.
Tel. 069 985444-0
www.hausnotruf.asb-hessen.de

AWO Kreis Offenbach gGmbH
Tel. 06074 29702
www.awo-dietzenbach.de

DRK Kreisverband Offenbach e. V.
Tel. 069 756620-30 oder 756620-31
www.drk-of.de

Johanniter- Unfall-Hilfe e. V.
Regionalverband Offenbach
Tel. 06106 8710-45
Tel. 0800 7237377 (gebührenfrei)
www.johanniter.de/hausnotruf

Malteser Hilfsdienst e. V.
Tel. 06104 40679-35
Tel. 0800 9966006 (gebührenfrei)
www.malteser-offenbach.de

Der beste Hausnotruf für zu Hause und unterwegs

TÜVRheinland ZERTIFIZIERT
Management System ISO 9001:2015
www.tuv.com ID 900003804

TESTSIEGER
Stiftung Warentest
test
BEFRIEDIGEND (2,7)
ASB-Hausnotrufdienste
Ausgabe 8/2018
www.test.de
18GX25

Wir helfen hier und jetzt. **ASB** Mehr Infos unter: **069 985444-0**

- Hausnotruf
- Fahrdienste
- Hilfe im Alltag
- Essen auf Rädern

AWO Kreis Offenbach gGmbH

☎ **06074 / 29 702**

www.awo-dietzenbach.de

WEISSER RING
Wir helfen Kriminalitätsoffern.

Jeder kann Opfer werden.
Wir sind an Ihrer Seite.

Opfer-Telefon: 116 006
www.weisser-ring.de
Klaus Behrendt & Dietmar Bär

Essen auf Rädern

Gerade im höheren Alter, bei Behinderung oder Krankheit ist eine ausgewogene Ernährung wichtig, um lange selbstständig in den eigenen vier Wänden bleiben zu können. Denn gibt es etwas Besseres als in vertrauter Umgebung zu essen? Genau hier unterstützt das Angebot „Essen auf Rädern“ und hilft Ihnen dabei zu Hause gesund zu essen, und das alles ohne mühevollen Einkauf und Kochen.

Das Angebot der Dienste ist vielfältig: Von Hausmannskost über Trendmenüs bis zur Diätkost. Geliefert wird in unterschiedlicher Form, z. B. täglich frisch gekocht oder als Fertigm Menü sowie wöchentlich als Tiefkühlkost.

Arbeiter-Samariter-Bund RV Mittelhessen

Tel. 06039 8002-911

menue-service@asb-mittelhessen.de

Arbeiterwohlfahrt Kreis Offenbach gGmbH

Tel. 06074 29702

info@awo-dietzenbach.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Tel. 06106 8710-65 | www.juh-offenbach.de

Malteser Hilfsdienst e.V.

Tel. 06104 40679-18

menueservice.obertshausen@malteser.org



© ASB/T. Ehling

INFORMATION

Stationärer Mittagstisch

Jeden 2. Freitag (in den ungeraden Kalenderwochen) bietet die AWO einen stationären Mittagstisch an.

Unter dem Motto „Gemeinsam essen ist schöner als allein“ können ältere Menschen im Saal des Städtischen Seniorenzentrums in Steinberg gemeinsam ein frisches gutes Menü genießen. Zu einem Preis von 7 Euro erhalten Sie Vorspeise, Hauptgericht und Dessert.

Städtisches Seniorenzentrum

Siedlerstr. 66

63128 Dietzenbach

Zur besseren Planung melden Sie sich bitte bis zum Mittwoch vor dem nächsten Mittagstisch unter Telefon 06074 29702 an.

Fahr- und Begleitdienste

Gerade für Senioren und Menschen mit Behinderung ist Mobilität besonders wichtig: Mobil zu sein ist die Grundlage für eine aktive Teilnahme am Leben in der Gemeinschaft. Fahr- und Begleitdienste ermöglichen älteren und insbesondere mobilitätseingeschränkten Menschen die Erledigung ihrer Besorgungen außerhalb des Hauses und die Teilnahme an Veranstaltungen.

Arbeiterwohlfahrt Dietzenbach

Siedlerstr. 66, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 29702 | info@awo-dietzenbach.de
→ Fahrdienst, Begleitdienst

Bleib mobil – Seniorenbegleitdienst

Bettina Matross
Marktstr. 7, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 2116525 | info@bleibmobil.com
→ Begleitdienst*

Dietzenbach Ambulance

Siemensstr. 3 – 9, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 4819440
info@dietzenbach-ambulance.de
→ Fahrdienst

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Regionalsverband Offenbach
Borsigstr. 56, 63110 Rodgau
Tel. 06106 8710-88 | www.juh-offenbach.de
→ Fahrdienst

Malteser Hilfsdienst e.V.

Bieberer Str. 131, 63179 Obertshausen
Tel. 06104 40679-11, Tel. 06104 40679-23
www.malteser-offenbach.de
→ Fahrdienst, Einkaufs- und Haushaltsdienst

MeinFahrdienst – Ehsan Bajwa

Pestalozzistr. 6, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 9175050 | info@meinfahrdienst.com
→ Fahrdienst

Seniorenhilfe Dietzenbach e.V.

Marktstr. 2 a, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 35777
seniorenhilfe.dietzenbach@t-online.de
→ Begleitdienst

Vergißmeinnicht Betreuung & Begleitung

Roswitha Deckmann
Löwenstr. 2, 63128 Dietzenbach
Tel. 06074 892714
r.deckmann@t-online.de
→ Begleitdienst*

* Anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag.

INFORMATION

Angebote zur Unterstützung im Alltag (§45a SGB XI)

Alle Pflegebedürftigen, die in einen Pflegegrad eingestuft wurden, haben Anspruch auf einen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 125 Euro monatlich (siehe Seite 44). In Hessen dürfen diese Angebote nur von Pflegediensten oder nach Landesrecht anerkannten Anbietern erbracht werden.

Die Angebote unterscheiden sich nach Betreuungsangeboten (Gruppen- und Einzelbetreuung), Angeboten zur Entlastung von Pflegenden und Angeboten zur Entlastung im Alltag. Zu den letzteren zählen praktische Hilfe im Haushalt oder auch beim Einkaufen, Begleitung bei Spaziergängen, Arztbesuchen usw. Informationen über entsprechende Angebote erhalten Sie vom Pflegestützpunkt (siehe Seite 11).

Ambulante Pflege

Mehr als drei Millionen Menschen in Deutschland sind auf Pflege angewiesen. Mehr als zwei Drittel davon werden zu Hause betreut und gepflegt. Der überwiegende Teil der Hilfebedürftigen wird von Familienangehörigen oder mit teilweiser Unterstützung professioneller Pflegedienste versorgt und betreut. Der größte Pflegedienst in Deutschland ist demnach die Familie.

Unterstützung durch Ambulante Pflegedienste

Wenn Sie feststellen, dass Sie die Pflege nicht alleine bewältigen können, finden Sie Unterstützung durch ambulante Pflegedienste. Zu ihren Leistungen gehören körperbezogene Pflegemaßnahmen wie waschen, anziehen, beim Essen helfen, pflegerische

Betreuungsmaßnahmen sowie Hilfe bei der Haushaltsführung, etwa einkaufen oder kochen. Einige Dienste bieten darüber hinaus auch zusätzliche Betreuungsleistungen an. Dazu gehören verschiedene Hilfen bei der Alltagsgestaltung, z. B. Spaziergehen oder Vorlesen.

Leistungen der ambulanten Pflegedienste werden von der Pflegeversicherung bis zu einer gewissen Höhe übernommen, sofern die Einstufung in einen Pflegegrad (PG 2 bis PG 5) vorliegt. Informationen zu den Leistungen siehe Tabelle auf Seite 44.

Ambulanter Fachpflegedienst im Ärztehaus Sabina Benaissa

Theodor-Heuss-Ring 56
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 7290833
www.pflege-im-aerztehaus.de

Pflegedienst PROMED Assista GmbH

Philipp-Reis-Str. 15
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 8059911
www.promed-assista.de

Pflegedienst A-Z GmbH

Offenbacher Str. 62 – 64
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 7291111
pflegedienst_a-z@online.de

Ambulanter Pflegedienst Ingrid Fromm

Rathenaustr. 5
63128 Dietzenbach
Tel. 06074 24663

Caritas-Sozialstation Heusenstamm

Pfortenstr. 4 – 6
63150 Heusenstamm
Tel. 06074 3616
[sst-heusenstamm@cv-offenbach.de](mailto:ssst-heusenstamm@cv-offenbach.de)



© Robert Kneschke | stock.adobe.com

Mittelpunkt Mensch!
damit Sie solange wie möglich
zu Hause bleiben können!

Ihre
**Caritas- Sozialstation für
Dietzenbach**

**Häusliche Kranken- und Altenpflege
Betreuung**

Wir sind 24 Std. für Sie erreichbar

Tel.: 06074 - 3616

- med. Behandlung nach ärztlicher Anordnung
- Körperpflege
- Verhinderungspflege und Kurzzeitpflege
- Betreuungs- und Entlassungsleistungen zur Unterstützung von pflegenden Angehörigen

**CARITASVERBAND
Offenbach/Main e.V.**



**Der Johanniter-Hausnotruf.
Macht selbstständig und sicher!**



Ich bleibe ich, in den eigenen vier Wänden!
Und die Johanniter sorgen im Fall der Fälle für
professionelle Hilfe. Eine Sorge weniger – für mich und
meine Familie.

Service-Telefon:
0800 32 33 800 (gebührenfrei)
www.johanniter.de/hausnotruf

**DIE
JOHANNITER**
Regionalverband Offenbach



PFLEGEDIENST
PROMED
Assista

Pflegedienst PROMED Assista

Die beste Versorgung im eigenen
Zuhause



Grundpflege
Behandlungspflege
Entlassungsleistungen

- **Dietzenbach**
- **Dreieich**
- **Heusenstamm**
- **Rödermark**
- **Rodgau**
- **Offenbach a. M.**

Wir stehen Ihnen **24 Stunden** zur
Verfügung unter **06074 / 805 99 11**

www.promed-assista.de

info@promed-assista.de



Aktion Deutschland Hilft
Das starke Bündnis bei Katastrophen

Wenn Menschen durch große Katastrophen in Not geraten, helfen wir.
Gemeinsam, schnell und koordiniert. Schon ab 5 € im Monat werden Sie
Förderer. So helfen Sie Tag für Tag und genau dort, wo die Not am größten ist.

Spendenkonto: DE62 3702 0500 0000 1020 30
Jetzt Förderer werden unter: www.Aktion-Deutschland-Hilft.de



Teil- und vollstationäre Pflege

Zu den teil- und vollstationären Pflegeangeboten zählen die Tagespflege, die Kurzzeitpflege sowie die vollstationäre Unterbringung in einem Pflegeheim.

Die Tagespflege

Tagespflege kommt für pflegebedürftige Menschen in Betracht, deren Pflege und Betreuung tagsüber nicht ausreichend sichergestellt werden kann oder wenn dies zur Ergänzung oder Stärkung der häuslichen Pflege erforderlich ist.

Das Angebot der Tagespflege bietet für Pflegebedürftige und Angehörige gleichermaßen Vorteile. Pflegenden Angehörige können die so gewonnenen Freiräume für Beruf und Familie nutzen. Die Pflegebedürftigen erhalten tagsüber die notwendige Pflege und verbringen den Abend und das Wochenende in dem gewohnten häuslichen Umfeld. Für Pflegebedürftige ab Pflegegrad 2 übernimmt die Pflegeversicherung pflegebedingte Kosten der Tagespflege bis zu einem bestimmten Höchstbetrag. Eine Übersicht der Leistungen finden Sie auf Seite 44.

Die Kurzzeitpflege

Kurzzeitpflege ist die befristete Versorgung und Betreuung eines pflegebedürftigen Menschen in einer vollstationären Einrichtung, der sonst zu Hause gepflegt wird. Sie kommt in Betracht, wenn beispielsweise pflegende Angehörige in Urlaub fahren oder selbst erkrankt sind und die häusliche Pflege in dieser Zeit daher nicht sichergestellt ist.

Auch im Anschluss an einen Krankenhausaufenthalt oder bis zum Abschluss notwendiger Umbaumaßnahmen im häuslichen Bereich ist die Aufnahme in einer Kurzzeitpflegeeinrichtung möglich. Pflegebedürftige, die mindestens dem Pflegegrad zwei zugeordnet sind, haben Anspruch auf Leistungen der Pflegeversicherung. Informationen hierzu siehe auf Seite 44.



glougass/123RF

Vollstationäre Dauerpflege

Niemand wünscht sich diese Situation. Es gibt aber Fälle, in denen der Umzug in ein Pflegeheim unvermeidbar wird. Vollstationäre Pflege ist dann eine Alternative, wenn die häusliche Pflege nicht mehr möglich ist oder aufgrund der besonderen Situation nicht in Frage kommt.

Bevor ein Umzug in ein Pflegeheim erfolgt, sollte man sich informieren und die in Frage kommenden Einrichtungen besuchen. Zunächst sollte die Auswahl anhand einer Reihe von Kriterien eingegrenzt werden, zu denen u.a. die folgenden gehören: Standort der Einrichtung, Träger, Ausstattung, therapeutisches Angebot, fördernde Pflege, seelsorgerische Betreuung, Qualität des Essens, Veranstaltungen oder auch die Möglichkeit, ein Tier mitzubringen. Allerdings sollte man auch Gespräche führen und sich durch den Besuch der in Frage kommenden Einrichtungen selbst einen Eindruck machen.

DRK Senioren-Zentrum Dietzenbach

Adolph-Kolping-Str. 1

63128 Dietzenbach

Tel. 06074 4900-400

www.drk-of.de

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege

DOREAFAMILIE Dietzenbach

Gustav-Heinemann-Ring 2 – 6

63128 Dietzenbach

Tel. 06074 62790-0

www.doreafamilie-dietzenbach.de

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Tagespflege



doreaFAMILIE DIETZENBACH



Ihr Zuhause im zentral gelegenen Neubau

Selbstbestimmt im Alter

Ob Tagespflege oder stationäre Versorgung – bei uns können Sie in familiärer Atmosphäre selbstbestimmt und kompetent betreut leben. Sehen Sie sich bei einer Führung unsere modern ausgestattete Einrichtung an und lernen Sie uns persönlich kennen.

Wir freuen uns auf Sie!

DOREAFAMILIE DIETZENBACH
Gustav-Heinemann-Ring 2-6
63128 Dietzenbach

t. 06074 21506-00
koch@doreafamilie-dietzenbach.de
www.doreafamilie-dietzenbach.de

Hospizarbeit und Palliativpflege

In Zeiten, in denen unsere Gesellschaft immer älter wird und Debatten über Selbstbestimmung und Menschenwürde am Lebensende geführt werden, leisten Hospiz- und Palliativdienste wertvolle Arbeit. Die meisten Menschen möchten zu Hause und nicht alleine sterben. Wunsch und Wirklichkeit klaffen aber weit auseinander. Bedingt durch den gesellschaftlichen Wertewandel und den Veränderungen familiärer Strukturen ist es oft nicht möglich, bis zuletzt in vertrauter Umgebung zu verbleiben.

Palliativnetz Stadt und Kreis Offenbach

Ziel des Palliativnetzes ist, dass schwer erkrankte Menschen und ihre Angehörigen informiert werden, welche Unterstützungsmöglichkeiten es gibt und wie sie in Anspruch genommen werden können. Eine Notfallversorgung kann nicht übernommen werden.

Palliativnetz Stadt und Kreis Offenbach e.V.

Lichtenplattenweg 85, 63071 Offenbach
Tel. 069 981946777
www.palliativnetz-offenbach.de

Ambulante Hospizdienste

Ambulante Hospizdienste begleiten ehrenamtlich unheilbar erkrankte und sterbende Menschen sowie deren Angehörige in den letzten Monaten oder Wochen des Lebens. Sie helfen den Angehörigen nach einem Todesfall durch die Zeit der Trauer. Begleitungen durch ehrenamtliche Hospizdienste finden überwiegend zu Hause, aber auch in stationären Pflegeeinrichtungen oder im Krankenhaus statt. Pflegeleistungen sowie Hausarbeit werden von ambulanten Hospizdiensten nicht übernommen.

nären Pflegeeinrichtungen oder im Krankenhaus statt. Pflegeleistungen sowie Hausarbeit werden von ambulanten Hospizdiensten nicht übernommen.

Malteser Hilfsdienst e.V.

Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Bieberer Str. 131, 63179 Obertshausen
Tel. 06104 4067930
www.malteser-offenbach.de

Möchten auch Sie sich ehrenamtlich in der Hospizbegleitung engagieren? Dann wenden Sie sich an Herrn Alexander Rudolf (Telefon siehe oben).

Stationäres Hospiz

Stationäre Hospize sind eigenständige Einrichtungen mit separatem Personal und Konzept. Sie verfügen über mindestens acht und in der Regel höchstens über sechzehn Betten. Im Mittelpunkt der stationären Hospizversorgung stehen die schwerstkranken Patienten mit ihren Wünschen und Bedürfnissen. Eine Pflege und Versorgung wird durch haupt- und ehrenamtlich Mitarbeitende des Hospizes in Zusammenarbeit mit Palliativmedizinern gewährleistet.

Hospiz Am Wasserturm

Am Wasserturm 15, 63110 Rodgau
Tel. 06106 62781-0
www.hospiz-am-wasserturm.com

Hospiz Fanny de la Roche

Lichtenplattenweg 83, 63071 Offenbach
Tel. 069 8509869-0
www.hospiz-fanny-de-la-roche.de

Die gesetzliche Pflegeversicherung



© stock.adobe.com

Dank dem medizinischen Fortschritt steigt die Lebenserwartung – wir leben länger, sind gesünder und mobiler als die Generationen vor uns. Auf der anderen Seite erhöht sich mit zunehmendem Alter das Risiko der Pflegebedürftigkeit.

Die soziale Pflegeversicherung wurde 1995 eingeführt, um die finanzielle Belastung abzumildern, die durch Pflegebedürftigkeit entsteht. Insgesamt benötigen derzeit etwa 2,7 Millionen Menschen in Deutschland Pflege.

Leistungen werden nur auf Antrag gewährt!

Um Leistungen der Pflegeversicherung zu erhalten, muss zunächst ein Antrag bei der zuständigen Pflegekasse gestellt werden. Dabei gilt: Pflegekasse ist gleich Krankenkasse.

Den Antrag können auch Familienangehörige, Nachbarn oder gute Bekannte für Sie stellen, wenn Sie diese dazu bevollmächtigen. Die Pflegekasse beauftragt den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) mit der Begutachtung zur Feststellung der Pflegebedürftigkeit. Privat Versicherte stellen den Antrag bei ihrem privaten Versicherungsunternehmen, die Begutachtung erfolgt dort durch Gutachter des Medizinischen Dienstes MEDICPROOF.

Fragen zur Pflegeversicherung werden auch am Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit beantwortet: Tel. 030 3406066-02

Das Begutachtungsverfahren

Insgesamt gibt es fünf Pflegegrade, in denen unterschiedliche Leistungen gewährt werden. Zur Bestimmung des Pflegegrades betrachtet der Gutachter sechs verschiedene Lebensbereiche. Für jeden Lebensbereich vergibt der Gutachter je nachdem, wie viel Unterstützung im Alltag benötigt wird, eine Anzahl von Punkten. Diese Punkte fließen mit unterschiedlicher Gewichtung in die Gesamtbewertung ein. Der Bereich Selbstversorgung erhält z. B. eine höhere Gewichtung als der Bereich Mobilität. Am Ende ergibt sich ein Gesamtpunktwert, nach dem sich der Pflegegrad bestimmt. →

INFORMATION

Wenn Sie den Bescheid der Pflegekasse nicht akzeptieren wollen, können Sie in einem für Sie kostenlosen Widerspruchsverfahren eine erneute Überprüfung durch die Pflegekasse veranlassen.

Leistungen der Pflegeversicherung in der Übersicht

Leistungen	Pflegegrad				
	1	2	3	4	5
Monatliche Leistungen:					
Pflegegeld für selbstbeschaffte Pflegepersonen (Angehörige, Freunde, etc.)	0 €	316 €	545 €	728 €	901 €
Pflegesachleistungen (Höchstbetrag für Leistungen eines Pflegedienstes)	0 €	689 €	1.298 €	1.612 €	1.995 €
Entlastungsbetrag ambulant	125 €	125 €	125 €	125 €	125 €
Pflegehilfsmittel (Verbrauchs-Hilfsmittel, wie z. B. Inkontinenzvorlagen, Wundauflagen, Spritzen etc.)	40 €	40 €	40 €	40 €	40 €
Tages- und/oder Nachtpflege (Höchstbetrag für pflegebedingte Kosten)	0 €	689 €	1.298 €	1.612 €	1.995 €
Stationäre Pflege (Pflegebedingte Kosten in einem Pflegeheim)	125 €	770 €	1.262 €	1.775 €	2.005 €
Jährliche Leistungen:					
Verhinderungspflege	0 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €
Kurzzeitpflege	0 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €

1. Leistungen im häuslichen Bereich

Pflegegeld

Pflegebedürftige, die privat von Angehörigen oder Freunden – also nicht von einem professionellen Pflegedienst – gepflegt werden, erhalten Pflegegeld. Die Höhe des monatlichen Pflegegeldes richtet sich nach dem Pflegegrad. Die Beträge können Sie der oben stehenden Tabelle entnehmen.

Pflegesachleistungen

Wer pflegebedürftig ist und weiterhin zu Hause lebt, kann für die Pflege einen anerkannten Pflegedienst engagieren und erhält dann die sogenannte „Pflegesachleistung“. Das heißt, der Pflegedienst rechnet seine Einsätze bis zu bestimmten Höchstsätzen direkt mit der Pflegeversicherung ab. Die Höchstsätze in

den jeweiligen Pflegegraden können Sie der Tabelle oben entnehmen. Pflegesachleistungen und Pflegegeld können auch in unterschiedlicher Form miteinander kombiniert werden. Informationen hierzu erhalten Sie von Ihrer Pflegekasse.

Einheitlicher Entlastungsbetrag ambulant

Pflegebedürftige in häuslicher Pflege haben Anspruch auf einen Entlastungsbetrag in Höhe von 125 Euro im Monat. Dieser kann z. B. eingesetzt werden, wenn ein anerkannter Dienst vorliest oder mit spazieren geht. Auch kann er für die Tages- oder Kurzzeitpflege sowie für Betreuungsangebote verschiedener Dienste (Angebote zur Unterstützung im Alltag) genutzt werden. Pflegebedürftige in PG 1

können den Betrag auch für die Grundpflege durch anerkannte Pflegedienste nutzen. Der Entlastungsbetrag ist zweckgebunden und es werden nur tatsächliche Aufwendungen erstattet.

Maßnahmen zur Wohnumfeldverbesserung

Wer pflegebedürftig ist und weiterhin zu Hause leben möchte, ist oft gezwungen, seine Wohnung der neuen Situation anzupassen. Dann können beispielsweise breitere Türen für das Durchkommen mit dem Rollstuhl notwendig werden. Oft ist auch die Badewanne für Menschen mit Bewegungseinschränkungen nicht mehr zu nutzen, sodass der Einbau einer behindertengerechten Dusche notwendig ist. Für diese „Wohnumfeldverbesserungen“ gewährt die Pflegekasse – auf Antrag – einen Zuschuss von bis zu 4.000 Euro. Leben mehrere Pflegebedürftige in einem gemeinsamen Haushalt (z. B. in einer Wohngruppe) können bis zu 4.000 Euro pro Person gewährt werden, insgesamt jedoch maximal 16.000 Euro.

Voraussetzung für den Erhalt des Zuschusses ist, dass die Einstufung in einen Pflegegrad (1 bis 5) vorliegt. Außerdem muss der Umbau die Pflege ermöglichen oder erheblich erleichtern oder eine möglichst selbständige Lebensführung wiederherstellen.

Pflegehilfsmittel

Kosten für Pflegehilfsmittel werden von der Pflegeversicherung übernommen, wenn keine Leistungspflicht der Krankenkasse besteht. Für technische Hilfsmittel ist ein Eigenanteil von 10%, maximal jedoch 25 Euro zu tragen. Größere technische Pflegehilfsmittel werden häufig leihweise überlassen, sodass eine Zuzahlung entfällt. Die Kosten für zum Verbrauch bestimmte Hilfsmittel (Desinfektionsspray, Einmalhandschuhe, usw.) werden bis zu 40 Euro im Monat von der Pflegekasse erstattet. Kosten für ärztlich verordnete Rollstühle oder Gehhilfen werden von den Krankenkassen getragen.

Ambulant betreute Wohngruppen

Pflegebedürftige, die in einer ambulant betreuten Wohngruppe leben, haben unter bestimmten Voraussetzungen zusätzlich zu den anderen Leistungen

Anspruch auf einen monatlichen Wohngruppenzuschlag in Höhe von 214 Euro. Damit kann eine Person finanziert werden, die zum Beispiel organisatorische, betreuende oder hauswirtschaftliche Tätigkeiten übernimmt. Mit der Pauschale können auch mehrere verschiedene Hilfeleistungen durch unterschiedliche Personen finanziert werden.

Die Pauschale können Sie unter den folgenden Voraussetzungen erhalten:

- Mindestens drei der Bewohner sind pflegebedürftig (Pflegegrad 1–5) und beziehen Pflegegeld und/oder Pflegesachleistungen
- Die Mitglieder der Wohngemeinschaft leben in einer gemeinsamen Wohnung, in der sie ihre pflegerische Versorgung gemeinschaftlich organisieren
- Die Wohngemeinschaft besteht aus höchstens zwölf Mitgliedern
- Der Umfang der pflegerischen Versorgung entspricht nicht dem einer vollstationären Versorgung

Für die Gründung von ambulant betreuten Wohngruppen sieht die Pflegeversicherung eine Anschubfinanzierung vor. Der einmalige Höchstbetrag beträgt 2.500 Euro pro pflegebedürftige Person (Pflegegrad 1 bis 5), maximal jedoch 10.000 Euro pro Wohngruppe.

Verhinderungspflege

Wenn die private Pflegeperson vorübergehend ausfällt, weil sie verreist oder krank ist, haben Pflegebedürftige Anspruch auf Leistungen der Verhinderungspflege. Das heißt, bei Verhinderung der Pflegeperson kann mit den Leistungen der Verhinderungspflege eine Vertretung für die häusliche Pflege finanziert werden. Verhinderungspflege kann auch stundenweise in Anspruch genommen werden. Dies kann ein Verwandter, ein Nachbar oder auch ein ambulanter Pflegedienst übernehmen.

Die Pflegeversicherung übernimmt Kosten der Verhinderungspflege bis zur Höhe von 1.612 Euro für maximal sechs Wochen im Kalenderjahr. →

Wird die Verhinderungspflege von einem nahen Angehörigen (bis zum 2. Grad) übernommen, ist der Leistungsbetrag auf die Höhe des Pflegegeldes in dem jeweiligen Pflegegrad beschränkt. Außerdem kann bis zu 50 % der nicht verbrauchten Leistungen der Kurzzeitpflege für die Verhinderungspflege verwendet werden. Für die Dauer der Verhinderungspflege

wird die Hälfte des bisher bezogenen Pflegegeldes für bis zu 6 Wochen fortgewährt.

Der Anspruch auf Verhinderungspflege besteht ab dem Pflegegrad 2. Voraussetzung ist, dass der Pflegebedürftige zuvor sechs Monate von einer privaten Pflegeperson betreut wurde.

2. Leistungen im teilstationären Bereich

Tages- und/oder Nachtpflege

Hierunter versteht man die zeitweise Betreuung im Tagesverlauf in einer zugelassenen Pflegeeinrichtung, z. B. wenn Angehörige die Pflege wegen eigener Berufstätigkeit tagsüber nicht durchführen können.

Leistungen der Tages- und/oder Nachtpflege können von Personen in den Pflegegraden 2 bis 5 beansprucht werden. Personen im Pflegegrad 1 können ihren Entlastungsbetrag hierfür einsetzen. Die Leistungsbeträge für die Tages- und/oder Nachtpflege können Sie der Tabelle auf Seite 44 entnehmen.

Kurzzeitpflege

Viele Pflegebedürftige sind nur für eine begrenzte Zeit auf eine vollstationäre Pflege angewiesen, z. B. in besonderen Krisensituationen in der häuslichen

Pflege (z. B. Krankheit der Pflegeperson) oder nach einem eigenen Krankenhausaufenthalt. Hierfür sind die Leistungen der Kurzzeitpflege vorgesehen. Die Pflegeversicherung übernimmt Kosten der Kurzzeitpflege für längstens acht Wochen im Kalenderjahr bis zur Höhe von 1.612 Euro. Dies gilt für Personen in den Pflegegraden 2 bis 5. Nicht verbrauchte Leistungen der Verhinderungspflege (siehe Seite 45) können zu 100 Prozent für die Kurzzeitpflege verwendet werden.

Dadurch kann der Betrag für Kurzzeitpflege maximal verdoppelt werden. Während der Kurzzeitpflege wird die Hälfte des bisherigen Pflegegeldes für maximal 8 Wochen weitergezahlt. Personen im Pflegegrad 1 können den Entlastungsbetrag in Höhe von monatlich 125 Euro einsetzen, um Leistungen der Kurzzeitpflege in Anspruch zu nehmen.

INFORMATION

Übergangspflege für Personen ohne Pflegegrad

Es gibt Fälle, in denen Menschen vorübergehend Pflege benötigen, ohne dass eine Pflegebedürftigkeit im Sinne der Pflegeversicherung vorliegt, z. B. nach einer Operation oder aufgrund einer akuten schwerwiegenden Erkrankung. Versicherte haben für bis zu vier Wochen Anspruch auf Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung im

Rahmen der häuslichen Krankenpflege sowie auf eine Haushaltshilfe. Reichen diese Leistungen nicht aus, besteht Anspruch auf Aufnahme in eine Kurzzeit-Pflegeeinrichtung für maximal acht Wochen im Kalenderjahr. Hierfür übernimmt die **Krankenkasse** pflegebedingte Kosten in Höhe von bis zu 1.612 Euro im Jahr.

3. Leistungen im stationären Bereich

Mit Leistungen der vollstationären Pflege werden Pflegebedürftige, die in einem Pflegeheim leben, unterstützt. Je nach Pflegegrad (2 bis 5) werden pflegebedingte Kosten bis zu einer bestimmten Höhe übernommen. Die Beträge für die stationäre Pflege können Sie der Tabelle auf Seite 44 entnehmen. Personen mit dem Pflegegrad 1 erhalten lediglich einen Zuschuss von monatlich 125 Euro.

Darüber hinaus ist ein einrichtungseinheitlicher Eigenanteil für Pflegebedürftige der Pflegegrade zwei bis fünf festgeschrieben. Das heißt: im Falle einer Einstufung in einen höheren Pflegegrad steigt der Eigenanteil nicht weiter an und es gibt in ein und

derselben Einrichtung keinen Unterschied bei den pflegebedingten Eigenanteilen der Bewohner mit den Pflegegraden zwei bis fünf.

INFORMATION

Dies betrifft die Kosten für die pflegerischen Leistungen. Die Kosten für Unterkunft, Verpflegung sowie eventuell anfallende Investitionskosten sind von dem Heimbewohner immer selbst zutragen.

4. Leistungen für Angehörige und ehrenamtlich Pflegende

Soziale Absicherung

Pflegepersonen schränken ihre eigene Berufstätigkeit oft ein oder geben sie sogar auf. Das mindert nicht nur die gesetzliche Rente, sondern benachteiligt sie auch in der Arbeitslosenversicherung.

Die Pflegeversicherung unterstützt ehrenamtliche Pflegepersonen (Angehörige, Freunde oder andere Personen, die nicht erwerbsmäßig pflegen) und zahlt unter bestimmten Voraussetzungen Beiträge in die Rentenversicherung und in die Arbeitslosenversicherung ein. Die Höhe der Beiträge richtet sich nach dem Pflegegrad des Pflegebedürftigen und nach den wöchentlichen Pflegestunden.

Private Pflegepersonen genießen außerdem den Schutz der gesetzlichen Unfallversicherung. Weitere Informationen erhalten Sie von Ihrer Pflegekasse.

Pflegekurse

Um eine bedarfsgerechte Pflege zu ermöglichen, übernimmt die Pflegekasse Kosten von anerkannten

Pflegekursen für Angehörige und ehrenamtliche Pflegepersonen. Die Kurse werden von den Pflegekassen selbst oder von anderen geeigneten Einrichtungen, wie z. B. den Wohlfahrtsverbänden oder den Volkshochschulen durchgeführt.



Vollmachten und Verfügungen



© momius | stock.adobe.com

Jeder Mensch kann durch Unfall, Krankheit oder andere Ereignisse in eine Situation geraten, in der ein eigenverantwortliches Handeln und sinnvolle Entscheidungen nicht mehr möglich sind. Oftmals sind es auch die Beschwerden des Alters, die selbstverantwortliches Handeln nicht mehr zulassen. Mit entsprechenden Vollmachten und Verfügungen kann man aber Vorsorge treffen.

Die Vorsorgevollmacht

Mit einer Vorsorgevollmacht sorgen Sie für den Fall einer zukünftigen Hilfebedürftigkeit vor und vermeiden so eine gegebenenfalls notwendige gesetzliche Betreuung. Sie können mit einer Vorsorgevollmacht einer von Ihnen selbst ausgewählten Vertrauensperson für die von Ihnen festgelegten Bereiche des täglichen Lebens die Vertretungsvollmacht erteilen. Diese Vollmacht kann sich auf alle Lebensbereiche erstrecken.

Sobald Sie die Vollmacht unterzeichnet haben, ist diese gültig und kann von der Person der Sie die Vollmacht erteilt haben, genutzt werden, es sei denn, Sie

haben Einschränkungen verfügt. Soll die Vollmacht auch zum Erwerb oder der Veräußerung von Grundbesitz erteilt werden, ist eine notarielle Beurkundung erforderlich.

Die Betreuungsverfügung

Sollten Sie niemanden kennen, dem Sie eine Vollmacht erteilen können oder gute Gründe haben, eine gerichtliche Kontrolle vorzuziehen, dann verfassen Sie eine Betreuungsverfügung. Damit können Sie Vorsorge für den Fall einer eintretenden Betreuungsbedürftigkeit treffen. Mit einer Betreuungsverfügung nehmen Sie Einfluss auf die Auswahl der betreuenden Person und die Führung der Betreu-

ung. Nehmen Sie in die Betreuungsverfügung alles auf, was von einer eventuell zukünftig bestellten Betreuung beachtet werden soll. Dies können beispielsweise Ihre Lebensgewohnheiten, den Umgang mit Haustieren, die Auswahl der Wohneinrichtung und vieles mehr betreffen.

Die Patientenverfügung

Mit einer Patientenverfügung können Sie im Voraus festlegen, ob und wie Sie ärztlich behandelt werden wollen, wenn Sie nicht mehr in der Lage sind, Ihren Willen selbst zu äußern. Die Patientenverfügung muss schriftlich abgefasst werden. Sie gilt unabhängig von Art und Stadium einer Erkrankung des Verfassers.

Die Entscheidung über ärztliche Maßnahmen wird im Fall Ihrer Entscheidungsunfähigkeit im Dialog zwischen Arzt und Bevollmächtigten/Betreuer getroffen. Niemand kann gezwungen werden, eine Patientenverfügung zu fertigen. Eine Patientenverfügung kann jederzeit formlos widerrufen werden. Es ist Aufgabe des Vorsorgebevollmächtigten, dem in der Patientenverfügung ausgedrückten Willen Geltung zu verschaffen.

Deshalb sollte eine Patientenverfügung immer mit einer Vorsorgevollmacht kombiniert werden; andernfalls entscheidet ein gerichtlich bestellter Betreuer.

Zentrales Vorsorgeregister

Was nützen Vorsorgevollmacht und Patientenverfügung, wenn sie im Fall des Falles nicht gefunden werden? Durch das Zentrale Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer können Vorsorgekunden im Betreuungsfall gefunden werden: Einfach, schnell, sicher.

Sie können Ihre Vollmacht oder Betreuungsverfügung einschließlich der Patientenverfügung bei dem Zentralen Vorsorgeregister der Bundesnotarkammer gegen Gebühr eintragen lassen. Weitere Informationen und entsprechende Antragsformulare erhalten Sie von der Bundesnotarkammer.

Bundesnotarkammer
– Zentrales Vorsorgeregister –
 Postfach 080151
 10001 Berlin
 Tel. 0800 3550500 (gebührenfrei)
www.vorsorgeregister.de

Dr. Fuchs, Neubauer & Greiner

Rechtsanwälte & Notare

PETER NEUBAUER

Rechtsanwalt und Notar

ALEXANDER GREINER

Rechtsanwalt und Notar, Fachanwalt für Verkehrsrecht

DR. JÖRG NEUBAUER

Rechtsanwalt, LL.M. (UCLA)

FRANK GÖTHE

Rechtsanwalt

63128 Dietzenbach | Babenhäuser Str. 30 | Tel. 06074/40089-0 | Fax 06074/40089-20
kanzlei@fuchs-neubauer.de | www.fuchs-neubauer.de

Die Nachlassregelung



© Gerhard Seybert | stock.adobe.com

An die letzten Dinge möchten viele zu Lebzeiten noch nicht denken – mit fatalen Konsequenzen: Nicht nur bei einem plötzlichen Tod stehen die Hinterbliebenen häufig vor dem Rätsel, was mit dem Erbe zu geschehen hat. Frühzeitige Regelungen könnten Verwirrungen und Streitigkeiten verhindern, wenn sie den gesetzlichen Regelungen genügen.

Obwohl das Erbrecht, das im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) geregelt ist, für den Laien kompliziert erscheint, gibt es ein paar einfache Grundsätze. So erben Kinder und Ehepartner immer, denn sie haben Pflichtteilsansprüche. Auch der testamentarische Alleinerbe muss diesen Pflichten nachkommen.

Eine häufig gestellte Frage: Wie hat ein Testament auszusehen, damit es Gültigkeit erlangt?

Zunächst gibt es das privatschriftliche oder handschriftliche Testament. Es muss tatsächlich vom Erblasser persönlich und handschriftlich verfasst und unterzeichnet sein. Der Wille muss klar und unmissverständlich ausgedrückt werden.

Wichtig ist die Nennung der Erben und die Verteilung des Erbes. Auch Ort und Zeitpunkt des Verfassens sollten enthalten sein, für die Gültigkeit ist dies jedoch nicht zwingend notwendig. Damit könnten bei Vorliegen mehrerer Testamente aber Missverständnisse vermieden werden. Laut Stiftung Warentest

sind über 90% aller handschriftlichen Testamente fehlerhaft. Zahlreiche Irrtümer im Erbrecht sind Ursache für die fehlerhaften Testamente.

Mehrere Möglichkeiten der Gestaltung

Ehepaare können in einem sogenannten gemeinschaftlichen Testament ihren letzten Willen handschriftlich bekunden, auch hier sind die Unterschriften der Erblasser erforderlich. Die Alternative ist ein von einem Notar beurkundetes Testament oder aber ein Erbvertrag. Grundsätzlich lässt sich das Testament jederzeit aufheben oder erneuern und abändern. Ist aber ein gemeinschaftliches Testament mit dem Ehepartner errichtet worden, kann man sich nur eingeschränkt davon lösen. Noch mehr Bindungswirkung entfaltet der Erbvertrag. Hier können auch die gesetzlichen Erben mit einbezogen werden, die eventuell auf ihre Erbteile oder sogar auf ihre Pflichtteile ganz oder teilweise wirksam verzichten.

Anwaltliche Beratung

Bei der Gestaltung eines entsprechenden Testaments sollte auf jeden Fall Rat und Mitwirkung eines sachkundigen Rechtsanwaltes in Anspruch genommen werden. Die in diesem Zusammenhang anfallenden Kosten sind immer sinnvoll investiert, da auf diese Weise kostenträchtige und unerfreuliche Erbstreitigkeiten vermieden werden.

Inserentenverzeichnis

Inserent	Seite	Inserent	Seite
Artex Baudekoration	9	H-H Hessischer Hausmeisterservice GmbH.....	2
ASB Landesverband Hessen e.V.....	33	Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.....	37
AWO Kreis Offenbach gGmbH.....	33	Kreisverkehrsgesellschaft Offenbach mbH	9
Caritasverband Offenbach/Main e.V.	37	Martins-Apotheke Dietzenbach	29
DOREAFamilie Dietzenbach	39	Pflegedienst Promed Assista	37
Dr. Fuchs, Neubauer und Greiner	47	Ratsstube Dietzenbach	15
Elektro Lehr GmbH	9	Rhein-Main Verkehrsverbund GmbH.....	2
firsthand CARE GmbH & Co. KG.....	25		
Friedwald GmbH.....	51	Wir bedanken uns bei allen Inserenten, die mit ihrer Anzeigenschaltung die Herausgabe dieser Broschüre ermöglicht haben.	
Graue Edition GmbH.....	2	Kreisstadt Dietzenbach und Verlag & Marketing	



Vorsorge für den Todesfall

In unserer heutigen Gesellschaft ist der Tod oft ein Tabuthema. Über das Sterben und die nachfolgende Bestattung spricht man sehr selten. Man verdrängt und verleugnet jeden Gedanken daran. Darum sind Angehörige oft überfordert mit dem Tod eines geliebten Menschen umzugehen. Dennoch kann es ratsam sein, einmal über dieses unvermeidliche Thema der eigenen Bestattung nachzudenken. Darüber wie Sie Vorsorge treffen können, die letzten Dinge zu regeln. Damit Sie einmal so Abschied nehmen, wie es Ihren eigenen Vorstellungen entspricht und wie Sie Ihrer Familie die seelischen und finanziellen Nöte nehmen können, die ein solcher Abschied oft mit sich bringt.

Vorsorge heißt hier:

- Verantwortung in eigener Sache übernehmen,
- Notwendiges zu regeln,
- Angehörige zu entlasten.

Sicher muss man sich mit diesen Fragen alleine beschäftigen und auseinandersetzen, man kann aber auch Beratung und Hilfe bekommen.

Der Bestattungsvorsorgevertrag

Immer mehr Bestattungsunternehmen bieten eine individuelle Beratung und wenn erwünscht einen Vorsorgevertrag an. In einem solchen Vertrag werden alle Einzelheiten vom Ablauf über Umfang bis hin zu den persönlichen Wünschen für das eigene Begräbnis (Begräbnisverfügung) festgehalten. Sie haben dabei die Sicherheit, dass alle besprochenen Angelegenheiten im Sterbefall so ausgeführt werden, wie Sie dies gewünscht haben.

Die einzelnen Kosten für Sarg, Trauerrede, Musik, Blumenschmuck, Grabstätte und ähnliches werden festgelegt. Preiserhöhungen, die sich während der Vertragslaufzeit eventuell ergeben, werden mitgeteilt und sachlich begründet. Da die Leistungen von Bestattungsvorsorgeverträgen erst zu einem

unbestimmten Zeitpunkt erbracht werden, müssen diese nicht im Voraus bezahlt werden. Sicherer ist es jedoch, die veranschlagten Kosten aus dem restlichen Vermögen herauszulösen und auf einem Treuhandkonto zu hinterlegen.

Ausführliche Informationen über Bestattungsvorsorgeverträge erhalten Sie von einem Bestattungsunternehmen Ihrer Wahl oder auch vom Bundesverband Deutscher Bestatter e.V.

Bundesverband Deutscher Bestatter e.V.

Postfach 10 23 34
40014 Düsseldorf
Tel. 0211 16008-10
www.bestatter.de
www.vorsorge-heute.de

Grabpflege – Dauergrabpflege

Viele Menschen, die sich für eine Erdbestattung entschieden haben, machen sich Gedanken über die Pflege ihrer Grabstätte, deren Ruhezeit üblicherweise 25 Jahre beträgt. Dauergrabpflege ist ein zeitgemäßes Serviceangebot, dessen Nutzung aus vielerlei Gründen sinnvoll sein kann. Wenn Sie alleine leben oder Ihre Kinder weit entfernt wohnen, können Sie auch bereits zu Lebzeiten Vorsorge treffen. Sie können mit einer Gärtnerei die Grabpflege vertraglich regeln. Für ein entsprechendes Angebot bzw. weitere Informationen wenden Sie sich an einen für den jeweiligen Friedhof zuständigen Friedhofsgärtner oder an die Treuhandstelle für Dauergrabpflege Hessen-Thüringen.

Treuhandstelle für Dauergrabpflege Hessen-Thüringen GmbH

An der Festenburg 33
60389 Frankfurt/Main
Tel. 069 904787-0
www.grabpflege-hessen-thueringen.de

Wichtige Rufnummern

Notruf der Polizei 110
 Polizeistation Dietzenbach 06074 837-0
 Feuerwehr, Rettungsdienst, Notarzt 112
 Ärztlicher Bereitschaftsdienst 116 117
 Zahnärztlicher Notdienst 0180 5 607011
 Giftnotruf 06131 19240
 Apothekennotdienst 0800 0022833
 Sperr-Rufnummer (EC-, Kreditkarten) 116116
 Telefonseelsorge 116123
 oder 0800 1110111
 oder 0800 1110222
 Silbertelefon
 (für einsame ältere Menschen) 0800 4708090

Hausarztpraxis
 Zahnarztpraxis
 Pflegedienst



Ihr Testament ermöglicht Großes

Großwerden ohne Armut zum Beispiel.
 Schenken Sie Kindern eine gerechte Zukunft.

Sprechen Sie uns an:
 Milena Feingold
 030 30 86 93-12 | feingold@dkhw.de
www.dkhw.de/gutes-hinterlassen



Deutsches
Kinderhilfswerk



WALD IST NÄHE.

Mehr über den FriedWald Dietzenbach erfahren.

Sie wollen sich über FriedWald und die Bestattung in der Natur informieren? Dann bestellen Sie kostenlos unser Informationsmaterial ganz bequem zu sich nach Hause. Hier erfahren Sie alles rund um Baumbestattung, Vorsorge und Beisetzungsmöglichkeiten.

Jetzt bestellen: **Tel. 06155 848-100** oder auf **www.friedwald.de**.

Informationen zum FriedWald Dietzenbach unter **www.friedwald.de/dietzenbach**.

Wichtige Adressen und Internetlinks

Bundesarbeitsgemeinschaft der freien Wohlfahrtspflege (BAGFW) e.V.
Oranienburger Str. 13 – 14
10178 Berlin
Tel. 030 24089-0
www.bagfw.de

Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen (BAGSO) e.V.
Noeggerathstr. 49
53111 Bonn
Tel. 0228 249993
www.bagso.de

Bundesinteressenvertretung für alte und pflegebetroffene Menschen e.V. (BIVA)
Siebenmorgenweg 6 – 8
53229 Bonn
Tel. 0228 909048-0
www.biva.de
Beratungstelefon: 0228 909048-44

Bundesministerium der Justiz und für Verbraucherschutz
Mohrenstr. 37
10117 Berlin
Tel. 030 18580-0
www.bmju.de

Auf der Internetseite des Ministeriums finden Sie Broschüren zu den Themen Betreuungsrecht, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung und Erbrecht. Die Publikationen können direkt heruntergeladen oder bestellt werden.

Bundesministerium für Arbeit und Soziales (BMAS)
Wilhelmstr. 49, 10117 Berlin
www.bmas.de
Bürgertelefone des Bundesministeriums:
Thema Rente: Tel. 030 221911001
Thema Behinderung: Tel. 030 221911006

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen und Jugend
Glinkastr. 24
10117 Berlin
Tel. 030 18555-0
www.bmfsj.de

Internetseiten des Ministeriums:
www.wege-zur-pflege.de
www.serviceportal-zuhause-im-alter.de
www.wegweiser-demenz.de
www.mehrgenerationenhaeuser.de

Bundesministerium für Gesundheit (BMG)

1. Dienstsitz:
Rochusstr. 1, 53123 Bonn
2. Dienstsitz:
Friedrichstr. 108, 10117 Berlin
Tel. 030 18441-0
www.bmg.bund.de/pflege
www.pflegenetzwerk-deutschland.de

Deutsche Alzheimer Gesellschaft e.V. Selbsthilfe Demenz
Friedrichstr. 236, 10969 Berlin
Tel. 030 2593795-0
Alzheimertelefon: Tel. 030 2593795-14
www.deutsche-alzheimer.de

Hessisches Ministerium für Soziales und Integration
Sonnenberger Str. 2/2a
65193 Wiesbaden
Tel. 0611 3219-0
www.soziales.hessen.de

Kuratorium Deutsche Altershilfe – Wilhelmine-Lübke-Stiftung e.V.
Michaelkirchstr. 17 – 18
10179 Berlin
Tel. 030 2218298-0
www.kda.de

Landesseniorenvertretung Hessen

Feuerbachstr. 33

65195 Wiesbaden

Tel. 0611 9887-119

www.landesseniorenvertretung.hessen.de

Die Landesseniorenvertretung Hessen hat zum Thema Vorsorge eine „Wichtigmappe“ erstellt, die man direkt herunterladen oder per Post bestellen kann.

Sozialverband VdK Deutschland e.V.

Wurzerstr. 4a

53175 Bonn

Tel. 0228 82093-0

www.vdk.de**Sozialverband Deutschland (SoVD) e.V.**

Stralauer Str. 63

10179 Berlin

Tel. 030 726222-0

www.sovd.de**Beratungstelefon Pflege in Not**

Beratungs- und Beschwerdestelle bei Konflikt und Gewalt in der Pflege älterer Menschen.

Tel. 030 69598989

www.pflege-in-not.de**Unabhängige Patientenberatung****Deutschland gGmbH (UPD)**

Die Unabhängige Patientenberatung Deutschland (UPD) ist eine gemeinnützige Einrichtung, die zu gesundheitlichen sowie gesundheits- und sozialrechtlichen Fragen berät und informiert. Ziel ist es, die Patientenorientierung im Gesundheitswesen zu stärken und Problemlagen aufzudecken. Angeboten wird eine umfassende, neutrale und wissenschaftlich fundierte Beratung in den Bereichen Medizin und Gesundheitsrecht.

UPD Beratungsstelle Frankfurt

An der Welle 4

60322 Frankfurt am Main

Terminvereinbarung: Tel. 0800 0117725

www.patientenberatung.de

Beratungstelefon: 0800 0117722

(Mo. bis Fr. 8–20 Uhr)

Pflegedienstsuche / Pflegeheimsuche

Auf den folgenden Internetseiten können Sie gezielt nach Pflegediensten und Pflegeheimen suchen:

www.pflege-navigator.debkk-pflegefinder.dewww.pflegelotse.deder-pflegekompass.de**IMPRESSUM****Verlag:**

Verlag & Marketing

Rieslingstr. 6, 75031 Eppingen

Tel. 07138 6903097, Fax 6903099

www.vundm.com

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Städtischen Seniorenarbeit der Kreisstadt Dietzenbach.

Trotz sorgfältiger Recherche und inhaltlicher Kontrolle können wir keine Haftung für die Vollständigkeit und Richtigkeit aller Angaben übernehmen. Mitteilungen über Ergänzungen und Änderungen richten Sie bitte an den Verlag.

© 2020 Verlag & Marketing | Nachdruck – auch auszugsweise – nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages gestattet.

Nie zu alt für Neues!

Sie wollen etwas Neues lernen, Altes auffrischen
oder eigenes Wissen weitergeben?

Auf wissensdurstig.de finden Sie

- ▶ Veranstaltungen für Ältere in Ihrer Nähe
- ▶ Materialien und Literatur für Kursleitende
- ▶ Gute Beispiele aus der Praxis



BAGSO – Bundesarbeitsgemeinschaft der Seniorenorganisationen e.V.
Servicestelle „Digitalisierung und Bildung für ältere Menschen“

Telefon: 0228 / 24 99 93 34
E-Mail: info@wissensdurstig.de
www.wissensdurstig.de
www.bagso.de



Gefördert vom:



Bundesministerium
für Familie, Senioren, Frauen
und Jugend