



LANDKREIS STADE
Stärke · Vielfalt · Zukunft

Leben im Alter

am liebsten im Landkreis Stade

INFORMATIONEN UND TIPPS RUND UMS ÄLTERWERDEN



Ihre Zukunft findet Zuhause statt!

Sie bestimmen, wie Sie
älter werden wollen.



Leben Sie im Alter wie gewohnt - mit Lösungen, die
Ihr eigenes Zuhause komfortabel machen können.

Wie sehr sich Älterwerden auf den Alltag auswirkt, ist bei jedem Menschen unterschiedlich. Sicher ist, dass die ganz „normalen“ Dinge, wie das Öffnen der Haustür, die Erreichbarkeit der oberen Küchenschränke oder das Betreten der Dusche, schwieriger werden. Trotzdem ist es wünschenswert in den eigenen vier Wänden eigenständig zu leben, ohne auf permanente Hilfe angewiesen zu sein.

Um Sie beim Älterwerden im eigenen Zuhause zu unterstützen, haben wir in Wiepenkathen eine Ausstellung mit vielen wertvollen Alltagshilfen eingerichtet. Hier beraten wir Sie unabhängig und individuell.

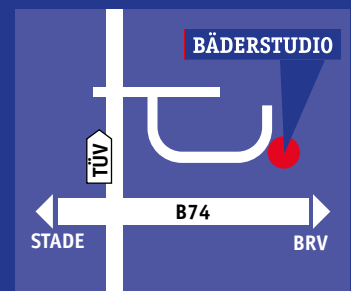
- Schlüssellose Türsysteme
 - Barrierefreie Bäder
 - Höhenverstellbare Küchenmöbel
 - Griff- und Haltesysteme
- ...und Vieles mehr auf 800 qm!

Beratungstermin:
Tel. 04141 · 80 34 50

EISEN TRABANDT

www.zukunftsbad.de

Unsere Öffnungszeiten:
Mo – Fr 9.00 - 13.00 Uhr
14.00 - 17.00 Uhr
Sa 9.00 - 12.30 Uhr



Bäderstudio | Ohle Ring 17 | 21684 Stade-Wiepenkathen | Tel. 0 41 41 · 80 34 50

Ihr Kompetenzzentrum für Wohnen ohne Hindernisse
▶▶ auch im Internet unter www.zukunftsbad.de

Liebe Leserin, lieber Leser,



„Leben im Alter – am liebsten im Landkreis Stade“ lautet der ermutigende Titel des Ratgebers, den Sie gerade in Händen halten. Vielleicht zählen Sie zu den rund 39.000 Menschen, die im Landkreis Stade ihr Rentenalter erleben. 20 Prozent der Bevölkerung zwischen Balje und Buxtehude gehören heute dieser Generation an. Im Jahre 2025, so eine Prognose, wird diese Altersgruppe ein Viertel aller Bürgerinnen und Bürger ausmachen.

Auf den folgenden Seiten stellen wir die beachtliche Vielfalt von Angeboten (erkennbar am Regenbogen-Register) für Seniorinnen und Senioren verschiedener Lebenslagen im Landkreis Stade vor, die Sie oder Ihre Angehörigen in Anspruch nehmen können. Bei vielen Menschen lässt die Kraft im Alter nach, Einsamkeit oder Pflegebedürftigkeit erschweren das Leben. Oder Sie spüren als älterer Mensch so viel Energie in sich, dass Sie in diesem Lebensabschnitt neue Herausforderungen suchen. Sie wollen vielleicht reisen, sich fortbilden oder sich sogar selbst für andere engagieren. Auch dafür sind in diesem Ratgeber zahlreiche Anregungen, Adressen und Ansprechpartner zu finden.

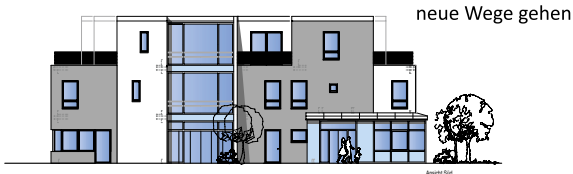
Dieser Ratgeber unterstützt und ergänzt die kompetente Arbeit des Seniorenservicebüros Landkreis Stade, der Einrichtungen in den Kommunen sowie der hiesigen Wohlfahrtsverbände. An diese Anlaufstellen können sich ältere Menschen und ihre Angehörigen wenden, wenn es darum geht, das Leben im Alter zu gestalten und den Alltag zu bewältigen. Scheuen Sie sich nicht, Auskunft, Beratung und Hilfe dieser Ansprechpartner zu nutzen!

Ich danke allen, die zum Ratgeber „Leben im Alter“ ihren Beitrag geleistet haben und insbesondere all den ehrenamtlich und beruflich Engagierten, die jeden Tag das Leben von alten Menschen im Landkreis Stade erleichtern und bereichern.

Michael Roesberg
Landrat

Dieser Ratgeber ist neben aktuellen Informationen zum Leben im Alter auf der Internetseite www.landkreis-stade.de zu finden.

Landwandel



Tagespflege · Wohngemeinschaft · Pflegehotel Pflegedienst · 4 Eigentumswohnungen

Selbstbestimmt leben
Urlaub machen trotz Pflegebedürftigkeit
Soziale Kontakte und eine aktive Gemeinschaft auch
für alleinstehende Senioren

Mit dem Projekt Landwandel werden in Drochtersen
diese Ziele verwirklicht. Wohnen und Leben in
einem Miteinander, das sich zusammensetzt aus
verschiedenen Angeboten und so ein harmonisches
Ganzes bildet. Die Eröffnung des Komplexes erfolgt
im Frühjahr 2015 und wird die Pflegelandschaft
revolutionär verändern.

Für Fragen zu den verschiedenen Bereichen
stehen Ihnen gerne zur Verfügung:

Wohngemeinschaft:

Lindenblatt Immobilien 041 43 - 65 12

Wohnungen:

Lembke Bau GmbH 041 43 - 99 96-0

Pflegehotel, Tagespflege, Pflegedienst

Pflegedienst
Stadt und Land GmbH K. Corleis 041 43 - 91 19 91

Lebensabend in reizvoller Umgebung

Seniorenheim BERGFRIED



Bergfried 17 · 21720 Guderhandviertel
Telefon 041 42 - 81 16-0

Seniorenheim WALDBURG



Stader Straße 84 · 21614 Buxtehude
Telefon 041 61 - 70 40

Seniorenheim KLOSTERFELD



Hauptstraße 2 · 21709 Himmelpforten
Telefon 041 44 - 21 70-0

Harsefeld und Stade



Wir
vermieten und verkaufen
Seniorenwohnungen

mit Betreutem Wohnen

Nutzen Sie unsere langjährige Erfahrung im
Bereich Vermietung, Verkauf und Verwaltung
von Seniorenwohnungen!

IMMOBILIEN GMBH
CONATH
Ihr FairMakler



Herrenstraße 9
21698 Harsefeld
T 041 64 - 89 98-0
F 041 64 - 89 98-10
info@conath.de
www.conath.de

Informieren Sie sich
bei uns
z.B. über die
Aueterrassen Harsefeld
oder WiePark Stade

Die erste Adresse für Ihre Immobilie!



Grußwort 1

1. AKTIV IM ALTER

1.1 Seniorengruppen und Begegnungsstätten 4

1.2 Erwachsenenbildung 4

1.3 Seniorenstudium 5

1.4 Mobilität 7

1.5 Seniorenausflüge, Seniorenreisen . . . 10

1.6 Ehrenamtliches oder freiwilliges Engagement 10

2. BERATUNG UND INFORMATION

2.1 Seniorenbeauftragte 13

2.2 Seniorenvertretung – Seniorenbeirat . 14

2.3 Seniorenberatungsstellen der Wohlfahrtsverbände und sonstiger Vereine . 14

2.4 Beratungsstellen zu unterschiedlichen Problemstellungen 15

2.5 Beratung und Unterstützung für Menschen mit Behinderungen . . . 15

2.6 Rechtliche Beratung 17

2.7 Sicherheit 18

3. GESUNDHEIT

3.1 Sturzprävention 20

3.2 Krankenhausaufenthalt 20

3.3 Psychische Beeinträchtigung im Alter . 21

3.4 Suchthilfe 24

3.5 Selbsthilfegruppen 25

4. BETREUUNGSRECHT UND VORSORGE

4.1 Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung 26

4.2 Betreuung nach dem Betreuungsrecht . 27

4.3 Patientenverfügung 28

4.4 Testament 29

4.5 Bestattungsvorsorge 30

4.6 Dokumentenmappe 30

5. WOHNEN

5.1 Wohnraumanpassung – Lebensqualität zu Hause 31

5.2 Wohnberatung 35

5.3 Seniorengerechte Wohnungen 37

5.4 Betreutes Wohnen für Senioren/ Wohnen mit Service 37

5.5 Neue Wohnformen: Gemeinschaftliches Wohnen und Pflegewohngemeinschaften 39

6. HILFEN FÜR ZU HAUSE

6.1 Ehrenamtliche Besuchsdienste 40

6.2 Hilfen im Haus, Garten oder beim Einkaufen 40

6.3 Warme Mahlzeiten 43

6.4 Hausnotruf 43

6.5 Sterbebegleitung 44

7. FINANZIELLE UNTERSTÜTZUNG

7.1 Rente 45

7.2 Wohngeld und Wohnberechtigungsschein 45

7.3 Sozialhilfe und Grundsicherungsleistungen 46

7.4 Hilfen für Menschen mit Behinderung . 47

7.5 Rundfunkbeitragspflicht 48

8. PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT

8.1 Die Pflegeversicherung 49

8.2 Ambulante Pflegedienste 53

8.3 Teilstationäre Pflege (Tagespflege) . . 53

8.4 Verhinderungs- und Kurzzeitpflege . . 53

8.5 Vollstationäre Pflege 54

8.6 Zusätzliche Betreuungsleistungen bei eingeschränkter Alltagskompetenz . . 55

8.7 Auswahl von Pflegeangeboten 56

8.8 Hilfen für pflegende Angehörige 57

8.9 Vereinbarkeit von Beruf und Pflege . . 58

Wichtige Adressen im Landkreis Stade . . 59

Notfallblatt 60

Wichtige Telefonnummern 63

Stichworte 63

Branchenverzeichnis 64

Impressum 64



Vielleicht haben Sie freie Zeit und Lust andere Menschen kennenzulernen oder es gibt Aktivitäten, die Sie schon längst ausprobieren wollten! Einige Möglichkeiten im Landkreis Stade in Gesellschaft aktiv zu sein, finden Sie in diesem Kapitel:

1

1.1 Seniorengruppen und Begegnungsstätten

In Seniorengruppen und Begegnungsstätten werden verschiedene Aktionen wie Vorträge, Filme, Fahrten, aber auch Sport- und Tanzveranstaltungen angeboten. Sie können aber auch gemütlich bei einer Tasse Kaffee oder Tee zusammensitzen und sich mit anderen unterhalten. Adressen von Seniorenkreisen und -gruppen, Treffpunkten und aktuelle Informationen über Angebote für Seniorinnen und Senioren erhalten Sie:

- im Seniorenservicebüro Landkreis Stade
- bei den Ansprechpartnern für die Seniorenarbeit Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung
- bei den Wohlfahrtsverbänden (Adressen finden Sie im Anhang)
- oder bei Ihrer Kirchengemeinde.

In verschiedenen Kommunen des Landkreises gibt es offene Häuser, die nicht nur Stätten der Begegnung sind, sondern auch Nachbarschaftshilfe und soziale Dienstleistungen vor Ort als Unterstützung im Alltag anbieten.

So kann es Angebote wie Notfallbetreuung für Kinder, Spielkreise, Treffen für Demenzkranke und ihre Angehörigen oder eine Börse für Alltagshilfen geben. Erfragen Sie, welche konkreten Angebote vor Ort für Sie vorhanden sind. So treffen Sie auf nette Leute und interessante Themen.

Vielleicht bekommen Sie bei einem Besuch auch Lust, die meist ehrenamtlich organisierten Angebote mitzugestalten.

Mehrgenerationenhaus Horneburg

Burgmannshof
Lange Str. 38, 21640 Horneburg
Tel.: 04163/868492
mgh@horneburg.de, www.mgh-horneburg.de

Familien-Informations-Zentrum Harsefeld

Künstlerhaus zum Felde
Herrenstr. 25a, 21698 Harsefeld
Tel.: 04164/887119
fiz@harsefeld.de, www.fiz.harsefeld.de

Kehdinger Bürgerhaus

Sietwender Str. 11
Informationen: Gemeinde Drochtersen
Sietwender Str. 27, 21706 Drochtersen
Tel.: 04143/919-100
gemeinde@drochtersen.de, www.drochtersen.de

Begegnungsstätte Hoheluft

Stader Str. 15, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/83539
fg25@stadt.buxtehude.de, www.buxtehude.de

Cafeteria Schöne Zeit

Stader Betreuungsdienste gGmbH
Poststr. 21, 21682 Stade
Tel.: 04141/2076
info@stader-betreuungsdienste.de
www.stader-betreuungsdienste.de

Villa von Issendorf

Christkindplatz 1, 21709 Himmelpforten
Tel.: 04144/4087
info@himmelpforten.de

1.2 Erwachsenenbildung

Haben Sie Lust, Neues zu lernen oder Kenntnisse und Fähigkeiten zu vertiefen? Verschiedene Bildungsträger, aber auch einige Begegnungsstätten bieten ein umfangreiches und vielseitiges Programm.

Es gibt dort auch speziell auf Seniorinnen und Senioren zugeschnittene Angebote, wie

- Gedächtnistraining,
- Gymnastik,
- autogenes Training und Yoga,
- Sprachkurse,
- Computerkurse für Ältere und
- kreative Angebote.

Die Internetseite www.bildungslotse.info bietet einen Überblick über die Bildungsregion. Hier finden Sie nach Städten/Gemeinden und Themen sortiert umfangreiche Informationen rund um alle Bildungsfragen. Für weitere Informationen wenden Sie sich an:

Bildungsbüro Landkreis Stade

Am Sande 2, 21680 Stade

Tel.: 04141/12-171

bildungsregion@landkreis-stade.de

www.bildungslotse.info

Evangelische Familienbildungsstätte Kehdingen/Stade e.V.

Neubourgstr. 5, 21682 Stade

Tel.: 04141/79757-0, Fax: 04141/79757-27

info@fab-stade.de, www.fabi-stade.de

Ländliche Erwachsenenbildung LEB KAG Stade e.V.

Hermann-Löns-Platz 8, 27449 Kutenholz

Tel.: 04762/8129, Fax: 04762/1840438

kag-stade@leb.de, www.leb-kag-stade.de

VHS Buxtehude

Bertha-von-Suttner-Allee 9, 21614 Buxtehude

Tel.: 04161/7434-0, Fax: 04161/7434-34

vhs@stadt.buxtehude.de

www.vhs-buxtehude.de

VHS Stade

Wallstr. 17, 21682 Stade

Tel.: 04141/4099-0, Fax: 04141/4099-25

info@vhs-stade.de, www.vhs-stade.de

Bildungsangebote gibt es darüber hinaus auch von Vereinen (z.B. Sport-, Heimat-, Kulturvereine), Kammern (Industrie- und Handelskammer), Gewerkschaften, privaten Bildungseinrichtungen, kirchlichen Bildungsstätten und anderen Anbietern. Bitte achten Sie auf entsprechende Hinweise in der Tagespresse.

1.3 Seniorenstudium

Durch die Nähe zur Universitätsstadt Hamburg könnte es interessant sein, ein Studium in Hamburg aufzunehmen.

Auch ohne Abitur ist es möglich, sich an der Universität weiterzubilden. In Hamburg gibt es verschiedene Möglichkeiten:

- das Kontaktstudium für ältere Erwachsene (Vorlesungen und Seminare aus allen Fakultäten und spezielles Zusatzangebot für Ältere, fachübergreifend)
- ein Gasthörerstudium (Einschreibung in einem Fachbereich)

Nähere Informationen erhalten Sie bei der:

Arbeitsstelle für wissenschaftliche Weiterbildung der Universität Hamburg (AWW)

Schlüterstr. 51, 20146 Hamburg

Tel.: 040/428832499

info@aww.uni-hamburg.de

www.aww.uni-hamburg.de





Reformhaus

Reformhaus von Glahn

Pferdemarkt 16
21682 Stade
Telefon: 04141/2133
www.reformhaus-von-glahn.de

Wir bringen es auf den Punkt!

P=professionell **u**=unkompliziert **n**=nachhaltig **k**=kompetent **t**=tagtäglich

Ob Joghurt, Milch, Käse, Obst, Gemüse ...

Bei uns erhalten Sie beste Qualität,
am besten Standort in der **Innenstadt**.

Seit
80 Jahren
Ihre
Taxinummer
in Stade



TAXIFUNKGEMEINSCHAFT STADE

(0 41 41) 20 00 • 22 22 • 4 44 00

**Tag u. Nacht zu erreichen • Stadt- u. Fernfahrten
Krankenfahrten • Rollstuhlbeförderungen
Flughafentransfer • Kurier- und Botendienste**

**Harschenflether Weg 13 • 21682 Stade • Fax: (0 41 41) 4 72 24
www.taxi2000-stade.de**

Ein reguläres Studium ist mit Hochschulzugangsberechtigung möglich. Informationen erteilt das CampusCenter der Universität Hamburg unter <http://www.uni-hamburg.de/campuscenter.html>

1.4 Mobilität

Wenn Sie selber nicht (mehr) Auto fahren, stehen Ihnen im Flächenlandkreis Stade verschiedene Mobilitätsangebote zur Verfügung:

Bus und Bahn

Das gesamte Angebot des Bus- und Bahnverkehrs mit allen Fahrplänen und Tarifen finden Sie im Internet auf der Seite der Verkehrsgemeinschaft Nordost-Niedersachsen GbR (www.vnn.de). Hier finden Sie auch die besonderen Freizeitlinien, wie den Moorexpress und den Elbe-Radwanderbus. Über diese Angebote können Sie sich auch in den Tourismusbüros im Landkreis informieren.

Der Landkreis Stade ist Teil des Hamburger Verkehrsverbundes (HVV), was den Fahrgästen beim Tarif und vielen anderen Aspekten Vorteile bringt. Näheres erfahren Sie z.B. in den HVV-Servicestellen und im Internet unter www.hvv.de.



Radwanderbus

© Dennis Williamson

Über die KVG Stade können Gruppenschulungen für Personen organisiert werden, die sich den Umgang mit Fahrkartenautomaten und dem öffentlichen Nahverkehr nicht (mehr) zutrauen.

In einigen Städten und Gemeinden gibt es über den Bus- und Bahnverkehr hinaus noch besondere Beförderungsangebote, die im Folgenden kurz vorgestellt werden:

Anruf-Sammeltaxi

Anruf-Sammeltaxen (AST) ergänzen oder ersetzen den Bus-Linienverkehr. Gefahren wird nach Fahrplan, aber nur bei Bedarf. Etwa 45 Minuten vor dem Fahrtwunsch muss eine telefonische Anmeldung mit Angabe der gewünschten Abfahrtsbushaltestelle bei der AST-Zentrale erfolgen.

Von hier aus werden Sie bis vor die Haustür Ihres jeweiligen Fahrtzieles gebracht, sofern dieses im Verkehrsgebiet des AST-Angebotes liegt. Eventuell benötigte Hilfestellungen oder das Mitführen eines Rollstuhls müssen bei der Anmeldung genannt werden. Den kompletten AST-Fahrplan und weitere Informationen finden Sie unter www.ast-stade.de oder im AST-Fahrplanbuch Stade. Fragen Sie danach an den Ausgabestellen für HVV-Fahrpläne.

Die Anruf-Sammeltaxi-Zentrale ist rund um die Uhr telefonisch unter 01801/334433 zu erreichen.

Bürgerbus

Bürgerbusse werden in verschiedenen Kommunen im Landkreis durch den Einsatz von engagierten Ehrenamtlichen betrieben. Bitte erkundigen Sie sich bei Ihrer örtlichen Gemeinde- oder Stadtverwaltung, ob es einen Bürgerbus gibt und welche Linien gefahren werden.



Volkshochschule
Stade e.V.
Wallstr. 17, 21682 Stade
Tel.: 04141 4099-0
info@vhs-stade.de



Ihr Partner für Weiterbildung

- Mensch und Gesellschaft
- Gesundheitsbildung
- Arbeit und Beruf / EDV
- Kulturelle Bildung
- Sprachen
- Schulabschlüsse

...aus
Freude
am
Lernen!

Seit über 30 Jahren immer für Sie da –
rund um die Uhr!

- Personenbeförderung
- Krankenfahrten
- Dialysefahrten
- Flughafentransfer

... steig ein

TAXI-MAGUNIA

Im Großen Sande 14 – Horneburg

Tel.: 0 41 63 - 25 06 + 64 64

„Seniorenbrochure“ online

Entdecken Sie die Broschüre
„Leben im Alter“ auch online unter

landkreis-stade-senioren.ancos-verlag.de

als multimediales Blättererlebnis zur
umweltfreundlichen Auflagenoptimierung.



anCos



Wohnen im Alter

Der KATHARINENHOF steht seit 1990 für moderne Wohn-, Betreuungs- und Pflegekonzepte. Wir betreiben 20 Pflege-
wohnanlagen und Seniorenresidenzen in vier Bundesländern mit einer Gesamtkapazität von 2.150 Plätzen.

Höchste Qualitätsansprüche, bestens qualifiziertes Personal und ein moderner, auf die Persönlichkeit des Einzelnen ausge-
richteter Pflegeansatz machen uns zu einem Vorreiter der Branche. Und das nicht nur als Dienstleister, sondern auch als
Arbeitgeber: Wir bieten unseren Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern ausgezeichnete Arbeitsbedingungen und Entwicklungs-
möglichkeiten in einem wachstumsorientierten Unternehmen, das seine Werte lebt.

Überzeugen Sie sich selbst vom KATHARINENHOF und besuchen Sie uns! Gerne zeigen wir Ihnen, wie wir gemeinsam
mit unseren Bewohnerinnen und Bewohnern ein Zuhause schaffen, in dem Lebensfreude keine Altersgrenze kennt.



KATHARINENHOF® 

KATHARINENHOF AM SCHWARZEN BERG
Pflegerwohnanlage

Schützenstraße 14, 21682 Stade
Telefon 04141 6600

www.katharinenhof.net

Fahrdienste für Menschen mit Behinderung

Wenn Sie als Rollstuhlfahrerin oder Rollstuhlfahrer im häuslichen Bereich leben und aufgrund Ihrer Behinderung kein öffentliches Verkehrsmittel benutzen können, haben Sie unter bestimmten Voraussetzungen Anspruch auf einen Fahrdienst für behinderte Menschen, sofern Sie einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen aG (außergewöhnliche Gehbehinderung) oder H (Hilflosigkeit) haben.

Erkundigen Sie sich in der Abteilung „Eingliederungshilfe für behinderte Menschen“ im Sozialamt des Landkreises Stade zum Umfang der Leistungsgewährung und nach den Anbietern. Die Anschrift finden Sie im Anhang „Wichtige Adressen im Landkreis Stade“. Finanziert werden diese Fahrten im Rollstuhl möglicherweise auch über eine Verordnung von Ihrem Arzt oder als Selbstzahler.

Mobiler Notruf

Der entspannende Spaziergang im Wald kann im Alter zur Mutprobe werden. „Was, wenn ich falle? Mich findet doch keiner!“ Ganz egal, ob Sie einen Ausflug ins Grüne machen, beim Einkaufen sind oder im Garten arbeiten, es gibt inzwischen verschiedene technische Systeme, mit denen Sie in jeder Situation leicht Hilfe herbeirufen können.

Neben sogenannten „Seniorenhandys“, die auf Knopfdruck nacheinander einprogrammierte Nummern wählen und so Kinder, Nachbarn oder Freunde alarmieren, gibt es auch Anbieter von mobilen Notrufen. Hier sind Sie wie bei einem Hausnotruf jederzeit mit einer Notrufzentrale verbunden.

So kann der mobile Notruf funktionieren: Den Sender in Form eines Mobiltelefons tragen Sie immer bei sich. Wenn Sie den Signalknopf drücken, wird automatisch der Kontakt zur Notrufzentrale hergestellt. Über eine Sprechfunktion können Sie der Zentrale wichtige In-

formationen über Ihre Verfassung und Aufenthaltsort mitteilen.

Sofern als Zusatzleistung die Ortungsfunktion installiert ist, berechnet ein Satellitensystem Ihre Position in Deutschland. Die nächstliegende Notrufzentrale wird benachrichtigt und kann gezielt Hilfe leisten. Bei Bedarf sollten Sie Ihre medizinischen Daten in der Notrufzentrale hinterlegen, so dass die Einsatzkräfte optimal vorbereitet bei Ihnen eintreffen.

Anbieter für den mobilen Notruf im Landkreis Stade:

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.

Regionalverband Bremen-Verden
Julius-Bamberger-Str. 11, 28279 Bremen
Tel.: 0421/536960 oder Servicernr. 0800/0019214
Fax: 0421/5369659
Hausnotruf.bremenverden@johanniter.de
www.johanniter.de

Malteser in Buxtehude

Bebelstr. 38, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/71850, Fax: 04161/718525
www.malteser-buxtehude.de

An vielen Orten im Landkreis gibt es zwischenzeitlich sogenannte Notfallbänke mit einer Nummer. Diese ermöglicht es der Rettungsleitstelle, Sie auch bei Spaziergängen schnell zu finden, wenn Sie die Nummer der Notfallbank durchgeben. Sofern Sie nicht mehr mobil sind und einen Hausnotruf suchen, lesen Sie bitte im Kapitel 6, Hilfen für zu Hause, weiter.



Behindertoiletten

Öffentliche Behindertoiletten, die auch von Rollstuhlfahrern problemlos benutzt werden können, sind in der Regel abgeschlossen und nur mit einem EURO Schlüssel zu öffnen. Um den Schlüssel zu erhalten, müssen die Merkzeichen aG, B, H oder BL oder das Merkzeichen G mit einem Grad der Behinderung von mind. 70% in Ihrem Schwerbehindertenausweis eingetragen sein.

Weitergehende Informationen in Form einer Broschüre mit einer Übersicht der Standorte dieser Toiletten und Schlüssel erhalten Sie bei:

CBF Darmstadt e.V.

Pallaswiesenstr. 123a, 64293 Darmstadt
Tel.: 06151/8122-15 oder -21, Fax: -81
www.cbf-da.de

1.5 Seniorenausflüge, Seniorenreisen

Manchmal tut es gut, den gewohnten Alltag für eine Weile hinter sich zu lassen und einfach einmal wegzufahren. Auch wenn Sie sich nicht mehr richtig „fit“ fühlen oder auf die Hilfe anderer angewiesen sind, müssen Sie hierauf nicht verzichten.



© STADE Tourismus-GmbH/Martin Elsen

Neben Reisebüros und kommerziellen Reiseveranstaltern bieten auch Wohlfahrtsverbände, Kirchengemeinden und andere Anbieter spezielle Gruppenreisen und Tagesausflüge für Seniorinnen und Senioren an. Es gibt Anbieter mit einem umfangreichen Service, der in besonderem Maße auf die Wünsche und Bedürfnisse Älterer abgestimmt ist.

Einige Reisen werden durch Fachpersonal aus dem Bereich der Krankenpflege begleitet, um auch kranken und gebrechlichen Menschen die Gelegenheit zu geben, einmal wieder zu verreisen. Andere Anbieter haben zusätzlich ehrenamtliche Kräfte in der Reisebetreuung oder einen Abholdienst von zu Hause.

Zunehmend gibt es auch sogenannte Pflegehotels, die unabhängig von einem Reiseveranstalter gebucht werden können. Hier werden die Pflegebedürftigen durch Fachpersonal betreut und können so gemeinsam mit ihren Angehörigen Urlaub machen.

1.6 Ehrenamtliches oder freiwilliges Engagement

Nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben bieten sich viele Möglichkeiten, die neu gewonnene Freizeit zu nutzen. Möchten Sie eigene Fähigkeiten in einem Ehrenamt einbringen oder dazu beitragen, anderen zu helfen?

Ihr Wissen und Ihre Erfahrung sind wertvoll. Bereiche, sich zu engagieren, gibt es viele. Scheuen Sie sich nicht, Ihre Mitarbeit anzubieten und warten Sie nicht erst ab, bis Sie gefragt werden. Untersuchungen belegen, dass ehrenamtliches Engagement nicht nur Spaß macht, sondern lebensverlängernd wirkt. Vereine aller Art freuen sich über Engagement, sei es im Bereich des Natur- und Umweltschutzes, der Kunst, Kultur, Musik, Geschich-



te, der Heimat- und Brauchtumpflege, des Sportes oder im sozialen Bereich.

Neben den klassischen Ehrenämtern in Vereinen und Verbänden, gibt es inzwischen viele Formen des Freiwilligenengagements. Dazu gehören der Bundesfreiwilligendienst und das Freiwillige Jahr für Seniorinnen und Senioren. In diesen Formen ist es auch Erwachsenen möglich, für mindestens ein halbes Jahr in gemeinnützigen Organisationen mitzuarbeiten.

Wenn Sie noch nicht genau wissen in welchem Bereich Sie sich engagieren möchten oder Sie noch keinen Kontakt zu entsprechenden Organisationen haben, können Sie sich als Seniorin oder Senior im Landkreis Stade an das Seniorenservicebüro Landkreis Stade wenden. Wo es darüber hinaus aktuell Freiwilligenzentren und -agenturen gibt, entnehmen Sie bitte der Internetseite www.freiwilligenserver.de.

Oder informieren Sie sich allgemein unter www.bundesfreiwilligendienst.de, um das bürgerschaftliche Engagement zu finden, das zu Ihnen passt.

Einige Beispiele für ehrenamtliches Engagement finden Sie im Folgenden:

Engagement im sozialen Bereich

Hilfe, die man anderen schenkt, wird zumeist mit großer persönlicher Anerkennung und

Wertschätzung gedankt. So bringt die aktive Mithilfe nicht nur den Hilfebedürftigen Unterstützung, sondern auch den Helfenden die kleinen „Glücksmomente“ und Erfolgserlebnisse, die ein zufriedenes Leben ausmachen.

Die Möglichkeiten, sich im sozialen Bereich zu engagieren, sind vielfältig. Sie können:

- sich einem Besuchsdienst in einem Krankenhaus oder Pflegeheim anschließen,
- sich aktiv an der Integration von Migrantinnen und Migranten beteiligen,
- eine gesetzliche Betreuung übernehmen (Näheres dazu finden Sie im Kapitel 4.2, Betreuung nach dem Betreuungsrecht.)
- Hospizgruppen, die sich die Begleitung Sterbender zur Aufgabe gemacht haben, ehrenamtlich unterstützen oder
- in Kirchengemeinden, Seniorengruppen, Wohlfahrtsverbänden oder dem Seniorenservicebüro Landkreis Stade ehrenamtlich mitarbeiten.

Engagement im gesellschaftspolitischen Bereich

Neben den politischen Parteien und ihren Seniorengruppen, leben auch die Seniorenvertretungen in Ihrer Kommune vom Engagement aktiver Seniorinnen und Senioren. Können Sie sich vorstellen, hier mitzuarbeiten oder Aufbauarbeit zu leisten? Einen Überblick über die bestehenden Seniorenbeiräte, -initiativen und Seniorenbeauftragte erhalten Sie im nächsten Kapitel.

Engagement im Bereich Wirtschaft

Geben Sie Ihre Erfahrungen und Fachkompetenz weiter: Sie könnten Ihre jahrelangen Berufserfahrungen, auch nach dem Ausscheiden aus dem aktiven Berufsleben, für die berufliche Ausbildung, Fortbildung und Qualifizierung von Fach- und Führungskräften im In- und Ausland einsetzen!

Ehrenamtskarte

Besonders engagierte Menschen in unserem Landkreis, die sich in ihrer Freizeit ehrenamtlich um ihre Mitmenschen, um soziale, sportliche, gesellschaftliche, kulturelle oder politische Belange kümmern, verdienen unsere besondere Anerkennung. Die Gesellschaft braucht diese gemeinwohlorientierte Tätigkeit und kann nur durch aktive ehrenamtliche Unterstützung gut funktionieren. Wenn Sie bereits seit langem eine ehrenamtliche Tätigkeit ausüben, können Sie als Anerkennung die Ehrenamtskarte beantragen, die Ihnen verschiedene Vergünstigungen bei Eintritten oder Einkäufen verschafft.

Voraussetzungen dafür sind:

- Eine freiwillige, gemeinwohlorientierte Tätigkeit ohne Bezahlung für einen Verein oder eine wohltätige Organisation mit einem Zeit-

aufwand von mindestens fünf Wochenstunden bzw. 250 Stunden im Jahr.

- Sie sind schon seit mindestens drei Jahren aktiv und möchten die ehrenamtliche Tätigkeit fortsetzen.

Das Antragsformular erhalten Sie im Rathaus Ihrer Gemeinde oder Stadt und in der Kreisverwaltung. Das ausgefüllte Formular

lassen Sie durch die Vorsitzende/den Vorsitzenden Ihres Vereins oder die Verantwortliche/den Verantwortlichen Ihrer Organisation unterschreiben. Dann senden Sie Ihren Antrag möglichst bis zum 31. August jedes Jahres an den Landkreis Stade mit dem Stichwort Ehrenamtskarte.





PFLEGETEAM Herbstzeit GmbH

*Ihr vertrauenswürdiger ambulanter Pflegedienst
in der Samtgemeinde Fredenbeck*

- ✓ medizinische Pflege auf Verordnung Ihres Arztes oder auf eigenen Wunsch
- ✓ Betreuung zur Verkürzung eines Krankenhausaufenthaltes
- ✓ Pflegeleistungen im Rahmen der Pflegeversicherung (auch Beratung nach §37,3)
- ✓ hauswirtschaftliche Versorgung
- ✓ Haus- und Familienpflege
- ✓ Wir vermitteln Ihnen
 - Essen auf Rädern
 - Fußpflege und Friseurbesuche
 - Ergotherapie
 - Hausnotrufsysteme
- ✓ Wir beraten Sie gerne über:
 - mögliche Pflegehilfsmittel
 - Ihre rechtlichen Möglichkeiten
 - pflegerechte Wohnraumgestaltung
- ✓ Wir setzen uns für Ihre Rechte gegenüber Kassen, Ämtern und Pflegeversicherungen ein

Pflegeteam Herbstzeit GmbH Zur Loge 27 • 27449 Kutenholz/Mulsum
Christiane Scharkus Tel. (0 47 62) 36 39 613
- Pflegedienstleitung - Fax (0 47 62) 36 39 614
ambulante-pflege@pflegeteam-herbstzeit.de • www.pflegeteam-herbstzeit.de

24-Stunden Seniorenbetreuung zu Hause

Die 24-Stunden Seniorenbetreuung bietet Ihnen die Alternative zum Seniorenheim. Ich berate Sie persönlich und bleibe bei allen Fragen Ihr alleiniger Ansprechpartner. Damit Sie beruhigt zu Hause alt werden können.

- fürsorgliche Betreuung rund um die Uhr im Hause der zu betreuenden Person
- kompetentes Betreuungspersonal, Dienstleistung von höchster Qualität, ein preislich attraktives Angebot, das an Ihre individuellen Bedürfnisse angepasst wird

Wir suchen für Sie eine passende Betreuungskraft, die Ihren Erwartungen entspricht. Auf unsere langjährige Erfahrung können Sie sich verlassen. Die Betreuerinnen / Betreuer sind in Ihrem Heimatland fest angestellt und versichert und werden von unserer Partnerfirma nach Deutschland entsendet. Die Legalität der Dienstleistung ist jederzeit gewährleistet.

*Wenn Sie sich wohlfühlen,
haben wir unser Ziel erreicht.*



Seniorenservice Christa Pfeiffer
24 Stunden Betreuung
Neuhof 99 • 21720 Guderhandviertel
Tel. 04163 - 4817
Tel. 089 - 89045761
Mobil 0174 - 8133026
seniorenservice-pfeiffer@gmx.de
www.seniorenservice-pfeiffer.de



Suchen Sie Rat oder haben Sie ein Problem und wissen nicht, wen Sie ansprechen können?

Ältere Menschen oder deren Angehörige, die Rat und Hilfe benötigen, können sich zunächst in allen Fragen, die im Alter wichtig sind an das Seniorenservicebüro als Anlaufstelle wenden. Es steht allen Interessierten als unabhängige Informations-, Beratungs- und Koordinierungsstelle zur Verfügung.

In einem Netzwerk mit Beratungsstellen, Behörden, Kirchengemeinden, Vereinen, Verbänden und Anbietern seniorengerechter Dienstleistungen erfasst das Seniorenservicebüro Angebote für Seniorinnen und Senioren im Landkreis Stade und gibt diese Informationen weiter. Akteure vor Ort werden bei der Entwicklung von Angeboten für und mit Seniorinnen und Senioren beraten und unterstützt. Ziel ist es, die Unabhängigkeit und Eigenständigkeit älterer Menschen zu fördern.

Seniorenservicebüro Landkreis Stade

Poststr. 21, 21682 Stade
Tel.: 04141/927713, Fax: 04141/47466
seniorenservicebuero@landkreis-stade.de
www.landkreis-stade.de

Aber auch in Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung werden Sie an die vor Ort tätigen Anlaufstellen für Seniorinnen und Senioren weitervermittelt. Vor Ort helfen Ihnen:

- die Seniorenbeauftragten der Städte und Gemeinden
- der Seniorenbeirat, als Interessensvertretung der Seniorinnen und Senioren
- die Behinderbeauftragten oder Behindertenbeiräte der Kommune
- spezielle Beratungs- oder Anlaufstellen für unterschiedliche Themenschwerpunkte.

2.1 Seniorenbeauftragte

Seniorenbeauftragte sind ehren- oder hauptamtlich tätig, beraten und unterstützen Seniorinnen und Senioren in der Kommune vor Ort. Sie beraten zu ehrenamtlichem Engagement, Organisation von Pflege, Wohnen im Alter, Fragen der Existenzsicherung, Vorsorgevollmachten, Patientenverfügungen und anderen Fragen, die mit dem Alter zusammenhängen. Wenn Sie als Seniorin oder Senior nicht wissen, an wen Sie sich mit einer bestimmten Frage wenden können, sprechen Sie die Seniorenbeauftragten an.

Hansestadt Buxtehude

Seniorenarbeit Hansestadt Buxtehude

Bahnhofstr. 7, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/5012555 oder 5012526

Seniorenberatung Hansestadt Buxtehude Begegnungsstätte Hoheluft

Stader Str. 15, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/83539

Hansestadt Stade

Ehrenamtliche Seniorenberatungsstelle

Poststr. 21, 21682 Stade
Tel.: 04141/927713

Samtgemeinde Harsefeld

Ehrenamtliche Seniorenbeauftragte

Herrenstr. 25, 21698 Harsefeld
Tel.: 04164/8870

Samtgemeinde Oldendorf-Himmelpforten Seniorenservicestelle der Samtgemeinde Oldendorf-Himmelpforten

Mittelweg 2, 21709 Himmelpforten
Tel.: 04144/2099-129

Weitere Beratungsstellen sind in Planung. Eine aktuelle Übersicht finden Sie auf der Homepage des Landkreises.

2

2.2 Seniorenvertretung – Seniorenbeirat

Eine Seniorenvertretung oder ein Seniorenbeirat hat die Aufgabe, die Interessen der älteren Generation in der Kommune wahrzunehmen.

Im Mittelpunkt der Arbeit von Seniorenvertretungen steht die Kooperation mit allen seniorenpolitisch relevanten Akteuren, die Vermittlung von Informationen an Politik und Verwaltung, sowie die Öffentlichkeitsarbeit für ältere Menschen.

Die Umsetzung dieser Aufgaben wird durch die Seniorenvertretungen selbst geregelt und ist kommunal sehr unterschiedlich ausgestaltet, da Einrichtung und Unterstützung eines solchen Gremiums freiwillig erfolgt.

Manche Kommunen im Landkreis Stade räumen der Seniorenvertretung das Recht ein, Anträge, Empfehlungen und Stellungnahmen in den Rat und seine Ausschüsse einzubringen. In den folgenden Orten gibt es derzeit einen Seniorenbeirat. Die aktuellen Kontaktdaten der/ des Vorsitzenden erfragen Sie in Ihrem Rathaus.

- Samtgemeinde Fredenbeck
- Samtgemeinde Horneburg
- Gemeinde Drochtersen
- Gemeinde Jork
- Gemeinde Himmelpforten

In der Hansestadt Buxtehude vertritt eine Seniorenkonferenz, die auf Einladung der Hansestadt, Fachgruppe Soziales, Wohnen und Senioren tagt, die Belange der Seniorinnen und Senioren.

2.3 Seniorenberatungsstellen der Wohlfahrtsverbände und sonstiger Vereine

Die örtlichen Wohlfahrtsverbände und sonstige Vereine engagieren sich in vielen Bereichen der sozialen Arbeit. Sie bieten auch umfangreiche Hilfen und Beratung zu den unterschiedlichsten Problemen älterer Menschen.

Anlauf- und Beratungsstellen speziell für die Belange von Seniorinnen und Senioren werden vor Ort unterhalten von:

Gemeinde Drochtersen

DRK Drochtersen

Bürger- und Senioren – Servicebüro

Sietwender Str. 11, 21706 Drochtersen
Tel.: 04143/1318

Samtgemeinde Horneburg

Methusalem e.V. – Senioren helfen Senioren

Lange Str. 30, 31640 Horneburg
Tel.: 0178/1582299

Samtgemeinde Nordkehdingen

Wi helpt e.V., Seniorenbüro Wischhafen

Stader Str. 171, 21737 Wischhafen
Tel.: 04770/7117
seniorenbuero@nordkehdingen.de

Hansestadt Stade

Gemeinnütziger Verein für soziale Altersarbeit, Seniorenrat Stade e.V.

Poststr. 21, 21682 Stade
Tel.: 0178/4522805
www.seniorenrat-stade.de

In persönlichen, wirtschaftlichen und sozialen Notlagen erhalten Sie professionelle Sozialberatung und Ehe- und Lebensberatung auch an die Wohlfahrtsverbände wenden. Die Adressen finden Sie am Ende der Broschüre im Adressteil.

2.4 Beratungsstellen zu unterschiedlichen Problemstellungen

Im Landkreis Stade gibt es ein breites Beratungsangebot zu den unterschiedlichsten Problemstellungen. Die folgenden Einrichtungen werden beispielhaft vorgestellt:

Schuldnerberatung/Verbraucherinsolvenz

Wenn Menschen in finanzielle Notlagen geraten, bieten Schuldnerberatungsstellen Beratung und Betreuung. Ehrenamtliche können beim Sortieren von Unterlagen helfen, ausgebildete Fachkräfte übernehmen bei Bedarf die Budget- und Insolvenzberatung.

Im Landkreis Stade berät:

Diakonieverband Buxtehude – Stade

Neubourgstr. 6, 21682 Stade

Tel.: 04141/4117-0

diakonieverband.stade@evlka.de
oder

Harburger Str. 2, 21614 Buxtehude

Tel.: 04161/644446

diakonieverband.buxtehude@evlka.de

www.diakonieverband-buxtehude-stade.de

Verbraucherberatung

Die Verbraucherzentrale berät unabhängig und vielfach gegen Entgelt zu allen Fragestellungen der privaten Haushaltsführung, wie der Auswahl von Versicherungen (auch Kranken- und Pflegeversicherung), bei Problemen mit Telefonanbietern, Mobilfunk- oder Internetbetreibern, Haustürgeschäften, Fragen zur Energieeinsparung (Energie- oder Gebäude-

check vor Ort) und Heizkostenabrechnung oder Geldanlagen und privater Vorsorge.

Verbraucherzentrale Stade

Pferdemarkt 3, 21682 Stade

Tel.: 04141/44944

www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de

Telefonseelsorge

Probleme und Krisen treffen uns in jeder Lebensphase. Probleme mit der Partnerin oder dem Partner, Sucht, Krankheit, Einsamkeit, Sinnkrisen oder spirituelle Fragen können uns an unsere Grenzen bringen. Die Telefonseelsorge ist Tag und Nacht für Sie erreichbar, wenn Sie Hilfe benötigen oder Ihre Sorgen teilen wollen. Ihr Anruf ist kostenfrei. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Telefonseelsorge sind zur Verschwiegenheit verpflichtet. Sie bleiben anonym.

Sie erreichen die Telefonseelsorge unter Telefon 0800/1110111 oder 0800/1110222 oder im Internet unter www.telefonseelsorge.de.

2.5 Beratung und Unterstützung für Menschen mit Behinderungen

Menschen mit Behinderungen oder gesundheitlichen Einschränkungen sehen sich im Alltag vor vielfältige Probleme gestellt. Wer im Alter erblindet, ertaubt oder auf einen Rollstuhl angewiesen ist, tut sich häufig schwer mit den angebotenen Hilfsmitteln. Viele arrangieren sich ohne Not mit einem eingeschränkten Aktionskreis.





Sie stehen aktiv im Leben. Aber wie fit ist Ihr Gehör?

Gutes Hören schafft Vitalität und ist ein wichtiger Bestandteil Ihrer Lebensqualität. Vitakustik gibt Ihnen dieses Stück Lebensqualität wieder zurück.

Unsere Leistungen für besseres Hören:

- ✓ Computergenaue Analyse Ihres Hörvermögens
- ✓ Individuelle Beratung und eine optimale Hörgeräteversorgung
- ✓ Kostenfreies und unverbindliches Probetragen
- ✓ Große Auswahl an Marken-Hörsystemen
- ✓ Hörgeräteanpassung in angenehmer und diskreter Atmosphäre
- ✓ Hörgeräte-Service, Reinigung und Wartung

Lernen Sie uns kennen. Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin in einem Vitakustik Fachgeschäft in Ihrer Nähe. Wir freuen uns auf Sie.

21680 Stade
Harsefelder Str. 12
Tel. 04141/51 15 12

21706 Drochtersen
Drochterser Str. 2
Tel. 04143/91 14 50

21682 Stade Nord
Hohenwedeler Weg 1a
Tel. 04141/79 46 56

21745 Hemmoor
Am Zentrum 6 - 8
Tel. 04771/68 86 43

21698 Harsefeld
Marktstr. 2
Tel. 04164/81 16 38

www.vitakustik.de



www.ksk-stade.de/testamentsvollstreckung

„Damit Ihr Wille gilt“

Mit Bedacht setzen Sie Ihren letzten Willen fest. Genauso wichtig ist es, die Durchsetzung Ihrer letztwilligen Verfügung sicherzustellen. Dem dient die Anordnung einer Testamentsvollstreckung, die eine konfliktfreie und wert-erhaltende Abwicklung gewährleistet.

Wir informieren Sie gerne über diese Lösung der Nachlassregelung und kümmern uns um die professionelle Umsetzung Ihres letzten Willens.



Ihre Ansprechpartnerin:
Maria Siebert
Testamentsvollstreckerin (EBS)
und Sparkassenbetriebswirtin
Telefon 04141/109-174

 Kreissparkasse
Stade

Diagnose: Demenz



Pflege-WG Hüsselhuus.

Wir beraten Sie kompetent,
umfassend und ehrenamtlich.
Wir betreuen Sie freundlich,
herzlich und professionell.

Wir helfen.



Herbstzeitlose e.V.
Telefon 04163 824835
www.herbstzeitlose.org



Der Behindertenbeirat des Landkreises Stade vertritt die Interessen dieser Menschen gegenüber den kommunalen Körperschaften, in der Öffentlichkeit und gegenüber allen Institutionen, die mit Angelegenheiten von Menschen mit Behinderung, im Sinne einer stärkeren Selbstbestimmung und Eigenständigkeit bei der Teilhabe am Leben in der Gemeinschaft, befasst sind.

Weitere Informationen finden Sie auf der Internetseite des Landkreises Stade unter dem Suchbegriff Behindertenbeirat. Wenn Sie ein konkretes Anliegen haben, wenden Sie sich an die

Geschäftsstelle des Behindertenbeirats des Landkreises Stade

Sozialamt
Am Sande 2, 21682 Stade
Tel.: 04141/12-0, Fax: 04141/12305
www.landkreis-stade.de
sozialamt@landkreis-stade.de

Auch in einigen Kommunen des Landkreises gibt es Behindertenbeiräte und/oder -beauftragte. Darüberhinaus stehen Ihnen die Wohlfahrtsverbände und folgende landkreisweit tätige Vereine bei gesundheitlichen Einschränkungen und Behinderungen mit Rat und Tat zur Seite:

Beratungsstelle der Lebenshilfe Buxtehude

Orchideenstr. 51, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/7430-550
www.lebenshilfe-buxtehude.de

Beirat für Menschen mit Behinderungen e.V. Stadt und Landkreis Stade

www.behindertenfuehrer-stade.de

Gehörlosenverein Niederelbe e.V.

Feldstr. 6, 21680 Stade
Tel.: 04141/62-516, Fax: 04141/62-526
gl-verein-niederelbe-stade@web.de

Hören ohne Barriere – HoB e.V.

Hohenwedeler Weg 33, 21682 Stade
Tel.: 04141/800453, Fax: 04141/800455
www.hob-ev.de, post@hob-ev.de

Blinden- und Sehbehindertenverband Niedersachsen e.V.

Regionalverein Elbe-Weser
Friedrich-Ebert-Str. 76, 27570 Bremerhaven
Tel.: 0471/9588370, Fax: 0471/95883713
rv-elbeweser@blindenverband.org

Bundesweit erreichen Sie das Bürgertelefon zum Thema Behinderung unter der Telefonnummer 030/221911006.

Gehörlose und Hörgeschädigte melden sich unter E-Mail: info.gehoerlos@bmas.bund.de, Fax: 030/221911017 oder auf dem Gebärdentelefon: gebaerdentelefon@sip.bmas.buerger-service-bund.de.

2.6 Rechtliche Beratung

Sofern Sie sich bereits in einem Rechtsstreit befinden, können Ihnen Beratungsstellen in der Regel nicht weiterhelfen. In diesem Fall helfen Ihnen vielleicht die folgenden Hinweise weiter:

Schiedsämter

Es ist nicht notwendig, die Zivilgerichte in Bagatellsachen in Anspruch zu nehmen. Für bürgerliche Rechtsstreitigkeiten, wie Streitigkeiten zwischen Nachbarn oder Hausgenossen und bei Auseinandersetzungen um Geldforderungen mit Dienstleistungsunternehmen oder Handwerksbetrieben kann das Schiedsamt angerufen werden. Müssen die beiden Parteien auch nach den Streitigkeiten miteinander auskommen, ist eine gütliche außergerichtliche Streitschlichtung oft der bessere und kostengünstigere Weg. Bei kleineren Strafsachen kann es sein, dass Sie vom Gericht aufgefor-

dert werden, sich zunächst an das Schiedsamt zu wenden, ehe eine Privatklage erhoben werden kann.

In Niedersachsen hat jede Gemeinde ein oder zwei Schiedsämter, die von den Schiedspersonen ehrenamtlich ausgeführt werden. Die im Bereich der Amtsgerichte Buxtehude und Stade tätigen Schiedspersonen können Sie direkt ansprechen. Ihre Anschriften finden Sie im Internet unter: www.landgericht-stade.niedersachsen.de, wenn Sie in das Suchfeld Schiedsperson eingeben. Alternativ erkundigen Sie sich telefonisch bei den Amtsgerichten Stade und Buxtehude.

Beratungs- und Prozesskostenhilfe

Sofern Sie nur über ein geringes Einkommen verfügen, besteht unter bestimmten Voraussetzungen die Möglichkeit, bei den Amtsgerichten in Buxtehude und Stade einen „Berechtigungsschein“ zu erhalten. Mit diesem können Sie eine Anwaltskanzlei aufsuchen, damit diese Ihnen rechtlichen Rat erteilt und Sie soweit erforderlich in einem Prozess vertritt.

Alternativ können Sie sich auch an die anwaltliche Beratungsstelle beim Amtsgericht Stade oder an die Amtsgerichte selbst wenden. Dort erhalten Sie eine sofortige Auskunft soweit Ihrem Anliegen dadurch entsprochen werden kann.

Es kann sich hierbei um Streitigkeiten auf fast allen Rechtsgebieten handeln, insbesondere um Streitigkeiten aus dem Zivil-, Familien-, Arbeits-, Sozial- und Verwaltungsrecht, nicht aber aus dem Steuerrecht. Der Berechtigungsschein ist kostenlos. Für anschließende außergerichtliche Tätigkeiten kann eine geringe Gebühr anfallen. Für einen möglichen Prozess kann die von Ihnen gewählte Rechtsanwaltskanzlei Prozesskostenhilfe beantragen.

Amtsgericht Stade

Wilhadikirchhof 1, 21682 Stade
Tel.: 04141/107-1, Fax: 04141/107-213

Amtsgericht Buxtehude

Bahnhofstr. 4, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/5069-0, Fax: 04161/5069-11

2.7 Sicherheit

Das Gefühl, in Sicherheit leben zu können, ist elementar für unser Wohlbefinden. Studien belegen, dass ältere Menschen im Verhältnis zu ihrem Bevölkerungsanteil zwar sehr viel seltener Opfer von Straftaten werden, sich aber dennoch bedrohter fühlen als andere Altersgruppen.

Gleichwohl gibt es bestimmte Lebensbereiche, in denen Ältere häufiger Opfer von Straftaten werden. Dazu gehören Betrugsdelikte an der Haustür oder auf Kaffeefahrten, sowie Internet- und Telefonbetrügereien.

Informieren Sie sofort die Polizei, wenn Ihnen eine Kontaktaufnahme verdächtig vorkommt:

■ Polizeiruf 110

Für jede Art von Sammlung (z.B. Straßensammlungen mit der Sammelbüchse, Sammlungen an der Haustür, Verkaufssammlungen, wo der Erlös aus den Waren zum Spendenbeitrag wird, etc.) benötigen die geldsammelnden Personen einen Ausweis. Lassen Sie sich diesen Ausweis zeigen, wenn Sie Zweifel an der Seriosität der Sammlung haben und überprüfen Sie die Angaben bei geschlossener Haustür telefonisch.



Schutz vor unüberlegten Käufen bietet das „Gesetz über den Widerruf von Haustürgeschäften und ähnlichen Geschäften“. Binnen zwei Wochen können Kaufverträge, die auf Kaffeefahrten oder vergleichbaren Veranstaltungen abgeschlossen wurden, widerrufen werden, ganz ohne Angabe von Gründen. Dies geschieht am sichersten per Einschreiben mit Rückschein. Zur Fristwahrung ist nur das Absendedatum entscheidend.

Achten Sie darauf, dass alle Verträge, die Sie abschließen, ein leserliches Datum enthalten!

Wenn Sie im Internet nach hilfreichen Informationen zu diesem Themen suchen, empfehlen sich folgende Seiten als Ausgangspunkte:

- www.polizei-beratung.de
- www.zuhause-sicher.de
- www.polizei-praevention.de

Bei Fragen im Bereich Kriminalprävention oder Seniorenberatung, wenden Sie sich an die Beauftragten bei der Polizeiinspektion Stade. Sie sind verantwortlich für die technische sowie für die verhaltensorientierte Prävention von Erwachsenen. Insbesondere sicherungstechnische Fachberatung an Gebäuden, Koordination und Durchführung von Vortragstätigkeiten bzw. verhaltensorientierten Präventionsmaßnahmen zu Themen der Gewalt-, Eigentums- und Internetkriminalität, sowie die Sicherheit im Alter.



© STADE Tourismus-GmbH/Martin Eisen

Polizeiinspektion Stade

Teichstr. 10, 21680 Stade
Tel.: 04141/102-215

Beauftragter für Kriminalprävention

Tel.: 04141/102-109
praevention@pi-std.polizei.niedersachsen.de

Beauftragte für Senioren

Tel.: 0151/14239273
polizei-senioren@pi-std.polizei.niedersachsen.de

Opfer von Straftaten

Sind Sie Opfer oder Zeuge einer Straftat geworden? Dann bieten die Stiftung Opferhilfe und der Weiße Ring e.V. Ihnen Beratung und Begleitung an: Sie können Unterstützung in Krisen erhalten, zur Zeugenaussage oder auch im Strafprozess begleitet werden und werden gegebenenfalls bei Anträgen und Behördenkontakten unterstützt.

Die Opferhilfe gewährt auch finanzielle Soforthilfen, unterstützt beim Ausgleich materieller und immaterieller Schäden und gewährt Finanzierungshilfen für Traumaberatungen und Therapien:

Stiftung Opferhilfe Niedersachsen

Opferhilfebüro Stade
Archivstr. 7, 21682 Stade
Tel.: 04141/107286 oder 107289
www.opferhilfe.niedersachsen.de

Die Ehrenamtlichen des Weißen Rings sind insbesondere in akuten Notfällen rund um die Uhr ansprechbar:

Weißer Ring e.V.

Außenstelle Stade für den LK Stade
Tel.: 0151/55164710
www.weisser-ring.de



3

Möglichst gesund alt zu werden, ist ein verbreiteter Wunsch. Um dieses Ziel zu erreichen, sollten Sie auch im Alter möglichen Erkrankungen aktiv vorbeugen. Dazu gehört es vor allem, körperlich und geistig beweglich zu bleiben. Der gegenwärtige Lebensstil vieler Menschen unterfordert das Bewegungssystem und führt, zusammen mit einer falschen Ernährung, immer öfter zu Stoffwechsel-, Herz- und Herz-Kreislaufkrankungen sowie zu Schäden im Bewegungsapparat.

Körperliche Aktivität hilft nicht nur Krankheiten zu vermeiden, sondern auch insgesamt möglichst lange fit zu bleiben. Sport ist ein wichtiger „Regler“ des Körpergewichts – sowohl bei Übergewichtigen durch den erhöhten Kalorienverbrauch als auch bei Untergewichtigen durch Anregung des Appetits.

3.1 Sturzprävention

Wirksame Gesundheitsvorsorge besteht auch darin, die im Alter zunehmende Sturzgefahr zu verringern. Es ist wichtig, die eigene Koordination und Bewegungssicherheit zu trainieren. Genauso wichtig ist es aber, mögliche Stolperfallen in der Wohnung zu entfernen und Treppen gut abzusichern. Hierbei berät und unterstützt Sie bei Bedarf die ehrenamtliche Wohnberatung (mehr dazu im Kapitel 5, Wohnen).

Im Übrigen können auch übermäßige Einnahme oder unangemessene Kombinationen von Arzneimitteln die Sturzgefahr erhöhen, wenn diese die Reaktionsfähigkeit einschränken und zu unerwarteten Blutdruckabfällen oder gestörter Sinnesfunktion führen. Informieren Sie sich in Ihrer Apotheke über mögliche Wechselwirkungen der Gesamtheit der Medikamente, die Sie einnehmen.

Ihre Krankenkasse hält nicht nur im Krankheitsfall Leistungen bereit. Sie berät ebenso in Fragen der Gesundheitsvorsorge und der Rehabilitation. Die meisten Krankenkassen bieten auch Informationen, Kurse und Seminare zu verschiedenen Themenbereichen, wie gesunde Ernährung im Alter, Entspannung oder Rückenschule an.

3.2 Krankenhausaufenthalt

Nach Stürzen oder bei akuten Erkrankungen ist für alte Menschen oftmals ein Krankenhausaufenthalt notwendig.

Die Medizin spricht bei der Behandlung von Alterskrankheiten von „Geriatric“ oder – wenn es sich um psychiatrische Krankheiten handelt – von „Gerontopsychiatrie“. Zu den speziellen Alterskrankheiten gehören z.B. Schlaganfall, Durchblutungsstörungen an Herz, Hirn und Gliedmaßen, Parkinson, rheumatische Beschwerden, Alterszucker mit seinen Problemen, Verwirrheitszustände, Altersdepressionen und die Alzheimerkrankheit. Ob eine stationäre oder teilstationäre Behandlung sinnvoll ist, lassen Sie in Ihrer Arztpraxis abklären.

Sowohl beim Übergang von der ambulanten in die stationäre Behandlung als auch umgekehrt können Informationslücken entstehen. Es ist ratsam, dass Patienten möglichst alle relevanten Informationen über ihre bisherige Behandlung in die Klinik mitbringen. Dazu

gehören eine Liste der einzunehmenden Medikamente, Befunde über Voruntersuchungen und Kopien von Arztbriefen sowie die Namen aller sie behandelnden Ärzte und ggf. des ambulanten Pflegedienstes.

Manchmal müssen Erkrankte direkt nach Krankenhausaufenthalt noch intensiver gepflegt werden oder können aus anderen Gründen nicht wie gewohnt allein in ihrer häuslichen Umgebung leben. Diesen Patienten und ihren Angehörigen bieten das Entlassungsmanagement bestehend aus dem Casemanagement und dem Sozialdienst in den Kliniken Beratung und Unterstützung bei der Bewältigung der Krankheit und deren Folgen an. Sie geben auch Hilfestellung für die Zeit nach dem Krankenhausaufenthalt etwa durch:

- Vermittlung ambulanter Hilfen,
- Vermittlung eines Pflegeheimplatzes zur Kurzzeit- oder Dauerpflege,
- Beschaffen von Hilfsmitteln (wie Rollstühlen),
- Kontakte zu Selbsthilfegruppen,
- Beantragung von Leistungen (etwa der Pflegeversicherung oder der Sozialhilfe) und
- Vermittlung an Beratungsstellen.

Nutzen Sie bei Krankenhausaufenthalt den Sozialdienst oder das Casemanagement damit gemeinsam mit Ihnen und Ihren Angehörigen Lösungen für Ihre nachstationäre Versorgung gefunden werden können.



3.3 Psychische Beeinträchtigung im Alter

Viele Fragen tauchen auf, wenn Menschen krank werden. Das gilt auch bei psychischen Veränderungen von älteren Menschen. Angststörungen und Depressionen, aber auch Gedächtnis- und Orientierungsstörungen bis hin zur Demenz (häufig vom Typ Alzheimer) sind Beispiele solcher gerade im Alter häufig anzutreffenden Beeinträchtigungen. Manchmal ist es nicht einfach, abzugrenzen, ob es sich um normale Alterserscheinungen oder um eine ernsthafte Erkrankung handelt. Eine Diagnose wird von Ärzten für Neurologie gestellt. Wer unter einer psychischen Beeinträchtigung leidet, sollte sich nicht einfach damit abfinden, sondern Beratung und Hilfe suchen. Therapeutische Hilfen, ambulante oder auch stationäre Behandlungen können helfen, die Beeinträchtigungen zu bewältigen. Die folgenden Fragen sollen Ihnen helfen, Ihren eigenen Hilfebedarf abzuklären:



- Haben Sie große Mühe, mit Ihrer Situation umzugehen? Vielleicht haben Sie niemanden, der Sie versteht oder mit dem Sie reden können?
- Schaffen Sie es nur mit großer Mühe, Ihre Angehörigen 24 Stunden am Tag zu betreuen?
- Benötigen Sie Unterstützung bei der Pflege Ihrer Angehörigen oder für sich selber?
- Sorgen Sie sich manchmal, dass Sie oder Ihre Angehörigen aufgrund einer Erkrankung nicht mehr in der Lage sein werden, eigene Angelegenheiten zu klären?

Bei den nachfolgenden Stellen erhalten Sie Unterstützung, wenn Sie eine dieser Fragen mit Ja beantworten können. Egal, ob Sie das



ELBE KLINIKUM STADE • BUXTEHUDE
 AKADEMISCHE LEHRKRANKENHÄUSER
 DES UNIVERSITÄTSKLINIKUMS EPPENDORF



Gesundheit für unsere Region

Wohnortnahe medizinische Versorgung mit der Kompetenz zweier leistungsstarker Partner:

Wir setzen für die Gesundheitsversorgung der Elbe-Weser-Region neue Maßstäbe. Von der breit gefächerten Grund- und Regelversorgung bis hin zu spezialisierten Leistungen im Bereich der Geriatrie am Standort Buxtehude sind wir für Sie rund um die Uhr da.

Elbe Klinikum Stade

Bremervörder Straße 111 · 21682 Stade · Tel.: (04141) 97-0

Elbe Klinikum Buxtehude

Am Krankenhaus 1 · 21614 Buxtehude · Tel.: (04161) 703-0

www.elbekliniken.de

3



Internist Dr. med. Carsten Haack

www.internist-haack.de • info@internist-haack.de

Facharzt für innere Medizin

Gastroenterologische Untersuchungen und Therapien



- Gastroskopie
- Koloskopien mit Polypektomien
- Rektoskopie
- Hämorrhoidenbehandlung
- Punktionen, Biopsien

Zentrumstraße 11 • 21745 Hemmoor • Telefon 0 47 71 / 8 88 00

Risikofaktor „Darmkrebs in der Familie“

Der Hemmoorer Internist und Darmspezialist Dr. med. Carsten Haack: Die erbliche Veranlagung nicht unterschätzen

sb. Hemmoor. „Wer seinen Partner liebt, schickt ihn zur Darmkrebsvorsorge“. Unter diesem Motto werben derzeit die TV-Promis Erol Sander und Vitali Klitschko mit ihren Ehefrauen für die lebensrettende Vorsorgeuntersuchung.

Der Hemmoorer Internist Dr. med. Carsten Haack kann das nur unterstützen. „Die Darmspiegelung ist nahezu schmerzfrei und jedem Bürger dringend zu empfehlen“, sagt er.

Nicht zu unterschätzen ist dabei die erbliche Vorbelastung. Rund 30 Prozent der Menschen, die an Darmkrebs erkranken, haben ein familiär erhöhtes Risiko für diese Erkrankung. Insgesamt sind in Deutschland



Dr. Carsten Haack und sein Team sind zwischen Stade, Cuxhaven und Bremervörde die einzige Praxis mit Zulassung für ambulante Darmspiegelungen Foto: Summerer

etwa vier Millionen Personen davon betroffen.

Das Problem: „Die meisten haben entweder überhaupt keine Kenntnis davon, dass es in ihrer Familie ein erhöhtes Risiko für diese Krebserkrankung gibt, oder sie wissen nicht, dass für sie andere Vorsorgeempfehlungen gelten als für Menschen ohne familiäre Belastung“, sagt Dr. Haack. Fachleute raten diesen Patienten, bereits ab dem 25. Lebensjahr mit den Vorsorgeuntersuchungen zu beginnen.

Die Kosten übernimmt die gesetzliche Krankenkasse. Denn bei familiärer Belastung zählt die Krankenversicherung die präventive Darmspiegelung altersunabhängig.

Promis klären auf: Vitali und Natalia Klitschko werben für die Darmkrebsvorsorge Foto: felix-burda-stiftung

In diesen Fällen liegt ein erhöhtes Darmkrebsrisiko vor

Ein familiär erhöhtes Darm-

von Darmkrebs vorkamen
 • wenn direkte Verwandte
 • wenn in einer Familie in (Eltern, Geschwister, Kinder) mehreren Generationen je-
 erstmals in einer Familie an
 weils ein oder mehrere Fälle Darmkrebs erkranken

• wenn bei direkten Ver-

wandten Geschwüre im Unter-
 leib, z.B. Hamleiter-, Magen-,
 Eierstock- oder Gebärmutter-
 krebs erkannt wurde

- ÄrzteZeitung -

Keine Angst vor Keimen

(sb). Bei einer Darmspiegelung braucht der Patient keine Angst zu haben, sich mit Krankheitserregern zu infizieren. Alle Geräte werden in einem Spezialgerät gesäubert und desinfiziert und sind absolut keimfrei.

Ständige Kontrolle durch Behörden

(sb). Als für endoskopische Untersuchungen offiziell zugelassener Facharzt wird Dr. Carsten Haack regelmäßig von Gesundheitsbehörden und der Kassenz ärztlichen Vereinigung überprüft. „Das gibt den Patienten und mir Sicherheit“, sagt der Internist.

Die Leistungen der Fachpraxis

(sb). Neben der Darmspiegelung bietet Dr. Carsten Haack in seiner Praxis ambulante Magenspiegelungen, Untersuchungen des Enddarms (After) mit Hämorrhoidenbehandlung sowie Gewebeprobeentnahme für die Krebsvorsorge an. Nähere Infos unter www.internist-haack.de

Gefühl haben, nicht mehr zurecht zu kommen oder rechtzeitig vorbeugen wollen, suchen Sie sich Hilfe:

- im Internet unter www.wegweiser-demenz.de
- in den Seniorenberatungsstellen
- bei der Pflegeberatung der Pflegekassen
- bei den ambulante Pflegediensten
- den Selbsthilfegruppen
- beim Sozialpsychiatrischen Dienst und
- der Betreuungsstelle des Gesundheitsamtes
- bei dem Alzheimer-Beratungstelefon Stade

Alzheimer Gesellschaft Stade

Schiffertorsstr. 17, 21682 Stade

Tel.: 04141/800220

www.alzheimergesellschaft-stade.de

info@alzheimergesellschaft-stade.de

Neben den verschiedenen Beratungsangeboten gibt es spezielle Entlastungsangebote für pflegende Angehörige, wie niedrigschwellige Betreuungsangebote und Gesprächskreise für Angehörige, die einen gegenseitigen Austausch ermöglichen. Nähere Informationen finden Sie im Kapitel 8, Pflegebedürftigkeit.

Hilfe bei Gedächtnisstörungen

Ärgern Sie sich oft, dass Ihr Schlüssel nicht auffindbar ist? Termine und Verabredungen vergessen Sie immer häufiger? Mit einfachen Maßnahmen können Sie Ihrem Gedächtnis auf die Sprünge helfen – beispielsweise indem Sie Ihre Schlüssel an einem festen Ort aufbewahren und Termine in einen Kalender eintragen und abhaken, wenn sie vorbei sind.

Um einen Rat einzuholen oder nötigenfalls Hilfe zu rufen, sollten Sie alle wichtigen Telefonnummern schnell parat haben. Nützlich ist ein großes Blatt Papier neben dem Telefon oder eine Magnetwand für einzelne Zettel. So können Sie Ihre Angehörigen und Freunde, Ihre Ärztin oder Ihren Arzt, aber auch den Notruf schnell erreichen.



Rituale und feste Abläufe helfen dem Gedächtnis auf die Sprünge. Wenn Sie zum Beispiel häufig das Datum vergessen, schaffen Sie sich einen Abreißkalender an. Dieser bringt Sie jeden Morgen auf den neuesten Stand. Mit einer Wanduhr behalten Sie auch die Tageszeit gut im Blick. Um genügend Energie für das wöchentliche Programm zu haben, sollten Sie nicht vergessen, regelmäßig zu trinken und zu essen.

Wenn Sie dem Schwinden Ihres Gedächtnisses vorbeugen wollen, sehen Sie sich nach Kursen zu Gedächtnistraining, Brainwalking oder Ähnlichem um. Hier können Sie mit viel Spaß in einer Gruppe von Gleichgesinnten Ihr Gedächtnis trainieren. Erkundigen Sie sich z.B. bei den Einrichtungen der Erwachsenenbildung und den kommunalen Treffpunkten, die im Kapitel 1, Aktiv im Alter, beschrieben werden.

Sozialpsychiatrischer Dienst

Das Angebot des Sozialpsychiatrischen Dienstes vom Landkreis Stade richtet sich an Menschen, die seelisch krank sind oder gewesen sind und an deren Angehörige. Ziel der Beratung, Hilfe und Unterstützungsleistungen ist die Bewältigung seelischer Krankheiten und der Folgen, die diese nach sich ziehen können. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der ärztlichen Schweigepflicht, auch gegenüber Ämtern und Behörden.

Zu den Aufgaben des Sozialpsychiatrischen Dienstes gehören:

- Aufklärung über psychische Krankheiten und ihre individuellen Auswirkungen,
- Herausarbeiten Ihrer eigenen Möglichkeiten, den Krankheitsverlauf günstig zu beeinflussen,
- Informationen über die Möglichkeiten der Behandlung und ihre Wirkung,
- Informationen über Ihre Ansprüche auf sonstige Hilfen und Unterstützung,
- Informationen über Hilfen, die das örtliche Netz des Sozialpsychiatrischen Verbundes für Sie bereit hält und die Erarbeitung Ihres individuellen Hilfeplanes und
- Beratung und Hilfe bei Schwierigkeiten und Problemen:
 - im Kontakt und im Zusammenleben mit Menschen Ihrer nächsten Umgebung,

- beim selbständigen Wohnen und bei der Bewältigung des Alltags,
- bei der Aufnahme und Pflege von Kontakten und
- im Umgang mit Behörden
- aufsuchende Arbeit bei Hinweisen auf Menschen mit seelischen Erkrankungen, die möglicherweise Hilfe benötigen.

Sozialpsychiatrischer Dienst

Gesundheitsamt Landkreis Stade
Heckenweg 7, 21680 Stade
Tel.: 04141/12700

Bitte vereinbaren Sie für Gespräche einen Termin.

In dringenden Notfällen wenden Sie sich an die Rettungsleitstelle: Tel. 04141/19222.

Der sozialpsychiatrische Dienst arbeitet in einem Netzwerk mit den gerontopsychiatrischen Einrichtungen im Landkreis. Einen Überblick der im Arbeitskreis „Gerontopsychiatrie“ zusammengeschlossenen Einrichtungen finden Sie unter: www.stoerungenimlebensfluss.de.

Pflege mit Sonne im Herzen



AMBULANTER PFLEGEDIENST LEBENSBAUM

Ihr Pflegedienst rund um Buxtehude, Hollenstedt und Neu Wulmstorf

- Persönliche Beratung
- Krankenpflege
- Altenpflege
- Familienpflege
- Hausnotrufsystem
- Essen auf Rädern
- Betreuungsdienst
- Haushaltshilfe
- Pflegebegutachtung nach § 37.3 SGB XI
- Pflegekurse für Angehörige und Pflege-Interessierte
- Pflegeüberleitung aus dem Krankenhaus

Sie finden uns in:

Buxtehude Bahnhofstraße 46 Tel.: 0 41 61 – 8 66 44 80
Hollenstedt Bahnhofstraße 5 Tel.: 0 41 65 – 8 06 11
Neu Wulmstorf Bahnhofstraße 29 Tel.: 0 40 – 70 10 85 85

Intensivpflege · Zentral-Telefon: 0 41 61 – 8 66 44 82

www.pflegedienst-lebensbaum.de
info@pflegedienst-lebensbaum.de

3.4 Suchthilfe

Gesundheitliche Beeinträchtigungen, der Tod von Angehörigen und Freunden oder Schwierigkeiten mit der Lebensgestaltung nach Beendigung der Berufstätigkeit können im Alter zu einem erhöhten und übermäßigen Konsum von Alkohol führen.

Daneben kommt es bei Älteren häufig zu einer vermehrten und missbräuchlichen Einnahme von Medikamenten, insbesondere von Schlaf-, Beruhigungs- und Schmerzmitteln. Ein sol-





© Christian Schmidt

cher missbräuchlicher Einsatz von Alkohol oder Medikamenten kann in eine Suchtabhängigkeit führen.

Beratung und Hilfe bei drohenden oder akuten Suchtproblemen finden Sie bei Ihrer Ärztin oder Ihrem Arzt, im Gesundheitsamt des Landkreises sowie den Fachstellen für Sucht und Suchtprävention im Landkreis Stade.

Gesundheitsamt Landkreis Stade

Heckenweg 7, 21680 Stade

Tel.: 04141/12700

www.landkreis-stade.de

Verein für Sozialmedizin Stade e.V.

Steile Str. 19, 21682 Stade

Tel.: 04141/99930

info@suchtkrankenhilfe-stade.de

www.suchtkrankenhilfe-stade.de

Außenstellen in Freiburg,

Drochtersen und Himmelpforten

Diakonieverband Buxtehude – Stade

Neubourgstr. 6, 21682 Stade

Tel.: 04141/411726, Fax: 04141/411725

Suchtberatung.Stade@evlka.de

oder

Harburger Str. 2, 21614 Buxtehude

Tel.: 04161/644446, Fax: 04161/644449

Suchtberatung.Buxtehude@evlka.de

www.diakonieverband-buxtehude-stade.de

3.5 Selbsthilfegruppen

Schwere Erkrankungen, Süchte oder der Verlust von Angehörigen bringen uns in Situationen, die wir kaum bewältigen können. In Selbsthilfegruppen finden Menschen zueinander, die sich durch eigene Erfahrung wirklich verstehen und einander helfen können, sich mit der Situation im positiven Sinn auseinanderzusetzen. Hier können vor allem Erfahrungen und Informationen ausgetauscht werden.

Im Landkreis gibt es Gruppen zu den unterschiedlichsten Themenbereichen, wie etwa Krebs, Herzinfarkt, Schlaganfall, Sucht, Rheuma, Diabetes oder Gesprächskreise für pflegende Angehörige.

Die KIBIS (Kontakt Information Beratung im Selbsthilfebereich) des Paritätischen ist zentrale Anlaufstelle für alle verfügbaren Informationen zum Thema Selbsthilfe im Landkreis Stade. Sie verwaltet die aktuellen Daten bestehender Selbsthilfegruppen im Kreis und verweist an andere Hilfs- und Beratungsangebote des Gesundheits- und Sozialbereichs.

KIBIS des Paritätischen – Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich

Johannisstr. 3, 21682 Stade

Tel.: 04141/3856, Fax: 04141/921511

kibis-stade@paritaetischer.de

www.kibis-stade.de



Wer denkt schon, wenn es ihm gut geht daran, dass sich alles von heute auf morgen ändern könnte? Ein Unfall oder eine schwere Krankheit können jede und jeden von uns in eine Situation bringen, in der selbstverständliches Handeln unmöglich ist und sinnvolle Entscheidungen nicht mehr getroffen werden können. Sorgen Sie frühzeitig vor, damit Ihr Wille auch dann berücksichtigt wird, wenn Sie ihn nicht mehr selbst äußern können! Das hilft Angehörigen, Betreuenden und Ärztinnen und Ärzten, die in einem solchen Fall wichtige Entscheidungen für Sie treffen müssen. Im Internet finden Sie nützliche Hinweise zu den Themen Vorsorgevollmacht, Betreuung, Patientenverfügung und Testament auf den Seiten des Bundesministeriums für Justiz unter www.bmjv.de und bei der Bundesnotarkammer unter www.bnotk.de.

4.1 Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung

Mit der Vorsorgevollmacht können Sie einer anderen Person die Wahrnehmung einzelner oder aller Angelegenheiten für den Fall übertragen, dass Sie die Fähigkeit selbst zu entscheiden einbüßen. Die bevollmächtigte Person kann dann für Sie handeln, ohne dass ein Betreuungsverfahren eröffnet wird. Eine Generalvollmacht gilt für alle Lebensbereiche, es sollten aber die von Ihnen gewünschten Aufgaben einzeln aufgeführt werden. Eine Vollmacht ist nur im Original gültig und kann jederzeit widerrufen werden. Trotzdem setzt die Erteilung ein besonderes Vertrauen in die bevollmächtigte Person voraus.

Sie können die Vorsorgevollmacht bei der Betreuungsstelle des Landkreises Stade oder bei einer Notarin oder einem Notar beglaubigen, d.h. Ihre eigenhändige Unterschrift bestätigen lassen. Die Kosten für eine Beglaubigung bei der Betreuungsstelle betragen 10 Euro. Vollmachten, die Grundbesitz betreffen, müssen

in jedem Fall öffentlich beglaubigt sein. In manchen Fällen kann es sinnvoll sein, die Vollmacht bei einer Notarin oder einem Notar beurkunden zu lassen, um so Ihre Geschäftsfähigkeit zu bestätigen. Banken erkennen oft beglaubigte Vorsorgevollmachten nicht an. Erkundigen Sie sich bei Ihrer Hausbank und entscheiden Sie, ob die bevollmächtigte Person auch eine Kontovollmacht auf bankeigenen Formularen erhält.

Es ist sinnvoll, eine Vorsorgevollmacht mit einer Betreuungsverfügung zu kombinieren. Mit der Betreuungsverfügung können Sie schon im Voraus festlegen, wen das Gericht mit der Betreuung beauftragen soll, wenn die Regelungen der Vorsorgevollmacht nicht ausreichen oder wenn Sie keine Vorsorgevollmacht erstellen möchten. Hier kann auch bestimmt werden, wer auf keinen Fall als betreuende Person in Frage kommt. Möglich sind auch inhaltliche Vorgaben, etwa welche Wünsche und Gewohnheiten respektiert werden sollen.

Wenn eine Betreuung erforderlich ist und die gewünschte Person einverstanden ist, wird sie vom Betreuungsgericht als Betreuerin oder Betreuer bestellt und unterliegt dann – wie alle anderen Betreuer und Betreuerinnen auch – der gerichtlichen Kontrolle.

Sie haben die Möglichkeit, ein Muster für eine Vorsorgevollmacht mit Betreuungsverfügung auf der Homepage des Landkreises auszudrucken und auszufüllen. Die Vorsorgevollmacht kann kostenfrei bei den zuständigen Amtsgerichten oder gegen Gebühr bei der Bundesnotarkammer hinterlegt werden.

Sowohl die Vorsorgevollmacht, als auch eine einzelne Betreuungsverfügung sollte regelmäßig dahingehend überprüft werden, ob sie unverändert fortbestehen sollen. Es kann sinnvoll sein, die Unterlagen alle 2 Jahre mit einem aktuellen Datum versehen neu zu unterschrei-



ben. Neben der Beratung in Notariaten und Rechtsanwaltskanzleien können Sie auch die kostenlose Beratung bei der Betreuungsstelle des Landkreises oder dem Betreuungsverein zur Abfassung von Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen in Anspruch nehmen.

Landkreis Stade

Gesundheitsamt – Betreuungsstelle
Heckenweg 7, 21682 Stade
Tel.: 04141/12-700

Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.

Betreuungsverein Stade
Harsefelder Str. 22, 21680 Stade
Tel.: 04141/6000 900
stade.betreuungsverein@paritaetischer.de

4.2 Betreuung nach dem Betreuungsrecht

Viele Menschen sind aufgrund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung ganz oder teilweise nicht in der Lage, ihre Angelegenheiten zu regeln. Jeder, der feststellt, dass eine Person im eigenen Umfeld betroffen ist, kann eine Betreuung beim Betreuungsgericht anregen. Das Betreuungsrecht regelt, ob und in welchem Umfang für eine hilfsbedürftige Person vom Gericht eine Betreuerin oder ein Betreuer als gesetzlicher Vertreter bestellt wird. Das Gericht legt auch die Aufgabenbereiche einer Betreuung fest, innerhalb derer eine Betreuerin oder ein Betreuer die erforderlichen Tätigkeiten rechtlich zu besorgen

hat. Eine Betreuung wird nur für die Aufgabenbereiche eingerichtet, in denen Hilfe benötigt wird. Diese können sein:

- Gesundheitsfürsorge,
- Aufenthaltsbestimmung,
- Wohnungs-/Heimangelegenheiten,
- Vermögensangelegenheiten,
- Vertretung gegenüber Ämtern, Behörden und Versicherungen,
- Entscheidung über die Entgegennahme und das Öffnen der Post.

Das Betreuungsrecht dient dazu, den betroffenen Personen den notwendigen Schutz und die erforderliche Fürsorge zu gewähren, ihnen zugleich aber auch ein größtmögliches Maß an Selbstbestimmung zu erhalten. Das persönliche Wohlergehen des hilfsbedürftigen Menschen steht im Vordergrund.

Die Betreuung können Familienangehörige, Bekannte oder andere Ehrenamtliche übernehmen. Wenn eine solche ehrenamtliche Person nicht zur Verfügung steht, kann das Amtsgericht auch Berufsbetreuerinnen oder -betreuer bestellen. Eine Betreuung kann vermieden werden, wenn Sie rechtzeitig eine Vorsorgevollmacht ausstellen. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Betreuungsstelle im Gesundheitsamt des Landkreises Stade bieten ein Beratungs- und Unterstützungsangebot für volljährige betreuungsbedürftige Personen, deren Angehörige sowie Betreuerinnen und Betreuer an.

Unterstützung und Beratung erhalten ehrenamtlich bestellte Betreuerinnen und Betreuer sowie Bevollmächtigte auch im Betreuungsverein des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes Niedersachsen e.V. durch individuelle Einführung und Begleitung, persönliche Beratung, Fortbildung und Erfahrungsaustausch mit anderen ehrenamtlichen Betreuerinnen und Betreuern. Die Anschriften finden Sie im Kapitel 4.1 Vorsorgevollmacht und Betreuungsrecht.



Sparkassen-Finanzgruppe

Mit uns immer auf dem richtigen Weg.

 Sparkasse
Stade-Altes Land

Wer rastet, der rostet. Das gilt für alle, auch um in späteren Jahren fit und gesund zu bleiben. Wenn es dann um die finanzielle Fitness geht, kommen Sie am besten schnurstracks zu uns. Wir begleiten Sie bei allen Ihren Wünschen und Vorhaben rund ums Geld und setzen uns für gute Lösungen ein. Sprechen Sie einfach mit uns.
Wenn's um Geld geht – Sparkasse.

Die für rechtliche Betreuung zuständigen Betreuungsgerichte im Landkreis Stade sind:

Amtsgericht Stade

Wilhadikirchhof 1 , 21682 Stade

Tel.: 04141/107-1, Fax: 04141/107-213

Amtsgericht Buxtehude

Bahnhofstr. 4, 21614 Buxtehude

Tel.: 04161/5069-0, Fax: 04161/5069-11

4.3 Patientenverfügung

In einer Patientenverfügung können Sie schriftlich für den Fall Ihrer Entscheidungsunfähigkeit im Voraus festlegen, ob und wie Sie in bestimmten Situationen ärztlich behandelt werden möchten. Eine Patientenverfügung richtet sich in erster Linie an die behandelnden Medizinerinnen und Mediziner. Sie kann aber auch Bevollmächtigten oder gesetzlichen Vertreterinnen und Vertretern wichtige Hinweise

auf Ihre Behandlungswünsche geben oder sie von der Verantwortung für eine schwere Entscheidung entlasten. Dies kann insbesondere für die eigenen Kinder eine große Hilfe sein.

Wenn Sie überlegen, ob Sie eine Patientenverfügung erstellen wollen, empfiehlt es sich zuerst darüber nachzudenken, was Ihnen im Zusammenhang mit Krankheit, Leiden und Tod wichtig ist. Wovor haben Sie Angst? Worauf hoffen Sie? Ob Sie eine Patientenverfügung verfassen oder nicht, ist Ihre freie Entscheidung. Lassen Sie sich vor dem Abfassen der Patientenverfügung also Zeit für grundsätzliche Überlegungen. Aus Ihrer Verfügung sollte neben den medizinischen Anweisungen insbesondere hervorgehen, wie Ihre Einstellung zum Leben ist und welche Werte Ihnen wichtig sind. Daher ist es sinnvoll, eine Patientenverfügung möglichst individuell zu formulieren. Vorgefertigte Bögen können dabei als Anregungen und Formulierungshilfe dienen. Die Patientenverfügung muss schriftlich verfasst und durch eigenhändige Unterschrift oder ein von einer Notarin oder einem Notar beglaubigtes Handzeichen unterzeichnet werden. Sie kann jederzeit formlos widerrufen werden. Es ist empfehlenswert, einen Hinweiszettel auf das Vorliegen einer Patientenverfügung immer mit sich zu führen. Informieren Sie auch Ihre Hausärztin oder Ihren Hausarzt und bevollmächtigte Vertrauenspersonen.

Anregungen für die Entscheidung, ob Sie eine Patientenverfügung verfassen wollen und wie diese formuliert werden kann, bietet die Broschüre: „Patientenverfügung; Leiden – Krankheit – Sterben“ des Bundesministeriums der Justiz, die Sie unter www.bmj.de oder Tel.: 01805/778090 bestellen können. Unabhängig davon, ob Sie eine Patientenverfügung erstellen oder nicht, sind Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung zu empfehlende Möglichkeiten der Vorsorge auch in Gesundheitsangelegenheiten.

Zum Erstellen einer Patientenverfügung berät Sie:

**Paritätischer Wohlfahrtsverband
Niedersachsen e.V.**

Betreuungsverein Stade
Harsefelder Str. 22, 21680 Stade
Tel.: 04141/6000900
stade.betreuungsverein@paritaetischer.de

Verbraucherzentrale Stade

Pferdemarkt 3, 21682 Stade
Tel.: 04141/44944

Hospizgruppen im Landkreis Stade

Die Anschriften finden Sie im Abschnitt 6.5,
Sterbebegleitung.

4.4 Testament

Ohne ein Testament tritt im Todesfall die gesetzliche Erbfolge ein. Diese Erbfolge entspricht nicht unbedingt dem Willen der oder des Verstorbenen und kann zu Streitigkeiten unter den Angehörigen führen. Mit einer klaren testamentarischen Regelung können Sie das vermeiden. Nach deutschem Erbrecht sind neben dem Ehegatten auch die Kinder sofort erbberechtigt. Die so entstehende Erbengemeinschaft zwischen dem überlebenden Ehegatten und den (Stief-) Kindern ist nicht immer gewünscht. Hier kann das sogenannte Berliner Testament eine Alternative sein. Ihr Testament sollte kurz und eindeutig abgefasst sein. Bei einem notariellen Testament ist gewährleistet, dass es im Falle des Todes eröffnet wird. Ein Testament muss aber nicht notariell erstellt werden, Sie können es auch selbst schreiben und zu Hause aufbewahren. Dabei müssen zwingend die folgenden Minimalkriterien erfüllt sein: Das Testament muss handschriftlich verfasst sein und Datum sowie Unterschrift des Verfassers tragen. Wenn das Testament nicht mehr Ihren persönlichen Vorstellungen entspricht, können Sie es jederzeit ändern oder widerrufen. Sofern Sie das Testament zu Hause aufbewahren, sollten Sie even-

tuell vorhandene frühere Versionen vernichten. Das verhindert spätere Unklarheiten.

Übrigens: Gemäß dem § 2259 des Bürgerlichen Gesetzbuches besteht eine sofortige Ablieferungspflicht für Testamente, die nach dem Tod des Erblassers aufgefunden werden.

Erste Informationen erhalten Sie in der Broschüre „Erben und Vererben“ des Bundesministeriums der Justiz, im Internet herunterzuladen unter www.bmj.de.

Erben – ohne Streit

Auch das sorgfältigste Testament schützt nicht immer vor einem Streit der Erben. Als erster Schritt sollten schon zu Lebzeiten alle Erben in einem gemeinsamen Gespräch über den eigenen letzten Willen informiert werden. Viele Missverständnisse und Streitigkeiten können vermieden werden, wenn alle Erbberechtigten mit den gleichen Worten und von Ihnen selbst über Ihre Wünsche informiert werden. Sollten Sie Sorge haben, dass dieses Gespräch nicht ausreicht, kann ein Testamentsvollstrecker eingesetzt werden und/oder eine Schiedsklausel in das Testament aufgenommen werden. Weitere Informationen dazu finden Sie unter: www.dse-erbrecht.de.

Kanzlei für Familienrecht Erbrecht und Mediation

Hollberg & Schmidts

Rechtsanwältin
Uta Hollberg
Fachanwältin
für Familienrecht

Dipl. Fin-wirtin
Isabella Schmidts
Fachanwältin für Erbrecht
Vorsorgeanwältin u. Mediatorin

Familienrecht & Erbrecht

Geschäftsstelle der Deutschen Schiedsgerichtsbarkeit
für Erbstreitigkeiten e.V.

Hagedorn 4 · 21682 Stade
Tel.: 0 41 41 - 54 26-0 · www.hollberg-schmidts.de

www.vorsorgeanwalt.de

4.5 Bestattungsvorsorge

Wie die eigene finanzielle Situation im Todesfall aussieht, kann nur schwer vorhergesagt werden, insbesondere wenn eventuell noch Kosten für eine häusliche Pflege oder einen Aufenthalt in einem Seniorenheim entstehen. Daher kann es sinnvoll sein, für die eigene Bestattung vorzusorgen. Neben der finanziellen Entlastung der Angehörigen, die im Todesfall für eine angemessene Bestattung eintreten müssen, dient eine Bestattungsvorsorge auch dazu, eigene Wünsche für die Beisetzung abzusichern.

Mit einem Bestattungsunternehmen können Sie alle Fragen, individuellen Wünsche und Vorstellungen besprechen. Es besteht die Möglichkeit, einen Bestattungsvorsorgevertrag abzuschließen. Bei der Bemessung des Vorsorgebetrages können neben den Bestattungskosten auch Friedhofs- und Grabpflegegebühren sowie Kosten für ein Grabmal berücksichtigt werden.

4.6 Dokumentenmappe

Es ist zu empfehlen, alle wichtigen Unterlagen in einer Dokumentenmappe gesammelt abzuliegen. Ihre Familienangehörigen oder Vertrauten sollten im Bedarfsfall hierüber entsprechend informiert sein und darauf zugreifen können.

Wenn Sie bereits eine Dokumentenmappe angelegt haben, sollten Sie diese ab und an auf Aktualität und Vollständigkeit prüfen.

Zu den wichtigen Unterlagen gehören:

- Personalausweis oder Pass
- Familienstammbuch (Geburts- und Heiratsurkunde, Scheidungsurteil etc.)
- Arbeitsverträge (Betriebsrente)
- Sozialversicherungsausweis
- Versicherungspolice (Lebens-, Unfall-, Kranken-, Haftpflicht-, Rentenversicherungen)
- Bausparverträge
- Girokonten/Darlehensverträge, Sparbücher, Aktien u.a. (bzw. Hinweis auf den Aufbewahrungsort)
- Rentenbescheide
- Mietvertrag bzw. Unterlagen zu Ihrem Haus, inklusive der Versorgungsverträge
- Patientenverfügung
- Organspenderausweis
- Vorsorgevollmacht
- gegebenenfalls Patientenverfügung
- Verfügungen bezüglich Bestattungsart und -ort, ggf. Bestattungsvorsorgevertrag/Sterbegeldversicherung
- Besondere Verfügungen oder Wünsche (wie z.B. Spendenkonto)
- Testament (bzw. Hinweis auf den Aufbewahrungsort)



Man sollte die Dinge so nehmen, wie sie kommen. Aber man sollte dafür sorgen, dass die Dinge so kommen, wie man sie nehmen möchte.

[Curt Goetz]



*Wann wir gehen,
ist Schicksal –
wie wir gehen,
bestimmen wir selbst.*

Bestattungsvorsorge –
eine Sorge weniger.

PARTNER DES KURATORIUM
DEUTSCHE BESTATTUNGSKULTUR E.V.
UND DER TREUHAND AG



Wir beraten Sie gerne

fricke & höft
BESTATTUNGSHAUS

21680 Stade · Harsefelder Str. 67
☎ (04141) 53200 oder 61100

www.bestattungen-stade.de

Der überwiegende Teil der Menschen über 60 Jahren möchte in der eigenen oftmals seit Jahrzehnten vertrauten Umgebung leben. Mit dem Alter einhergehende körperliche Einschränkungen können jedoch dazu führen, dass alltägliche Handgriffe und Bewegungsabläufe in der eigenen Wohnung zum Problem werden.

Treppenstufen, ein hoher Badewannenrand oder ein enges Badezimmer sind jedoch kein zwingender Grund für einen Umzug. Es gibt viele Möglichkeiten, die eigene Wohnung an die individuellen Bedürfnisse anzupassen: Durch den Einsatz von Hilfsmitteln, einfache Ausstattungsveränderungen oder gezielte bauliche oder technische Veränderungen in der Wohnung werden Selbstständigkeit und Selbstbestimmtheit erhalten und gefördert. Wohnraumanpassung trägt dazu bei, körperliche Defizite auszugleichen oder zu mindern und im Bedarfsfalle eine häusliche Pflege zu erleichtern oder zu ermöglichen.

Ausführlichere Informationen zu den Themen in diesem Kapitel finden Sie im Internet auf der Seite www.serviceportal-zuhause-im-alter.de.

5.1 Wohnraumanpassung – Lebensqualität zu Hause

Durch eine Wohnraumanpassung kann eine Wohnung häufig den Ansprüchen im Alter angepasst werden. Oftmals geht es nur um kleine Veränderungen, die das tägliche Leben wesentlich vereinfachen und sicherer machen, wie:

- die Beseitigung von Stolperfallen, wie Teppichen,
- rutschfeste Bodenbeläge,
- Handläufe an den Treppen, Haltegriffe etc.,
- kleinere Alltagserleichterungen (etwa Erhöhung des Bettes),



- die Beseitigung von Barrieren durch Rampen oder den Einsatz von Treppenliften,
- die Verbreiterung von Türen,
- Hilfsmittel (Badewannenlift, Rollator etc.) oder
- der Einsatz moderner Technik (wie Fußbodensensoren).

Barrierefreie Bäder und Eingänge sind oft nicht teurer, wenn ohnehin modernisiert wird. Überlegen Sie rechtzeitig bei allen Umbaumaßnahmen, wie Sie sich das Leben erleichtern können. Wenn hinter den Fliesen im Bad schon Halterungen für Griffe vorbereitet sind, ersparen Sie sich später hohe Kosten. Auch ebenerdige Duschen sind in jedem Alter praktisch und schön.

Beratung erhalten Sie im Seniorenservicebüro Landkreis Stade.

Einige Handwerksunternehmen haben sich bereits auf altersgerechte Umbauten spezialisiert. Erkundigen Sie sich bei der

Kreishandwerkerschaft Stade

Im Neuwerk 19, 21680 Stade
 Tel.: 04141/52120, Fax: 04141/521252
info@khw-std.de

Die Pflegekassen können finanzielle Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes der oder des Pflegebedürftigen gewähren, beispielsweise für den behindertengerechten Umbau von Bad oder

... täglich eine neue Seite ...

Hilfe, Unterstützung und Betreuung bieten Ihnen unsere Service-Angebote:

Menüservice „Essen auf Rädern“
Schmackhafte Gerichte kommen zu Ihnen ins Haus!

Hausnotrufsysteme sorgen für mehr Sicherheit in den eigenen vier Wänden!

Betreutes Reisen
Schiffs- und Flugreisen mit Reiseleitung, Begleitung und Betreuung durch Mitarbeiter des DRK.

Nähere Informationen erhalten Sie in unserem **Service-Center**

Deutsches Rotes Kreuz
Am Hofacker 14, 21682 Stade
Telefon: 04141 8033-0
E-Mail: info@kv-stade.drk.de
www.kv-stade.drk.de



Sozialstationen bieten ambulante Unterstützung bei der häuslichen Pflege

Sozialstation Altes Land und Geestrand
Schützenstraße 4 a, 21720 Steinkirchen
Telefon: 04142 3818

Sozialstation Stade
Thuner Straße 41, 21680 Stade
Telefon: 04141 9919919

Sozialstation Himmelpforten/Kehdingen
Forth 5, 21709 Himmelpforten
Telefon: 04144 235100

Tagespflege bietet Entlastung für pflegende Angehörige: tagsüber gut versorgt, abends wieder zu Hause.

Tagespflege Himmelpforten
Forth 5, 21709 Himmelpforten
Telefon: 04144 2351023

Tagespflege Freiburg
Krankenhausweg 9, 21729 Freiburg
Telefon: 0152 54586634



... des Lebens!



Senioren- und Pflegeheime

DRK-Dr. Neucks-Heim Buxtehude
Spechtweg 3, 21614 Buxtehude
Telefon: 04161 7233-0

Seniorenheim Drochtersen
„Haus Gauensiek“
Gauensieker Str. 76-80, 21706 Drochtersen
Telefon: 04143 9154-0

Seniorenheim Freiburg gGmbH
„Haus Kehdingen“
Krankenhausweg 9, 21729 Freiburg
Telefon: 04779 9236-0

Seniorenheim Harsefeld
„Auf der Geest“
Ulmenweg 2, 21698 Harsefeld
Telefon: 04164 8982-0

Alten- und Pflegeheim Stade
Wendenstraße 43, 21680 Stade
Telefon: 04141 6076-40

Senioren Wohngemeinschaft

Seniorenwohngemeinschaft Horneburg
„Alte Druckerei“
Otto-Balzer-Straße 6, 21640 Hornburg
Telefon: 04163 829637

Aktives Wohnen im Alter

Betreutes Wohnen in Harsefeld
Ulmenweg 2 a, 21698 Harsefeld
Telefon: 04164 8982-0

Betreutes Wohnen in Stade
Wendenstraße 39, 21680 Stade
Telefon: 04141 8033-205

Weitere betreute Wohnanlagen befinden sich in: Drochtersen • Fredenbeck
• Freiburg • Himmelpforten
• Horneburg • Jork • Steinkirchen.



mh
mundt
haustechnik
gmbh

**Barrierefreie
Bäder
mit Komfort!**

Ein schickes Bad mit Nachrüstgarantie für jeden Lebensabschnitt ist nicht nur funktionell, sondern sichert Mobilität und Selbstständigkeit.



Estorf-Gräpel :: Tel. 0 41 40 - 87 68 17
www.mundt-haustechnik.de

Mehr zum Thema
Umschlag-Seite 2!

**EISEN
TRABANDT**
www.zukunftsbad.de

**Sie bestimmen, wie Sie
älter werden wollen!**

Ohle Ring 17 | 21684 Stade-Wiepenkathen



**Die Renovierer
4 Meisterbetriebe
Ein Ansprechpartner**

*Badezimmer
Alters- und seniorengerechtes Wohnen
Malerarbeiten | Elektroarbeiten
Maurer-, Fliesenleger und
Tischlerarbeiten*

**Telefon
041 44 - 31 14**

Thomas Meier · An der Lohe 11 · 21714 Hammah
Telefon 0 41 44 - 31 14 · Fax 0 41 44 - 23 48 32
info@die4renovierer · www.die4renovierer

**Alle Arbeiten in einer Hand!
Wir packen´s an!**

Elektroarbeiten • Badezimmer • Malerarbeiten



Küche. Voraussetzung ist, dass so die häusliche Pflege gewährleistet oder erheblich erleichtert werden kann oder die selbständige Lebensführung der oder des Pflegebedürftigen wiederhergestellt wird. Es empfiehlt sich, vor Baubeginn einen Antrag bei der Pflegekasse zu stellen. Neben den Leistungen aus der gesetzlichen Pflegeversicherung kommen unter Umständen andere Kostenträger, wie Renten-, Unfallversicherung oder der Sozialhilfeträger in Betracht.

Für Eigentümer gibt es zudem weitere Fördermöglichkeiten durch zinsgünstige zweckgebundene Darlehen der N-Bank und der Kreditanstalt für Wiederaufbau. Vor diesem Hintergrund kann es sich bei bestimmten Baumaßnahmen auch lohnen, Ihren Vermieter auf eine Kostenbeteiligung anzusprechen.

5.2 Wohnberatung

Im Landkreis Stade gibt es vor Ort ehrenamtlich tätige Wohnberaterinnen und Wohnberater.

Die ehrenamtlichen Wohnberatung

- ist für alle Bürgerinnen und Bürger im Kreisgebiet tätig;
- informiert im Rahmen von Hausbesuchen, welche Veränderungen in der Wohnung sinnvoll und umsetzbar sind (s. auch Wohnraumanpassung);
- unterstützt bei Bedarf bei konkreten Umbauplanungen, indem sie Gespräche mit Vermietern, Handwerksunternehmen und anderen Beteiligten führt und ggf. ergänzende Hilfen vermittelt;
- informiert über Fördermöglichkeiten und hilft beim Beantragen von Zuschüssen zur Wohnraumanpassung;
- bietet eine kontinuierliche Maßnahmenbegleitung vom Erstkontakt bis zum Abschluss der Maßnahme;

- hält Informationsvorträge in Seniorenkreisen und vor anderen Interessierten und macht Öffentlichkeitsarbeit zu dem Thema;
- unterstützt bei der Organisation von Umzügen und berät zu alternativen Wohnformen im Alter, wie dem „Wohnen mit Service“ oder „Neuen Wohnmodellen“.

Für weitere Informationen und die Vermittlung von ehrenamtlicher Wohnberatung wenden Sie sich an:

Seniorenservicebüro Landkreis Stade

Poststr. 21, 21682 Stade

Tel.: 04141/927713, Fax: 04141/47466

seniorenservicebuero@landkreis-stade.de

www.landkreis-stade.de

Wenn Sie aufgrund einer konkreten Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit auf Wohnraumanpassung angewiesen sind, können Sie sich auch direkt an Ihre Pflegekasse oder Ihren Pflegedienst wenden. Unter Umständen können Sie auch eine ärztliche Verordnung für Ergotherapie bekommen, um für Sie individuell sinnvolle Maßnahmen in Ihrem Wohnumfeld zu finden und den Umgang damit zu trainieren.





Fahren Sie ruhig in den Urlaub! Wir machen Ihr neues Bad!

Es ist unser Prinzip, ganzheitliche Konzepte zu entwickeln und umzusetzen. Erst wenn jedes Detail stimmt und Sie sind mit Ihrem Traumbad zufrieden, sind wir es auch. Seit 1999 sind wir mit unserem Familienbetrieb in zwei Generationen für unsere Kunden kompetenter und flexibler Partner in der Welt des Bades.



400 m² Ausstellung
40 Musterbäder

100 m² Ausstellung
12 Musterbäder

Badstudio Röndigs
21684 Stade

Badausstellung im Fliesenmarkt
21745 Hemmoor

In nur 5 Schritten zum Traumbad!

- 1 Nehmen Sie Kontakt mit uns auf, besuchen Sie eine unserer Ausstellungen, oder rufen Sie uns einfach an.
- 2 Wir kommen zu Ihnen nach Hause, notieren Ihre Wünsche und messen ihr Bad aus.
- 3 Nun beginnt in unserem Büro die Vorplanung: Hier berechnen wir alle Kosten für Verlegematerial und Handwerkerleistungen. Das gilt für alle in Frage kommenden Handwerker wie z.B. Installateur, Fliesenleger, Elektriker, Maurer, Maler, Tischler, Zimmermann, Fensterbauer, usw.
- 4 Nach der Kostenermittlung vereinbaren wir einen Termin mit Ihnen, möglichst mit Ihrem Partner, bei uns in der Ausstellung. Hier beginnt nun die eigentliche Planung und Beratung. In aller Ruhe suchen wir mit Ihnen alle Artikel aus und planen speziell nach Ihren Wünschen und Vorstellungen Ihr individuelles Badezimmer. Wenn alles ausgesucht ist, bekommen Sie von uns sofort einen Festpreis für Ihr komplettes Traumbad.
- 5 Nach Ihrer positiven Entscheidung legen wir sogleich einen Einbaetermin fest. Wir renovieren staubfrei mit Auslegung von Schutzvlies auf allen Laufwegen und Treppen. Für die Staubabsaugung benutzen wir einen Airdean, (einen großen Staubsauger mit Wasserspülung) in Verbindung mit speziellen Staubschutztüren. Die komplette Renovierung, mit allen Gewerken, dauert je nach Größe des Bades ca. 6 bis 10 Arbeitstage und Sie haben nur einen Ansprechpartner.

Nun können Sie sich in Ihrem Traumbad wohlfühlen.

Hier wird staubfrei renoviert!

Stell dir vor: Ich habe die Handwerker im Haus und alles bleibt sauber! ...die haben den cleveren Staubfresser...



Was dürfen wir bei Ihnen staubfrei renovieren?

So wird bei uns nach dem „Staubschutz“-Konzept gearbeitet:

- Mit den Kunden wird besprochen, was alles geschützt werden soll
- die Handwerker arbeiten ausschließlich mit Überziehschuhen, solange der Boden nicht abgedeckt ist
- das Schutzvlies wird ausgelegt
- besonders zu schützende Bereiche werden abgeklebt
- an Türen wird ein Rammschutz angebracht
- Staubschutztüre(n) werden eingesetzt und verschlossen
- der „Staubfresser/Airdean“ wird aufgestellt und sorgt für staubfreie Luft

Also, eine rundum saubere Sache!

Zur Verstärkung unseres Teams suchen wir noch einen **Installateur(in)**

Oder Reparieren statt austauschen!

Unter dem Label „Bad-Technik“ bietet die Firma Badstudio Röndigs seit Kurzem eine neuartige Methode zur kostengünstigen Badsanierung an. Von der punktuellen Reparatur eines kleinen Platzers in der Wanne oder dem Waschbecken, bis zur kompletten Sanierung eines bestehenden Bades, bietet diese Art der Badrenovierung jedem, ob Mieter oder Eigentümer, ob privat oder gewerblich, die Möglichkeit schnell ein „neues, altes Bad“ zu bestaunen. War bis dato nur die komplette Entfernung der zerkratzten Duschwanne die einzige Möglichkeit einen



„Schandfleck“ im Bad zu beseitigen, so ist Badstudio Röndigs nun in der Lage, die Duschwanne nach einem patentierten Verfahren neu zu beschichten. Innerhalb kurzer Zeit, bei einem kompletten Bad innerhalb eines Tages, können Sie Ihr Bad wieder benutzen. Ein riesiger Vorteil, gegenüber eines kompletten Austausches von WC-Becken, Waschbecken, Wanne und Co. Sollten die

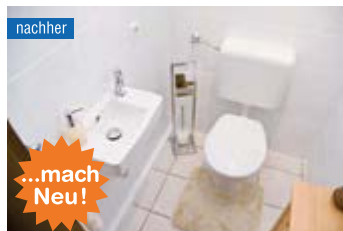
Fugen einmal nicht mehr so schön aussehen, auch hier gibt es kostengünstige Lösungen, wie Sie schnell wieder ein sauberes und hygienisches Bad durch

die Fachleute von Röndigs erhalten. Die Devise heißt wieder: „Aus alt mach neu!“.

Ihr Bad ist noch gut in Schuss. Allerdings hätten Sie beim Duschen gerne etwas mehr Standsicherheit? Auch kein Problem. Eine rutschhemmende Beschichtung in der Wanne oder in der Duschwanne ist hier das Mittel der Wahl. Die bisherige

Rutschmatte mit ihren Saugnapfen greift die Oberfläche der Sanitäröbekte an und ist außerdem schwer zu reinigen.

Algen, Schimmelpilze und Bakterien gehören dank der neuen unlöslichen Beschichtung „Griptex“ der Vergangenheit an. Zertifiziert für Hotels, Krankenhäuser und Altenheime, können nun auch Sie in Ihren eigenen vier Wänden von diesem innovativen Produkt profitieren. Lassen Sie sich kompetent von den Bäderprofis vom Badstudio Röndigs beraten. Sie werden sehen, es lohnt sich in jedem Fall.



Bad-Technik

oder reparieren statt austauschen

Mehr Informationen unter www.badtechnik-bremerhaven.de



5.3 Seniorengerechte Wohnungen

Wenn Ihre Wohnung den Erfordernissen des Alters nicht entspricht und eine Wohnraumanpassung nicht möglich ist, können Sie über einen Umzug in eine seniorengerechte Wohnung nachdenken. Hierbei sollte es sich um eine abgeschlossene Wohnung handeln, die durch Lage, Grundriss und Ausstattung den besonderen Wohnbedürfnissen älterer Menschen entspricht. Zu unterscheiden ist zwischen „klassischen“ Altenwohnungen und barrierefreien Wohnungen. Während Altenwohnungen weniger über einen baulichen Standard als über eine Mieterzielgruppe (Einzugsvoraussetzungen bei öffentlich geförderten Altenwohnungen mindestens 60 Jahre und Vorliegen eines Wohnberechtigungsscheines) definiert sind, erfüllen barrierefreie Wohnungen bauliche Kriterien in Anlehnung an die DIN 18025 zur Barrierefreiheit. Wenn Sie im Alter umziehen, sollten Sie auf folgendes achten:

- Stufenloser Zugang zum Haus bzw. zur Wohnung (Rampe oder Fahrstuhl),
- möglichst keine Schwellen (wenn, dann nicht über 2 cm),
- Türenbreite mind. 80 cm (Hauseingangstür und Wohnungstür 90 cm, möglichst mit Weitwinkelspion),
- barrierefreies Bad mit bodengleicher Dusche und ausreichend Bewegungsfläche,

- Bedienungselemente (z.B. Lichtschalter) sollten auch im Sitzen erreichbar sein und
- ausreichend Bewegungsfläche in der Küche.

5.4 Betreutes Wohnen für Senioren/ Wohnen mit Service

Hinter der Idee, in ein „Betreutes Wohnen“ umzuziehen, steht häufig der Wunsch, als älterer Mensch das Wohnen im Pflegeheim so weit als möglich zu vermeiden, selbstständig zu bleiben und dennoch gezielt Hilfe in Anspruch nehmen zu können.

Im „Betreuten Wohnen/Wohnen mit Service“ wird jedoch zumeist keine Rund-um-Fürsorge gewährleistet. In vielen Häusern bedeutet „Betreutes Wohnen“, dass eine Hausdame mit einer gewissen Stundenzahl als Ansprechpartnerin vor Ort für Fragen, Sorgen und Nöte des täglichen Lebens zur Verfügung steht. Die Bandbreite der angebotenen (Wahl-) Leistungen kann von einfachen handwerklichen oder hauswirtschaftlichen Hilfen (Wäschedienst, Wohnungsreinigung) über Hilfen bei den alltäglichen Dingen (Erledigung von Schriftverkehr und Behördenangelegenheiten) bis hin zu ambulanten Pflegeleistungen (bzw. der Vermittlung solcher Leistungen) reichen. Zumeist müssen diese weiterreichenden Leistungen extra bezahlt werden.

Einige Wohnungen sind direkt an ein Altenpflegeheim angebunden, so dass Leistungen und Angebote dieser Einrichtung mitgenutzt werden können. Zu bedenken ist, dass eigene Pflegebedürftigkeit trotzdem das Leben im „Betreuten Wohnen“ beenden kann.

Die Kosten für die Serviceleistungen sind unterschiedlich, informieren Sie sich genau, welche Leistungen Sie für Ihr Geld bekommen.

Wohnen für Senioren

Maklerin für Seniorenimmobilien



Unsere Leistungen

- Verkauf
- Vermietung
- Verwaltung

Unser Spezialgebiet

- Betreutes Wohnen
- Seniorengerechte Eigentumswohnungen
Neubau, angegliedert an das Seniorenhaus
Horneburg
- Pflegeapartements als Kapitalanlage



Otto-Balzer-Str. 6 A
21640 Horneburg · www.adebahr.com · Tel. 0 41 63/81 27 17

Wohnungen für alle

Wir erfüllen Ihre Wohnwünsche.
Mit über 2.400 Wohnungen
sind wir in Stade der größte
Wohnungsanbieter.



Unser Wohnungsangebot:
1- bis 4-Zimmer-Wohnungen,
Reihenhäuser und Senioren-
wohnungen. Alle Wohnungen
entsprechen dem heutigen
Standard und befinden sich
in zentraler oder stadtnaher
Lage von Stade.

Teichstr. 51, 21680 Stade,
Tel. 04141 6075-0, Fax -12,
www.wohnstaette.de,
info@wohnstaette.de



**WOHNSTÄTTE
STADE EG**
Wir sind für alle da



SENIORENRESIDENZ
BUXTEHUDE

Sie suchen ein sicheres Zuhause
für ein gepflegtes Leben im Alter?

Willkommen bei uns!



Familiäre
Atmosphäre



Schöne Gartenanlage
und Dachterasse



Täglich frisch
zubereitete Mahlzeiten



Entspannung
im Raum der Sinne



Überall durch das Notruf-System erreichbar, steht Ihnen unser Pflegepersonal – auch bei schwerer Pflegebedürftigkeit und dementieller Erkrankung – kompetent, verantwortungsvoll und fürsorglich zur Seite.

K&S Seniorenresidenz Buxtehude | Stader Straße 2 | 21614 Buxtehude | Tel. 0 41 61 / 60 08 10
buxtehude@ks-unternehmensgruppe.de | www.ks-unternehmensgruppe.de

Da der Begriff des „Betreuten Wohnens“ rechtlich nicht klar definiert ist, wurde vor dem Hintergrund des Verbraucherschutzes ein Qualitätssiegel für das „Betreute Wohnen“ entwickelt, die DIN 77800. Das Siegel wird nur an neu erstellte Einrichtungen vergeben, die Prüfkriterien sind jedoch allgemein zugänglich und bieten auch bei der Besichtigung bestehender Einrichtungen Orientierung. Eine gute Richtschnur bietet auch die Checkliste der BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenorganisationen), die Sie unter www.bagso.de anfordern können.

Weitere Auskünfte, eine Übersicht der Wohnangebote im Landkreis und Beratung zum Wohnen für Seniorinnen und Senioren erhalten Sie im Seniorenservicebüro Landkreis Stade.

5.5 Neue Wohnformen: Gemeinschaftliches Wohnen und Pflegewohngemeinschaften

Zunehmend in der öffentlichen Diskussion sind Angebote des gemeinschaftlichen Wohnens und ambulant betreute Pflegewohngemeinschaften – oftmals kurz zusammengefasst unter dem Schlagwort „Neue Wohnformen“. Was verbirgt sich genau dahinter? Zentral ist zunächst die Unterscheidung zwischen der jeweiligen Zielgruppe und der „Organisationsform“.

Ambulant betreute Wohngemeinschaften sind auf Menschen ausgerichtet, die aufgrund ihres Hilfe- und Pflegebedarfs nicht mehr zu Hause versorgt werden können oder wollen. Denkbar ist auch eine konzeptionelle Ausrichtung speziell für demenzkranke Menschen. Träger dieser Angebote sind in der Regel Wohnungsbaugesellschaften und soziale Dienstleister, also professionelle Anbieter. In der Regel leben dort 6–12 ältere Personen in einem Haus oder einer Wohnung zusammen. Jede Bewoh-

nerin und jeder Bewohner hat einen eigenen Wohn- und Schlafbereich. Zusätzlich werden Küche, Bad und ggf. weitere Räume gemeinschaftlich genutzt. Kerngedanke der ambulant betreuten Wohngemeinschaften ist die gemeinsame Organisation und Finanzierung des Alltags. Ziel ist es, einen möglichst „normalen“ Tagesablauf im Sinne der Bedürfnisse der Bewohnerinnen und Bewohner zu gewährleisten.

Von diesen „professionell“ organisierten Angeboten zu unterscheiden sind gemeinschaftliche Wohnformen. Diese dienen nicht der Organisation von Pflege. Gemeinschaftliches Wohnen in Seniorenwohnprojekten oder auch generationenübergreifenden Projekten wird durch Privatpersonen oder Bewohnervereine selbst organisiert. Hier geht es um selbstbestimmtes, aktives Leben und Wohnen in einer Gemeinschaft.

Im Landkreis Stade gibt es sowohl Projekte des gemeinschaftlichen Wohnens als auch ambulant betreute Pflegewohngemeinschaften. Weitere Informationen erhalten Interessierte (Neugründer) im Seniorenservicebüro Landkreis Stade oder im

Niedersachsenbüro

„Neues Wohnen im Alter“

Hildesheimer Str. 15, 30169 Hannover

Tel.: 0511/16591080

www.neues-wohnen-nds.de



Unabhängig von der eigenen Pflegebedürftigkeit benötigen Ältere vielfach häusliche Versorgungs- und Hilfsangebote. Wo diese Hilfestellungen nicht mehr von Nachbarn oder Angehörigen geleistet werden können, können die im Folgenden vorgestellten Angebote helfen, den teils beschwerlichen Alltag besser zu bewältigen.

6.1 Ehrenamtliche Besuchsdienste

Wenn es Ihnen schwer fällt, die Wohnung ohne fremde Hilfe zu verlassen oder Sie aus anderen Gründen viel alleine sind, bieten ehrenamtliche Besuchsdienste ihre Hilfen an. Die Angebote sollen dazu beitragen, dass Menschen durch Hausbesuche, Gespräche, Vorlesen, Spielen und evtl. Spaziergänge mehr Freude im Alltag haben. Manchmal können Sie über ehrenamtliche Besuchsdienste auch weitergehende Hilfeleistungen erhalten.

Auskünfte über Besuchsdienste erhalten Sie bei Ihrer Stadt- oder Gemeindeverwaltung, den Seniorenberatungen, den Kirchengemeinden oder Wohlfahrtsverbänden. Einige Anschriften finden Sie am Ende dieser Broschüre oder im Kapitel 2, Beratung und Informationen.

Landkreisweit tätig ist die ehrenamtliche Seniorenbegleitung: DUO.

Wer Interesse hat, Menschen mit persönlichen Besuchen eine Freude zu machen oder wer selbst Besuch bekommen möchte, kann sich an dem DUO – Programm des Seniorenservicebüros beteiligen. Hier werden durch die Ländliche Erwachsenenbildung ehrenamtliche Seniorenbegleiterinnen und Seniorenbegleiter ausgebildet. Das Seniorenservicebüro Landkreis Stade versucht dann DUOs zu bilden, also die Ehrenamtlichen an Seniorinnen oder Senioren zu vermitteln.

Seniorenservicebüro Landkreis Stade

Poststr. 21, 21682 Stade

Tel.: 04141/927713, Fax: 04141/47466

seniorenservicebuero@landkreis-stade.de

www.landkreis-stade.de

6.2 Hilfen im Haus, Garten oder beim Einkaufen

Sollten Sie eine Hilfe im Haushalt, Garten oder beim Einkaufen benötigen, müssen Sie entscheiden, ob Sie jemanden regelmäßig bei sich beschäftigen oder bei Bedarf eine Firma beauftragen wollen.

Minijobs im Privathaushalt

Sie können eine Hilfe im Haushalt auf Minijobbasis anstellen und anmelden. Die genauen Tätigkeiten innerhalb des Privathaushaltes können Sie in Absprache mit der oder dem Beschäftigten festlegen. Denkbar sind neben Reinigungs- und Gartentätigkeiten auch Begleitung bei Freizeitaktivitäten, zum Einkaufen oder bei Arztbesuchen. Die Anstellungsmodalitäten sind durch die Minijobregelung und das Haushaltsscheckverfahren für Privathaushalte stark vereinfacht worden.

Auskünfte über die rechtlichen Modalitäten und einen Anmeldebogen erhalten Sie bei der:



Minijob-Zentrale

45115 Essen

Tel.: 0355/290270799, Fax: 0201/384979797

www.minijob-zentrale.de

minijob@minijob-zentrale.de

Dienstleister, die auf Senioren spezialisiert sind

Wenn Sie nicht selbst Arbeitgeber sein möchten oder nur gelegentlich auf Hilfe angewiesen sind, können Sie sich an Selbständige, Vereine oder Firmen wenden, die gegen Rechnung für Sie arbeiten. Es gibt nicht nur Reinigungsfirmen, die Haushaltshilfen in Privathäuser schicken, sondern auch Anbieter, die Sie bei notwendigen Fahrten oder Freizeitaktivitäten begleiten.

Hauswirtschaftliche Hilfen der ambulanten Pflegedienste

Auch die ambulanten Pflegedienste bieten unter bestimmten Voraussetzungen Hilfen für hauswirtschaftliche Verrichtungen an, sofern sie im Rahmen der Pflegebedürftigkeit notwendig werden. Welche Kosten bei den jeweiligen Pflegediensten für Sie entstehen, erfragen Sie bei den Pflegediensten direkt. Nähere Informationen zu den Pflegediensten finden Sie in Kapitel 8, Pflegebedürftigkeit.

24-Stunden-Hilfe aus Osteuropa

Trotz Pflegebedürftigkeit zuhause alt werden, das ist der Wunsch vieler Seniorinnen und Senioren. Die Beschäftigung einer Haushaltshilfe, die im Haus der Pflegebedürftigen wohnt, kann dabei eine große Unterstützung sein. Diese Haushaltshilfen ersetzen keine ausgebildete Pflegekraft, sondern führen neben hauswirtschaftlichen Tätigkeiten nur pflegerische Alltagshilfen aus. Dies sind einfache Tätigkeiten zur Unterstützung der Pflegebedürftigen bei Alltagshandlungen, wie An- und Auskleiden, Toilettengang oder Duschen.



Auch hier gibt es die Möglichkeit, selbst Arbeitgeber zu werden oder über eine Agentur Haushaltshilfen gegen Rechnung gestellt zu bekommen.

Sofern Sie selbst Arbeitgeber werden möchten, können Sie sich an die Zentrale Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) der Agentur für Arbeit wenden. Diese vermittelt gebührenfrei Haushaltshilfen aus dem europäischen Ausland an Haushalte mit betreuungsbedürftigen Personen. Weitere Informationen zum Verfahren, zu den Zulassungsbedingungen und der Antragsstellung erhalten Sie bei der ZAV in Bonn unter Tel.: 0228/713-1414 oder im Internet unter www.arbeitsagentur.de.

Alternativ gibt es verschiedene private Anbieter, die osteuropäische Haushaltshilfen in den Landkreis vermitteln. Diese Haushaltshilfen sind bei einer Agentur in ihrem Heimatland angestellt und werden nach dem dortigen Tarif bezahlt. Sie bleiben in der Regel drei Monate und werden dann von einer Kollegin oder einem Kollegen abgelöst.

Wenn Sie eine Hilfe aus Osteuropa anstellen wollen, müssen Sie Steuer- und Sozialversicherungspflicht, Unfallversicherung, Mindestlohn, zulässige Arbeitszeiten und die Frage der Weisungsbefugnis beachten.

Fenster verschmutzt? Wolf kommt und putzt!

Reinigungsservice Margret Wolf

Töpferstraße 1 · 21680 Stade
Telefon: 0 41 41 / 5 29 63 48

Der Familienbetrieb
seit 2007

Für den privaten Kunden!

**www.
reinigungs-service-wolf.de**



24h Betreuungskräfte aus Osteuropa Oma will nicht ins Heim...

„Deutschlandweit vermittele ich, mit Hilfe meiner osteuropäischen Partnerunternehmen, zuverlässige Betreuungskräfte.“

Erfahrene osteuropäische Betreuungskräfte und Haushalthilfen sind 24 Stunden am Tag für die Hilfs- und Pflegebedürftigen da, so dass sie in ihren eigenen vier Wänden wohnen bleiben können und auch ihr gewohntes Umfeld erhalten bleibt. Auch die Angehörigen werden durch diesen Service entlastet und haben Zeit, sich mit dem pflegebedürftigen Familienmitglied den schönen Seiten des Lebens zu widmen und nicht nur der Pflege. Das Büro Mertens vermittelt seit über zehn Jahren kompetente und vertrauenswürdige Betreuungskräfte und das in Zusammenar-

beit mit osteuropäischen Partnerunternehmen, die für Professionalität und Zuverlässigkeit stehen. Auch wer nur eine zeitliche begrenzte Lösung sucht, ist beim Büro Mertens bestens aufgehoben.

Heike Mertens



Ich informiere Sie gern:
Telefon 04161/509 90 69
info@24h-gut-betreut.de
www.24h-gut-betreut.de



Qualifizierungsküche Stade
21680, Jorker Straße 4 – 10
Tel: 04141-7792808
E-Mail: ear@bbw-cadenberge.de
Speisepläne finden Sie unter:
www.qualifizierungskueche.de
Wir sind CERTQUA und Laves zertifiziert!

Essen auf Rädern ...gesund und lecker essen! An 364 Tagen im Jahr zu Ihnen ins Haus!

- Wir bieten Ihnen täglich 3 Gerichte zu Ihrer Auswahl, in Stade frisch gekocht, zusätzlich 3 mal pro Woche Nachtisch/Obst/Salat.
- Kurzfristige Bestellung ist möglich!
- Gern senden wir Ihnen weiteres Infomaterial zu!
- einfach anrufen: **04141-7792808**



IDEEN MIT BRILLANZ UND ELEGANZ

anCos Verlag GmbH

Lange Straße 14 · 49565 Bramsche

Fon: +49 (0) 54 61 . 8 82 66 - 0
Fax: +49 (0) 54 61 . 8 82 66 - 11

info@ancos-verlag.de · www.ancos-verlag.de



Seit 1999 sind wir Ihr starker Partner, wenn es um die Entwicklung und Herstellung hochwertiger Digital- und Printmedien geht.

6.3 Warme Mahlzeiten

Menschen, denen das Kochen zu beschwerlich oder aus gesundheitlichen Gründen nicht mehr möglich ist, können sich durch „Essen auf Rädern“, einen Lieferservice oder einen Mittagstisch versorgen lassen.

Je nach Angebot des Mahlzeitendienstes werden Mahlzeiten entweder als Tiefkühlkost in Wochenrationen oder täglich frisch zubereitet nach Hause geliefert. Die Lieferzeiten werden individuell vereinbart. In der Regel ist eine tägliche Auswahl des Gerichtes möglich. Die Speisekarten beinhalten auch Diät-, Vollwert- oder Schonkost. Bitte erkundigen Sie sich bei dem jeweiligen Mahlzeitendienst über die Art, die Auswahlmöglichkeiten und die Preise.

Die vor Ort tätigen Mahlzeitendienste können Sie bei den Wohlfahrtsverbänden, Pflegediensten und den Seniorenberatungen in Ihrer Stadt- bzw. Gemeindeverwaltung erfragen.

Aber auch manche privaten Anbieter bieten einen täglichen Lieferservice an. Oder Sie nutzen den Mittagstisch in Seniorenbegegnungsstätten, Restaurants, bei Schlachtern oder in Pflegeheimen. Beim gemeinsamen Essen können Sie möglicherweise neue Kontakte knüpfen. Alternativen können auch Tiefkühlgerichte aus dem Supermarkt und Verabredungen zum gemeinsamen Essen mit Haushaltshilfen, Nachbarn oder Besuchsdiensten sein.

6.4 Hausnotruf

Zu Hause in vertrauter Umgebung leben und die Sicherheit haben, dass im Notfall schnell Hilfe kommt. Dieses Bedürfnis nimmt der Hausnotruf auf. Sofern Sie einen Hausnotruf haben, sollten Sie den kleinen Sender in Form einer Kette oder Armbanduhr immer am Körper tragen. Auf Knopfdruck können Sie dann



sofort Hilfe rufen. Sollten Sie sich nicht melden, wird von Seiten des Anbieters versucht, telefonischen Kontakt herzustellen. Bleibt dies erfolglos, werden weitere Hilfsmaßnahmen ergriffen, wie die Benachrichtigung von Verwandten oder der Ruf eines Rettungswagens.

Hausnotrufdienste können (auch vorübergehend) in jeder Privatwohnung installiert werden. Da die Leistungen und Preise variieren, sollten Sie sich bei den einzelnen Anbietern direkt informieren. Erkundigen Sie sich bei der Auswahl eines Systems auf jeden Fall danach, wie das Notrufsystem funktioniert. Fragen Sie, ob es eine ständig besetzte Hausnotruf-Zentrale und eine Schlüsselverwaltung gibt, um zu verhindern, dass im Notfall die Tür aufgebrochen werden muss. Bei einigen Anbietern gibt es zusätzlich zum Notruf eine Taste, mit der Sie dem Notrufempfänger jeden Tag ein „Lebenszeichen“ geben. Wenn dieses ausbleibt, wird auf jeden Fall nach Ihnen geschaut.

Die Hausnotrufsysteme werden gemietet. Neben einer einmaligen Anschlussgebühr zahlen Sie monatliche Gebühren. Sofern Sie Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung haben, können Sie eine Kostenübernahme oder -beteiligung mit Ihrer Pflegekasse abklären.

Es gibt verschiedene Anbieter für Hausnotrufsysteme im Landkreis Stade, die Sie im Internet finden oder bei den Pflegediensten sowie den Seniorenberatungsstellen erfragen können.

Sofern Sie noch alleine das Haus verlassen, sollten Sie sich nach mobilen Notrufsystemen erkundigen. Nähere Informationen dazu finden Sie im Kapitel 1.4, Mobilität.

6.5 Sterbebegleitung

Auf Wunsch besuchen und begleiten die Hospizgruppen im Landkreis Menschen in der letzten Lebensphase zu Hause, im Heim oder im Krankenhaus. Dabei wird sich ganz nach den Wünschen des Schwerkranken und der Angehörigen gerichtet. Der Einsatz von Hospizhelferinnen und -helfern ist kostenlos und geschieht unabhängig von Religion, Nationalität, Weltanschauung und Art der Erkrankung.

Vorrangiges Ziel ist es, Menschen in ihrem Wunsch zu unterstützen, ihre letzte Lebensphase in vertrauter Umgebung zu verbringen, möglichst schmerzfrei, bewusst und selbstbestimmt.

Die Hospizgruppen im Landkreis Stade unterstützen Sie:

- In der Situation einer schweren und unheilbaren Krankheit oder des näher kommenden Todes kommt auf Ihren Wunsch eine Begleiterin oder ein Begleiter zu Ihnen.
- Wenn Sie möchten, spricht sie oder er mit Ihnen über Ihre Sorgen und Ängste, schweigt mit Ihnen, liest vor, schaut Erinnerungsfotos an oder macht Spaziergänge.
- Auch den Angehörigen wird Unterstützung und Hilfe angeboten. Sie erhalten Informationen bei rechtlichen, medizinischen oder pflegerischen Fragen und Hilfe bei der Su-

che nach psychotherapeutischer oder seelsorglicher Begleitung. Für Trauernde besteht in Einzelgesprächen oder in einem „Gesprächskreis für Trauernde“ die Möglichkeit zur Begegnung und zum Austausch mit anderen.

Daneben besteht die Möglichkeit der stationären Betreuung in einem Hospiz. Hier werden sterbende und todkranke Menschen als Gäste aufgenommen, medizinisch und pflegerisch versorgt, es wird seelischer Beistand geleistet und menschliche Nähe gegeben.

Wenn Sie Hilfe suchen oder Beratung wünschen, wenden Sie sich an:

Hospizgruppe Buxtehude e.V.

Stavenort 1, 21614 Buxtehude

Tel.: 04161/597767

info@hospizgruppe-buxtehude.de

www.hospizgruppe-buxtehude.de

Hospizgruppe Harsefeld

Denkmalsweg 1, 21698 Harsefeld

Tel.: 04164/4648

hospizgruppe@kirche-harsefeld.de

www.kirche-harsefeld.de

Hospiz-Gruppe Stade e.V.

Bremervörder Str. 99, 21682 Stade

Tel.: 04141/780010

info@hospiz-gruppe-stade.de

www.hospiz-gruppe-stade.de





Mit dem Eintritt in das Rentenalter stehen den meisten Seniorinnen und Senioren weniger finanzielle Mittel zur Verfügung. Im höheren Alter steigen durch gesundheitliche Einschränkungen häufig die Ausgaben, da viele Hilfen eingekauft werden müssen. Scheuen Sie sich daher nicht, die Ihnen zustehenden finanziellen Hilfen und Vergünstigungen zu beantragen.

7.1 Rente

Prüfen Sie, ob Sie als Versicherte oder Versicherter der gesetzlichen Rentenversicherung oder als Hinterbliebene oder Hinterbliebener einer Versicherten oder eines Versicherten einen Anspruch auf Renten haben.

Diesen Anspruch können Sie bei den Versichertenältesten oder den Rentenversicherungsträgern selbst durch einen Antrag sichern. Die Nutzung des offiziellen Rentenantragformulars beschleunigt die Bearbeitung erheblich.

Deutsche Rentenversicherung Braunschweig-Hannover

Heckenweg 17, 21680 Stade
Tel.: 04141/4094-0
beratung.in.stade@drv-bsh.de

Die Auskunft- und Beratungsstelle bittet um telefonische Anmeldung.

Weitere Informationen, Broschüren und Vordrucke finden Sie im Internet unter www.deutsche-rentenversicherung-bund.de

7.2 Wohngeld und Wohnberechtigungsschein

Wenn Ihr Einkommen nicht ausreicht, um die Miete oder die Lasten für das Eigentum zu zahlen, kann es sein, dass Sie Anspruch auf Wohngeld haben.

Wohngeld gibt es

- als Mietzuschuss für eine Wohnung oder ein Zimmer (auch in einem Pflegeheim)
- als Lastenzuschuss, insbesondere für Eigenheime oder Eigentumswohnungen.

Ob und in welcher Höhe Ihnen Wohngeld zusteht, hängt ab

- vom Gesamteinkommen,
- von der Zahl der zu Ihrem Haushalt zu rechnenden Personen,
- von der Höhe der zuschussfähigen Miete bzw. Belastung.

Wohngeld wird nur auf Antrag gewährt. Ausführliche Hinweise und Beispielrechnungen finden Sie auf der Homepage des Bundesministeriums für Verkehr und digitale Infrastruktur (www.bmvi.de).

Wer eine preiswerte Sozialwohnung beziehen möchte, muss mit einem Wohnberechtigungsschein nachweisen, dass er oder sie zum Bezug einer solchen Wohnung berechtigt ist. Ein Wohnberechtigungsschein kann nur ausgestellt werden, wenn bestimmte Einkommensgrenzen nicht überschritten werden. Einen

Wohnberechtigungsschein beantragen Sie am zukünftigen Wohnort.

Antragsformulare für Wohngeld und Wohnberechtigungsschein sind auf der Homepage des Landkreises Stade (www.landkreis-stade.de) hinterlegt. Die Samtgemeinde Harsefeld und die Hansestädte Stade und Buxtehude nehmen die Aufgaben selbständig wahr.

Das Bauordnungsamt des Landkreises Stade ist zuständig für die ländlichen Gemeinden.

7.3 Sozialhilfe und Grundsicherungsleistungen

Sozialhilfe- oder Grundsicherungsleistungen können Sie erhalten, wenn Sie Ihren Lebensunterhalt nicht durch eigenes Einkommen und/oder Vermögen sicherstellen können und auch Hilfen von Familienangehörigen, Kranken- und Pflegekassen oder Renten nicht ausreichen.

Wer einen Antrag auf Hilfe stellt, muss deshalb über Einkommen und Vermögen Auskunft erteilen und diese Auskünfte auch belegen. Sozialhilfeleistungen werden grundsätzlich nicht für Zeiträume vor der Antragstellung erbracht. Sämtliche notwendigen Antragsunterlagen können im Sozialamt des Landkreises Stade angefordert werden.

Weitere Informationen und Kontaktdaten zu den einzelnen sozialen Leistungen finden Sie im Internet unter www.landkreis-stade.de.

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem 4. Kapitel Sozialgesetzbuch Zwölftes Buch (SGB XII) ist eine Leistung zur Deckung des Lebensunterhalts und geht den Leistungen der Hilfe zum Lebensunterhalt – nach dem 3. Kapitel SGB XII – vor.

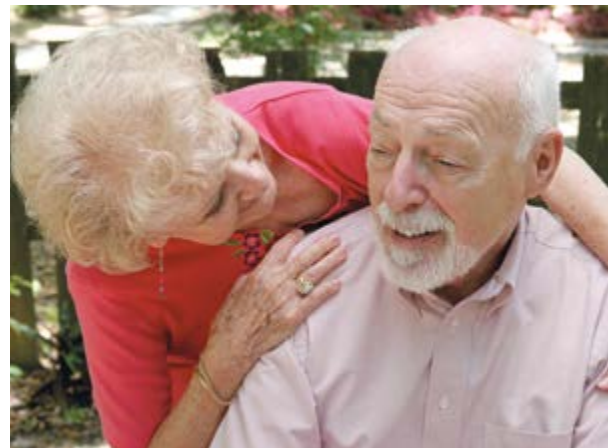
Leistungsberechtigt sind Personen mit gewöhnlichem Aufenthalt im Inland, die ihren notwendigen Lebensunterhalt nicht aus Einkommen und/oder Vermögen bestreiten können und die Regelaltersgrenze im Sinne der gesetzlichen Rentenversicherung erreicht haben oder dauerhaft voll erwerbsgemindert sind. Die Feststellung der vollen Erwerbsminderung kann grundsätzlich nur der Rentenversicherungsträger treffen.

Die Feststellung der Bedürftigkeit erfolgt einerseits unter Berücksichtigung des maßgebenden Regelsatzes, der angemessenen tatsächlichen Aufwendungen für Unterkunft und Heizung sowie von Sonderbedarfen und andererseits des anzurechnenden Einkommens und des verwertbaren (über der Freigrenze liegenden) Vermögens.

Die Leistungen der Grundsicherung beginnen mit der Antragstellung, hier beginnt der Bewilligungszeitraum am Ersten des Monats, in dem der Antrag gestellt worden ist.

Hilfe zum Lebensunterhalt

Diese Leistungen sind bestimmt zur Sicherstellung der Grundbedürfnisse der menschlichen Existenz, wie Ernährung, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Haushaltsenergie, persönliche Bedürfnisse des täglichen Lebens sowie eine angemessene Unterkunft und Hei-





zung. Die Leistungen – mit Ausnahme für Unterkunft und Heizung – werden pauschaliert in Form von Regelsätzen erbracht. Einzelbeihilfen kommen unter besonderen Voraussetzungen in Betracht.

Über die genannten Hilfen hinaus können u.a. Mehrbedarfe wegen Alter oder voller Erwerbsminderung bei Nachweis des Merkzeichens „G“ oder wegen kostenaufwendiger Ernährung bei Krankheit anerkannt werden.

Ferner sind Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträge berücksichtigungsfähig. Während bei der Hilfe zum Lebensunterhalt noch Vorsorgeleistungen für das Alter angerechnet werden, kommt dies bei der Grundsicherung nicht in Betracht.

Hilfe zum Lebensunterhalt steht bedürftigen Personen zu, die keinen Anspruch auf Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung, Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld haben. Sozialhilfe ist eine nachrangige Leistung, die Personen erhalten, die sich nicht selbst helfen können. Ansprüche gegen Dritte – insbesondere Unterhaltsansprüche – sind grundsätzlich vorrangig zu verfolgen. Werden sie nicht rechtzeitig erfüllt und muss deswegen die Sozialhilfe eintreten, gehen die Ansprüche unter bestimmten Voraussetzungen auf die zuständige Stelle über, welche sie dann ihrerseits geltend machen kann.

Hilfe zur Pflege

Die Hilfe zur Pflege nach dem 7. Kapitel des SGB XII umfasst u.a.:

- Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege
- Tagespflege/Nachtpflege
- Vollstationäre Pflege (Altenpflegeheime)
- Hilfen im Privathaushalt

Diese Leistungen werden im Rahmen der Sozialhilfe jedoch nur dann gewährt, wenn die hilfebedürftige Person sich nicht durch ihr Einkommen und/oder Vermögen selbst helfen kann oder die erforderliche Leistung nicht von Angehörigen oder von Trägern anderer Sozialleistungen erbracht werden kann.

Grundsätzlich sind vorrangig die Leistungen der Pflegekasse in Anspruch zu nehmen. Nähere Erläuterungen zu den genannten Hilfe- und Pflegeleistungen und den Leistungen der Pflegekasse finden Sie im Kapitel 8, Pflegebedürftigkeit.

7.4 Hilfen für Menschen mit Behinderung

Das Sozialgesetzbuch Neuntes Buch (SGB IX) – Schwerbehindertengesetz – und eine Reihe anderer gesetzlicher Bestimmungen berechtigen Schwerbehinderte, eine Vielzahl unterschiedlicher Rechte und Nachteilsausgleiche (ggfs. bei Vorliegen weiterer Voraussetzungen) in Anspruch zu nehmen. Hierzu zählen z.B. die unentgeltliche Beförderung im Personennahverkehr, steuerrechtliche Vergünstigungen, ein höheres Wohngeld, Ermäßigung des Rundfunkbeitrages und vieles mehr. Um diese Vergünstigungen zu erhalten, müssen Sie einen entsprechenden Ausweis beantragen.

Schwerbehindertenausweis

Schwerbehinderten wird auf Antrag von der zuständigen Außenstelle des Landesamtes für Soziales, Jugend und Familie (ehemaliges Versorgungsamt) ein Ausweis über die Art und den Grad der Behinderung ausgestellt, wenn der festgestellte Grad der Behinderung mindestens 50 beträgt.

Landesamt für Soziales, Jugend und Familie

– Außenstelle Verden –

Marienstr. 8, 27283 Verden (Aller)

Tel.: 04231/14-0, Fax: 04231/14-153

Das Landesamt für Soziales, Jugend und Familie bietet regelmäßig Sprechtage im Kreishaus in Stade an. Die Termine entnehmen Sie bitte der Presse oder fragen telefonisch beim Landesamt oder beim Landkreis Stade an.

Weitere Informationen rund um das Schwerbehindertenrecht finden Sie im Internet unter der Adresse: www.soziales.niedersachsen.de. Es besteht auch die Möglichkeit, Anträge auf Feststellung der Schwerbehinderteneigenschaft unter www.LSonline.niedersachsen.de online zu stellen.

Landesblindengeld und Blindenhilfe

In Niedersachsen erhalten Blinde zum Ausgleich der durch die Blindheit bedingten Mehraufwendungen Landesblindengeld. Blindengeld wird nur auf Antrag gewährt und ist einkommens- und vermögensunabhängig. Die persönlichen Anspruchsvoraussetzungen sind

u.a. durch einen entsprechenden Eintrag im Schwerbehindertenausweis (Merkzeichen BI) nachzuweisen.

Ergänzend gibt es die Möglichkeit, einen Antrag auf Blindenhilfe nach § 72 SGB XII zu stellen. Bei der einkommens- und vermögensabhängigen Blindenhilfe sind die wirtschaftlichen Verhältnisse maßgeblich, d.h. Einkommen und Vermögen des blinden Menschen und der mit ihm in häuslicher Gemeinschaft lebenden Personen sind innerhalb bestimmter Grenzen zu berücksichtigen. Auf die Blindenhilfe werden Leistungen der gesetzlichen oder privaten Pflegeversicherung bei häuslicher Pflege in feststehendem Umfang sowie ggf. gewährtes Landesblindengeld angerechnet. Blindenhilfe können auch Heimbewohner erhalten; hierbei gibt es ebenfalls Anrechnungsvorschriften.

Anträge und weitere Informationen bekommen Sie im Sozialamt des Landkreises Stade.

7.5 Rundfunkbeitragspflicht

Rundfunk, Fernsehen und Telefon sind insbesondere für ältere Menschen eine wichtige Informationsquelle und eine notwendige Verbindung zur Außenwelt.

Eine Ermäßigung des Rundfunkbeitrags oder Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht kann unter bestimmten Voraussetzungen erfolgen.

ARD ZDF Deutschlandradio nennt alle gesetzlichen Voraussetzungen im Internet auf der Seite www.rundfunkbeitrag.de.

ARD ZDF Deutschlandradio

Beitragsservice

50656 Köln

Tel.: 0185/99950100, Fax: 0185/9990105





Der größte Teil der Pflegebedürftigen wird bis heute in der Familie betreut. Vielfach sind Angehörige mit der Pflege so ausgelastet, dass Ihnen kaum noch Zeit bleibt, sich über Hilfen zu informieren. Einen guten Überblick über „Alles was Sie zur Pflege wissen müssen.“, bietet der „Ratgeber zur Pflege“ des Bundesministeriums für Gesundheit. Die kostenlose Broschüre bestellen Sie unter publikationen@bundesregierung.de oder Tel.: 01805/778090. Einen schnellen Überblick zu allen Themen in diesem Kapitel bekommen Sie auch auf der Seite des Bundesministeriums für Gesundheit unter www.bmg.bund.de/pflege.

8.1 Die Pflegeversicherung

Pflegebedürftigkeit bringt oft große finanzielle Belastungen mit sich. Um dieses finanzielle Risiko abzumildern, wurde die Pflegeversicherung eingeführt. Wenn Sie Mitglied einer gesetzlichen Krankenversicherung sind, sind Sie dort auch pflegeversichert. Wer privat krankenversichert ist, muss eine private Pflegeversicherung abschließen. Informieren Sie sich in diesem Fall genau, welche Leistungen Ihre private Pflegeversicherung bietet.

Bei der Pflegeversicherung handelt es sich nicht um eine Vollversicherung. Sie sichert im bestimmten Rahmen die Grundversorgung ab, wobei die Pflegekassen jeweils den pflegebe-

dingten Anteil übernehmen. Voraussetzung für die Gewährung von Leistungen aus der Pflegeversicherung ist ein Antrag bei Ihrer Pflegekasse. Darüber hinausgehende Kosten haben die Versicherten für die Pflege und Betreuung aus eigenem Einkommen und/oder Vermögen selbst zu tragen. Reichen diese Mittel nicht aus, kommt gegebenenfalls der Sozialhilfeträger in Betracht. Nähere Informationen dazu finden Sie im Kapitel 7, finanzielle Unterstützung.

Private Vorsorge

Da die tatsächlichen Pflegekosten meist höher sind als die von der Pflegeversicherung finanzierte Grundversorgung, kann sich die Frage der privaten Vorsorge stellen. Die Versicherungsgesellschaften bieten drei Arten von Zusatzversicherungen an:

- **Pflege-Rentenversicherung:** Wenn Versicherte pflegebedürftig werden, zahlt die Versicherung je nach Hilfebedarf eine monatliche Rente aus.
- **Pflegekostenversicherung:** Je nach Tarif werden „Restkosten der Pflege“ ganz oder teilweise übernommen.
- **Pflegetagegeldversicherung:** Gegen Nachweis der Pflegebedürftigkeit erhalten Sie einen vereinbarten Geldbetrag für jeden Pflegetag oder -monat.

Leistungen der Pflegeversicherung

Ob und in welchem Umfang Pflegebedürftigkeit vorliegt, stellt der Medizinische Dienst der Krankenversicherung (MDK) fest. Er wird von der zuständigen Pflegekasse beauftragt, wenn Sie dort einen Antrag auf Leistungen der Pflegeversicherung stellen. Bei einer Verschlechterung des Gesundheitszustandes kann jederzeit ein neuer Antrag gestellt werden.

Pflegebedürftige haben bei häuslicher Pflege Anspruch auf Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung als Sachleistung durch einen



Katholisches Altenheim St. Josef vorm Schiffertor

- verkehrsgünstige Lage, 600 m Fußweg bis in die Innenstadt
- stationäre Pflege in 78 Einzelzimmern und 6 Doppelzimmern mit eigenem Bad
- Gottesdienste beider Konfessionen in der dem Haus angeschlossenen Kirche
- besondere Tagesbetreuung für demente Bewohner
- 34 Seniorenwohnungen / Betreutes Wohnen
- Einzug ist religionsunabhängig



Schiffertorsstraße 17 · 21682 Stade · Telefon 04141 4097-0 · www.st-josef-stade.de

TAXI – Wir fahren Sie gern!

- Krankenfahrten
- Dialysefahrten
- Bestrahlungsfahrten
- Rollstuhlbeförderung

 **2650**
(04164)

Ihr Taxi... *...der sichere Weg!*
Rombach

Klaus-Ahrens-Str. 4 · 21698 Harsefeld

www.harsefeld-taxi.de



- Seit dem 1.1.1990 der Pflegedienst in Ihrer Nähe
- Ein engagiertes u. qualifiziertes Team von 20 Mitarbeitern
- Unser Gebiet ist in Samtgemeinde Horneburg, Altes Land und umliegenden Orten
- Vertragspartner der Kranken- und Pflegekassen
- Ganzheitliche Betreuung und Kundenorientiertheit

»Der Mensch steht bei uns im Mittelpunkt«

Sprechen Sie uns an!

Im Großen Sande 24 · 21640 Horneburg
Tel.: 0 41 63 - 81 14 81 · Fax: 0 41 63 - 81 14 83

www.pflegedaheim.com

Die Pflegeengel Ihres Vertrauens

*„Jeder Mensch ist individuell und wird nach seinen Wünschen & Bedürfnissen versorgt, egal welcher Herkunft.“
– Das ist unser Leitspruch.*



Inh. Nadine Bergmann



Inh. Nadine Bergmann

Cuxhavener Straße 165
21614 Buxtehude
Tel: 04163 / 82 899 42

Internet: www.bermi.de

ambulanten Pflegedienst. Alternativ besteht die Möglichkeit, ein Pflegegeld zu erhalten, wenn Pflegebedürftige damit Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung, beispielsweise im Rahmen der Versorgung durch Angehörige, selbst sicherstellen können. Eine Kombination aus Geld- und Sachleistung (Kombinationsleistung) ist möglich.

Zusätzlich kommen folgende Leistungen der Pflegeversicherung, die jeweils bis zu bestimmten Höchstgrenzen erbracht werden, in Betracht:

Pflegehilfsmittel

Pflegehilfsmittel sind Geräte und Sachmittel, die zur häuslichen Pflege notwendig sind. Es wird unterschieden zwischen technischen Hilfsmitteln, wie Pflegebett, Lagerungshilfen oder Notrufsystem und Verbrauchsprodukten, wie Einmalhandschuhen oder Betteinlagen.

Das Pflegehilfsmittel-Verzeichnis der Pflegekassen informiert darüber, welche Pflegehilfsmittel zur Verfügung gestellt beziehungsweise leihweise überlassen werden. Auch an den Kosten der zum Verbrauch bestimmten Hilfsmittel (wie z.B. Windeln, saugende Bettschutzeinlagen, Einmal-Handschuhe, Mundschutz, Desinfektionsmittel, etc.) beteiligt sich die Pflegekasse. Wenn Rollstühle oder Gehhilfen ärztlich verordnet werden, tragen die Kranken-



kasse die Kosten. Lassen Sie sich im Fachhandel, z.B. in Sanitätsfachgeschäften entsprechend beraten, bevor Sie sich eine Verordnung aus Ihrer Arztpraxis holen oder einen Antrag bei der Pflegekasse stellen. Sprechen Sie auch mit Ihrem Pflegedienst über notwendige und sinnvolle Hilfsmittel, die Ihnen den Alltag erleichtern.

Wohnungsanpassung

Um die Wohnung persönlichen Bedürfnissen anzupassen und eine häusliche Pflege zu ermöglichen, kann die Pflegekasse Pflegebedürftigen auf Antrag einen Zuschuss für Anpassungsmaßnahmen gewähren. Ein Zuschuss zur Wohnungsanpassung kann ein zweites Mal gewährt werden, wenn die Pflegesituation sich so verändert hat, dass erneute Maßnahmen nötig werden.

Neben den Pflegeberatern berät auch die ehrenamtlichen Wohnberatung im Landkreis Stade zu Wohnungsanpassungsmaßnahmen. Nähere Informationen finden Sie im Kapitel 5, Wohnen.

Pflegewohngemeinschaften

Pflegebedürftige, die regelmäßig mit mindestens zwei anderen Personen in einer Wohngemeinschaft wohnen, haben Vorteile in der Pflegeversicherung. Sie können ihre Leistungen zusammenlegen und damit Zeit und Geld bei den Pflegediensten einsparen, die der Pflegedienst für die Wohngemeinschaft nutzen muss.

Außerdem erhalten die Pflegebedürftigen in Wohngemeinschaften eine monatliche Pauschale für eine Pflegekraft, die in der Wohngemeinschaft organisatorisch, verwaltend und pflegerisch tätig ist und bei Neugründung einen zusätzlichen Zuschuss für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes.

Nähere Informationen und Antragsunterlagen bekommen Sie bei Ihrer Pflegekasse.



visi-on.de

Modernes Pflegeheim in Horneburg

- 4 Pflegewohngemeinschaften sorgen für eine individuelle u. gemütliche Atmosphäre
 - Einfühlsames und engagiertes Fachpersonal pflegt, betreut und versorgt 24 Stunden täglich, an 365 Tagen im Jahr
 - Wir geben unseren Bewohnern das zufriedene Gefühl, gebraucht zu werden – fast wie zu Hause
 - Unsere Wohngemeinschaften bieten ein hohes Maß an Selbstbestimmung und Mitwirkungsmöglichkeiten
- Darüber hinaus bietet das Seniorenhaus Horneburg auch...
- **Seniorentagespflege**
Mo. - Fr. von 8 - 17 Uhr, als spürbare Entlastung für Angehörige
 - **Seniorenwohnungen** zur Miete



Seniorenhaus
HORNEBURG

Vereinbaren Sie einfach einen Termin für ein unverbindliches Beratungsgespräch!

Seniorenhaus Horneburg eG · Otto-Balzer-Str. 6 A · 21640 Horneburg · Tel.: 04163 868969
E-Mail: info@seniorenhaus-horneburg.de · www.seniorenhaus-horneburg.de



Stader Betreuungsdienste
gemeinnützige GmbH der Hansestadt Stade

Seit über 35 Jahren Betreuung aus einer Hand!

- Ambulante Pflege
- Tagespflege im Haus Heidberg
- Wohnen mit Service Salztorscontrescarpe
- Seniorenwohnanlage Jorker Straße
- Besuchskreis
- Laienhelfer/innen
- Hausnotruf
- Mobiler Sozialer Hilfsdienst
- Reinigungskräfte
- Cafeteria/ Begegnungsstätte
- Essen auf Rädern aus der Qualifizierungsküche



Tel.: 0 41 41 / 20 76

Stader Betreuungsdienste gem. GmbH
Poststraße 21 | 21682 Stade
info@stader-betreuungsdienste.de
www.stader-betreuungsdienste.de



Unsere Seniorenresidenzen im Landkreis Stade

Eröffnet im August 2014:

- › **Seniorenresidenz am Auetal**, Kakerbecker Straße 9, 21702 Ahlerstedt, Telefon (04166) 84 59 60

Eröffnet im September 2014:

- › **Seniorenresidenz Oldendorf**, Gartenstraße 3, 21726 Oldendorf, Telefon (04144) 23 67 00

Geplante Eröffnung im 3. Quartal 2015:

- › **Seniorenresidenz Delmer Hof**, Buxtehuder Straße 2, 21641 Apensen, Telefon (0421) 84 00 10

**Haben Sie Fragen?
Wir beraten Sie gerne!**

www.residenzen-stade.de



Senioren Wohnpark
Stade GmbH

8.2 Ambulante Pflegedienste

Wenn Sie krank oder pflegebedürftig sind und zu Hause gepflegt werden möchten, können Sie auf die Hilfe eines ambulanten Pflegedienstes zurückgreifen. Dieser kann auch zur Unterstützung und Entlastung der pflegenden Angehörigen in Anspruch genommen werden. Generell pflegen, waschen und versorgen die ambulanten Pflegedienste Pflegebedürftige, akut Erkrankte mit einer ärztlichen Verordnung und Selbstzahler.

Lassen Sie sich vom ambulanten Pflegedienst in einem persönlichen Gespräch beraten, welche Kosten entstehen und wie die Leistungen finanziert werden können. Entscheiden Sie, ob Sie einzelne Leistungen oder eine bestimmte Zeit einkaufen möchten. Die Pflegedienste geben Auskunft über die angemessene Pflege und helfen auch bei der Beantragung von finanziellen Leistungen bei den Pflegekassen.

Es ist ratsam, sich frühzeitig bei der zuständigen Kranken- und Pflegekasse zu erkundigen, welche Leistungen in welchem Umfang übernommen werden können.

Eine aktuelle Übersicht der im Landkreis Stade ansässigen, ambulanten Pflegedienste finden Sie auf der Homepage des Landkreises Stade (www.landkreis-stade.de) unter dem Stichwort häusliche Pflege.



© STADE Tourismus-GmbH/Martin Eisen

8.3 Teilstationäre Pflege (Tagespflege)

Als Ergänzung zur häuslichen Pflege kann es sich insbesondere bei Pflegebedürftigen mit einem hohen Bedarf an allgemeiner Betreuung und Beaufsichtigung anbieten, eine Tagespflegeeinrichtung in Anspruch zu nehmen. Es handelt sich hierbei um ein teilstationäres Angebot, welches in bestimmten Fällen zusätzlich durch die Pflegekassen bezuschusst wird.

Die Tagespflege ermöglicht es älteren Menschen unter der Woche an einem oder mehreren Tagen mit anderen zusammen zu sein. Versorgung und Pflege sind gesichert, das eigene Zuhause bleibt der Mittelpunkt des Lebens. Der Fahrdienst holt die Tagesgäste bei Bedarf morgens ab und bringt sie nachmittags zurück. Die Tagespflege ist eine Ergänzung zur häuslichen Pflege, bei der die Betreuung mit gezielten Maßnahmen zum Erhalt vorhandener Kräfte und Fähigkeiten im Vordergrund steht.

Eine aktuelle Übersicht der teilstationären Pflegeangebote im Landkreis finden Sie auf der Homepage des Landkreises Stade (www.landkreis-stade.de) unter dem Stichwort Tagespflegeeinrichtungen.

8.4 Verhinderungs- und Kurzzeitpflege

Bei Urlaub oder sonstiger Verhinderung der Pflegeperson zahlt die Pflegekasse unter bestimmten Voraussetzungen Zuschüsse bis zu einer bestimmten Höchstgrenze für eine notwendige Ersatzpflege. Die Verhinderungspflege kann bis zur Höhe der festgelegten Höchstgrenzen am Stück oder für einzelne Termine genutzt werden. Die Pflegeperson entscheidet, wen sie als Vertretung für geeignet hält, sie kann einen ambulanten Pflegedienst, eine



stationären Einrichtung, 24-Stunden-Hilfe, aber auch Verwandte und Bekannte von dem Geld bezahlen.

Bei einer Ersatzpflege durch nahe Angehörige wird die Verhinderungspflege nur bis zur Höhe des Pflegegeldes der festgestellten Pflegestufe geleistet. Zusätzlich kommt eine Erstattung nachgewiesener Kosten, wie zum Beispiel Verdienstaufschlag oder Fahrtkosten, in Betracht.

Bei der Kurzzeitpflege handelt es sich um eine zeitlich begrenzte Aufnahme in einer stationären Einrichtung. Sie wird häufig im Anschluss an Krankenhausaufenthalte, aber auch als Probewohnen und bei Krankheit der Pflegeperson genutzt. Kurzzeitpflege kann nicht nur in Pflegeheimen, sondern auch in stationären Vorsorge- oder Rehabilitationseinrichtungen in Anspruch genommen werden, wenn der pflegende Angehörige dort oder in der Nähe eine Rehabilitationsmaßnahme in Anspruch nimmt.

8

8.5 Vollstationäre Pflege

Ist ein eigenständiges und unabhängiges Leben in den „eigenen vier Wänden“ nicht mehr möglich, und reicht auch die Inanspruchnahme eines ambulanten Pflegedienstes zur häuslichen Versorgung nicht mehr aus, sollte der Umzug in ein Altenpflegeheim in Erwä-

gung gezogen werden. Diese Einrichtungen der vollstationären Pflege gewährleisten eine umfassende Versorgung, Betreuung und Pflege und beugen einer Vereinsamung vor. Im Landkreis Stade besteht die Möglichkeit zwischen derzeit etwa 25 vollstationären Alten- und Pflegeeinrichtungen auszuwählen. Eine aktuelle Übersicht der vollstationären Pflegeeinrichtungen im Landkreis finden Sie auf der Homepage des Landkreises Stade (www.landkreis-stade.de) unter dem Stichwort Pflegeheime.

Versuchen Sie sich einen persönlichen Eindruck von den Einrichtungen, die in die engere Wahl fallen, zu verschaffen. Nutzen Sie etwa das Angebot der Cafeteria, um die Atmosphäre im Haus zu erleben. So sind Sie am ehesten in der Lage zu beurteilen, ob Sie sich dort heimisch fühlen könnten. Möglicherweise kann zunächst eine Kurzzeitpflege in Anspruch genommen werden. Dies bietet die Gelegenheit zum Probewohnen oder mit mehr Ruhe nach einem geeigneten Heimplatz zu suchen. Eine gute Hilfe bietet die Broschüre „Das richtige Pflege- und Seniorenheim“ der Bundesarbeitsgemeinschaft Seniorenorganisationen, die Sie unter www.bagso.de anfordern können.

Die Kosten eines Heimaufenthaltes sind von Heim zu Heim unterschiedlich und auch abhängig von der Pflegestufe. Der tägliche Pflegesatz setzt sich zusammen aus:

- den Kosten für Unterkunft und Verpflegung,
- den Pflegekosten und
- den Investitionskosten.

Zusätzliche Kosten können für mögliche Zusatzleistungen, wie besondere Getränke, Versorgung von Haustieren und ähnliches entstehen. Im Heimvertrag, den Sie mit der Einrichtung abschließen, müssen die Kosten genau aufgeführt werden.

Finanzierung der Heimkosten

Die Pflegekasse übernimmt für ihre Leistungsberechtigten die Kosten für die pflegebedingten Aufwendungen in Form von Pauschalen. Die Kosten für die Unterkunft und Verpflegung sowie die Investitionsaufwendungen sind aus eigenem Einkommen und Vermögen zu bestreiten. Ist Pflegebedürftigen die Übernahme dieser Kosten nicht möglich, kommen eventuell Leistungen der Sozialhilfe in Frage. Die Sozialhilfe als staatliche Hilfe tritt aber nur ein, wenn und soweit die Selbsthilfe und die Hilfe Unterhaltspflichtiger – in der Regel Verwandte in gerader Linie oder Ehepartner – nicht ausreicht.

Nähere Informationen dazu erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse und auf der Homepage oder im Sozialamt des Landkreises Stade.

8.6 Zusätzliche Betreuungsleistungen bei eingeschränkter Alltagskompetenz

Demenzbedingte Fähigkeitsstörungen, geistige Behinderungen oder auch psychische Erkrankungen, wie Depressionen können dazu führen, dass Menschen ihren Alltag nicht mehr eigenständig organisieren können. Personen, die einen besonders hohen Bedarf an allgemeiner Betreuung und Beaufsichtigung haben, können Anspruch auf ein zusätzliches Betreuungsgeld haben.



Die zweckgebundenen Mittel der Pflegeversicherung nach § 45b SGB XI können sowohl für zusätzliche Leistungen der Tages-, Nacht-, Kurzzeitpflege und allgemeinen Betreuung durch Pflegedienste als auch für niedrigschwellige Betreuungsangebote in Anspruch genommen werden.

Niedrigschwellige Betreuungsangebote werden von geschulten freiwilligen Helferinnen und Helfern mit Unterstützung und Anleitung durch eine Fachkraft als

- Betreuungsgruppen,
- Tagesbetreuung oder
- familienentlastende Dienste

durchgeführt. So können (auch selbstzahlende) Pflegebedürftige im häuslichen Bereich oder in Gruppen stundenweise betreut werden. Die Anerkennung der Angebote erfolgt durch das Land Niedersachsen. Eine aktuelle Übersicht finden Sie unter www.niedrigschwellige-betreuungsangebote-nds.de.

Im September 2014 waren im Landkreis Stade folgende Anbieter niedrigschwelliger Betreuungsangebote anerkannt für den Umgang mit dementiell Erkrankten:

Malteser Hilfsdienst e.V.

Bebelstr. 38, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/71850

Lebenshilfe Buxtehude

Apensener Str. 93, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/704305

Freiwilligen-Projekt „Lie-S-Bet“

Herbstzeitlose e.V.

Kirchweg 9, 21640 Bliedersdorf

Tel.: 04163/824835

Alzheimer Gesellschaft Stade e.V.

Schiffertorsstr. 17, 21682 Stade

Tel.: 04141/600774, 04141/800220

DIE BÖRNE

Gemeinnützige Gesellschaft für
Soziale Dienste mbH

Claus-von-Stauffenberg-Weg 10

21684 Stade

Tel.: 04141/534352

DRK-Kreisverband Stade gGmbH

Sozialstation Himmelpforten/Kehdingen

Zentrumstr. 11, 21706 Drochtersen

Tel.: 04143/910621

8.7 Auswahl von Pflegeangeboten

Die Entscheidung, welchen Pflegedienst, welches Pflegeheim oder welches teilstationäre Angebot Sie wählen, ist nicht einfach. Zu empfehlen ist die Broschüre „Auf der Suche nach der passenden Wohn- und Betreuungsform“ des Bundesministeriums für Familie, Senioren, Frauen und Jugend. Dieser Wegweiser enthält viele Informationen, Kriterien und Checklisten, die helfen, den individuellen Bedürfnissen entsprechende Angebote zu finden, zu vergleichen und zu bewerten, um so die richtige Entscheidung zu treffen, damit Individualität, Selbstständigkeit und Selbstbestimmung im Alter oder bei Hilfe- und Pflegebedürftigkeit weitestgehend erhalten bleiben. Sie können die kostenfreie Broschüre unter www.bmfsfj.de oder telefonisch unter 030/20179130 bestellen.

Um sich einen ersten Überblick über die vorhandenen Angebote zu verschaffen, bieten sich die Übersichten des Landkreises und der Pflegekassen im Internet an. Diese liefern In-

formationen zu Kontaktdaten, Preisen und fachlichen Schwerpunkten.

Sie finden Entscheidungshilfen unter:

- www.pflegeplatzportal-LKstade.de
- www.pflegeheimnavigator.de
- www.pflegelotse.de
- www.bkk-pflege.de
- www.der-pflegekompass.de

Pflegenoten und Transparenzberichte

Pflegebedürftige und ihre Angehörigen wollen sich über die Qualität von Pflegeeinrichtungen informieren. Um die von den Einrichtungen der ambulanten, teilstationären und stationären Pflege erbrachten Leistungen und deren Qualität verständlich, übersichtlich und vergleichbar zu machen, wurden sogenannte Pflegenoten (oder auch Transparenzberichte) eingeführt. Die Pflegenoten basieren auf den Ergebnissen der jährlichen Qualitätsprüfungen durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung und werden im Internet veröffentlicht und von den Pflegeeinrichtungen an gut sichtbarer Stelle ausgehängt. Sie informieren über die Qualität der pflegerischen Leistungen und der sozialen Betreuung, aber auch über die hauswirtschaftlichen Leistungen und die Organisation der Einrichtungen.

Wichtig ist, dass die Pflegenoten nur ein Kriterium für die Entscheidung über die Auswahl des Leistungsanbieters sein sollten. Viele Gesamtnoten sind ähnlich, so spielen eigene Kriterien, wie z.B. ob die Einrichtung für die Angehörigen gut erreichbar ist, ob sich Bekannte dort wohlfühlen oder ob das eigene Haustier mitgebracht werden darf, eine wichtige Rolle.

Vereinbaren Sie einen unverbindlichen Beratungstermin mit dem neuen Leistungsanbieter: Stimmt die Chemie? Ist Vertrauen gegeben? Der gewonnene persönliche Eindruck wird Ihre Wahl entscheidend beeinflussen.

8.8 Hilfen für pflegende Angehörige

Ein Familienmitglied zu pflegen und zu betreuen, stellt an die Pflegenden große Anforderungen – sowohl fachlich, emotional und körperlich als auch finanziell. Dies führt nicht selten zu einer psychischen Überlastung der Angehörigen. Hilfestellung bei dieser anspruchsvollen und mitunter sehr aufreibenden Aufgabe können pflegende Angehörige beispielsweise durch die im Folgenden aufgeführten Angebote erfahren. Nähere Informationen hierzu erhalten Sie bei den Seniorenberatungsstellen, den Pflegekassen und ambulanten Pflegediensten.

Ein guter Ratgeber für pflegende Angehörige ist die Broschüre „Entlastung für die Seele“. Sie ist kostenlos über die BAGSO (Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V.) unter 0228/249993-0 oder ww.bagso.de zu beziehen.

Gesprächskreise für pflegende Angehörige

Gesprächskreise für pflegende Angehörige bieten vielfältige Informationen, Anregungen und Austauschmöglichkeiten als Hilfe zur Selbsthilfe für diese anspruchsvolle und aufreibende Aufgabe.

Gesprächskreise bilden sich bedarfsorientiert meist durch die Initiative der Betroffenen oder engagierte Ehrenamtliche. Wenn Sie eine Gruppe suchen oder gründen möchten, wenden Sie sich an Ihre Pflegeberater, die Seniorenberatungsstellen oder Kibis. Näheres dazu finden Sie im Kapitel 3.5, Selbsthilfegruppen.

Pflegeberatung

Versicherte, die Leistungen der Pflegeversicherung erhalten, werden durch ihre Pflegekasse umfassend beraten. Die Inanspruchnahme ist freiwillig, es empfiehlt sich aber, das Angebot zu Hause von Fachleuten zur individuellen Pflege beraten zu werden, anzuneh-

men. Sofern Sie Pflegegeld beziehen, müssen Sie regelmäßige Beratungen in der eigenen Häuslichkeit in Anspruch nehmen.

Fragen Sie bei Ihrer Pflegekasse oder einem ambulanten Pflegedienst nach einer für Sie kostenlose Pflegeberatung. Die ambulanten Pflegedienste rechnen diese Leistung mit den Pflegekassen ab, so dass für Sie keine Verpflichtung entsteht, bei dem beratenden Pflegedienst auch Kunde zu sein oder zu werden. In einigen Kommunen des Landkreises gibt es darüberhinaus ehrenamtlich organisierte Pflegeberatungen, erkundigen Sie sich hiernach bei den Anlaufstellen für Seniorinnen und Senioren vor Ort. Die Anschriften der Anlaufstellen finden Sie in Kapitel 2, Beratung und Information.

Pflegekurse

Zur Unterstützung der Pflegepersonen, zur Erleichterung und Verbesserung der Pflegesituation zu Hause und zur Qualitätssicherung der häuslichen Pflege, werden von den Pflegekassen kostenlose Pflegekurse angeboten. Wenn Sie als Pflegeperson innerhalb der Familie tätig werden, sollten Sie an einem Kurs teilnehmen. Auch wenn Sie keine Zeit zur Teilnahme an einem solchen Kurs haben, da die Pflege



der Angehörigen Sie rund um die Uhr fordert, empfiehlt es sich mit Ihrer Pflegekasse oder den Seniorenberatungsstellen über Lösungsmöglichkeiten zu sprechen. Sie erlernen in diesen Kursen Handgriffe, die die Pflege erleichtern, können aber auch über die psychische Belastung durch die Pflege sprechen und bekommen Hilfen zur Erhaltung Ihrer eigenen Gesundheit.

Bürgertelefone Pflege

Pflegende Angehörige leisten wertvolle und gesellschaftlich notwendige Arbeit. Der Einsatz wird selten anerkannt und gewürdigt und manchmal weiß man einfach nicht wie es weitergehen soll. Unter folgenden Telefonnummern erhalten Sie Rat und Unterstützung für die häusliche Pflege:

Bürgertelefon des Bundesministeriums für Gesundheit

Tel.: 030/340606602

Servicetelefon Pflege

Tel: 030/20179131

Pflege-Notruftelefon Niedersachsen

SoVD-Landesverband Niedersachsen e.V.

Tel.: 0180/2000872, Tel.: 0511/70148-0

8.9 Vereinbarkeit von Beruf und Pflege

Die überwiegende Zahl der Pflegebedürftigen in Deutschland wird von ihren Angehörigen versorgt, von denen viele noch berufstätig sind. Sie stehen vor der schwierigen Aufgabe, Beruf und Pflege miteinander zu vereinbaren. Etwas erleichtert werden kann diese Situation durch folgende gesetzliche Regelungen:

Pflegezeit

Beschäftigte haben Anspruch auf unbezahlte Freistellung von der Arbeit für längstens sechs Monate, wenn sie einen pflegebedürftigen na-

hen Angehörigen in häuslicher Umgebung pflegen. Hierbei können sie zwischen vollständiger und teilweiser Freistellung von der Arbeit wählen. Der Anspruch besteht nicht gegenüber Arbeitgebern mit in der Regel 15 oder weniger Beschäftigten.

Kurzzeitige Arbeitsverhinderung

Bei unerwartetem Eintritt einer besonderen Pflegesituation haben Sie das Recht, bis zu zehn Arbeitstage der Arbeit fernzubleiben, um für einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen eine bedarfsgerechte Pflege zu organisieren oder die pflegerische Versorgung in dieser Zeit selbst zu übernehmen. Auf Verlangen des Arbeitgebers haben die Beschäftigten dem Arbeitgeber eine ärztliche Bescheinigung über die voraussichtliche Pflegebedürftigkeit des Angehörigen und die Erforderlichkeit der Arbeitsbefreiung vorzulegen. Eine kurzzeitige Freistellung können alle Beschäftigten in Anspruch nehmen – unabhängig von der Anzahl der beim Arbeitgeber Beschäftigten. Informieren Sie sich bei Ihrem Betriebs- oder Personalrat, ob Ihr Arbeitgeber in dieser Zeit zur Fortzahlung der Vergütung verpflichtet ist.

Familienpflegezeit

Nach dem Familienpflegezeitgesetz besteht die Möglichkeit, zur Pflege eines nahen Angehörigen die Wochenarbeitszeit für einen Zeitraum von maximal 24 Monaten auf bis zu 15 Stunden zu reduzieren. In dieser sogenannten Familienpflegezeit besteht Kündigungsschutz und das Gehalt wird um die Hälfte des reduzierten Arbeitsentgelts aufgestockt. Nach dem Ende der Familienpflegezeit wird solange das reduzierte Gehalt weitergezahlt, bis der Gehaltsvorschuss ausgeglichen ist.

Ausführliche Informationen finden Sie auf der Seite des Bundesamtes für Familie unter www.familien-pflege-zeit.de.

Landkreis Stade

Landrat

Ordnungsamt

Sozialamt

Am Sande 2, 21682 Stade
Tel.: 04141/12-0

Bauordnungsamt –

Wohngeldstelle,

Umwelt- und

Naturschutzamt

Am Sande 4, 21682 Stade
Tel.: 04141/12-0

Gesundheitsamt –

Sozialpsychiatrischer

Dienst

Heckenweg 7, 21682 Stade
Tel.: 04141/12-700

Seniorenservicebüro

Poststr. 21, 21682 Stade
Tel.: 04141/927713

Städte und Gemeinden

Hansestadt Buxtehude

Bahnhofstr. 7
21614 Buxtehude

Hansestadt Stade

Hökerstr. 2–12
21682 Stade

Samtgemeinde Apensen

Buxtehuder Str. 27
21641 Apensen

Gemeinde Drochtersen

Sietwender Str. 27
21706 Drochtersen

Samtgemeinde Fredenbeck

Schwingestr. 1
21717 Fredenbeck

Samtgemeinde Harsefeld

Herrenstr. 25
21698 Harsefeld

Samtgemeinde

Oldendorf-Himmelpforten

Mittelweg 2
21709 Himmelpforten

Samtgemeinde Horneburg

Lange Str. 47–49
21640 Horneburg

Gemeinde Jork

Am Gräfengericht 2
21635 Jork

Samtgemeinde Lühe

Huttfleth 18
21720 Steinkirchen

Samtgemeinde

Nordkehdingen

Hauptstr. 31
21729 Freiburg

Wohlfahrtsverbände

Caritasverband

für die Landkreise Stade und Rotenburg e.V.

Schiffertorsstr. 19a
21682 Stade
Tel.: 04141/47697
www.cvstade.caritas.de
caritas-stade@t-online.de

Diakonieverband

der ev.-luth. Kirchenkreise Buxtehude-Stade

Neubourgstr. 6, 21682 Stade
Tel.: 04141/4117-0
Fax: 04141/4117-11
www.diakonieverband-buxtehude-stade.de
info@diakonieverband-buxtehude-stade.de

Der Paritätische Stade

c/o Die Börne gGmbH
Claus-v.-Stauffenberg-Weg 10
21684 Stade
Tel. 04141/5343-50
www.paritaetischer.de

Sozialverband

Deutschland e.V.

Beratungszentrum Stade
Karl-Kühlke-Str. 14
Tel.: 04141/510911
www.sovd-stade.de
info@sovdstade.de

Sozialverband VdK

Niedersachsen-Bremen e.V.

Bremervörder Str. 37a
21682 Stade
Tel.: 04141/2978
Fax: 04141/529194
www.vdk.de/
niedersachsen-bremen-ra-stade@vdk.de

DRK-Kreisverband

Stade e.V.

Am Hofacker 14, 21682 Stade
Tel.: 04141/80330
Fax: 04141/8033333
www.mehr-als-blaulicht.de
info@kv-stade.drk.de

Malteser in Buxtehude

Bebelstr. 38, 21614 Buxtehude
Tel.: 04161/71850
Fax: 04161/718525
www.malteser-buxtehude.de
malteser.buxtehude@malteser.org





Notfallblatt

Auf der folgenden Doppelseite finden Sie ein medizinisches Notfallblatt. In diesen Bogen können Sie die wichtigsten Informationen zu Ihrer Gesundheit sowie Kontaktdaten der Personen eintragen, die in einem Notfall verständigt werden sollen.

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Rettungsdienste im Landkreis Stade erkennen diesen Bogen, wenn er gut sichtbar neben Ihrer Wohnungsausgangstür hängt und können ihn im Notfall von dort mitnehmen.

Der Notarzt bzw. das Krankenhaus hat dann auf einen Blick alle wichtigen Daten und kann im Notfall Ihre Angehörigen verständigen.

Schneiden Sie diesen Bogen aus dem Heft heraus, füllen ihn komplett aus und hängen ihn gut sichtbar von innen neben die Wohnungstür in Ihrer Wohnung.

Denken Sie daran, das Notfallblatt zu aktualisieren, wenn sich wichtige Daten ändern.



Bitte beachten:

- Ich bin Organspender
- Ich nehme blutverdünnende Medikamente ein
- Ich habe einen Herzschrittmacher
- Ich habe eine Knieprothese
- Ich habe eine Hüftprothese
-

Ich habe folgende Vorerkrankungen:

.....
.....
.....

Lieber Ersthelfer,

wenn Sie mich versorgt haben, dann habe ich eine Bitte an Sie: Bitte kümmern Sie sich darum, dass mein Haustier versorgt wird. **Danke!**

.....
(Art des Tieres)

hier falten

Notfall-Nummer

112

Medizinisches Notfallblatt von:

Name:

Vorname:

Geb.:

Straße:

Ort:

Im Notfall bitte benachrichtigen:

Name:

Vorname:

Anschrift:

Telefon:

und / oder

Name:

Vorname:

Anschrift:

Telefon:

Mein Hausarzt:

Name:

Anschrift:

Telefon:

Meine Krankenkasse:

Name:

Anschrift:

Telefon:

Versicherten-Nr.

Meine Patientenverfügung/meine Vorsorgevollmacht ist hinterlegt bei:

Name:

Anschrift:

Telefon:

Mobil-Telefon:

hier falten



Ich habe Bluthochdruck,
dafür nehme ich folgende/s Medikament/e ein:
.....
.....

Ich habe Diabetes,
dafür nehme ich folgende/s Medikament/e ein:
.....
.....

Ich habe Allergien und Unverträglichkeiten:
.....
.....

Ansonsten nehme ich noch folgende Medikamente ein:
.....
.....

Polizei **110**

Feuerwehr/Rettungsleitstelle **112**

Behördenrufnummer **115**

Ärztlicher Bereitschaftsdienst **116117**

Apotheken-Notdienst
vom Festnetz (bundesweit/kostenlos) . **0800/0022833**
vom Handy (69 ct / Min) **22833**

Krankentransporte **19222**

Elbe Kliniken: Stade **04141/970**
Buxtehude **04161/7030**

Klinik Dr. Hancken GmbH **04141/6040**

Telefon-Seelsorge . . . **0800/1110-111 oder -222**



Stichworte

Alten- und Pflegeheime . . 54	Kriminalitätsprävention . . 18	Seniorenservicebüro 13, 35, 40
Amtsgerichte 17, 18, 27	Kurzzeitpflege 53	Seniorenvertretung 14
Behindertentoiletten 10	Mahlzeitendienste 43	Sozialhilfe 46
Beratungsstellen 13–16	Minijobs 40	Sozialpsychiatrischer
Betreutes Wohnen	Mobiler Notruf 9	Dienst 23
für Senioren 37	Patientenverfügung 28	Städte und Gemeinden . . 59
Bildung 4, 5	Pflege 49	Sucht 24
Bus und Bahn 7	Pflegeberatung 57	Tagespflege 53
Demenz 21, 55	Pflegehilfsmittel 51	Telefonseelsorge 15
Ehrenamt 10, 40	Pflegekurse 57	Testament 29
Erbrecht 29	Pflegenoten und	Verbraucherberatung. 15, 28
Fahrdienste 9	Transparenzberichte 56	Vergünstigungen. 12, 45, 47, 48
Gedächtnisstörungen . . . 23	Pflegeplatzportal	Verhinderungspflege 53
Gerontopsychiatrie . . 20, 24	Landkreis Stade 56	Vorsorgevollmacht 26
Grundsicherung 46	Rente 45	Wohlfahrtsverbände . . 14, 59
Haushaltshilfen 40, 41	Schulden 15	Wohngeld 45
Hausnotruf 43	Schwerbehinderten-	Wohnungsanpassung . 31, 51
Hospiz 44	ausweis 48	Zusätzliche
Krankenhaus 20	Selbsthilfegruppen . . . 25, 57	Betreuungsleistungen . . . 55

Branchenverzeichnis

Branche	Seite	Branche	Seite
Alten- und Pflegeheime . . .	2, 8, 33, 38, 50, 52	Kreditinstitute	16, 28, U4
Ambulante Pflege	2, 12, 24, 50, 52	Maler	34
Badgestaltung	34, 36, U2	Menüservice	12, 24, 32, 42, 52
Banken	16, 28, U4	Mobile Pflege	2, 12, 50, 52
Barrierefreies Wohnen	34, 36, U2	Personenbeförderung	6, 8, 50
Bestattungen	30	Pflegeberatung	12, 16, 24
Besuchsdienst	52	Pflegeeinrichtung	8, 32, 50, 52
Betreutes Wohnen	2, 8, 16, 33, 38, 50	Rechtsanwälte	29
Betreuungsdienste	12, 24, 42	Reformhaus	6
Bildung	8	Reinigungsservice	42, 52
Demenzbetreuung	16	Reisen	32
Elektrotechnik	34	Sanitäranlagen	34, 36, U2
Essen-auf-Rädern	12, 24, 32, 42, 52	Seniorenresidenzen	8, 38, 52
Handwerksbetrieb	34, 36, U2	Sozialstation	32
Hausnotruf	12, 32, 52	Tagespflege	2, 32
Haustechnik	34, 36, U2	Taxiunternehmen	6, 8, 50
Hauswirtschaftliche Dienste	12, 24, 42, 52	Wohnanlagen	2, 33, 38, 50, 52
Hörgeräte	16, U3		
Immobilien	2, 38		
Internist	22		
Klinik	22		
Krankenpflege	24, 42		
Krankenfahrten	6, 8, 50		
Krankenhaus	22		



U = Umschlagseite

Impressum**Herausgeber:**

Landkreis Stade, Der Landrat

Redaktion: Landkreis Stade

Fotos: Landkreis Stade; Titel Hauptbild: Photographie Martin Elsen – www.schoenes-foto.de; Tourismusverband Landkreis Stade/Elbe e.V.: S. 15, S. 22, S. 25, S. 35, S. 41, S. 47, S. 49, S. 51, S. 55; ccvsion.de

Anzeigenberatung: Andreas Strnad

Der anCos Verlag bedankt sich bei den zuständigen Ansprechpartnern des Landkreises Stade für die gute Zusammenarbeit und bei den Inserenten für die freundliche Unterstützung zur Realisierung dieser Broschüre.

Konzeption/Realisation/Anzeigenteil:

anCos

© 2014 anCos Verlag GmbH, 1. Auflage

anCos Verlag GmbH
Lange Straße 14 · 49565 Bramsche

Fon: 05461/88266-0

Fax: 05461/88266-11

info@ancos-verlag.de

www.ancos-verlag.de



Gedruckt auf chlorfrei gebleichtem Papier. Nachdruck oder Reproduktionen, auch auszugsweise, nicht gestattet.

Bei der Erstellung der Broschüre wurde sorgfältig recherchiert. Dennoch kann für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben keine Gewähr übernommen werden. Haftungsansprüche sind ausgeschlossen. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage richten Sie bitte an die Landkreisverwaltung oder den Verlag.

In unserem Verlag erscheinen:

Publikationen zur Bürgerinformation, Wirtschaftsförderung, Freizeitgestaltung, Einweihungs- und Jubiläumsbroschüren, Patientenbroschüren, Bauherrenwegweiser, Seniorenratgeber sowie Hochzeits- und Familienbroschüren.

Wie fit ist Ihr Gehör?

Finden Sie es heraus!



Hier gratis
Profi-
Hörtest!


HÖRINSEL

Kupczyk +
Fischer



Bleicherstraße 11 (am ZOB)
21614 Buxtehude
Telefon: 0 41 61 - 55 99 91
Inselstraße 1 (am Pferdemarkt)
21682 Stade
Telefon: 0 41 41 - 92 14 55

www.hoerinsel.de

Jetzt
Termin
vereinbaren!

Haben Sie schon alles in Ihrem Sinne geregelt?

- Vollmachten?
- Patientenverfügung?
- Finanzielle Regelungen, falls der Pflegefall eintritt?
- Ihren letzten Willen testamentarisch festgelegt?

Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei

Haben Sie schon alles geregelt?
Vorsorge ist keine Frage des Alters!

Bitte beachten Sie: Eine Rechts- und Steuerberatung ist nicht Gegenstand der *GenerationenBeratung*.



[generation-beratung.de](https://www.generation-beratung.de)

Volksbank
Stade-Cuxhaven eG 

regional · partnerschaftlich · individuell · innovativ