Ratgeber für Senioren

Aktiv ins Alter

Broschüre als Hörbeitrag

www.total-lokal.de barrierefrei

mediaprint infoverlag

Landkreis Hildesheim

Stadt Hildesheim

Stadt und Landkreis Hildesheim

Osterstraße 5
31134 Hildesheim
Tel. 05121 - 170 70

Kurt-Schumacher-Str. 46**
31139 Hildesheim/Ochtersum
Tel. 05121 - 294 100

Unter der Kirche 7
31061 Alfeld
Tel. 05181 - 911 40

Brandes & Diesing

VITALCENTRUM

Wir sind für Sie da!

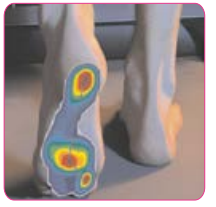
Sanitätshäuser: Lymph-/Venenkompetenz-Centrum (Kompressionsstrümpfe), Brustepithesen, Bademoden/Dessous, orth. Kissen für gesundes Sitzen und Schlafen, Inkontinenz- und Stomaversorgung, Alltagshilfen, Krankenpflegeartikel

Orthopädietechnik:* Aktiv-Knieorthesen, stützende Bandagen, Finger-, Arm- und Beinprothesen*, C-Leg-Kompetenz-Centrum*, Genium-zertifiziert*

Orthopädie-Schuhtechnik:* Maß- und Bequemschuhe, Schuhzurichtungen, diabetische Versorgung, orth. Einlagen nach Ganganalyse - wir bitten um Terminvereinbarung!

Rehatechnik: Gehhilfen, Rollatoren, Rollstühle, Elektro-Mobile, Pflegebetten, Reha-Hilfsmittel, Schlafapnoe- und Sauerstoffversorgung

Medizintechnik: Blutdruckmessgeräte, Tens-/EMS-Geräte, Inhalationsgeräte



** nicht in Alfeld und Hildesheim/Ochtersum*

*** in Hildesheim/Ochtersum nur*

www.brandes-diesing.de

Viel besser.

Aktiv *ins Alter*

Ratgeber für Senioren

Der Seniorenratgeber „Aktiv ins Alter“ als Download auf den Seiten:

Stadt Hildesheim

Landkreis Hildesheim

www.bwv-hi.de

BWV: Spielräume.

Nutzen Sie die Vorteile der größten Wohnungsgenossenschaft in Hildesheim!

Freuen Sie sich auf Ihr neues Zuhause – und genießen Sie dabei die Leistungsvorteile, die wir Ihnen als Wohnungsgenossenschaft bieten können.

Mit unserer über 100-jährigen Erfahrung und einem Bestand von rund 3.300 Wohnungen sind wir auch für Sie ein kompetenter Partner, wenn es um Ihr neues Zuhause geht.

Neben hohen Wohnstandards und fairen Mieten bieten wir Ihnen als regionaler Wohnungsanbieter ein umfassendes Leistungsspektrum zum Thema Wohnen.

Informieren Sie sich unverbindlich über die Vorzüge unserer Angebote. Wir beraten Sie gern.

Die aktuellen Mietangebote des BWV finden Sie jederzeit unter **www.bwv-hi.de**
BWV · Theaterstr. 8 · 31141 Hildesheim · Telefon 05121 9136-0 · eMail: info@bwv-hi.de

BWV
Beamten-Wohnungs-
Verein zu Hildesheim eG

Inhaltsverzeichnis . . . 3
Grußwort . . . 5

Kapitel 1 Auskunft und Beratung

1.1 Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen (SPN) im Landkreis Hildesheim . . . 7
1.2 Mobile Beratung mit dem „Machmits-Infomobil“ . . . 8
1.3 Senioren-Beratungsnetz-Hildesheim (Internetplattform) . . . 9
1.4 Sozialpsychiatrischer Dienst . . . 10
1.5 Vorsorge und rechtliche Betreuung . . . 10
1.6 Seniorenbeirat in der Stadt Hildesheim . . . 12
1.7 Verbände der freien Wohlfahrtspflege . . . 13
1.8 Migrationsberatungsstellen für erwachsene Zuwanderer . . . 15
1.9 Rechtliche Beratung – Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe . . . 16
1.9.1 Schiedsämter . . . 16
1.9.2 Mieterschutz . . . 16
1.9.3 Verbraucherberatung . . . 17
1.10 Telefonseelsorge/Krisentelefon . . . 17
1.11 Sozialdienst/Entlassungsmanagement im Krankenhaus . . . 18
1.12 Sicherheit . . . 18
1.13 Selbsthilfegruppen . . . 19
1.14 Verzeichnis der Kommunen . . . 19

Kapitel 2 Freizeit, Sport und Begegnung

2.1 Bewegung und Sport . . . 23
2.1.1 Fitnessclubs . . . 23
2.2 Begegnungsstätten und Seniorenkreise . . . 24
2.3 Mehrgenerationenhäuser . . . 27

Kapitel 3 Weiterbildung und Kultur

3.1 Weiterbildung . . . 29
3.1.1 Seniorenforum der Volkshochschule Hildesheim gGmbH (VHS) . . . 29
3.1.2 hi-senior (VHS-Club) . . . 29
3.1.3 Seniorenakademie Alfeld e. V. . . . 30
3.1.4 Weitere Bildungseinrichtungen . . . 31
3.2 Kultur . . . 32

Kapitel 4 Engagement für andere

4.1 Freiwilligeninitiativen/die Machmits . . . 35
4.2 Arbeit mit Menschen . . . 37
4.2.1 Stadtteiltreffs . . . 37
4.2.2 NENAs Alfeld/Seniorenwerkstatt Alfeld . . . 37
4.3 Medien . . . 38
4.4 Kultur und Freizeit . . . 39

Inhaltsverzeichnis

Kapitel 5 Wohnen im Alter

5.1 Wohnen zu Hause 41
5.2 Wohnberatung 41
5.3 Betreutes Wohnen/Servicewohnen 43
5.4 Alternative Wohnformen 48
5.5 Wohnen in einer Pflegeeinrichtung 50
5.5.1 Finanzierung der Heimkosten 51
5.5.2 Rechte der Heimbewohner 52
5.5.3 Verzeichnis der Alten- und Pflegeheime 52

Kapitel 6 Gesundheit und Pflege

6.1 Gesundheit 63
6.2 Unterstützung im häuslichen Umfeld 63
6.2.1 Hauswirtschaftliche Hilfe 63
6.2.2 Angebote zur Unterstützung im Alltag 63
6.2.3 Mahlzeiten-Dienste 65
6.2.4 Hausnotruf 67
6.2.5 Häusliche Pflege 68
6.2.6 Vereinbarkeit von Beruf und Pflege 70
6.2.7 Verzeichnis der ambulanten Kranken- und Pflegedienste 71
6.3 Tagespflege 81
6.4 Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege 85
6.5 Gerontopsychiatrische Institutsambulanz und Tagesklinik 86
6.6 Krankenhäuser 86
6.7 Hilfe bei Demenz 89
6.7.1 Demenzfreundliche Region Hildesheim 91
6.8 Palliativangebote und Hospizinitiativen 91

Kapitel 7 Finanzielle Hilfen

7.1 Rente 95
7.2 Grundsicherung 95
7.3 Sozialhilfe 96
7.4 Wohngeld 97
7.5 Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht 97
7.6 Sozialtarif für Verbindungen im Netz der Deutschen Telekom 98
7.7 Schwerbehinderung 98
7.8 Landesblindengeld, Blindenhilfe, Blindenhilfefonds 99
7.9 BahnCard 100
7.10 Kriegsopferfürsorge/Opferentschädigung 100
7.11 Soziale Entschädigung 100

Branchenverzeichnis 101
Stichwortverzeichnis 102
Das Redaktionsteam 104
Impressum 104

Liebe Leserinnen, liebe Leser,

wir freuen uns, Ihnen die 3. Auflage des Ratgebers für Senioren „Aktiv ins Alter“ präsentieren zu können. Über 82.000 Menschen im Landkreis Hildesheim sind 60 Jahre und älter: Tendenz steigend. Der medizinische Fortschritt und die damit verbundene gestiegene Lebenserwartung hat nicht nur Einfluss auf die Altersstruktur unserer Gesellschaft, sondern beschert uns auch in den meisten Fällen eine aktivere Altersphase, als dies noch vor einigen Jahren der Fall war. Denn nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben bleiben die meisten Menschen aktiv. Vielen von Ihnen ist es wichtig, sich für unser Gemeinwesen zu engagieren. Die eigenen Fähigkeiten einzubringen sowie Erfahrungen weiterzugeben, bringt Freude und führt zu einer höheren Lebenszufriedenheit und besseren Gesundheit. Gerne möchten wir Ihr Engagement fördern und unterstützen. In dieser Broschüre zeigen wir vielfältige Anregungen und Perspektiven für eine aktive Gestaltung der neu gewonnenen Zeit auf.

Auch ältere und/oder behinderte Menschen möchten ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben führen und so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden und im gewohnten Umfeld wohnen bleiben. Hier kann die kostenfreie Wohnberatung Lösungsmöglichkeiten für eine alters- und behindertengerechte Anpassung der Wohnung und Informationen über Wohnalternativen anbieten. Sollten Sie auf Unterstützung angewiesen sein, gibt Ihnen der Ratgeber eine Übersicht über die vielfältigen Beratungs- und Hilfsangebote in der Region Hildesheim. Die gemeinsame Broschüre von Stadt und Landkreis Hildesheim wurde wieder mit Unterstützung von ehrenamtlich engagierten Seniorinnen und Senioren erstellt. Erstmalig ist die Broschüre auch hörbuchgerecht aufbereitet, so dass Sie digital Hörbeiträge über QR-Code oder Internet-Link abrufen können.

Dass die Herstellung dieses Ratgebers ohne öffentliche Mittel möglich war, verdanken wir den zahlreichen Inserenten, die dieses Projekt gefördert haben. Allen Beteiligten gebührt unser Dank. Ihnen wünschen wir viele neue und hilfreiche Erkenntnisse bei der Durchsicht der Broschüre, die es Ihnen ermöglichen, den Alltag erfolgreich zu bewältigen.

Dr. Ingo Meyer
Oberbürgermeister

Olaf Levonen
Landrat

Auskunft und Beratung

Für Hilfesuchende in jedem Lebensalter sind kompetente Ansprechpartner und zeitgemäße Anlaufstellen wichtige Faktoren für ein Gefühl der Geborgenheit und Sicherheit in der heimischen Umgebung. Oftmals reicht es schon aus, die Kontaktdaten des richtigen Ansprechpartners in greifbarer Nähe zu haben. In Anbetracht der begrenzten Mobilität im Alter ist eine wohnortnahe Versorgung mit Beratungsstellen sowie vielfältigen Hilfsangeboten eine wichtige Frage der Lebensqualität.

© Getty Images/Comstock Images

1.1 Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen (SPN) im Landkreis Hildesheim

Senioren- und PflegeStützpunkt Niedersachsen

Der Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen (SPN) für Stadt und Landkreis Hildesheim ist eine neutrale Beratungs- und Vernetzungsstelle für alle Fragen rund um das Thema Alter und Pflege.

Der SPN integriert die Pflegestützpunkte Hildesheim und Alfeld. Pflegebedürftige und ihre Angehörigen sowie interessierte Personen können sich kostenlos und unbürokratisch über pflegerische, medizinische und soziale Leistungen informieren. Es werden bedarfsgerechte Leistungsansprüche aus der gesetzlichen Pflegeversicherung aufgezeigt sowie Unterstützungs- und Hilfsangebote vermittelt.

Es wird eine Wohnberatung für die individuelle alters- und behindertengerechte Umgestaltung des Wohnraumes angeboten, um den Verbleib im gewohnten Umfeld zu unterstützen. Auch zu Wohnalternativen wird beraten (siehe hierzu Kapitel 5.2).

Zudem werden weitere vielfältige Aufgaben wahrgenommen. Potenziale älterer Menschen sollen gestärkt und genutzt werden, ihre Selbstständigkeit und Lebensqualität bewahrt und gefördert werden. Beispielsweise werden Seniorenbegleiter (DUO) qualifiziert und vermittelt. Das bürgerschaftliche Engagement wird mit dem Ausbau des bereits bestehenden Netzwerks von lokalen ehrenamtlichen Nachbarschafts- und Alltagshilfen und professionellen Anbietern weiterentwickelt.
Der SPN nimmt eine Lotsenfunktion wahr und ist zudem Impulsgeber für die Entwicklung neuer bedarfsgerechter Angebote und Koordinator für die Vernetzung aller Akteure im Landkreis.
Durch eine aktive Öffentlichkeitsarbeit soll in der Bevölkerung eine Transparenz über die vielfältigen und oft unübersichtlichen Beratungs- und Hilfsangebote geschaffen werden. So sind über den Internetauftritt des Landkreises Hildesheim www.landkreishildesheim.de/Senioren diverse Informationen zum Thema Senioren bzw. Pflege abrufbar.

Kontakt:
Senioren- und Pflegestützpunkt Niedersachsen (SPN) im Landkreis Hildesheim
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Antje Rose
Tel.: 05121 309-1601 u. 1602 (Pflege)
Ute Pfeiffer, Tel.: 05121 309-1592 (Senioren)

Barbara Benthin, Tel.: 05121 309-2631
(Bürgerschaftliches Engagement)
Manuel Stender, Tel.: 05121 309-1591
(Strukturplanung Senioren)

Pflegestützpunkt Alfeld
Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld (Leine)
Sabine Wegener, Sandra Laugwitz
Tel.: 05181 704-8131 u. 8132

E-Mail: spn@landkreishildesheim.de
Internet: www.landkreishildesheim.de/Senioren

1.2 Mobile Beratung mit dem „Machmits-Infomobil“

Vielen Menschen fällt es aufgrund ihres Alters und fehlender Mobilität schwer, sich über mögliche Hilfs- und Unterstützungsangebote zu informieren und dazu die Beratungsstellen im Kreishaus aufzusuchen. Der Landkreis Hildesheim bietet zunächst bis 2020 mit dem „Machmits-Infomobil“ einen wohnortnahen Beratungsservice in den Kommunen an.

Mindestens 2-mal jährlich wird jede der 18 Kommunen im überwiegend ländlich strukturierten Landkreis angefahren. Das Infomobil, ein bedarfsgerecht ausgebauter VW Multivan, steht nach vorheriger Abstimmung mit den Kommunen und örtlichen Kooperationspartnern an einem zentralen Platz. Die genauen Termine werden in der Presse sowie durch Aushang und Bekanntmachung in den gemeindlichen Mitteilungsblättern rechtzeitig bekannt gegeben oder sind im Internet unter www.die-machmits.de einzusehen.

Das Infomobil bietet mit seinem Beratungsteam die Möglichkeit, sich kostenlos sowie direkt und persönlich über folgende Themen zu informieren:

- Möglichkeiten des ehrenamtlichen Engagements (z. B. Wer kann mich unterstützen? Wo könnte ich helfen?, Vermittlung von DUO-Seniorenbegleitung)
- Vorsorgeregelungen (z. B. Vollmacht, Patientenverfügung) und rechtliche Betreuung
- Senioren-, Pflege- und Wohnberatung (z. B. komfortabel und barrierefrei wohnen, häusliche Unterstützung, frühe Hilfen bei Demenz, Formen der Pflegeleistungen)

Kontakt:
Landkreis Hildesheim
403 – Sozialamt – Manuel Stender
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-1591
E-Mail: Manuel.Stender@landkreishildesheim.de
Internet: www.landkreishildesheim.de/senioren

Machmits-Infomobil und Beratungs-Team

1.3 Senioren-Beratungsnetz-Hildesheim (Internetplattform)

Senioren Beratungsnetz Hildesheim

Bereits 36 Prozent der Altersgruppe ab 60 Jahren nutzen täglich das Internet. Man kann sich schnell und bequem informieren, digitale Dienste nutzen, einkaufen, E-Mails schreiben oder über Skype mit Familie und Freunden telefonieren.

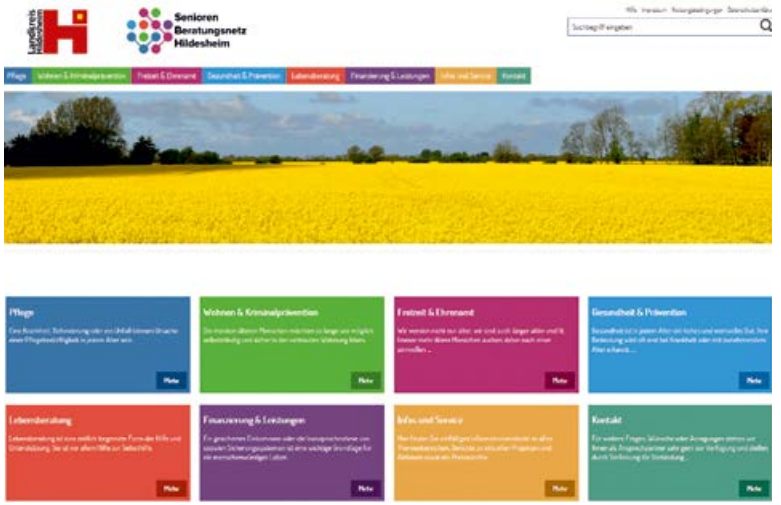
Angesichts der wachsenden Medienkompetenz älterer Menschen möchte der Landkreis Hildesheim das Internet stärker für die Information und Beratung älterer Menschen nutzen und reagiert zudem auf die oft fehlende Mobilität der älteren Menschen, besonders in den ländlichen Gebieten.

Die Internetseite
www.senioren-beratungsnetz-hildesheim.de
bietet zu den Themen

- Pflege
- Wohnen und Kriminalprävention
- Freizeit und Ehrenamt
- Gesundheit und Prävention
- Lebensberatung sowie
- Finanzen und Leistungen

einen umfassenden Überblick über die vielfältigen Beratungs- und Unterstützungsangebote in der Region Hildesheim. Die Nutzer können mit nur wenigen Klicks von unterwegs oder zu Hause aus die für sie wichtigen Informationen mit Verlinkungen und Adressen der Ansprechpartner abrufen sowie umfangreiche Informationsmaterialien herunterladen.

Die Seite wird gemeinsam mit vielen Netzwerkpartnern regelmäßig aktualisiert und weiterentwickelt. Alle Interessierten sind herzlich eingeladen, die Internetseite www.senioren-beratungsnetz-hildesheim.de zu besuchen und sich zu informieren.



Startseite Senioren-Beratungsnetz-Hildesheim

1.4 Sozialpsychiatrischer Dienst

Der Sozialpsychiatrische Dienst des Landkreises Hildesheim bietet kostenfreie Beratung und Unterstützung für erwachsene Menschen mit psychischen Störungen und für deren Angehörige. Die Gespräche erfolgen in den Beratungsstellen, als telefonische Beratung oder in Form von Hausbesuchen. Alle Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.

Kontakt:
Sozialpsychiatrischer Dienst
des Landkreises Hildesheim
Schützenallee 35–37, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-7375
E-Mail: SozialpsychiatrischerDienst@landkreishildesheim.de

Das Sekretariat ist erreichbar:
Montag–Donnerstag 09.00–15.00 Uhr
Freitag 09.00–12.00 Uhr

Sprechzeiten in der Region:
Alfeld:
Montag: 10.00–12.00 Uhr
Ständehausstr. 1, Raum 67, 31061 Alfeld (Leine)

Bockenem:
Jeden ersten und dritten Montag im Monat:
09.30–11.30 Uhr
Bürgermeister-Sander-Str. 10, 31167 Bockenem
Haus der Diakonie, 1. OG

Elze:
Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat:
09.00–12.00 Uhr
Kirchplatz 2, 31008 Elze
Diakonisches Werk

Hildesheim:
Montag: 10.00–12.00 Uhr
Schützenallee 35–37, 31134 Hildesheim

Bad Salzdetfurth
Jeden ersten und dritten Donnerstag im Monat:
09.30–11.30 Uhr
Marktstr. 40, 31162 Bad Salzdetfurth
Tagesstätte Comeback

Sarstedt:
Montag: 09.00–12.30 Uhr
Eulenstr. 7, 31157 Sarstedt
Caritasverband

1.5 Vorsorge und rechtliche Betreuung

Ein allgemeines gesetzliches Vertretungsrecht für Ehegatten oder Kinder besteht nicht. Im Rahmen der Selbstbestimmung ist es daher sehr wichtig, beizeiten selbst festzulegen, wer befugt sein soll, im Rechtsver-

kehr tätig zu werden, wenn man es selbst nicht mehr kann. Für diese Art Vorsorge gibt es im Wesentlichen folgende Möglichkeiten:

Vorsorgevollmachten

Die Vorsorgevollmacht ist ein rein privatrechtliches Instrument. Grundsätzlich gelten keine Formvorschriften. Aus Gründen der Klarheit und Beweiskraft ist eine schriftliche Vollmacht jedoch ratsam. Ort, Datum und vollständige Unterschrift dürfen nicht fehlen. Es können eine oder mehrere bereitwillige Personen des Vertrauens als Bevollmächtigte benannt werden. Der Vollmachtgeber sollte klar und eindeutig seine Wünsche und Anweisungen benennen, wie seine Angelegenheiten geregelt werden sollen. Falls in der Vollmacht Obliegenheiten zu Immobilien erledigt werden sollen, so muss wegen der besonderen Formvorschriften im Grundbuchrecht die Vollmacht öffentlich beglaubigt sein. Die Unterschriftsbeglaubigung unter einer Vorsorgevollmacht als besondere Form der öffentlichen Beglaubigung – neben Notaren – kann auch durch die Betreuungsbehörde beim Landkreis erfolgen. Die Betreuungsbehörde bietet zur Information über Vorsorgevollmachten, Betreuungs- und Patientenverfügungen regelmäßig kostenlose Informationsveranstaltungen an.

Betreuungsverfügung

Eine Betreuungsverfügung ist dann empfehlenswert, wenn man niemanden mit einer Vorsorgevollmacht ausstatten kann oder möchte. Mit einer Betreuungsverfügung legt man fest, welche gewünschte Person im Fall einer Betreuungsbedürftigkeit vom zuständigen Amtsgericht als rechtlicher Betreuer bestellt wird. Die Betreuungsverfügung ist für das Gericht verbindlich, sofern die von Ihnen als Betreuer/-in gewünschte Person dazu bereit, geeignet und in der Lage ist.

Patientenverfügung

In einer Patientenverfügung kann für den Fall einer Entscheidungsunfähigkeit im Voraus verbindlich festgelegt werden, ob und in welchem Umfang man in bestimmten Situationen medizinisch behandelt werden möchte. Die Patientenverfügung ist ratsam, weil weder Bevollmächtigter noch Betreuer allein Entscheidungen über medizinische Maßnahmen oder einen Behandlungsabbruch treffen dürfen. Sie dient auch dazu, Zweifel am mutmaßlichen Willen des Patienten auszuschließen. Die Patientenverfügung sollte im Abstand von ein bis zwei Jahren auf ihre Aktualität überprüft und bestätigt werden.

Rechtliche Betreuung

Das Betreuungsrecht gilt seit 1992. Es hat die Entmündigung, Vormundschaft und Gebrechlichkeitspflegschaft für Erwachsene durch die sogenannte Betreuung ersetzt und wird in den §§ 1896 ff. des Bürgerlichen Gesetzbuches (BGB) geregelt. Eine rechtliche Betreuung kann für volljährige Menschen infrage kommen, die psychisch erkrankt oder geistig, seelisch oder körperlich behindert sind und deshalb ihre Ange-

legenheiten nicht oder nicht ausreichend selber regeln können und keinen Bevollmächtigten mit entsprechenden Aufgaben betraut haben.

Betreuungsstelle beim Landkreis Hildesheim

Die Betreuungsstelle hilft mit, die Ziele des Betreuungsrechts zu erreichen und umzusetzen.

Aufgaben:

- Betreuungsgerichtshilfe (Erarbeitung von Sozialberichten und Abgabe von Betreuervorschlägen für gerichtlich eingeleitete Betreuungsverfahren)
- Gewinnung, Beratung und Unterstützung von Betreuerinnen und Betreuern
- Aufklärung und Beratung der Öffentlichkeit über rechtliche Betreuung und Vorsorgemöglichkeiten (Vorsorgevollmachten, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung)

„Die Machmits" sind eine Kooperationsgemeinschaft der Betreuungsstelle des Landkreises Hildesheim, des Betreuungsvereines Hildesheim e. V. und der Amtsgerichte Alfeld und Elze. Sie bieten vielfältige Informationen und Beratungen an, wie zum Beispiel

- Beratung ehrenamtlicher Betreuer/-innen
- Einführungsseminare für ehrenamtliche Betreuer/-innen oder die, die Interesse an der Übernahme einer Betreuung haben
- monatliche Treffen ehrenamtlicher Betreuer/-innen in Hildesheim
- schriftliche Informationsmaterialien
- Vorträge zum Betreuungsrecht und zur Vermeidung von Betreuungen (Vorsorgevollmacht)

Kontakt:
Landkreis Hildesheim – Betreuungsstelle
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-4271 (Herr Meyer)
Internet: www.landkreishildesheim.de

Betreuungsverein Hildesheim e. V.
Der Betreuungsverein Hildesheim e.V. führt mit hauptamtlichen Mitarbeiterinnen/Mitarbeitern rechtliche Betreuungen durch und ist aktiv in die Angebote der „Machmits" eingebunden.

Betreuungsverein Hildesheim e. V.
Manfred Marhenke
Wallstr. 3–5, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 75350
E-Mail: info@betreuungsverein-hildesheim.de
Internet: www.betreuungsverein-hildesheim.de

1.6 Seniorenbeirat in der Stadt Hildesheim

Der Seniorenbeirat vertritt die Interessen der in der Stadt Hildesheim lebenden älteren Menschen ab dem 60. Lebensjahr. Der Beirat arbeitet unabhängig, konfessionell nicht gebunden, parteipolitisch neutral und bietet folgende Sprechstunden an:

Jeden letzten Dienstag im Monat von 10.00 bis 12.00 Uhr in den Räumen der Stadt Hildesheim, Fachbereich Soziales und Senioren, Hannoversche Str. 6, 31134 Hildesheim.

Der Beirat ist Ansprechpartner für den Stadtrat, die Ausschüsse der Stadt, für die Stadtverwaltung sowie für soziale Verbände und Einrichtungen. Er berät die Ausschüsse des Rates der Stadt Hildesheim in allen Fragen, Planungen und Maßnahmen, die ältere Bürger betreffen. Der Förderverein des Seniorenbeirats bietet monatliche Aktivitäten an, die Termine werden in der Presse und auf der Homepage veröffentlicht.

Kontakt:
Seniorenbeirat der Stadt Hildesheim
Vorsitzende: Heidrun Oeßel
Tel.: 05121 263355
E-Mail: info@seniorenbeirat-hildesheim.de
Internet: www.seniorenbeirat-hildesheim.de

1.7 Verbände der freien Wohlfahrtspflege

Die Verbände der freien Wohlfahrtspflege sind auf vielen Gebieten der sozialen Arbeit aktiv und beratend tätig. Sie sind Träger der verschiedensten Heil-, Pflege- und Betreuungseinrichtungen. Die Angebote der freien Wohlfahrtspflege stehen jedem Interessierten und Hilfesuchenden offen.

Folgende Wohlfahrtsverbände sind in Stadt und Landkreis Hildesheim tätig:

Arbeiterwohlfahrt,
Kreisverband Hildesheim-Alfeld e. V.
Osterstr. 39 a, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 17900-00
E-Mail: info@awo-hi.de, Internet: www.awo-hi.de

Caritas-Verband für
Stadt und Landkreis Hildesheim e. V.
Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 1677-0
E-Mail: zentral@caritas-hildesheim.de
Internet: www.caritas-hildesheim.de

Deutsches Rotes Kreuz,
Kreisverband Hildesheim e. V.
Brühl 8, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 9360-0
E-Mail: sekretariat@kv-hildesheim.drk.de
Internet: www.drk-hildesheim.de

Deutsches Rotes Kreuz,
Kreisverband Hildesheim-Marienburg e. V.
Louise-Cooper-Str. 1, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 1684-0
E-Mail: drk-kreisverband@drk.hildesheim-marienburg.de
Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

Deutsches Rotes Kreuz, Kreisverband Alfeld e. V.
Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld (Leine)
Tel.: 05181 708-0
E-Mail: kontakt@drk-alfeld.de
Internet: www.drk-kvalfeld.de

Diakonisches Werk Hildesheim
Klosterstr. 6, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 1675-0
E-Mail: dw.hildesheim@evlka.de
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Paritätischer Hildesheim-Alfeld, Sozialzentrum Hildesheim
Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 7416-0
E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de
Internet:
www.paritaetischer.de/kreisgruppen/Hildesheim

Paritätischer Hildesheim-Alfeld, Sozialzentrum Alfeld
Kalandstr. 7, 31061 Alfeld (Leine), Tel.: 05181 8435-0
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de
Internet: www.paritaetischer.de/Kreisgruppen/Alfeld

Weitere soziale Verbände:

Arbeiter-Samariter-Bund, Kreisverband Hildesheim/Hameln-Pyrmont
Goslarsche Landstr. 23, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 5906-0
E-Mail: info@asbhildesheim.de
Internet: www.asbhildesheim.de

Die Johanniter, Ortsverband Hildesheim
Cheruskerring 53, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 74871-0
E-Mail: hildesheim@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

Die Johanniter, Ortsverband Gronau
Johanniterstr. 2, 31028 Gronau (Leine)
Tel.: 05182 9222-0
E-Mail: gronau@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

Malteser Hilfsdienst e. V., Hildesheim
Waterloostr. 25, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 55015
E-Mail: verwaltung@malteser-hildesheim.de
Internet: www.malteser-hildesheim.de

Sozialverband Deutschland, Kreisverband Hildesheim-Alfeld
Von-Voigts-Rhetz-Str. 2, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 74790
E-Mail: info@sovd-hildesheim-alfeld.de
Internet: www.sovd-hildesheim-alfeld.de

1.8 Migrationsberatungsstellen für erwachsene Zuwanderer

Die Arbeiterwohlfahrt (AWO), der Asyl e. V. und die Caritas haben in Hildesheim Beratungsstellen für Migranten eingerichtet, die persönliche Beratung und Hilfe in schwierigen Lebenssituationen anbieten.

Kontakt:
Arbeiterwohlfahrt
Kreisverband Hildesheim-Alfeld e. V.
Goslarsche Str. 1, 31134 Hildesheim
Tel.: 5121 17900-22
Internet: www.awo-hildesheim.de
http://www.awo-hildesheim.de/pages/migration/beratung-fuer-seniorinnen-mit-migrationshintergrund.php

Asyl e. V.
Katharinenstr. 13, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 132820
E-Mail: info@asyl-ev.de, Internet: www.asyl-ev.de

Caritas – Migrationsberatung
Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 1677238
E-Mail: migrationsberatung@caritas-hildesheim.de
Internet: www.caritas-hildesheim.de

Das Team der Koordinierungsstelle Integration der Stadt Hildesheim ist in den Feldern Flucht, Migration und Integration aktiv. Ziel der Tätigkeit ist es, in der Stadt Integrationsprozesse zu fördern, zu begleiten und mitzugestalten. Inhalte sind zum Beispiel die Identifikation von Handlungsbedarfen, das Planen und Durchführen von Projekten in kommunalen Handlungsfeldern, die Stärkung des Ehrenamtes und die Vernetzung von Akteuren.

Kontakt:
Stadt Hildesheim
Steingrube 19 a, 31141 Hildesheim
Sonja Wutke, Tel.: 05121 301-4367
E-Mail:
koordinierungsstelle.integration@stadt-hildesheim.de
Internet: www.hildesheim.de/fluechtlinge

Der Landkreis Hildesheim unterstützt die Kommunen des Landkreises in allen Bereichen der Migration und Integration. Hierzu gehört z. B. die Hilfe bei der Akquirierung und Durchführung von Projekten, die Vernetzung von Akteuren, Stärkung des Ehrenamtes durch Information und Qualifizierung und die Zusammenarbeit mit den hauptamtlichen Integrationshelferinnen/-helfern und Koordinatorinnen/Koordinatoren in den Kommunen.

Kontakt:
Landkreis Hildesheim
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Birgit Lillig
Koordinierungsstelle „Integration und Demokratie“
Tel.: 05121 309-3531
E-Mail: Birgit.Lillig@landkreishildesheim.de
Internet: www.willkommenhier.de

1.9 Rechtliche Beratung – Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe

Nach dem Beratungshilfegesetz besteht ein Anspruch auf kostenlose Rechtsberatung, wenn bestimmte Einkommens- und Vermögensgrenzen nicht überschritten werden. Ein Antrag auf Beratungshilfe kann beim zuständigen Amtsgericht, in dessen Bezirk der Ratsuchende seinen Wohnsitz hat, gestellt werden. Bei Bewilligung kann die Beratung durch Rechtsanwälte oder Rechtsbeistände gewährt werden. Falls ein notwendiges Gerichtsverfahren ansteht, die Berechtigung vorliegt und das Verfahren Aussicht auf Erfolg hat, besteht grundsätzlich ein Anspruch auf Prozesskostenhilfe.

Nähere Auskünfte hierzu erteilen Anwälte und die zuständigen Amtsgerichte:

Amtsgericht Alfeld (Leine)
Kalandstr. 1, 31061 Alfeld (Leine)
Tel.: 05181 8040,
Internet: www.amtsgericht-alfeld.niedersachsen.de

Amtsgericht Elze
Bahnhofstr. 26, 31008 Elze, Tel.: 05068 93010
Internet: www.amtsgericht-elze.niedersachsen.de

Amtsgericht Hildesheim
Kaiserstr. 60, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 9680
Internet: www.amtsgericht-hildesheim.niedersachsen.de

1.9.1 Schiedsämter

Wenn es mit dem Nachbarn oder anderen Mitmenschen zu größeren Streitigkeiten kommt, kann oft die Schlichtung durch einen Schiedsmann oder eine Schiedsfrau helfen. Bei bestimmten Delikten, wie Beleidigung, Körperverletzung, Sachbeschädigung, Hausfriedensbruch, Bedrohung und Verletzung des Briefgeheimnisses, ist es gesetzlich vorgeschrieben, vor einem Gerichtsverfahren ein Schlichtungsverfahren durchzuführen.

Nach dem Motto „Schlichten statt richten“ versuchen die Schiedsleute dabei, mit den beiden Parteien eine friedliche Konfliktlösung zu erreichen und einen Vergleich zu vereinbaren.

Über die Hälfte dieser Verfahren enden mit einer Einigung. Die Schiedspersonen arbeiten ehrenamtlich. Es sind deshalb lediglich geringe Verfahrens- und Sachkosten, wie Porto, zu zahlen.

Nähere Informationen hierzu erteilen **die Wohnsitzgemeinde, die Amtsgerichte, die Polizei** oder sind im Internet unter www.bds-niedersachsen.com einzusehen.

1.9.2 Mieterschutz

Die Mietervereine bieten ihren Mitgliedern kostenlose Beratung in allen Fragen des Mietrechtes an.

Kontakt:
Mieterverein Hildesheim und Umgebung e. V.
Scheelenstr. 2, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 33284
E-Mail: info@mieterverein-hildesheim.de
Internet: www.mieterverein-hildesheim.de

Wer nicht Mitglied in einem Mieterverein werden möchte, kann sich an die Stelle „Beratungshilfe / Hilfe in Rechtsfragen" der Amtsgerichte wenden oder direkt an einen Rechtsanwalt seiner Wahl. Siehe Kapitel 1.9.

1.9.3 Verbraucherberatung

Die Verbraucherberatung gewährt Hilfe bei Entscheidungen vor und nach Vertragsabschlüssen. Zudem sind dort Ratschläge und Tipps zu vielen Bereichen des täglichen Lebens erhältlich.

Kontakt:
Schutzvereinigung der Verbraucher in Deutschland e. V.
Butterborn 19–20, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 704166

Verbraucherzentrale Niedersachsen e. V.
Herrenstr. 14, 30159 Hannover, Tel.: 0511 91196-0
E-Mail: info@vzniedersachsen.de
Internet: www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de

1.10 Telefonseelsorge/Krisentelefon

Menschen in einer Notlage können sich an die Telefonseelsorge wenden. Geschulte Mitarbeiter/-innen nehmen sich der Ratsuchenden an, zeigen Lösungsmöglichkeiten auf oder vermitteln Hilfe. Die Dienste sind anonym und vertraulich.

Verein für Suizidprävention e. V.
Schwemannstr. 2, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 516286
Das Krisentelefon unter 05121 58828 ist täglich von 18.00 bis 22.00 Uhr besetzt.

Das Sorgentelefon Alfeld unter 01590 45 29 85 3 ist täglich von 18.00 bis 21.00 Uhr besetzt.

Telefonseelsorge bundesweit
Telefon (kostenlos) 0800 1110111 und 0800 1110222

1.11 Sozialdienst/Entlassungsmanagement im Krankenhaus

Zu Fragen rund um den Krankenhausaufenthalt geben Fachleute in den Kliniken Auskunft. Diese Dienste werden unter verschiedenen Bezeichnungen geführt: Sozialdienst, Entlassungsmanagement oder Pflegeüberleitung sind die gebräuchlichsten Begriffe.
Die Mitarbeiter dieser Abteilungen klären mit den Patienten Fragen zur häuslichen pflegerischen Unterstützung nach dem Krankenhausaufenthalt, zur Beantragung einer Rehabilitationsmaßnahme, zur Organisation einer Heimaufnahme und vieles mehr.
Auskunft erteilen die behandelnden Ärzte, das Pflegepersonal oder die jeweilige Information. Die Auflistung der Krankenhäuser im Landkreis Hildesheim finden Sie unter Kapitel 6.6.

1.12 Sicherheit

Schaden zu erleiden, das Opfer einer Straftat zu werden, ist eine der am häufigsten genannten Ängste älterer Mitbürgerinnen und Mitbürger.

In Notsituationen ist die Polizei Ansprechpartner. Sie gibt auch Verhaltensempfehlungen zur Sicherheit im Haus und unterwegs.

Kontakt:
Polizeiinspektion Hildesheim
Schützenwiese 24, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 939-0
Polizei-Notruf: 110

Präventionsrat in der Stadt Hildesheim
Seit 1998 gibt es den Präventionsrat. Gemeinsam mit über 100 Partnerorganisationen und Institutionen sowie rund 320 engagierten Freiwilligen werden Projekte für eine sichere und lebenswerte Stadt auf den Weg gebracht. Im Präventionsrat arbeiten verschiedene Arbeitsgruppen wie z. B. die „AG 55 plus Sicherheit".

Sicherheitsfragen aus dem täglichen Leben älterer Bürger stehen im Mittelpunkt der Arbeit dieser Gruppe. Ihr Ziel ist die Steigerung des subjektiven Sicherheitsgefühls älterer Menschen sowie die Stärkung des selbstbewussten und sicheren Auftretens der Senioren.

Das Angebot umfasst Informationen, Hilfestellung durch Beratung und Sicherheitstrainings. Die Hildesheimer Notfallkarte sowie eine Sicherheitshandtasche hält die Arbeitsgruppe ebenfalls bereit. Die dort ehrenamtlich tätigen Bürger arbeiten eng mit der Polizei, der Stadt Hildesheim und weiteren Organisationen zusammen.

Kontakt:
Präventionsrat Hildesheim
Tel.: 05121 301-4449
Internet: www.praeventionsrat-hildesheim.de
Moderator der AG „55 plus Sicherheit“:
Erhard Paasch, Tel.: 05121 66202

1.13 Selbsthilfegruppen

Mit zunehmendem Alter können Situationen entstehen, die vielen fremd sind. Die Pflege von Angehörigen, Einschränkungen durch körperliche Erkrankungen oder der Umgang mit einer Demenz stellt die meisten Betroffenen zunächst vor große Probleme.
Selbsthilfegruppen ermöglichen den Austausch mit Menschen, denen es ebenso geht, meist bedeutet das Entlastung und Erleichterung.

Selbsthilfe-Kontaktstellen
Die Selbsthilfe-Kontaktstellen KIBIS des Paritätischen Hildesheim-Alfeld informieren und beraten Menschen, die an Selbsthilfegruppen interessiert sind, und professionell Tätige aus dem Gesundheits- und Sozialbereich. Sie fördern und unterstützen die Arbeit bestehender Selbsthilfegruppen und begleiten die Gründung neuer Zusammenschlüsse.

Kontakt:
KIBIS des Paritätischen Hildesheim-Alfeld
Ansprechpartnerin: Marina Stoffregen
Kontaktstelle im Selbsthilfebereich
Kontakt, Information und Beratung
im Selbsthilfebereich
Lily-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 7416-16
E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de
Internet: www.hildesheim.paritaetischer.de

Alfeld:
Kalandstr. 7, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 8435-0
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de
Internet: www.alfeld.paritaetischer.de

1.14 Verzeichnis der Kommunen

Auskunft und Beratung zu den verschiedensten Bereichen werden in den Rathäusern der folgenden Stadtverwaltungen, Gemeinden, Samtgemeinden und in der Kreisverwaltung des Landkreises Hildesheim angeboten:

Stadt Alfeld
Marktplatz 1, 31061 Alfeld (Leine), Tel.: 05181 7030
E-Mail: info@stadt-alfeld.de, Internet: www.alfeld.de

Gemeinde Algermissen
Marktstr. 7, 31191 Algermissen, Tel.: 05126 9100-0
E-Mail: gemeinde@algermissen.de
Internet: www.algermissen.de

Stadt Bad Salzdetfurth
Oberstr. 6, 31162 Bad Salzdetfurth, Tel.: 05063 999-0
E-Mail: info@bad-salzdetfurth.de
Internet: www.bad-salzdetfurth.de

Stadt Bockenem
Buchholzmarkt 1, 31167 Bockenem, Tel.: 05067 2420
E-Mail: info@bockenem.de
Internet: www.bockenem.de

Gemeinde Diekholzen
Alfelder Str. 5, 31199 Diekholzen,Tel.: 05121 202-0
E-Mail: info@diekholzen.de
Internet: www.diekholzen.de

Stadt Elze
Hauptstr. 61, 31008 Elze, Tel.: 05068 464-0
E-Mail: stadtverwaltung@elze.de
Internet: www.elze.de

Gemeinde Freden
Am Schillerplatz 4, 31084 Freden (Leine)
Tel.: 05184 790-0
E-Mail: info@freden.de, Internet: www.freden.de

Gemeinde Giesen
Rathausstr. 27, 31180 Giesen, Tel.: 05121 9310-0
E-Mail: info@giesen.de, Internet: www.giesen.de

Gemeinde Harsum
Oststr. 27, 31177 Harsum, Tel.: 05127 405-0
E-Mail: info@harsum.de, Internet: www.harsum.de

Stadt Hildesheim
Markt 1, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 301-0
E-Mail: rathaus@stadt-hildesheim.de
Internet: www.hildesheim.de

Gemeinde Holle
Am Thie 1, 31188 Holle, Tel.: 05062 9084-0
E-Mail: gemeinde@holle.de, Internet: www.holle.de

Gemeinde Lamspringe
Kloster 3, 31195 Lamspringe, Tel.: 05183 500-0
E-Mail: lamspringe@t-online.de
Internet: www.lamspringe.de

Samtgemeinde Leinebergland
Blanke Str. 16, 31028 Gronau/Leine, Tel.: 05182 9020
E-Mail: info@sg-leinebergland.de
Internet: www.sg-leinebergland.de

Gemeinde Nordstemmen
Rathausstr. 3, 31171 Nordstemmen, Tel.: 05069 800-0
E-Mail: gemeinde@nordstemmen.de
Internet: www.nordstemmen.de

Stadt Sarstedt
Steinstr. 22, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 805-0
E-Mail: rathaus@sarstedt.de
Internet: www.sarstedt.de

Gemeinde Schellerten
Rathausstr. 8, 31174 Schellerten, Tel.: 05123 4010
Internet: www.schellerten.de

Gemeinde Sibbesse
Lindenhof 1, 31079 Sibbesse, Tel.: 05065 801-0
E-Mail: rathaus@sibbesse.de
Internet: www.sibbesse.de

Gemeinde Söhlde
Bürgermeister-Burgdorf-Str. 8, 31185 Söhlde
Tel.: 05129 972-0
E-Mail: gemeinde@soehlde.de
Internet: www.soehlde.de

Landkreis Hildesheim
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-0
E-Mail: info@landkreishildesheim.de
Internet: www.landkreishildesheim.de

© Getty Images/iStockphoto

Freizeit, Sport und Begegnung

Freizeitaktivitäten haben viele positive Wirkungen auf das körperliche Wohlbefinden eines Menschen. Regelmäßige körperliche Betätigung senkt das Risiko eines Herzinfarkts, stabilisiert das Immunsystem und stärkt die Muskulatur. Die beliebtesten Sportarten im Herbst des Lebens sind Schwimmen, Wandern, Radfahren und Gymnastik. Diese Sportarten fördern sowohl die Herz-Kreislauf-Funktion als auch die Lungenatmung, den Gleichgewichtssinn und die Konzentrationsfähigkeit. Sport bietet zudem eine hervorragende Möglichkeit, sich zu geselligen Runden zu treffen – sei es eine morgendliche Walking-Tour mit den Nachbarn oder ein Ausflug ins Grüne zum örtlichen Badesee.

© Kzenon – Fotolia

2.1 Bewegung und Sport

Seniorengerechte Sportarten

Wer geistig und körperlich beweglich bleibt, hat mehr vom Leben. Es geht dabei nicht um Leistungssport, sondern um altersgerechte und regelmäßige sportliche Betätigung. Ganz gleich, ob Schwimmen, Wassergymnastik oder Radeln: Regelmäßiges Muskeltraining schützt vor Knochenbrüchen und gibt ein gutes Körpergefühl. Spaziergänge und Wanderungen regen Herz und Kreislauf an. Die Hildesheimer Region bietet dazu viele Möglichkeiten.

Viele Sportvereine haben eine Abteilung für Senioren. Zudem wird Seniorengymnastik und Tanzsport unter der Leitung von geschulten Trainern von Einrichtungen und sozialen Verbänden angeboten.

Informationen erteilen Vereine, soziale Verbände und der **Kreissportbund Hildesheim e. V.**
Jahnstr. 52, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 4883
Internet: www.kreissportbund-hildesheim.de

2.1.1 Fitnessclubs

Fitness wird im Allgemeinen als körperliches und auch geistiges Wohlbefinden verstanden.

Das Training, um fit zu werden und zu bleiben, ist keine Frage des Alters. Die örtlichen Fitnessclubs unterscheiden sich in ihren Angeboten. Ein Trainingsplan, nach den persönlichen Möglichkeiten, dem gesundheitlichen Befinden und den eigenen sportlichen Zielen, sollte von einem Trainer zusammengestellt werden. Die Information vor Ort und ein Probetraining sind sinnvoll.

2.2 Begegnungsstätten und Seniorenkreise

In den Senioren-Begegnungsstätten in Stadt und Landkreis treffen sich Gleichgesinnte, um Kontakte zu knüpfen. Sie bekommen so Informationen, Auskünfte, Tipps und Ratschläge zu vielen für sie interessanten Themen und Dingen.

In vielen Begegnungsstätten gibt es ein vielschichtiges Programm, wie zum Beispiel Vorträge, Lesungen, Spiele- und Tanznachmittage. Die Begegnungsstätten stehen jedermann offen.

Begegnungsstätten im Stadtgebiet

AWO Begegnungsstätte Hildesheim
Goslarsche Str. 1, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 1790000

Caritas Begegnungsstätte Hildesheim
Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 1677-0

Begegnungsstätten im Landkreisgebiet

AWO Begegnungsstätte Alfeld
Heinzestr. 38, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 807178

DRK Seniorenbegegnungsstätte Alfeld
Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 7080

AWO Soziales Zentrum Bad Salzdetfurth
Göttingstr. 27, 31162 Bad Salzdetfurth, Tel.: 05063 1000

AWO Begegnungsstätte Barnten
Glückaufstr. 2, 31171 Barnten, Tel.: 05066 6883

AWO Altenbegegnungsstätte Bockenem
Am Papenberg 1, 31167 Bockenem, Tel.: 05067 3622

DRK Begegnungsstätte Bockenem
Jägerhausstr. 2, 31167 Bockenem, Tel.: 0170 4859043

AWO Begegnungsstätte Duingen
Lübecker Str. 1, 31089 Duingen, Tel.: 05182 962713

Weil Sie uns
am Herzen liegen.

www.evi-hildesheim.de

Ihr Partner
für Energie
EVI

AWO Begegnungsstätte Eime
Wassertorstr. 8, 31063 Eime, Tel.: 05182 908960

AWO Begegnungsstätte Elze
Sedanstr. 14, 31008 Elze, Tel.: 05068 3435

AWO Begegnungsstätte Freden
Grabenstr. 7, 31084 Freden, Tel.: 05184 8541

AWO Soziales Zentrum Harsum
Hoher Weg 18, 31177 Harsum, Tel.: 05127 1565

AWO Begegnungsstätte Lamspringe
Am Kloster, 31195 Lamspringe, Tel.: 05183 1353

Treffpunkt Begegnung und Beratung
Hauptstr. 73, 31195 Lamspringe, Tel.: 05183 9460971

AWO Begegnungsstätte Rössing
Kirchstr. 2, 31171 Rössing, Tel.: 05069 8282

AWO Soziales Zentrum Sarstedt
Steinstr. 13, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 2613

AWO Altenbegegnungsstätte Sibbesse
Kirchstr. 7, 31079 Sibbesse, Tel.: 05065 8737

DRK Begegnungsstätte Söhlde
Im Teiche 1, 31185 Söhlde, Tel.: 05129 8301

DRK Begegnungsstätte Störy
Dorfgemeinschaftshaus Störy, Tel.: 05067 5993

DRK Begegnungsstätte Wendhausen
Dorfgemeinschaftshaus, Tel.: 05121 998416

Seniorenkreise

Seniorenkreise dienen der gemeinsamen Freizeitgestaltung und haben kein spezielles Programmangebot. Es besteht die Möglichkeit, sich in regelmäßigen Abständen im Bekanntenkreis zu treffen, zu unterhalten und auch etwas zu unternehmen. Die Seniorenkreise sind offen für alle interessierten Seniorinnen und Senioren. Informationen zu Seniorenkreisen, Terminen und Veranstaltungsorten erteilen Stadt/Gemeindeverwaltungen, Ortsräte, Kirchengemeinden, Wohlfahrtsverbände, Sozialverbände und die Tageszeitung.

2.3 Mehrgenerationenhäuser

Mehrgenerationenhäuser sind Begegnungsorte, an denen das Miteinander der Generationen aktiv gelebt wird. Sie bieten Raum für gemeinsame Aktivitäten und schaffen ein nachbarschaftliches Miteinander in der Kommune. Mehrgenerationenhäuser stehen allen Menschen offen – unabhängig von Alter oder Herkunft. Haupttreffpunkt ist meistens eine Caféstube für die gemütliche Umgebung zum zwanglosen Gespräch. Auch ein Bistro oder Mittagstisch gehören überwiegend zum Programm. Hier finden Menschen jeden Alters Kontakte, Unterhaltung und Anregung. Sie bekommen aber auch Angebote zur Hilfe und Selbsthilfe. Ein breites Spektrum von Kursen, Informationsveranstaltungen und Beratungen bietet auch eigenen Interessen und Wünschen Raum.

Mehrgenerationenhäuser im Landkreis Hildesheim:

KOMM Nachbarschaftszentrum Nordstemmen e. V. Mehrgenerationenhaus
Hauptstr. 62, 31171 Nordstemmen, Tel.: 05069 516460
E-Mail: komm-ev@htp-tel.de
Internet: www.kommev.net
Das KOMM Nachbarschaftszentrum bietet auch kompetente Beratung, Unterstützung und Begleitung bei Fragen rund um das „Älterwerden."

SOFA (Schöner Ort Für Alle)
Jahnstr. 8, 31191 Algermissen
Tel.: 0160 92214243
E-Mail: sofa@algermissen.de
Internet: www.algermissen.de/Familie-Leben/sOfA

In Alfeld gibt es einen Mehrgenerationentreff, der ähnlich aufgebaut ist wie die Mehrgenerationenhäuser.

Mehrgenerationentreff Alfeld
Unter der Kirche 9, 31061 Alfeld , Tel.: 05181 8552577
E-Mail: info@kleine-kneipe-alfeld.de

Weiterbildung und Kultur

Im wohlverdienten Ruhestand erkunden viele Bürger neue Themenfelder, für die sie während des Arbeitsalltags nicht genügend Zeit aufbringen konnten. So widmen sie sich verschiedenen Interessensgebieten wie Computer und Technik, Fremdsprachen, Naturkunde oder Literatur. Auch örtliche Sehenswürdigkeiten werden aufs Neue entdeckt! Von Theater- oder Museumsbesuchen, über Konzerte bis hin zu Kunstausstellungen – es gibt eine bunte Auswahl an kulturellen Freizeitaktivitäten. Denn Kultur vermittelt nicht nur trockenes Wissen, sondern sie ist der Ausdruck unserer Gesellschaft und somit lebendiger Bestandteil des täglichen Lebens.

© Yuri Arcurs – Fotolia

3.1 Weiterbildung

Für viele Seniorinnen und Senioren ist die Weiterbildung ein wichtiger Bestandteil der Freizeitgestaltung. In der Stadt und im Landkreis Hildesheim gibt es mehrere Institutionen, die Bildungsprogramme für unterschiedliche Interessengebiete bereithalten.

3.1.1 Seniorenforum der Volkshochschule Hildesheim gGmbH (VHS)

Nahezu alle VHS-Programmbereiche sind für Lernhungrige aller Altersgruppen zusammengestellt. Seniorinnen und Senioren, die mit jungen Menschen zusammen lernen möchten, belegen sehr gern Kurse aus dem allgemeinen Angebot der VHS.

Das Seniorenforum spricht darüber hinaus insbesondere Seniorinnen und Senioren an, denen es wichtig ist, dass die Themenstruktur und das Lerntempo auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt sind.

Informationen über das Programm und geeignete Kurse geben die folgenden Geschäftsstellen und Kontaktbüros der Volkshochschule Hildesheim:

Volkshochschule Hildesheim gGmbH (VHS)
Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 9361-0
E-Mail: info@vhs-hildesheim.de
Internet: www.vhs-hildesheim.de

VHS-Regionalbüro Sarstedt
Wellweg 9, 31157 Sarstedt, Tel.: 05121 9361-461

VHS-Kontaktbüro Gronau
Kulturkreisbüro, Bürgermeisterhaus
Junkernstr. 7, 31028 Gronau, Tel.: 05182 903848

VHS-Geschäftsstelle Alfeld
Antonianger 6, 31061 Alfeld, Tel.: 05121 9361-0

VHS-Kontaktbüro Nordstemmen
GJR Nordstemmen e. V.
Hauptstr. 110, 31171 Nordstemmen, Tel.: 05069 1611

3.1.2 hi-senior (VHS-Club)

hi-senior
VHS-Club: Senioren @ns Netz

Im VHS-Club hi-senior treffen sich über 300 Frauen und Männer über fünfzig. Wöchentlich beschäftigen sie sich intensiv mit allen Themen rund um den Computer, In-

ternet und Multimedia. Zu den Zielgruppen des Clubs gehören PC-Anfänger und Fortgeschrittene, die Interesse am Erlernen von PC-Technik mit Windows- oder Applegeräten haben. Angeboten werden wöchentliche Vorträge, helferunterstützte Workshops und Kurse sowie Hilfe im Café.kom.
Wer sich angesprochen fühlt oder sich immer schon einmal etwas mehr und anders mit dem PC beschäftigen möchte, ist herzlich willkommen. Das Clubtreffen hi-senior findet dienstags von 10.00 bis 11.00 Uhr und Arbeitsgruppen bis 12.00 Uhr im Riedel-Saal, Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, statt (keine Veranstaltung während Schulferien).

Das Internet-Café: VHS-Café.kom im Pfaffenstieg 4–5 steht Montag, Mittwoch und Donnerstag von 16.00 bis 18.00 Uhr zur Verfügung.

Weitere Informationen unter www.hi-senior.de

3.1.3 Seniorenakademie Alfeld e. V.

An dieser besonderen Bildungseinrichtung in Alfeld unterrichten Senioren ehrenamtlich Senioren. Für einen einmaligen Beitrag von 10,00 € kann ein Akademie-Pass mit einer lebenslangen Teilnahmeberechtigung an den Veranstaltungen erworben werden. Die Teilnahme an den Veranstaltungen der Senioren-Akademie ist nicht an besondere Bildungsvoraussetzungen gebunden.
Jährlich wird ein neues, vielschichtiges Programm zu-

hi-senior vermittelt neben Lernen auch Spaß am PC

sammengestellt. Unterschiedliche Seminare, Vorträge und Kulturfahrten gehören ebenso dazu wie generationsübergreifende Projekte und praktische Hilfe in Notfällen.

Beispielhaft werden zwei etablierte Projekte vorgestellt:

Autorenkreis SchreibfreuNde – mehr als nur eine Schreibwerkstatt.
Jede Woche treffen sich die Mitglieder – alle im Seniorenalter –, deren Hobby das Schreiben ist. Die Gruppe hat seit der Gründung viele Gemeinschaftswerke sowie Bücher, Broschüren und Minis einzelner Autoren publiziert.

Café ALZ – das etwas andere Café in Alfeld
Hier können sich Menschen, die an Demenz erkrankt sind, gemeinsam mit ihren Angehörigen oder Bezugspersonen entspannen: bei Kaffee und Kuchen, beim Singen und beim Tanzen nach vertrauten Melodien. Das Tanz-Café wird von erfahrenem Personal und freiwilligen Helfern geleitet.

Kontakt:
Senioren-Akademie Alfeld e. V.
Bahnhofstr. 7, 31073 Delligsen, Tel.: 05187 4411
Vorsitzender: Volker Nemitz
E-Mail: v.nemitz@t-online.de
Internet: www.senioren-akademie-alfeld.eu

3.1.4 Weitere Bildungseinrichtungen

Deutsche Angestellten-Akademie
Wallstr. 3–5, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 59221
E-Mail: info.hildesheim@daa.de
Internet: www.daa-hildesheim.de

Ev. Familien-Bildungsstätte
Steingrube 19 a, 31141 Hildesheim, Tel.: 05121 131090
E-Mail: fabi@d-li.de
Internet: www.familiehildesheim.de

Familienbildungsstätte der Katholischen Erwachsenenbildung (KEB)
Domhof 2, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 20649-60
E-Mail: fabi.hildesheim@keb-net.de
Internet: www.keb-net.de

Ländliche Erwachsenenbildung Kreisarbeitsgemeinschaft Hildesheim e. V.
Hornemannstr. 12/13, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 133230
E-Mail: hildesheim@leb.de
Internet: www.leb-niedersachsen.de

HAWK Fachhochschule Hildesheim/Holzminden/Göttingen
Hohnsen 4, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 881-0
E-Mail: pressestelle@hawk-hhg.de
Internet: www.hawk-hhg.de

Stiftung Universität Hildesheim
Universitätsplatz 1, 31141 Hildesheim, Tel.: 05121 883-0
Internet: www.uni-hildesheim.de

3.2 Kultur

Kulturangebote bereichern das Leben und schaffen Freude. Der Besuch einer Theater- oder Kinovorstellung oder vielleicht einer Konzertaufführung macht den Alltag zu etwas Besonderem und gehört zu den schönen Seiten des Lebens. Hier einige Anregungen für Kulturangebote, die Besonderheiten oder Extras bieten:

LEB
IHR BILDUNGSPARTNER

Beratungsbüro:
Hornemannstraße 12/13
31137 Hildesheim
Telefon: 05121 133240
E-Mail: hildesheim@leb.de

LÄNDLICHE ERWACHSENENBILDUNG IN NIEDERSACHSEN e. V.

- *Kurse für Senioren*
- *Fortbildung für Seniorenbegleiter/-innen 16-stündige Nachschulungen nach § 536 SGB XI*

Seniorenkino

Seniorenkino im Thega-Filmpalast Hildesheim
Theaterstr. 6, 31141 Hildesheim
Tel.: 05121 2940777
Internet: www.thega-filmpalast.de
Das Programm wird durch die Presse angekündigt.

Seniorenkino Alfeld
Holztorstr. 28/29, 31061 Alfeld
Internet: www.kinowelt-online.de/alfeld/programm
Das Programm ist zu erfahren unter Tel.: 05181 5197

Theater

TfN/Theater für Niedersachsen
Theaterstr. 6, 31141 Hildesheim, Tel.: 05121 16930
Internet: www.tfn-online.de

Zeit fürs Museum

Museen im Stadtgebiet
Roemer- und Pelizaeus-Museum Hildesheim
Am Steine 1–2, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 9369-0
E-Mail: info@rpmuseum.de
Internet: www.rpmuseum.de

Programme für die Generation 55plus

Wer wollte schon immer mal mehr über Kunst erfahren, sich mit fremden Kulturen und anderen Sichtweisen beschäftigen? Das Roemer- und Pelizaeus-Museum Hildesheim hält regelmäßige Angebote für die Generation 55plus parat.

Hier besteht die Möglichkeit, unter professioneller Anleitung auf vielfältige Weise die komplexen Bereiche im Museum zu entdecken.
Viele Themen sind auch generationenübergreifend. Sie können zusammen mit den Enkel- oder Nachbarskindern entdeckt werden.

Beratung und Buchung unter 05121 9369-20 oder per E-Mail: s.lattemann@rpmuseum.de

Stadtmuseum im Knochenhauer-Amtshaus
Markt 7, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 2993685,
Internet: www.stadtmuseum-hildesheim.de
Dom-Museum Hildesheim
Domhof 18–21, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 1791640
Internet: www.dommuseum-hildesheim.de

Museen im Landkreisgebiet

Darüber hinaus gibt es im Landkreis Hildesheim zahlreiche weitere, äußerst sehenswerte Heimatmuseen, die ehrenamtlich betreut werden.

Die Kontaktadressen und Informationen sind in den jeweiligen Städten/Gemeinden (Stadt-/Gemeindeverwaltungen) zu erfragen.

Bibliotheken im Stadtgebiet

Stadtbibliothek Hildesheim
Judenstr. 1, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 301-4142
Internet: www.stadtbibliothek-hildesheim.de

Universitätsbibliothek Hildesheim
Marienburger Platz 22, 31141 Hildesheim
Tel.: 05121 883260
Internet: www.uni-hildesheim.de/UB

Bibliotheken im Landkreisgebiet

Im Landkreis Hildesheim gibt es eine Vielzahl von Bibliotheken mit einem großen Bücherbestand. Auskunft und Informationen geben die jeweiligen Stadt-/Gemeindeverwaltungen.

Touristinformation

Touristbüro Hildesheim
Rathausstr. 20, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 1798-0
Internet: www.hildesheim.de/tourist-information

Stadt Hildesheim, Stabsstelle Kultur und Stiftungen
Judenstr. 20, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 301-4022
Internet: www.hildesheim.de

Sonstige Kulturangebote

Kulturbüro im Landkreis
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-6010
Internet: www.landkreishildesheim.de/Leben-Lernen/Leben/Kultur

Netzwerk Kultur & Heimat Hildesheimer Land
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-6011
E-Mail: kulturium@landkreishildesheim.de
Internet: www.kulturium.de

Engagement für andere

Die neu gewonnene Freizeit nutzen viele, um sich ehrenamtlich zu engagieren. Je nach persönlicher Interessenlage kann ein Ehrenamt sehr unterschiedlich gestaltet sein. Ob als Mitglied im örtlichen Seniorenbeirat, als Nachbarschaftshelfer oder als Lesepate in einer Kindereinrichtung – jeder findet garantiert eine passende Aufgabe für sich. So profitieren insbesondere Kommunen und soziale Institutionen von der jahrelangen Erfahrung der älteren Generation. Mit einer ehrenamtlichen Tätigkeit gestalten Senioren ihr kommunales Umfeld aktiv mit.

© S. Kobold - Fotolia

4.1 Freiwilligeninitiativen/die Machmits

die Machmits BÜRGERSCHAFTLICHES ENGAGEMENT

Der Landkreis Hildesheim unterstützt bereits seit Jahren in vielfältiger Weise das bürgerschaftliche Engagement, die stärkere Förderung der freiwilligen Arbeit sowie deren Anerkennung und Wertschätzung. So führen Stadt und Landkreis Hildesheim 2018 auch die Ehrenamtskarte ein.

Das Netzwerk Bürgerschaftliches Engagement gibt 4-mal jährlich einen kostenlosen Newsletter „Rund um das Bürgerschaftliche Engagement" heraus, um auf die vielfältigen Engagementfelder aufmerksam zu machen. Interessierte können sich auf den Verteiler setzen lassen.

Im Landkreis Hildesheim sind die „Machmits" inzwischen eine bekannte Institution. Unter dem Dach der „Machmits" werden engagierte Menschen in den Bereichen Rechtliche Betreuung, Vormundschaften, Gastfamilien und Bürgerhilfe unterstützt und beraten.
Das bürgerschaftliche Engagement unterstützt z. B. die Gründung von Nachbarschaftshilfen.

Kontakt:
Landkreis Hildesheim,
Bürgerschaftliches Engagement
Barbara Benthin
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-1621
E-Mail: Barbara.Benthin@landkreishildesheim.de
Internet: www.landkreishildesheim.de und
www.die-machmits.de

In der Region Hildesheim haben sich in den vergangenen Jahren neue Nachbarschaftshilfen gegründet. Wer sich ehrenamtlich betätigen möchte oder selbst Hilfe benötigt, kann sich an folgende Initiativen wenden:

Stadt Hildesheim:

Freiwilligenzentrum Bonus
Moltkestr. 55, 31135 Hildesheim, Tel.: 05121 7414343
E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de
Internet: www.freiwilligen-zentrum.de

Findus Nachbarschaftshilfe Moritzberg
Pfarrbüro Christuskirche, Tel.: 05121 42722
Pfarrbüro St. Mauritius, Tel.: 05121 42699
Pfarrbüro Zwölf Apostel, Tel.: 05121 47366

Füreinander miteinander e. V.
Luise Harms, Tel.: 05121 6950009
Beate Uhlmann, Tel.: 05121 85630

Nachbarn helfen Nachbarn – Südstadt
Tel.: 05121 2844597
E-Mail: info@nachbarn-helfen-nachbarn.de
Internet: www.nachbarn-helfen-nachbarn.de

Im Landkreis:

Netzwerk Nachbarschaft Alfeld
Paulistr. 7, 31061 Alfeld (Leine), Tel.: 05181 2876604
E-Mail: Nachbarschaftshilfealfeld@web.de

Nachbarschaftshilfe Algermissen
Tel.: 0157 73585266
E-Mail: info@nachbarschaftshilfe-algermissen.de
Internet: www.nachbarschaftshilfe-algermissen.de

Mia – Ambergau Freiwilligenagentur
Buchholzmarkt 12, 31167 Bockenem
Tel.: 05067 917301
E-Mail: mail@mia-ambergau.de
Internet: www.mia-ambergau.de

Netzwerk Zukunft Generationenhilfe Elze
Hauptstr. 6, 31008 Elze
Tel.: 05068 7563410
E-Mail: mail@netzwerk-elze.de
Internet: www.netzwerk-elze.de

Konkret – Bürger für Bürger in der Stadt Gronau
Am Markt 3, 31028 Gronau
Tel.: 05182 2450 Christine Bürger
E-Mail: konkret-gronau@web.de
Internet: www.konkret-gronau-leine.de

Heinder für Heinder – Nachbarschaftshilfe
Tel.: 05064 93910
E-Mail: Heinder-fuer-Heinder@web.de

Komm – Nachbarschaftszentrum Nordstemmen e. V.
Hauptstr. 62, 31171 Nordstemmen
Tel.: 05069 516460
E-Mail: komm-ev@htp-tel.de
Internet: www.kommev.net

Spontan – Nachbarschaftshilfe und Freiwilligenagentur
Oppelner Str. 6 (im Familienzentrum), 31157 Sarstedt
Tel.: 05066 6000812
E-Mail: mail@Spontan-Sarstedt.de
Internet: www.spontan-sarstedt.de

Mit ehrenamtlich engagierten Helfern arbeitet auch das **Seniorenbüro Alfeld**
Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 708-32
E-Mail: seniorenbuero@alfeld.de
Internet: www.alfeld.de/seniorenbuero

www.nebenan.de ist ein bundesweites Online-Portal der Nachbarschaftshilfe. Ziel ist es, Nachbarn zu vernetzen und so Hilfestellung zu ermöglichen.

4.2 Arbeit mit Menschen

4.2.1 Stadtteiltreffs

In den Stadtteiltreffs wird nicht nur für die Bürger aus den jeweiligen Stadtteilen, sondern für jedermann eine Vielzahl von Angeboten bereitgehalten. Die Programme sind generationsübergreifend. Gespräche mit anderen, Information und Beratung sind Kernstück der Arbeit. Bei vielen Angeboten besteht die Möglichkeit, ehrenamtlich mitzuarbeiten.

Stadtteiltreff Drispenstedt

Auskunft erteilt: Alexander Hornburg
Ehrlicherstr. 18, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 280364
E-Mail: stadtteiltreff@ggbh.de

Stadtteiltreff Marienburger Höhe

„Das Netz auf der Höhe Klemmbutze“
Stralsunder Str. 2, 31141 Hildesheim
Auskunft erteilt: Hans-Jürgen Bierwirth
Tel.: 05121 877375
E-Mail: hans.bierwirth@freenet.de

4.2.2 NENAs Alfeld/Seniorenwerkstatt Alfeld

NENA steht für „Nette Nachbarn“ und ist eine Nachbarschaftshilfegruppe. Sie organisiert Hilfen für ältere Bürgerinnen und Bürger. Monatlich findet ein Arbeitstreffen in der Parkresidenz Alfeld statt.

Seniorenwerkstatt

Aktive Seniorinnen und Senioren kommen regelmäßig zusammen, um sich in der ehemaligen Jugendwerkstatt handwerklich zu betätigen. Treffen: Jeden Dienstag von 09.00 bis 12.00 Uhr.

Kontakt:
Seniorenbüro Alfeld
Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 708-32
E-Mail: seniorenbuero@alfeld.de
Internet: www.alfeld.de/seniorenbuero

4.3 Medien

Projekt Seniorenzeitung „Aktiv leben“

Die Hildesheimer Allgemeine Zeitung bietet Kursteilnehmern der Volkshochschule die Möglichkeit, ein redaktionelles Verlagsprodukt mitzugestalten.
Diese Kooperation wurde 1993 ins Leben gerufen. Seitdem schreibt und gestaltet die Seniorenredaktionsgruppe unter Anleitung eines HAZ-Redakteurs die vierteljährlich erscheinende HAZ-Verlagsbeilage „Aktiv leben“ und lernt dabei die journalistische Arbeitsweise in Text- und Bildgestaltung kennen.

Auskunft erteilt:
Hildesheimer Allgemeine Zeitung
redaktionelle Betreuung Norbert Mierzowsky
Rathausstr. 18–20, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 106-353
E-Mail: sky@hildesheimer-allgemeine.de

Kursanmeldung über:
Volkshochschule Hildesheim (VHS)
Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 9361-352
E-Mail: info@vhs-hildesheim.de
Internet: www.vhs-hildesheim.de

Radio Tonkuhle

Das Lokalradio für Hildesheim und Umgebung ist sehr daran interessiert, Senioren für das Programm zu gewinnen. Wer möchte, kann ehrenamtlich mitarbeiten und eigene Beiträge produzieren. In Kooperation mit der Volkshochschule bietet Radio Tonkuhle den Kurs „Senioren ins Radio“ an. Inhalt des Kurses soll die Produktion eigener Sendungen oder Sendereihen unter fachlicher Anleitung sowie die Bildung einer Seniorenredaktion sein.

Ansprechpartner:
Radio Tonkuhle
Andreas-Passage 1, 31134 Hildesheim
Thomas Muntschick, Tel.: 05121 29609–0
E-Mail: t.muntschick@tonkuhle.de
Internet: www.tonkuhle.de

Computer Klub 50+

Der Computer Klub 50+ ist ein Kurs-Dauerbrenner in der Kulturfabrik Löseke. Vermittelt wird das sichere Surfen im Internet, das Anlegen einer E-Mail-Adresse sowie Kenntnisse über Office-Programme wie Word, Excel und Powerpoint. Hier hilft man sich gegenseitig: Auch Fortgeschrittene sind dabei, wenn die Teilnehmer in die Welt der Bild- und Audiobearbeitung eintauchen. Mit Rat und Tat zur Seite stehen erfahrene Kursleiter.

Kursanmeldungen über:
Kulturfabrik Löseke
Langer Garten 1, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 7509450
Internet: www.kufa.info

4.4 Kultur und Freizeit

Ehrenamtlicher Museumsdienst des Stadtmuseums
Im ehrenamtlichen Museumsdienst haben interessierte Bürger die Möglichkeit, sich für das Stadtmuseum zu engagieren. Die Ehrenamtlichen übernehmen die Aufgabe, während der Öffnungszeiten bestimmte Bereiche der Ausstellung zu beaufsichtigen.

Kontakt:
Stadtmuseum im Knochenhauer Amtshaus
Markt 7, 31134 Hildesheim
Frau Bölke, Tel.: 05121 2993686
E-Mail: s.boelke@stadtmuseum-hildesheim.de
Internet: www.stadtmuseum-hildesheim.de

Theater Alt und Jung – für junge Erwachsene und Senioren

Das „Theater Alt und Jung" ist eine generationsübergreifende Theatergruppe, die in ihrer Zusammensetzung und ihrer inhaltlichen Arbeit ältere und junge Menschen zusammenführt.
Der gebührenpflichtige Kurs findet im Theater für Niedersachsen in Hildesheim statt.
Kontakt:
Volkshochschule Hildesheim (VHS)
Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 9361-352
E-Mail: info@vhs-hildesheim.de
Internet: www.vhs-hildesheim.de

Wohnen im Alter

Die Wohnqualität hat einen großen Einfluss auf Lebensfreude, Sozialkontakte und das allgemeine Wohlbefinden. Ob Umbaumaßnahmen notwendig sind, um in der vertrauten Umgebung bleiben zu können, oder ob zusätzlich ambulante Hilfsdienste benötigt werden, gilt es rechtzeitig abzuwägen. Daneben gibt es verschiedene Wohnmodelle wie Wohngemeinschaften, betreutes Wohnen oder Pflegeeinrichtungen, die Komfort und professionelle Betreuung anbieten. Doch bevor Sie eine Veränderung Ihrer Wohnsituation oder eine Wohnraumanpassung vornehmen, kann eine fachkundige Wohnberatung offene Fragen klären.

© colourbox.de

5.1 Wohnen zu Hause

So lange wie möglich in der vertrauten Wohnung und Umgebung zu bleiben, wünschen sich die meisten älteren Menschen und Menschen mit Beeinträchtigungen. Schwierig wird es dann, wenn körperliche oder geistige Fähigkeiten nachlassen oder die Beweglichkeit eingeschränkt ist. Stufen und Treppen, Badewannen, schmale Türen, niedrige Sitzmöbel und vieles mehr können dann zu großen Hindernissen werden. Überwiegend sind Wohnungen und Häuser nicht altersgerecht gestaltet. Um bis ins hohe Alter eigenständig und selbstbestimmt leben zu können, ist es wichtig, die Wohnung und das Wohnumfeld rechtzeitig den Bedürfnissen des Alters bzw. einer Behinderung anzupassen. So lassen sich häusliche Unfälle vermeiden. Zudem dient es auch der Verbesserung der Lebensqualität. Das Wohnen im eigenen Zuhause wird damit auch bei Krankheit und Pflege erleichtert. Eine Heimaufnahme kann dadurch verhindert oder hinausgeschoben werden.

5.2 Wohnberatung

Um die jeweils persönlich beste Lösung für Ihren Wohnwunsch zu finden, ist es wichtig, sich rechtzeitig und umfassend zu informieren. Eine kostenlose und neutrale Wohnberatung für alle Bewohner der Region Hildesheim bieten die Pflegestützpunkte für Stadt und Landkreis Hildesheim an. Zudem wurden ehrenamtliche Wohnberater/-innen ausgebildet, die insbesondere wohnortnah in den Kommunen Ansprechpartner und Lotse zum Thema Wohnen im Alter sind.
Weiterhin bieten in Stadt und Landkreis Hildesheim die jeweiligen Wohnungsbaugesellschaften Wohnungsberatung für ihre Mieter an.

Bereits kleine Veränderungen können das Alltagsleben erleichtern und ein bequemes und sicheres Wohnen ermöglichen: Haltegriffe anbringen, richtige Beleuchtung, Stolperfallen beseitigen, Entfernung von Türschwellen, Türverbreiterungen, der Einbau einer ebenerdigen Dusche oder die Nutzung technischer Hilfsmittel und Assistenzsysteme sind ebenfalls sinnvoll.

Eine Wohnberatung kann für die Planung von Umbaumaßnahmen sehr hilfreich sein. So können technische Fragen, mögliche Hilfsmittel, die Finanzierung oder Wohnalternativen geklärt werden. Bei Bedarf werden auch Antragstellungen unterstützt. Bei einer Wohnraumanpassung gibt es verschiedene Finanzierungs- und Fördermöglichkeiten, die immer vor Beginn der Umbaumaßnahmen zu beantragen sind.

- Die Krankenkasse zahlt Zuschüsse für Hilfsmittel wie Krankenstühle, Haltegriffe, Badewannenlifter; sie ist aber für die Finanzierung von baulichen Maßnahmen nicht zuständig.
- Die Pflegeversicherung gewährt für verbessernde Maßnahmen im Wohnumfeld einen Zuschuss bis zu 4.000,00 €.

- Im SGB XII sind bestimmte Fördermaßnahmen geregelt, sie können aber erst beantragt werden, wenn alle anderen Möglichkeiten ausgeschöpft sind.
- Zuschüsse für Umbaumaßnahmen für Schwerbehinderte und Kriegsgeschädigte können von der Agentur für Arbeit und der Deutschen Rentenversicherung gewährt werden.
- Auch der Vermieter kann bestimmte Kosten übernehmen, wenn durch die Baumaßnahme der Wohnwert erhöht wird.

Immer mehr „junge Alte" suchen nach neuen Wohnformen, die ihren Wünschen nach Individualität, Vertrautheit und Sicherheit gerecht werden und evtl. notwendige Unterstützung innerhalb der Gemeinschaft ermöglichen.

Mehr als bisher gilt es auch, auf die Eigeninitiative von älteren Menschen zu setzen, die sich an der Entwicklung und Gestaltung zukünftiger gemeinschaftlicher Wohnformen beteiligen wollen. In den letzten zwanzig Jahren sind bundesweit zahlreiche Wohnprojekte unterschiedlicher Ausrichtung entstanden. Dazu zählen selbst organisiertes Wohnen in einer verbindlichen Haus- oder Wohngemeinschaft, Mehrgenerationenwohnen oder auch ambulant betreute Wohngruppen. Hier wächst der Bedarf an neuen Wohnmodellen für z. B. Demenzerkrankte und Pflegebedürftige, um in der beeinträchtigten Situation möglichst lange ein selbstständiges Leben sicherzustellen.

Der Ratgeber „Komfortabel & barrierefrei wohnen – mehr Lebensqualität für alle" bietet hilfreiche Tipps und Anregungen an, wie man die Wohnung je nach Lebensphase bedürfnisgerecht anpassen kann, und vermittelt einen Überblick über die weiteren vielfältigen Wohnformen.

Kontakt:
Pflegestützpunkt Hildesheim
Antje Rose
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-1602
E-Mail:
PflegestuetzpunktHildesheim@landkreishildesheim.de
Internet:
www.landkreishildesheim.de/pflegestuetzpunkt

Pflegestützpunkt Alfeld
Sabine Wegener
Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld (Leine)
Tel.: 05181 704-8132
E-Mail: PflegestuetzpunktAlfeld@landkreishildesheim.de
Internet:
www.landkreishildesheim.de/pflegestuetzpunkt

Das Team der haupt- und ehrenamtlichen Wohnberater/-innen freut sich auf Ihre Anfrage

5.3 Betreutes Wohnen/Servicewohnen

Auch im Alter möchten die meisten Menschen ihre Selbstständigkeit erhalten, gleichzeitig soll jedoch auch ihre Sicherheit gewährleistet sein. Diesen Erwartungen kommt das Wohnkonzept des Betreuten Wohnens entgegen. Grundgedanke des Betreuten Wohnens ist, so viel Selbstständigkeit wie möglich in der Wohnung zu erhalten und so viel Betreuung, Versorgung und Pflege wie nötig zu bieten.

Betreutes Wohnen bezeichnet ein eigenständiges Wohnen in einer altersgerechten und barrierefreien Wohnung. Zusätzlich zum Mietvertrag wird ein Betreuungsvertrag abgeschlossen. Je nach Bedarf des Bewohners können darin Grundleistungen wie Beratung, Information und Hausnotruf vereinbart werden, die in der Regel durch eine Pauschale abgegolten sind.

Wahlleistungen wie ambulante Pflegedienste, Wäscheservice oder Fußpflege müssen extra bezahlt werden. Oft ist das Betreute Wohnen angebunden an die Infrastruktur einer Pflegeeinrichtung, so dass die Möglichkeit zur Teilnahme am Mittagstisch, zur Nutzung von Gemeinschaftsräumen und selbstverständlich auch zum Umzug nach Wunsch und Bedarf besteht.

Betreutes Wohnen ist kein rechtlich geschützter Begriff. Inzwischen stellt die DIN-Norm 77800 „Qualitätsanforderungen an Anbieter der Wohnform Betreutes Wohnen für ältere Menschen“ auf. Es ist daher sehr wichtig, sich im Vorfeld ausführlich über die jeweiligen Leistungen des Betreuten Wohnens zu informieren. Wegen starker Preisunterschiede empfiehlt es sich, mehrere Angebote einzuholen.

Anbieter:

Alfeld

Wohnungsbaugenossenschaft Alfeld eG „Allevo“
Winzenburger Str. 62, 31061 Alfeld
Tel.: 05181 80680
Internet: www.wobaualfeld.de

Park Residenz Alfeld
Antonianger 42, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 93000
E-Mail: park-residenz@giomideutschland.de
Internet: www.giomideutschland.de

La Patria GmbH
Winzenburger Str. 2, 31061 Alfeld
Tel.: 05182 96095-55
E-Mail: info@la-patria.de, Internet: www.la-patria.de

Bad Salzdetfurth

Alten- und Pflegeheim Willig OHG
Salinenstr. 31–34, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 90860
E-Mail: info@altenpflegeheim-willig.de
Internet: www.altenpflegeheim-willig.de

Residenz am Schlosspark
Salzdetfurther Str. 19
31162 Bad Salzdetfurth-Bodenburg
Tel.: 05060 20030
E-Mail: info@residenz-am-schlosspark.de
Internet: www.residenz-am-schlosspark.de

Bockenem

DRK-Seniorenwohnanlage Bockenem
Jägerhausstr. 2, 31167 Bockenem
Tel.: 05067 2462-0
E-Mail: drk-seniorenheim-bockenem@drk.hildesheim-marienburg.de
Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

Diekholzen

Seniorenwohnparadies Südwald
Bahnberg 4 a, 31199 Diekholzen
Tel.: 05121 2040073
E-Mail: info@seniorenparadies-suedwald.de
Internet: www.seniorenparadies-suedwald.de

Elze

Johanniter-Stift Elze
Sehlder Str. 6, 31008 Elze, Tel.: 05068 933440
E-Mail: info-elze@jose-johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

Giesen

Seniorenwohnpark Giesen GmbH
Obernweg 21, 31180 Giesen, Tel.: 05121 2835784
E-Mail: info@senioren-wohnpark.net
Internet: www.senioren-wohnpark.net

Harsum

St. Elisabeth/Haus St. Bernhard
Kaiserstr. 24, 31177 Harsum, Tel.: 05127 215611
Internet: www.vinzenz-verbund.de

Hildesheim

ASB Betreute Wohnanlagen
Vermietung über Baugenossenschaft Wiederaufbau e.G.
Fahrenheitstr. 8, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 2068690

Vermietung über gbg Hildesheim
Hildebrandtstr. 60, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 5906-740
Hannah-Arendt-Str. 2, 31139 Hildesheim
Tel.: 05121 2049122

Vermietung über Sparkasse Hildesheim Goslar Peine
Ernst-Ohlmer-Str. 17, 31139 Hildesheim
Tel.: 05121 5906-710
E-Mail: info@asbhildesheim.de
Internet: www.asbhildesheim.de

Christophorusstift e. V.
Haus St. Georg
In der Schratwanne 55, 31134 Hildesheim
Haus Christophorus
Schützenwiese 37/38, 31137 Hildesheim

Wohnungen Hammersteinstr.
Hammersteinstr., 31137 Hildesheim
Christophorusstift e. V.
Hammersteinstr. 7, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 693-0
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Altenpflegeheim St. Paulus/Haus Luise
Brühl 35–36, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 109-0
E-Mail: st.paulus@vinzentinerinnen-hildesheim.de
Internet: www.st-paulus-hildesheim.de

Lambertinum Seniorenwohnanlage gGmbH
Hohenstaufenring 70, 31141 Hildesheim
Tel.: 05121 179220
E-Mail: info@lambertinum.de
Internet: www.lambertinum.de

Holle

Haus Silberkamp
Betreutes Wohnen für Menschen mit Demenz
Bronzeweg 1, 31188 Holle, Tel.: 05062 9648-0
E-Mail: info@sz-holle.de, Internet: www.sz-holle.de

Leinebergland

Seniorenwohnpark Duingen GmbH
Am Bahnhof 3, 31089 Duingen, Tel.: 05185 957496
E-Mail: info@seniorenwohnpark.biz
Internet: www.seniorenwohnpark.biz

Johanniter Stift Gronau
Junkernstr. 6, 31028 Gronau, Tel.: 05182 908870
Internet: www.johanniter.de

La Patria Betreutes Wohnen Gronau
Nordstr. 4 a, 31028 Gronau, Tel.: 05182 9609555
E-Mail: info@la-patria.de, Internet: www.la-patria.de

kwg Kreiswohnbaugesellschaft Hildesheim mbH
Nordstr. 6, 31028 Gronau, Tel.: 05181 911816
E-Mail: info@kwg-hi.de, Internet: www.kwg-hi.de

Nordstemmen

Senioren-Residenz Nordstemmen
Hauptstr. 51, 31171 Nordstemmen, Tel.: 05069 9050
E-Mail: info@senoiren-residenz-nordstemmen.de
Internet: www.senioren-residenz-nordstemmen.de

Sarstedt

Wohn- und Beratungszentrum Sarstedt
Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt
Tel.: 05066 81915-20
E-Mail: info@daheim-sarstedt.de
Internet: www.daheim-sarstedt.de

Schellerten

Seniorenwohnpark Schellerten
Farmser Straße 22, 31174 Schellerten
Tel.: 05123 4004711
E-Mail: info@senioren-wohnpark.net
Internet: www.senioren-wohnpark.net

Söhlde

Mühlendorf Söhlde Heinrich-Dammann-Stiftung
Bockmühlenstr. 6, 31185 Söhlde, Tel.: 05129 97150
E-Mail: info@pflege-buddeshof.de und
info@daslebenswerk.de

Service Wohnen/Stiftswohnen

Neben dem Betreuten Wohnen sind im Stadtgebiet von Hildesheim Einrichtungen, in denen zusätzlich um-

fangreiche Serviceleistungen zusammengefasst. Die Essenversorgung, Wohnungsreinigung und Wäschedienste sind bereits im Preis enthalten. Bei Bedarf können zusätzliche Angebote, z. B. Einkaufsdienste/Botengänge, Fahrdienste, Freizeitangebote, und ambulante Pflege eingekauft werden.

Service Wohnen am Propsteihof
Geschwister-Scholl-Str. 5–7, 31139 Hildesheim
Tel.: 05121 9189233

Theaterresidenz Service Wohnen
Teichstr. 23, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 206900-0

Vitanas Service Wohnen Am Lönsbruch
Harlessemstr. 2, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 2840-0

5.4 Alternative Wohnformen

Um im Alter nicht alleine wohnen zu müssen, schließen sich immer mehr Menschen zu neuen Wohnformen zusammen. In den letzten zwanzig Jahren sind bundesweit zahlreiche Wohnprojekte entstanden. Beim gemeinschaftlichen Wohnen handelt es sich meist um abgeschlossene Wohneinheiten mit gemeinsamen Nutzbereichen wie Räume und Garten, in welchen die gemeinsamen teilweise verbindlichen Aktivitäten die Bewohner/-innen miteinander verbinden. Die Bewohner sind an der Planung und Führung der Wohnprojekte beteiligt.

In Stadt und Landkreis Hildesheim sind folgende gemeinschaftliche Wohnformen entstanden:

Stadt Hildesheim:

Gemeinschaftliches Wohnen
im Michaelsviertel, Alter Markt 22 und
in der Oststadt, Orleanstr. 46
Kontakt:
Gemeinnützige Baugesellschaft zu Hildesheim AG
Eckemekerstr. 36, 31134 Hildesheim

Orleanstraße

Tel.: 05121 967-0
E-Mail: info@gbg-hildesheim.de
Internet: www.gbg-hildesheim.de

Wohngemeinschaft Haus Sankt Georg
In der Schratwanne 56, 31141 Hildesheim-Itzum
Kontakt:
Christophorusstift e. V., Tel.: 05121 693-0
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Im Landkreis:

ARGENTUM – die Service-Wohnanlagen der kwg Hildesheim
ARGENTUM Am Ried – Am Ried 5, 31157 Sarstedt
ARGENTUM Kaiserhof – Oberstr. 5, 31162 Bad Salzdetfurth
ARGENTUM Elze – Königsberger Str. 1, 31008 Elze
ARGENTUM Algermissen – Marktstr. 8, 31191 Algermissen

Die Wohnanlagen in Sarstedt und Bad Salzdetfurth sind bereits im Betrieb, Elze und Algermissen befinden sich derzeit noch im Bau.

Kontakt:
kwg Kreiswohnbaugesellschaft Hildesheim mbH
Kaiserstr. 15, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 976-0
E-Mail: info@kwg-hi.de, Internet: www.kwg-hi.de

Argentum Kaiserhof in Bad Salzdetfurth

Gemeinschaftliches Wohnen
Hauptstr. 51, 31008 Elze
Kontakt:
Albert Fischer GmbH
Heilswannenweg 53, 31008 Elze
Tel.: 05068 9290-0
E-Mail: info@albert-fischer.de
Internet: www.albert-fischer.de

Wohnen im „Sternen-Park“ Holle
Kontakt:
Gerald Sternal, Tel.: 05062 9590164
E-Mail: gerald.sternal@sternen-park.de
Internet: www.sternen-park.de

„Sternenpark" in Holle

Ansprechpartner für solche Projekte ist die **Wohnberatung beim Landkreis Hildesheim** (siehe Kapitel 5.3.1) und das **FORUM Gemeinschaftliches Wohnen e. V.**
Hildesheimer Str. 15, 30169 Hannover
Te.: 0511 165910-0
E-Mail: info@fgw-ev.de, Internet: www.fgw.ev.de

5.5 Wohnen in einer Pflegeeinrichtung

Trotz der vielen ambulanten Dienste, die das Älterwerden in der gewohnten Umgebung erleichtern und ermöglichen, kann der Zeitpunkt kommen, an dem überwiegend Hilfe durch Dritte notwendig wird. Um diese Unterstützung zu gewährleisten, kann eine Aufnahme in einer Pflegeeinrichtung erforderlich werden. Der Begriff Alten- oder Pflegeheim ist sicher immer noch der gebräuchlichste und wird als Oberbegriff für jede Form der stationären Fremdversorgung im Alter verwendet. Pflegeheime sind in Funktion, Ausstattung und Personal so gestaltet, dass sie das Leben trotz der Pflegebedürftigkeit so angenehm wie möglich machen.

Wohnungsumzüge sind immer mit Belastungen verbunden. Besonders ältere Menschen haben oft Probleme mit dem Wechsel aus der vertrauten Umgebung in ein Heim. Deshalb sollte sich jeder vor der Heimaufnahme gut informieren. Daher ist es wichtig zu wissen, welche Fragen die Informationsmaterialien der Heime und das persönliche Gespräch mit der Heimleitung beantworten sollen. Nehmen Sie sich ausreichend Zeit und nutzen Sie auch die Möglichkeit eines persönlichen Gespräches mit Bewohnern und/oder dem Heimbeirat.

Die folgenden Fragen können Ihnen als Entscheidungshilfe dienen.

- Entsprechen Lage, Umfeld und Größe des Heimes meinen Vorstellungen?
- Wohnen Angehörige, Bekannte, Freunde im Umfeld?
- Art und Ausstattung der Zimmer und Gemeinschaftsräume (Ein- oder Mehrbettzimmer, eigene Möbel, Zimmerschlüssel, Cafeteria, Telefon, Fernsehen, Internet, …)
- Können alltägliche Gewohnheiten beibehalten werden? (Mahlzeiten, Tagesablauf, verordnete Therapien, …)

- Welche Beschäftigungs-/Betreuungsangebote gibt es?
- Steht eine Pflegekraft als fester Ansprechpartner zur Verfügung?
- Wie wird mit der Geldverwaltung umgegangen? Aufbewahrung von Wertsachen?
- Gibt es Möglichkeiten religiöser Betreuung, werden Gottesdienste/Andachten angeboten?
- Können Tiere oder Musikinstrumente mitgebracht werden?
- Welche Inhalte hat der Heimvertrag, die Heimordnung? Gibt es zu beachtende Besonderheiten?
- Besteht die Möglichkeit des Probewohnens?
- Welche Leistungen sind in den Kosten enthalten? Welche Leistungen muss ich zusätzlich organisieren? (Fahr- und Begleitdienste, Diätessen, Getränke, Wäsche, Hausmeisterdienste, …)

5.5.1 Finanzierung der Heimkosten

Die Kosten in einer Pflegeeinrichtung unterteilen sich in Kosten nach dem Pflegeaufwand je Pflegegrad, für Unterkunft und Verpflegung und in Investitionskosten. Infolge der Pflegestärkungsgesetze gibt es den sogenannten einrichtungseinheitlichen Entgeltsatz, so dass die Bewohner bei einer Höherstufung nicht mehr mit einem höheren Eigenanteil rechnen müssen. Die Pflegeaufwendungen sollen in der Regel durch die Pflegekasse getragen werden. Die Höhe dieser Kosten hängt am jeweiligen Pflegegrad. Es gibt 5 Pflegegrade, aber erst ab Pflegegrad 2 kann auch eine stationäre Pflege beansprucht werden.

Folgende Beträge werden von der Pflegekasse übernommen (Stand 2018):

Pflegegrad 2	770,00 €
Pflegegrad 3	1.262,00 €
Pflegegrad 4	1.775,00 €
Pflegegrad 5	2.005,00 €

Wenn die weiteren Kosten nicht aus dem Einkommen oder dem Vermögen getragen werden können, kann ein Antrag auf Sozialhilfe gestellt werden.

Einkommen sind alle Einnahmen aus Renteneinkommen, Versicherungsleistungen oder Einmalzahlungen. Zu den Vermögenswerten zählen insbesondere Bar- und Sparvermögen sowie Immobilien.

Im Fall einer Sozialhilfegewährung ist das gesamte Einkommen sowie das Vermögen, abzüglich eines geschützten Betrages von 5.000,00 €, einzusetzen. Bei Ehepaaren liegt der Schonbetrag bei 10.000,00 €. Wurden in den vergangenen zehn Jahren vor der Heimaufnahme Vermögenswerte verschenkt, sind diese zurückzufordern. Die Einkommens- und Vermögensverhältnisse der Kinder werden ebenfalls geprüft. Sie sind nach dem Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) verpflichtet, Unterhalt an die Eltern zu zahlen.

Auskunft erteilt:
Stadt Hildesheim, Fachbereich Soziales und Senioren
Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 301-4200
Internet: www.hildesheim.de

Landkreis Hildesheim, 403 – Sozialamt
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-0
Internet: www.landkreishildesheim.de

5.5.2 Rechte der Heimbewohner

Bewohner von Heimen und unterstützenden Wohnformen werden durch das Niedersächsische Gesetz über unterstützende Wohnformen (NuWG), das ehemalige „Heimgesetz", vor Beeinträchtigungen geschützt. Sie haben die Möglichkeit, als Interessen- und Mitsprachevertretung eine Bewohnervertretung oder Bewohnerfürsprecher zu wählen. Um die Einhaltung der gesetzlichen Grundlagen zu gewährleisten, gibt es zudem eine Heimaufsicht, die der Verwaltung der Stadt bzw. des Landkreises zugeordnet ist. Zu den Aufgaben der Heimaufsicht gehören eine Informations- und Beratungspflicht sowie eine Reihe von Überwachungs- und Kontrollaufgaben in den Pflegeeinrichtungen.

Kontakt:
Heimaufsicht der Stadt Hildesheim,
Fachbereich Soziales und Senioren
Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 301-4265
E-Mail: Heimaufsicht@stadt-hildesheim.de
Internet: www.hildesheim.de

Heimaufsicht des Landkreises Hildesheim,
403 – Sozialamt
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-0
Internet: www.landkreishildesheim.de

5.5.3 Verzeichnis der Alten- und Pflegeheime

Alfeld

Alten- und Pflegeheim „St. Elisabeth"
Bodelschwinghstr. 2, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 809-0
E-Mail: elisabeth@diakonie-hildesheim.de
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Park Residenz Alfeld
Antonianger 42, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 93000
E-Mail: park-residenz@giomideutschland.de
Internet: www.giomideutschland.de

Seniorendomizil Rosengarten
August-Wegener-Str. 10, 31161 Alfeld
Tel.: 05181 80713

Residenz am Warneufer
Dr. med. A. Wilkening GmbH
Gudewillstr. 20, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 28669-0

E-Mail: info@dr-wilkening.de
Internet: www.dr-wilkening.de

Algermissen

Landresidenz Algermissen GmbH
Jahnstr. 1 a, 31191 Algermissen, Tel.: 05126 8009-0
E-Mail: info@landresidenz-algermissen.de
Internet: www.landresidenz-algermissen.de

Bad Salzdetfurth

Alten- und Pflegeheim Bergschlösschen GmbH
Philosophenweg 2, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 2075
E-Mail: infos@altenpflegeheim-bergschloesschen.de
Internet: www.altenpflegeheim-bergschloesschen.de

Alten- und Pflegeheim Willig OHG
Haus am Kurpark
Salinenstr. 31–3431162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 908
E-Mail: info@altenpflegeheim-willig.de
Internet: www.altenpflegeheim-willig.de

Stationäre Pflege
Kurzzeitpflege
Verhinderungspflege
Stationäre Pflege

Betreutes Wohnen
Wohnen in den eigenen 4 Wänden
Unterstützung

Ambulante Pflege
Grundpflege
Betreuung nach § 45 b
Behandlungspflege SGB V

Service
Hauswirtschaftliche
Unterstützung

GIOMI Park Residenz Alfeld

Antonianger 42
31061 Alfeld
05181 - 930 00
www.giomideutschland.de

Giomi Deutschland
Park Residenz Alfeld

In familiärer Atmosphäre

ein neues Zuhause finden!

Ein erfahrenes Pflege- und Betreuerteam erfüllt Tag und Nacht mit liebevoller Pflege und fachkundiger Betreuung Ihre Erwartungen.

- Individuelle Wohnmöglichkeiten
- Betreutes Wohnen
- Dementenbetreuung
- Kurzzeitpflege
- zahlreiche Beschäftigungsangebote

...lassen Sie uns für Sie da sein!

Alten- und Pflegeheim Willig OHG „Haus am Kurpark"
Salinenstraße 31 · Wermeierfeld 22 · 31162 Bad Salzdetfurth
☎ (05063) 9086-0 · www.altenpflegeheim-willig.de

Bockenem

Alten- und Pflegeheim Timpe GmbH
Befferberg 11, 31167 Bockenem, Tel.: 05067 1510
E-Mail: info@aph-timpe.de, Internet: www.aph-timpe.de

Alten- und Pflegeheim Wosnitza
Steinmetzweg 11, 31167 Bockenem
Tel.: 05067 9104-0
E-Mail: aph-wosnitza@t-online.de
Internet: www.altenheim-bockenem.de

DRK-Seniorenheim Bockenem
Jägerhausstr. 2, 31167 Bockenem, Tel.: 05067 2462-0
E-Mail: drk-seniorenheim-bockenem@drk.hildesheim-marienburg.de
Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

DRK-Seniorenheim Schloss Volkersheim
Steinweg 4–5, 31167 Bockenem, Tel.: 05067 247720
E-Mail: drk-seniorenheim-bockenem@drk.hildesheim-marienburg.de
Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

Senioren- und Pflegezentrum Berndt GmbH
Am Krohm 1, 31167 Bockenem, Tel.: 05067 91080
E-Mail: hl-volkersheim@lebenwiesiewollen.de
Internet: www.lebenwiesiewollen.de

Diekholzen

Hesena-Seniorenpark Diekholzen
Bahnberg 4, 31199 Diekholzen, Tel.: 05121 2077-0
E-Mail: info@hesena.de, Internet: www.hesena.de

Seniorenpflegeheim Waldblick Diekholzen GmbH
Am Ziegenberg 4, 31199 Diekholzen
Tel.: 05121 20980
E-Mail: info@seniorenpflege-waldblick.de
Internet: www.seniorenpflege-waldblick.de

Elze

Altenpflegeeinrichtung GmbH Haus Sissi
Geseniusstr. 20, 31008 Elze-Esbeck, Tel.: 05182 6104
E-Mail: heimleitung@haussissi.de
Internet: www.haussissi.de

Johanniter-Stift Leinetal gGmbH
Sehlder Str. 6, 31008 Elze, Tel.: 05068 933440
E-Mail: info-elze@jose-johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

Senioren- und Pflegeheim Haus Wülfingen
Im Teiche 6, 31008 Elze OT Wülfingen, Tel.: 05068 4064
E-Mail: info@haus-wuelfingen.de
Internet: www.haus-wuelfingen.de

Freden

Pflegeheim Herrenhaus
Domänenweg 3–7, 31084 Freden
Tel.: 05184 94000
E-Mail: info@herrenhaus-winzenburg.de
Internet: www.herrenhaus-winzenburg.de

Pflegeheime GmbH – Haus Winzenburg
Dr. med. Ernst-August Wilkening
Zum Apenteich 5, 31084 Freden
Tel.: 05184 94010
E-Mail: mail@pflegeheime-wilkening.de
Internet: www.pflegeheime-wilkening.de

Seniorenpark Winzenburg GmbH
Am Schaperkamp 12, 31084 Freden
Tel.: 05184 7990
E-Mail: info@seniorenpark-winzenburg.de
Internet: www.seniorenpark-winzenburg.de

Giesen

Seniorenwohnpark Giesen GmbH
Obernweg 21, 31180 Giesen, Tel.: 05121 2835784
E-Mail: info@senioren-wohnpark.net
Internet: www.senioren-wohnpark.net

Harsum

Altenpflegeheim St. Elisabeth gGmbH
Kaiserstr. 24, 31177 Harsum, Tel.: 05127 215611
E-Mail: elisabeth.harsum@vinzenz-verbund.de
Internet: www.st-elisabeth-harsum.de

Seniorenzentrum Cäcilienhof
Koppelweg 4, 31177 Harsum, Tel.: 05127 9039-0
E-Mail: caecilienhof@swbahrke.de
Internet: www.seniorenwohnanlagen-bahrke.de

SENIORENZENTRUM
CÄCILIENHOF

Hildesheim

Ev. Altenheim „Am Steinberg“
Schlesierstr. 7, 31139 Hildesheim, Tel.: 05121 200-0
E-Mail: post@altenheim-am-steinberg.de
Internet: www.altenheim-am-steinberg.de

Altenpflegeheim St. Paulus
Neue Str. 21, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 109-0
E-Mail: st.paulus@vinzentinerinnen-hildesheim.de
Internet: www.vinzentinerinnen-hildesheim.de

AWO Seniorenzentrum Ernst-Kipker-Haus
Wilhelm-Raabe-Str. 6, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 692-0
E-Mail: info@awo-wup.de, Internet: www.awo-wup.de

CARA Seniorenresidenz „Am Immengarten”
Immengarten 31, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 887-0
E-Mail: immengarten@cara-seniorendienste.de
Internet: www.cara-seniorendienste.de

CARA Seniorenresidenz „Am Moritzberg“
Brauhausstr. 41 b, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 406-0
E-Mail: moritzberg@cara-seniorendienste.de
Internet: www.cara-seniorendienste.de

Christophorusstift – Pflegewohnbereich
Hammersteinstr. 7, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 693-0
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Lambertinum Seniorenwohnanlage gGmbH
Hohenstaufenring 70, 31141 Hildesheim
Tel.: 05121 179220
E-Mail: info@lambertinum.de
Internet: www.lambertinum.de

Caritas Senioren- und Pflegeheim Magdalenenhof
Mühlenstr. 24, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 204090
E-Mail: info@caritas-magdalenenhof.de
Internet: www.caritas-magdalenenhof.de

Caritas Senioren- und Pflegeheim Teresienhof
Steuerwalder Str. 18, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 206603
E-Mail: info@caritas-teresienhof.de
Internet: www.caritas-teresienhof.de

Michaelisheim
Langer Hagen 39, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 179160
E-Mail: michaelis@diakonie-hildesheim.de
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

DRK-Professor-König-Heim
Ortelsburger Str. 21, 31141 Hildesheim
Tel.: 05121 88670
E-Mail: barbara.gaida@kv-hildesheim.drk.de
Internet: www.drk-hildesheim.de

Pflege und Betreuung auf hohem Niveau

Stationäre Pflege

- Kurzzeitpflege
- Vollstationäre Pflege
- Aufnahmen Tag und Nacht
- Verhinderungspflege
- Pflegenote 1,0

Betreutes Wohnen im Haus 76

- 8 barrierefreie Wohnungen von ca. 27 m² bis 57 m²

Betreutes Wohnen

- 21 barrierefreie Wohnungen von ca. 51 m² bis 75 m²

Betreuungsangebote (Auswahl)

- Gymnastik und Sitztanz
- Gedächtnistraining
- Konzerte und Lesungen
- Wöchentliche Andachten
- Hauseigenes Kosmetikstudio mit z.B. Pediküre, Maniküre, Make Up

Ambulante Pflege

- Pflege in der häuslichen Umgebung
- Individuelle Betreuungsleistungen
- Ärztlich verordnete Behandlungspflege
- hauswirtschaftliche Versorgung
- Demenzbetreuung
- Palliativpflege
- Beratung in allen Fragen zu Pflegeversicherung und Finanzierung
- Pflegenote 1,0

Lambertinum
Seniorenwohnanlage gGmbH

Lambertinum
Seniorenwohnanlage gGmbH
Hohenstaufenring 70, 31141 Hildesheim
Telefon 05121 17922-0
www.lambertinum.de

LAH
LAMBERTINUM SOZIALE DIENSTE
HIMMELSTHÜR

Lambertinum
Ambulanter Pflegedienst

Lambertinum
soziale Dienste Himmelsthür gGmbH
Hohenstaufenring 70A, 31141 Hildesheim
Telefon 05121 604-449
www.lambertinum.net

Theaterresidenz, Positana GmbH
Teichstr. 23, 31141 Hildesheim, Tel.: 05121 206900-0
E-Mail: kontakt@positana.de
Internet: www.positana.de

Vitanas Senioren Centrum Am Lönsbruch
Harlessemstr. 2, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 2840-0
E-Mail: am.loensbruch@vitanas.de
Internet: www.vitanas.de

Holle

Alten- und Pflegeheim Landhaus Vorholz
Vorholz 1, 31188 Holle, Tel.: 05062 308
E-Mail: info@landhaus-vorholz.de
Internet: www.landhaus-vorholz.de

Seniorenzentrum Holle GmbH
Marktstr. 7, 31188 Holle, Tel.: 05062 9648-0
E-Mail: info@sz-holle.de, Internet: www.sz-holle.de

Lamspringe

Senioren- und Pflegeheim Lamspringe
Wöllersheimer Weg 7, 31195 Lamspringe
Tel.: 05183 9410-0

Leinebergland

Seniorenwohnpark Duingen GmbH
Am Bahnhof 3, 31089 Duingen, Tel.: 05185 957496
E-Mail: info@seniorenwohnpark.biz
Internet: www.seniorenwohnpark.biz

DRK Alten- und Pflegeheim Gronau
Burgstr. 21, 31028 Gronau, Tel.: 05182 430
E-Mail: aph-gronau@drk-alfeld.de
Internet: www.drk-alfeld.de

DRK Alten- und Pflegeheim Banteln
Im Park 3, 31029 Banteln, Tel.: 05182 6051
E-Mail: ph-banteln@drk-alfeld.de
Internet: www.drk-alfeld.de

Johanniter Stift Gronau
Junkernstr. 6, 31028 Gronau, Tel: 05182 90887-0
E-Mail: info-gronau@jose-johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

DAS LEBENS WERK®

„Es ist nicht wichtig,
wie alt man wird –
aber, wie man alt wird.“

Ambulante Pflege
ZUHAUSE RUNDUM VERSORGT

Osterstraße 33
31134 Hildesheim
Tel. 05121 133 783

Buddes Hof
Ihr Senioren- und Pflegezentrum

Bockmühlenstraße 6
31185 Söhlde
Tel. 05129 97 150

Sonnenkamp
IHR SENIOREN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN · WOHNEN · WOHLFÜHLEN

Am Sonnenkamp 79–81
31157 Sarstedt
Tel. 05066 90 48 90

info@daslebenswerk.de · www.daslebenswerk.de

Nordstemmen

Senioren-Residenz Nordstemmen GmbH
Kötnerweg 1, 31171 Nordstemmen, Tel.: 05069 905-0
E-Mail: info@senioren-residenz-nordstemmen.de
Internet: www.senioren-residenz-nordstemmen.de

Integra Seniorenpflegezentrum Nordstemmen
Lange Maße 17, 31171 Nordstemmen
Tel.: 05069 55050
E-Mail: nordstemmen@integra-sw.de
Internet: www-integra-seniorenimmobilien.de

Sarstedt

Ev. Altenheim St. Nicolai
Lindenallee 5, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 7064-0
E-Mail: nicolai@diakonie-hildesheim.de
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Seniorenzentrum Heilig Geist
Burgstr. 12, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 9920
E-Mail: az-heiliggeist@t-online.de
Internet: www.altenzentrum-sarstedt.de

Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp
Am Sonnenkamp 79–81, 31157 Sarstedt
Tel.: 05066 904890
E-Mail: info@sonnenkamp.com
Internet: www.sonnenkamp.com

Schellerten

Seniorenwohnpark Schellerten GmbH
Farmser Str. 22, 31174 Schellerten
Tel.: 05123 4004711
E-Mail: info@senioren-wohnpark.net
Internet: www.senioren-wohnpark.net

Sibbesse

Seniorenheim Almetal GmbH
Am Berge 3, 31079 Almstedt, Tel.: 05060 20020
E-Mail: seniorenheim.almetal@gmx.de

Söhlde

Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof GmbH
Bockmühlenstr. 6, 31185 Söhlde, Tel.: 05129 9715-0
E-Mail: info@pflege-buddeshof.de
Internet: www.buddeshof.com

Seniorenzentrum Hoheneggelsen GmbH
Hauptstr. 57, 31185 Söhlde OT Hoheneggelsen
Tel.: 05129 970-0
E-Mail: info.kollmeier-pflegeheime.de
Internet: www.kollmeier-pflegeheime.de

Gesundheit und Pflege

Eine gute Fitness und eine optimale Ernährungsweise bilden das Fundament eines gesunden Körpers. Vorsorgeuntersuchungen sind für den Erhalt der Gesundheit und zur Früherkennung von Krankheiten sehr wichtig. Durch einen Unfall, eine chronische Krankheit oder Altersgebrechlichkeit kann jedoch jeder pflegebedürftig werden. Für Betroffene und Angehörige ist dieses eine völlig neue und oft belastende Situation. Die rechtzeitige Inanspruchnahme von Leistungen der Pflegeversicherung und vielfältigen Hilfs-, Pflege- und Betreuungsangeboten kann die eigenständige Lebensführung in den eigenen vier Wänden sicherstellen und Entlastung schaffen.

© carmeta – Fotolia

6.1 Gesundheit

Eine gesunde Ernährung ist unabhängig von den Lebensjahren wichtig, um im Alter fit zu bleiben. Viele Erkrankungen entstehen durch falsches, kalorienreiches und fetthaltiges Essen. Empfehlungen und Tipps für eine gesunde, ausgewogene Ernährung geben Hausärzte und Krankenkassen. Oft weisen die Tageszeitungen auf Informationsveranstaltungen in Seniorenkreisen und Begegnungsstätten hin.
Bewegung ist ein wahres Wundermittel. Sie stärkt die Muskulatur, fördert den Kreislauf und hält den Stoffwechsel in Schwung. In Gesellschaft mit Gleichgesinnten aktiv zu sein macht Spaß und fördert neue soziale Kontakte. Auskunft über entsprechende Angebote geben Kommunen, Sportvereine, Sport- und Fitness-Studios, Ärzte, Wohlfahrtsverbände und Seniorenkreise. Vorsorgeuntersuchungen in einem frühen Stadium sind für den Erhalt der Gesundheit und zur Früherkennung von Krankheiten sehr wichtig.

6.2 Unterstützung im häuslichen Umfeld

Die meisten Menschen wünschen sich, so lange wie möglich in der eigenen Wohnung und der vertrauten Umgebung zu leben. Um für hilfsbedürftige Menschen die Haushaltsführung, eine ausgewogene Ernährung und Hilfe in Notfällen auch bei Pflegebedürftigkeit zu sichern, gibt es ein starkes Netz ambulanter Dienste.

6.2.1 Hauswirtschaftliche Hilfe

Wenn hauswirtschaftliche Tätigkeiten wie Einkaufen, Wohnungs- und Treppenhausreinigung, Wäschewaschen und Bügeln nicht mehr erledigt werden können, bieten Privatpersonen, private Unternehmen, viele der Sozialstationen und ambulante Pflegedienste hauswirtschaftliche Hilfe an.

Anbieter:
Die Liste der **Sozialstationen** und **ambulanten Pflegedienste** in Stadt und Landkreis finden Sie im Kapitel 6.2.7. Weitere Informationen erhalten Sie bei den Pflegestützpunkten für Stadt und Landkreis Hildesheim unter Kapitel 1.1.

6.2.2 Angebote zur Unterstützung im Alltag

Angebote zur Unterstützung im Alltag nach § 45 a SGB XI sollen neben der Entlastung der Pflegepersonen auch den Pflegebedürftigen helfen, möglichst lange in ihrer häuslichen Umgebung zu bleiben, soziale Kontakte zu pflegen und möglichst selbstständig ihren Alltag zu gestalten.
Hierzu gehören:

- **Betreuungsangebote:** Dies sind Angebote, in denen insbesondere Ehrenamtliche unter pflegefachlicher Anleitung die Betreuung von Pflegebedürftigen mit allgemeinem oder mit besonderem Betreuungsbedarf übernehmen. Dies kann in Gruppen oder im

häuslichen Bereich geschehen (z. B. Betreuungsgruppen für Menschen mit Demenzerkrankungen).
- **Angebote zur Entlastung von Pflegenden:** Dies sind Angebote, die der gezielten Entlastung und beratenden Unterstützung von pflegenden Angehörigen und anderen nahestehenden Pflegepersonen dienen (z. B. Helfer- und Helferinnenkreise zur stundenweise Entlastung pflegender Angehöriger im häuslichen Bereich).
- **Angebote zur Entlastung im Alltag:** Dies sind Angebote, die dazu dienen, die Pflegebedürftigen bei der Bewältigung von Anforderungen des Alltags oder im Haushalt zu unterstützen. Diese Angebote bieten auch Unterstützung für die Organisation individuell benötigter Hilfeleistungen (z. B. Alltagsbegleiter, Pflegebegleiter, familienentlastende Dienste, haushaltsnahe Dienstleistungen).

Die Entlastungsangebote müssen vom Niedersächsischen Landesamt für Soziales, Jugend und Familie anerkannt sein.

Folgende anerkannte Anbieter sind in Stadt und Landkreis Hildesheim tätig:

Alfeld

DRK Alfeld Ambulante Pflegedienste GmbH
Sozialstation Alfeld, Winzenburger Str. 7/8
31061 Alfeld, Tel.: 05181 829482

DRK Alfeld Ambulante Pflegedienste GmbH
Sozialstation Sibbesse/Lamspringe/Freden
Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld
Tel.: 05181 8290440

Bockenem

Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH, „HilDeA“
Bürgermeister-Sander-Str. 10, 31167 Bockenem
Tel.: 05067 697237

Senioren- und Pflegezentrum Berndt, „HESPA“
Am Krohm 1, 31167 Bockenem, Tel.: 05067 91080

Giesen

Caritas St. Bernward ambulante Pflege gGmbH CARENA
Rathausstr. 19 a, 31180 Giesen
Tel.: 05066 903110

Hildesheim

Alzheimer Gesellschaft Hildesheim e. V. „FRIDA“
Hammersteinstr. 7 (Eingang über Vogelerstraße)
31137 Hildesheim, Tel.: 05121 2949952

Caritas St. Bernward ambulante Pflege gGmbH CARENA
Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 1677220

Diakoniestation Hildesheim, „ZeitWeise“
Schlesierstr. 7, 31139 Hildesheim, Tel.: 05121 200172

Lebenshilfe Kreisvereinigung Hildesheim
Am Flughafen 9, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 170980

Malteser Hilfsdienst e. V.
Waterloostr. 25, 31135 Hildesheim, Tel.: 05121 55015

Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen KV Hildesheim-Alfeld
Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 74160

Holle

Alzheimerberatung e. V.
Marktstr. 7, 31188 Holle, Tel.: 05062 9648-155

Entlastung Plus
Henneckenroder Str. 25, 31188 Holle
Tel.: 05062 96474-24

Leinebergland

DRK Alfeld Ambulante Pflegedienste GmbH
Sozialstation Gronau-Duingen
Johanniterstr. 2 a, 31028 Gronau, Tel.: 05182 947908

Nordstemmen

DRK Alfeld Ambulanter Pflegedienste GmbH
Sozialstation Elze-Nordstemmen
Hauptstr. 56, 31171 Nordstemmen, Tel.: 05069 965026

Sarstedt

Alzheimerberatung e. V.
Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt
Tel.: 05066 8191533

Diakoniestation Sarstedt, „Zeitlos“
Lindenallee 5, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 1310

Eine aktuelle Liste der anerkannten Unterstützungsangebote in Niedersachsen steht im Internet unter www.ms.niedersachsen.de zur Verfügung.

6.2.3 Mahlzeiten-Dienste

Die mobilen Mahlzeiten-Dienste ermöglichen die vorübergehende oder ständige Versorgung mit einer fertig zubereiteten Mittagsmahlzeit.

Dabei gibt es verschiedene Varianten, sich das Essen warm, kalt oder auch tiefgekühlt direkt nach Hause bringen zu lassen. Die Speisekarte reicht von normaler über vegetarische Kost bis hin zur Diät-, Vollwert- und Schonkost.

Anbieter Mobiler Mahlzeiten:

Alten- und Pflegeheim „St. Elisabeth“
Bodelschwinghstr. 2, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 8090
E-Mail: info@st-elisabeth-alfeld.de
Internet: www.st-elisabeth-alfeld.de

Diakoniestation Hildesheim (Marthaheim)
Schlesierstr. 7, 31139 Hildesheim, Tel.: 05121 200333
E-Mail: gertrud.wolf@evlka.de
Internet: www.diakoniestation-hildesheim.de

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Kreisverband Hildesheim-Alfeld
Sozialzentrum Alfeld
Kalandstr. 7, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 8435-0
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de,
Internet: www.alfeld.paritaetischer.de

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Kreisverband Hildesheim-Alfeld
Sozialzentrum Hildesheim
Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 7416-0
E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de
Internet: www.hildesheim.paritaetischer.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.
Cheruskerring 53, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 74871-0
E-Mail: hildesheim@johanniter.de
Internet: http://www.johanniter.de/die-johanniter/johanniter-unfall-hilfe/

Meyer Menü Hildesheim
Schinkelstr. 17, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 281250
Internet: www.lecker-lecker.de

Überregionaler Anbieter:

Landhausküche – Von apetito.
Tel.: 0511 2352122
E.Mail: info@landhaus-kueche.de
Internet: www.landhaus-kueche.de
täglich heiße Menüs – auch am Wochenende geliefert

Weitere Angebote:

Wer noch mobil genug ist und in Gemeinschaft essen möchte, kann sein Mittagessen auch außer Haus einnehmen. Eine Reihe von Betrieben und Behörden bietet in ihren Kantinen auch Nichtbeschäftigten ein Mittagessen an. Ebenso besteht in vielen Alten- und Pflegeheimen die Möglichkeit, zu Mittag zu essen. Die Liste der Alten- und Pflegeheime finden Sie unter Kapitel 5.4.3.

Sozialer Mittagstisch Guter Hirte
Altfriedweg 2–4, 31135 Hildesheim, Tel.: 05121 52567
Internet: www.guter-hirte.de

Hildesheimer Tafel e. V.
Cheruskerring 53, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 2984821
Internet: www.hildesheimer-tafel.de

Alfelder Tafel e. V.
Holzer Straße 2, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 2873098
Internet: www.alfelder-tafel.de

6.2.4 Hausnotruf

Das Hausnotrufsystem ermöglicht schnelle Hilfe in Notfällen. Über einen Minisender, der bequem am Körper getragen werden kann, wird über das Telefon im Notfall Hilfe herbeigerufen. Der Notruf läuft in einer Zentrale auf. Auch wenn der Betroffene sich nicht mehr artikulieren kann, stellt die Leitstelle fest, woher der Notruf kommt und kümmert sich um die sofortige Versorgung.
Einzelheiten zu den Preisen des Notrufsystems teilen die Anbieter mit. Wurde dem Interessenten ein Pflegegrad zuerkannt, gewährt die zuständige Pflegekasse auf Antrag einen Zuschuss zu den Kosten.

Anbieter eines Hausnotrufsystems:

Der Paritätischer Wohlfahrtsverband Alfeld
Kalandstr. 7, 31061 Alfeld (Leine), Tel.: 05181 843513
Internet: www.alfeld.paritaetischer.de

Arbeiterwohlfahrt (AWO)
Hildesheimer Str. 8C
31162 Bad Salzdetfurth/Groß Düngen
Tel.: 05064 950480
Internet: www.awo-hi.org

Der Paritätischer Wohlfahrtsverband Hildesheim
Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 74160
Internet: www.hildesheim.paritaetischer.de

Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)
Goslarsche Landstraße 23, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 5906-0
E.Mail: info@asbhildesheim.de
Internet: www.asbhildesheim.de

Die Johanniter, Ortsverband Hildesheim
Cheruskerring 53, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 74871-0
E-Mail: hildesheim@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

Malteser Hilfsdienst e.V., Hildesheim
Waterloostr. 25, 31135 Hildesheim, Tel.: 05121 55015
E-Mail: verwaltung@malteser-hildesheim.de
Internet: www.malteser-hildesheim.de

Bundesweit
Vitakt Hausnotruf
Hörstkamp 32, 48431 Rheine, Tel.: 05971 934356
Internet: www.vitakt.com

Tellimed Rambach & Fegers GbR
Kesselstr. 30A, 47546 Kalkar, Tel.: 02824 977570
Internet: www.tellimed.de

Engelschutz e. V.
Engelmannweg 14, 13403 Berlin, Tel.: 030 41703877
Internet: www.euronotruf.de

6.2.5 Häusliche Pflege

Pflegebedürftige haben bei häuslicher Pflege Anspruch auf Leistungen ihrer Pflegeversicherung. Dazu ist ein Antrag bei der zuständigen Pflegekasse zu stellen.
Über die Feststellung der Pflegebedürftigkeit entscheidet die zuständige Pflegekasse auf der Grundlage einer Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK). Bei privat versicherten Personen wird die Firma Medic Proof GmbH von der zuständigen Versicherung mit der Begutachtung beauftragt.

Es wird empfohlen, dass die Pflegeperson bei der Begutachtung anwesend ist. Folgende Unterlagen sollten bereit liegen: medizinische Unterlagen (Arzt-/Krankenhausberichte, Medikamentenplan, Liste der Erkrankungen), vorhandene Hilfsmittel, evtl. Aufzeichnung zum Tagesablauf.

Als pflegebedürftig gelten Personen, die von körperlichen, geistigen oder psychischen Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit und Fähigkeiten betroffen sind und diese nicht selbstständig kompensieren und bewältigen können. Diese Pflegebedürftigkeit muss auf Dauer, aber für mindestens sechs Monate bestehen.
Die Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten sind in sechs Bereiche gegliedert:

1. **Mobilität** (z. B. Umsetzen, Bewegen innerhalb der Wohnung, des Hauses, Treppensteigen)
2. **Kognitive und kommunikative Fähigkeiten** (z. B. Orientierung zu Zeit, Ort, Person, Alltagsentscheidungen treffen, Bedürfnisse wahrnehmen und äußern können, Risiken erkennen)
3. **Verhaltensweisen und psychische Problemlagen** (z. B. nächtliche Unruhe, selbstschädigendes Verhalten, aggressives Verhalten gegenüber anderen, Wahnvorstellungen, Ängste, depressive Stimmungslagen, Antriebslosigkeit)
4. **Selbstversorgung** (z. B. Körperpflege, An- und Ausziehen, mundgerechte Nahrungszubereitung)
5. **Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen** (z. B. Medikamente regelmäßig einnehmen können, körpernahe Hilfsmittel nutzen können, Arztbesuche selbst organisieren und wahrnehmen können)
6. **Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte** (z. B. Kontakte mit Personen aus dem näheren und weiteren sozialen Umfeld aufnehmen/halten, den Tagesablauf gestalten, über den Tag hinaus planen).

Wenn die Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit und der Fähigkeiten so weit gehen, dass der Haushalt nicht mehr ohne Unterstützung bewältigt werden kann, dann wird dies in den genannten Kriterien mit berücksichtigt.

Die Pflegebedürftigkeit wird in fünf Pflegegrade eingeteilt:

Pflegegrad 1: geringe Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten
Pflegegrad 2: erhebliche Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten
Pflegegrad 3: schwere Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten
Pflegegrad 4: schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten
Pflegegrad 5: schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung

Nach Zuerkennung eines Pflegegrades kann zwischen folgenden Leistungen gewählt werden:

Pflegegeld für selbst beschaffte Pflegehilfen (§ 36 SGB XI)

Bei der Zahlung von Pflegegeld wird vorausgesetzt, dass die erforderliche Pflege und Hilfe bei der Haushaltsführung in geeigneter Weise selbst sichergestellt wird. Die erforderliche Hilfe wird in diesem Fall zum Beispiel durch Angehörige, Freunde oder Nachbarn erbracht.

Das **Pflegegeld** beträgt je Kalendermonat bei:

Pflegegrad 1	0,00 €
Pflegegrad 2	316,00 €
Pflegegrad 3	545,00 €
Pflegegrad 4	728,00 €
Pflegegrad 5	901,00 €

Pflegebedürftige mit **Pflegegrad 1** erhalten nicht alle Leistungen der Pflegekasse. Sie bekommen monatlich einen **zweckgebundenen Entlastungsbetrag** von **125,00 €**.
Der Betrag kann auch für ambulante Pflegedienste zur Körperpflege eingesetzt werden.

Personen im Pflegegrad 1 können 40,00 € für Verbrauchspflegehilfsmittel, einen Zuschlag von 214,00 € für ambulant betreute Wohngruppen und Zuschüsse für wohnumfeldverbessernde Maßnahmen bis zu 4.000,00 € beanspruchen.

Pflegesachleistungen (§ 37 SGB XI)

Die Pflege und die hauswirtschaftliche Versorgung werden in diesen Fällen durch Pflegekräfte ambulanter Pflegedienste erbracht.
Die Liste der ambulanten Pflegedienste finden Sie unter Kapitel 6.2.7.

Der Anspruch beträgt je Kalendermonat bei:

Pflegegrad 1	0,00 €
Pflegegrad 2	689,00 €
Pflegegrad 3	1.298,00 €
Pflegegrad 4	1.612,00 €
Pflegegrad 5	1.995,00 €

Kombinationsleistungen (§ 38 SGB XI)

Um eine optimale, auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Pflege zu gewährleisten, ist eine Kombination von Pflege durch einen ambulanten Dienst und die Auszahlung von Pflegegeld möglich. Das Pflegegeld verringert sich in diesem Fall anteilig.

Sozialhilfeleistungen (§ 61 SGB XII)

In bestimmten Fällen kann nachrangig auch ein Anspruch auf Sozialhilfe im Rahmen der Hilfe zur Pflege bestehen. Dieser Anspruch ist dem Sozialhilfeträger bekannt zu machen (Landkreis Hildesheim für Bewohner des Landkreises, Stadt Hildesheim für Bewohner der Stadt Hildesheim). Sozialhilfeleistungen werden allerdings im Gegensatz zu den Leistungen der Pflegekasse erst nach Prüfung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse und der Abklärung der Unterhaltsverpflichtung von Angehörigen übernommen.

6.2.6 Vereinbarkeit von Beruf und Pflege

Pflegezeit

Berufstätige haben Anspruch auf unbezahlte Freistellung für längstens sechs Monate, wenn sie einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen pflegen. Sie können zwischen der vollständigen oder teilweisen Freistellung von der Arbeit wählen. Der Anspruch besteht gegenüber Arbeitgebern mit mehr als 15 Beschäftigten.

Kurzzeitige Arbeitsverhinderung

Wenn ein naher Angehöriger plötzlich pflegebedürftig wird und der Pflegende von der Arbeit fernbleiben muss, um organisatorische Dinge rund um die Pflege zu regeln, hat er bis zu zehn Tage Anspruch auf das Pflegeunterstützungsgeld als Lohnersatzleistung.

Das Pflegeunterstützungsgeld wird bei der Pflegekasse beantragt. Voraussetzung ist eine ärztliche Bescheinigung über die Pflegebedürftigkeit des Angehörigen

und die Erforderlichkeit der Arbeitsbefreiung. Der Anspruch besteht unabhängig von der Betriebsgröße.

Familienpflegezeit

Um die Vereinbarkeit von Pflege und Beruf weiter zu stärken, wurde das Familienpflegezeitgesetz eingeführt. Danach besteht die Möglichkeit, zur Pflege eines nahen Angehörigen die Wochenarbeitszeit bis zu 24 Monate auf bis zu 15 Stunden zu reduzieren. Es besteht Kündigungsschutz in dieser Zeit und das Gehalt wird um die Hälfte des reduzierten Arbeitsentgelts aufgestockt. Nach dem Ende der Familienpflegezeit wird in der Nachpflegezeit so lange das reduzierte Gehalt weitergezahlt, bis der Gehaltsvorschuss ausgeglichen ist. Der Anspruch besteht gegenüber Arbeitgebern mit mehr als 25 Beschäftigten.

6.2.7 Verzeichnis der ambulanten Kranken- und Pflegedienste

Alfeld

DRK Alfeld Ambulante Pflegedienste GmbH
Winzenburger Str. 7–8, 31061 Alfeld
Tel.: 05181 829482, E-Mail: kontakt@drk-alfeld.de
Internet: www.drk-kvalfeld.de

Paritätische Dienste – Ambulante Pflege
Kalandstr. 7, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 843513
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de
Internet: www.paritaetischer.de/kreisgruppen/alfeld

Ambulante Pflege-GIOMI
Park Residenz Alfeld
Antonianger 42, 31161 Alfeld, Tel.: 05181 93000
Internet: www.giomideutschland.de

Eldercare Mobile Pflege und Service
Winzenburger Str. 6, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 26922
E-Mail: svenjaschwark@hotmail.com

Häusliche Pflege – Sabine Paland
Hinsiekweg 8, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 24250
E-Mail: info@pflegedienst-alfeld.de
Internet: www.pflegedienst-alfeld.de

Deutsches Rotes Kreuz
Kreisverband Alfeld e.V.

Pflege unter einem guten Zeichen

• Hausnotruf • Hauswirtschaftliche Hilfen
• Ambulante Pflege • Tagespflege
• Kurzzeitpflege • Stationäre Pflege

Wir sind für Sie da:
Tel.: (0 51 81) 708-0
oder bundesweit und kostenfrei: 08000 365 000

www.drk-alfeld.de

Ambulante Pflege | Demenz-Beratung | Mobile Dienste | Essen auf Rädern | Persönliche Behinderten-assistenz | Selbsthilfe | „eigenständig, versorgt, zufrieden“

Pflege, Betreuung, gutes Essen…
wir sorgen dafür, dass es Ihnen
sicher gut geht –
in den eigenen vier Wänden

Das Zuhause genießen

www.hildesheim.paritaetischer.de

DER PARITÄTISCHE
HILDESHEIM-ALFELD

Sozialzentrum Hildesheim, Lilly-Reich-Straße 5, 31137 Hildesheim
E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de Tel.: 05121 7416-0

Sozialzentrum Alfeld, Kalandstraße 7, 31061 Alfeld
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de Tel.: 05181 8435-0

Ambulanter Pflegedienst K&S
Sedanstr. 13, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 2873424

Algermissen

Ambulante Pflege Rochlitz
Marktstr. 48, 31191 Algermissen, Tel.: 05126 96451
E-Mail: info@pflege-rochlitz.de
Internet: www.pflege-rochlitz.de

Caritas-St. Bernward Ambulante Pflege gGmbH
(siehe unter Giesen)

Bad Salzdetfurth

AWO Sozialstation Bad Salzdetfurth – Groß Düngen
Hildesheimer Str. 8 c, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05064 950480
E-Mail: info@awo-hi.org, Internet: www.awo-hi.org

Pflegeteam Willig
Salinenstr. 38 b, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 2757367
E-Mail: info@pflegeteam-willig.de

Ambulante Krankenpflege Ehlers
Bodenburger Str. 8 a, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 277777
E-Mail: info@pflegeteam-ehlers.de
Internet: www.pflegeteam-ehlers.de

Ambulanter Pflegedienst Medicus GmbH
Bodenburger Str. 55, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 271747
E-Mail: medicus-badse@lebenwiesiewollen.de
Internet: www.lebenwiesiewollen.de

Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH
(siehe unter Bockenem)

Bockenem

Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH
Bürgermeister-Sander-Str. 10, 31167 Bockenem
Tel.: 05067 697237
E-Mail: info@diakoniestation-hildesheimer-land.de
Internet: www.diakoniestation-hildesheimer-land.de

Ambulanter Pflegedienst Medicus GmbH
Am Krohm 1, 31167 Bockenem, Tel.: 05063 271747

Aktive Engel – Häusliche Betreuung und Pflege
Hachumer Str. 4, 31167 Bockenem
Tel.: 05067 9172720
E-Mail: service@aktiveengel.com
Internet: www.aktiveengel.com

Diekholzen

AWO Sozialstation Bad Salzdetfurth-Diekholzen
Alfelder Str. 16, 31199 Diekholzen, Tel.: 05121 264945
E-Mail: info@awo-hi.org, Internet: www.awo-hi.org

REKA Ambulante Krankenpflege GmbH
Südwaldstr. 5–7, 31199 Diekholzen, Tel.: 05121 1773000
E-Mail: info@reka-pflegedienst.de
Internet: www.rekapflege.de

Janus Ambulanter Pflegedienst
Bahnberg 5, 31199 Diekholzen, Tel.: 05121 2873014
E-Mail: info@janus-pflege.de
Internet: www.janus-pflege.de

Elze

DRK Sozialstation Elze-Nordstemmen
(siehe unter Nordstemmen)

VITAS – Ambulanter Pflegedienst
Hauptstr. 69, 31008 Elze, Tel.: 05068 931650

Pflegedienst Sempf
Schlesische Str. 39 c, 31008 Elze, Tel.: 05068 9315030
E-Mail: pflegedienst-sempf@t-online.de
Internet: www.pflegedienst-sempf.de

Freden

DRK Sozialstation Sibbesse-Lamspringe-Freden
(siehe unter Sibbesse)

amura – Pflege & Fürsorge
Moppengasse 6, 31085 Everode, Tel.: 05184 9500599
E-Mail: info@amura-pflege.de

ELDERCARE Mobile Pflege
Winzenburger Str. 19, 31084 Freden
Tel.: 05184 791662

Häuslicher Pflegedienst Krenauer
Alte Molkerei 8, 31087 Freden-Landwehr
Tel.: 05184 957320
E-Mail: Pflegedienst-krenauer@web.de

Giesen

Ambulante Krankenpflege BEREZOW GmbH
Brückenstr. 3, 31180 Giesen- Hasede
Tel.: 05121 93120
E-Mail: info@berezow-gmbh.com
Internet: www.berezow-gmbh.de

Caritas-St. Bernward Ambulante Pflege gGmbH
Alte Heerstr. 15, 31180 Giesen-Groß Förste
Tel.: 05066 903110
E-Mail: sozialstation-foerste@caritas-hildesheim.de
Internet: www.ambulante-pflege-hildesheim.de

Gronau

Johanniter Pflegedienst im Leinetal
Johanniterstr. 2a, 31028 Gronau
Tel.: 05182 5299082
E-Mail: pflegedienst.gronau@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

Harsum

Pflegedienst Andrea Thoni
Am Mühlenkamp 11, 31177 Harsum/Adlum
Tel.: 05123 408811
Internet: www.pflegedienst-thoni.com

MediCar ambulanter Pflegedienst Sonja Biewald
Breite Str. 6, 31177 Harsum, Tel.: 05127 69718

E-Mail: medicar-ambulante-pflege@web.de
Internet: www.gratis-webserver.de/MediCar-Ambulante-Pflege

Caritas-St. Bernward Ambulante Pflege GmbH
(siehe unter Giesen)

Hildesheim

Ambulante Altenpflege Brandes
Wetzellplatz 2, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 44530
E-Mail: info@brandes-altenpflege.de
Internet: www.brandes-altenpflege.de

Sigrid Magnus-Ernst
Ambulanter Pflegedienst, Seniorenberatung
Achtumer Lindenkamp 6, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 164570
E-Mail: magnus-ernst@gmx.de
Internet: www.magnus-ernst.de

Christophorusstift gGmbH
Ambulanter Pflegedienst
Hammersteinstr. 7, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 693-0
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Caritas St. Bernward – Ambulante Pflege GmbH
Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 167720
E-Mail: sozialstation@caritas-hildesheim.de
Internet: www.caritas-hildesheim.de/pflege

ASB Ambulanter Pflegedienst Hildesheim/Hameln-Pyrmont
Goslarsche Landstr. 23, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 5906-0
E-Mail: pflegedienst@asbhildesheim.de
Internet: www.asb-hildesheim.org

Biber – Gesellschaft für ambulante Dienste mbH
Ottostr. 77, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 514194
E-Mail: ambulante@bi-ber.de
Internet: www.biber-ambulante-dienste.de

Care – das Pflegeteam
Ottostr. 30, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 888933
E-Mail: info@care-daspflegeteam.de
Internet: www.care-daspflegeteam.de

Ambulante Krankenpflege
Pflegeberatung

Care – das Pflegeteam H. Pollmann
Ottostraße 30 · 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 888933 · Fax: 05121 888871
info@care-daspflegeteam.de

www.care-daspflegeteam.de

Petersen – Pflegedienst GmbH
Peiner Str. 34, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 2812850
E-Mail: kontakt@pflegedienst-petersen.de
Internet: www.pflegedienst-petersen.de

Diakoniestation Hildesheim
Schlesierstr. 7, 31139 Hildesheim, Tel.: 05121 200333
E-Mail: dst.hildesheim@diakonie-hildesheim.de
Internet: dst-hildesheim.d-li.de

biber

Ambulante Alten- und Krankenpflege

Professionelle Pflege daheim!
24 Stunden für Sie erreichbar!

Ottostraße 77
31137 Hildesheim

Telefon: 05121 514194
E-Mail: ambulante@bi-ber.de

www.biber-pflege.de

Deutsches Rotes Kreuz Sozialstation
Brühl 8, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 936022
E-Mail: sekretariat@kv-hildesheim.drk.de
Internet: www.drk-hildesheim.de

AscleonCare-Senioren-Notruf Hildesheim
Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 14430
E-Mail: hildesheim@ascleoncare.de
Internet: www.senioren-notruf.info

Alten- und Krankenpflegedienst Alpha
Obergstr. 12, 31139 Hildesheim, Tel.: 05121 2069548
E-Mail: pdl-pflegedienst.alpha@web.de
Internet: www.alpha-hildesheim.de

Ambulante Pflege Das Lebenswerk
Osterstr. 33, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 133783
E-Mail: ambulantepflege@daslebenswerk.com
Internet: www.daslebenswerk.de

Lambertinum soziale Dienste gGmbH
Hohenstaufenring 70 a, 31141 Hildesheim
Tel.: 05121 179220
E-Mail: info@lambertinum.de
Internet: www.lambertinum.de

Ambulanter Pflegedienst Gensrich
Senkingstr. 7/8, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 12006
E-Mail: gensrich.kranken-u.altenpflege@t-online.de

Paritätische Dienste – Ambulante Pflege
Lilliy-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 74160
E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de,
Internet: www.paritaetischer.de/kreisgruppen/hildesheim

Pflegeteam Sorsum
Hinter dem Dorfe 40, 31139 Hildesheim/Sorsum
Tel.: 05121 9227520
E-Mail: info@pflegeteam-sorsum.de
Internet: www.pflegeteam-sorsum.de

Daheim statt Heim ambulanter Pflegedienst
Sedanstr. 48, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 33030
E-Mail: info@dsh-hi.de, Internet: www.dsh-hi.de

Ambulanter Pflegedienst Viktoria
Senkingstr. 11, 31137 Hildesheim, Tel.: 05121 6900332
E-Mail: pflegedienst-viktoria@gmx.de
Internet: www.viktoria-pflegedienst.de

Mobile Kinderkrankenpflege
Schildweg 61, 31139 Hildesheim, Tel.: 05121 2840583
E-Mail: info@dimoki.de, Internet: www.di-mo-ki.de

Airo2Med Ambulanter Intensivpflegedienst
Humboldtstr. 17, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 12555
E-Mail: info@airomed.de

OK! Ihr mobiles Pflegeteam GmbH
Steingrube 14, 31141 Hildesheim, Tel.: 05121 9992662

Pflege hoch 3
Daimlerring 8, 31135 Hildesheim, Tel.: 05121 934930

Holle

Ambulanter Pflegedienst Bremermann
Hildesheimer Str. 35, 31188 Holle-Grasdorf
Tel.: 05062 1310

Wahrhausen Krankenpflege
Grundwegskamp 10, 31188 Holle-Grasdorf
Tel.: 05062 89460
E-Mail: wahrhausen@t-online.de

Seniorenzentrum Holle – ambulanter Pflegedienst
Bronzeweg 1, 31188 Holle, Tel.: 05062 96460
E-Mail: info@sz-holle.de, Internet: www.sz-holle.de

Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH
(siehe unter Bockenem)

Lamspringe

Pflegedienst Lampe
Von-Steinberg-Str. 4, 31195 Lamspringe-Harbarnsen
Tel.: 05060 9212
E-Mail: pflegedienst-lampe@t-online.de

Seit 1994 – Verantwortung – Erfahrung – Qualität – Kompetenz

behutsam pflegen – fürsorgend begleiten

Pflegedienst Lampe

Betreutes Leben – Zu Hause und in Gemeinschaft

Hilfen bei Pflegebedürftigkeit

Häusliche Krankenpflege

Palliativpflege

Wundversorgung

Tagespflege

Ihre Bedürfnisse sind das Fundament unserer Arbeit. Wir nehmen uns Zeit, Sie individuell in Ihrer häuslichen Umgebung zu betreuen, zu versorgen und zu pflegen. Wir helfen Ihnen, altersbedingte Veränderungen in Ihrem Leben zu bewältigen, und unterstützen Ihre Teilhabe am gesellschaftlichen Leben in unserer Tagespflege.

Die wichtigste Zeit ist der Augenblick.
Der wichtigste Mensch ist der,
mit dem wir gerade zu tun haben.
Das wichtigste Gefühl ist die Liebe,
mit der wir den Menschen begegnen.
Meister Eckhart

Einkäufe

Begleitung

Spaziergänge

Hausnotruf

Beratung und Vermittlung

0 50 60/92 12

Birgit Lampe

Von-Steinberg-Straße 4 • OT Harbarnsen • 31195 Lamspringe • www.pflegedienst-lampe.de

Wir sind 24 Stunden für Sie erreichbar.

Lamspringe - Bodenburg - Bad Salzdetfurth - Sibbesse

H & 1 Pflege Profis GmbH
Hauptstr. 1, 31195 Lamspringe, Tel.: 05183 9462660

DRK Sozialstation Sibbesse-Lamspringe-Freden
(siehe unter Sibbesse)

Leinebergland

Die Mobile
Hauptstr. 18, 31028 Gronau, Tel.: 05182 923110
E-Mail: die-mobile@t-online.de

Vertragspartner aller Kassen

Häuslicher Pflegedienst
Eugenia Zubeil

Zu Hause pflegen, zu Hause leben!

Ihr Pflegedienst in Algermissen, Sarstedt und Umgebung
24 Stunden Rufbereitschaft: Tel. 0 50 66/9 04 86 85
Holztorstraße 10 · 31157 Sarstedt

• Kranken- und Seniorenpflege • Wundmanagement
• Palliativpflege • Dementenbetreuung
• Pflegeberatung, -schulung, -gutachten
• Kinderbetreuung • Haushaltshilfe • Nachtpflege
• Betreuung • Verhinderungspflege

Persönliche Beratung von Mo. bis Fr. 8 bis 15 Uhr
und nach persönlicher Absprache

MDK-Überprüfung 2018 mit dem Ergebnis „sehr gut“!

Johanniter Pflegedienst im Leinetal
Johanniterstr. 2 a, 31028 Gronau, Tel.: 05182 5299082,
E-Mai: pflegedienst.gronau@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

DRK Sozialstation Gronau-Duingen
Johanniterstr. 2 a, 31028 Gronau, Tel.: 05182 947908
E-Mail: sst-gronau@drk-alfeld.de
Internet: www.drk-kvalfeld.de

Pflegedienst Kirk GmbH
Hilsblick 1, 31091 Coppengrave, Tel.: 05181 3614

Nordstemmen

DRK Sozialstation Elze-Nordstemmen
Hauptstr. 56, 31171 Nordstemmen, Tel.: 05069 965026
E-Mail: s.burose-hirte@drk-alfeld.de
Internet: www.drk-kvalfeld.de

**Diakoniestation Sarstedt –
Zweigstelle Nordstemmen**
Hauptstr. 100, 31171 Nordstemmen
Tel.: 05069 4805777
E-Mail: dst.nordstemmen@d-li.de
Internet: www.diakoniestation-sarstedt.de

Sarstedt

Daheim GmbH
Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt
Tel.: 05066 8191520

E-Mail: info@daheim-sarstedt.de
Internet: www.daheim-sarstedt.de

Diakoniestation Sarstedt
Lindenallee 5, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 1310
E-Mail: dst.sarstedt@d-li.de.de
Internet: www.diakoniestation-sarstedt.de

Häusliche Pflege Eugenia Zubeil
Holztorstr. 10, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 9048685
E-Mail: info@pflegedienst-zubeil.de

Schellerten

Ambulante Krankenpflege Wassmus
Holztrifft 36, 31174 Schellerten, Tel.: 05123 4153
E-Mail: udo.wassmus@t-online.de
Internet: www.pflegedienst-wassmus.de

Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH
(siehe unter Bockenem)

Sibbesse

DRK Sozialstation Sibbesse-Lamspringe-Freden
Winzenburger Str. 7–8, 31061 Alfeld
Tel.: 05181 8290440
E-Mail: p.karstens@drk-alfeld.de
Internet: www.drk-kvalfeld.de

Allegra Pflege GmbH
Bergstr. 3, 31079 Almstedt, Tel.: 05060 20020
E-Mail: seniorenheim.almetal@gmx.de

Söhlde

Ambulante Krankenpflege Kohrs
Marienburger Str. 18, 31185 Söhlde-Nettlingen
Tel.: 05123 408041
E-Mail: info@pflege-kohrs.de
Internet: www.pflege-kohrs.de

Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH
(siehe unter Bockenem)

Psychiatrische Pflegedienste für Stadt und Landkreis Hildesheim:

Ambulantes Zentrum Hildesheim
Bahnhofsallee 4, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 4088030
E-Mail: info@ambulantes-zentrum-hildesheim.de
Internet: www.ambulantes-zentrum-hildesheim.de

Der Anker – Ambulante psychiatrische Pflege
Schützenallee 35–37, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 102-1391
E-Mail: ming.psy@hildesheim.ameos.de
Internet: www.ameos.eu

6.3 Tagespflege

Die Einrichtungen der Tagespflege in Stadt und Landkreis werden für pflegebedürftige Menschen angeboten, die nicht in ein Pflegeheim gehen wollen. Wer

tagsüber nicht mehr allein zurechtkommt und Hilfe sowie Pflege braucht oder wer seine Angehörigen von der täglichen Pflegearbeit entlasten möchte, findet hier Möglichkeiten der Betreuung und Versorgung.

Tagespflegeeinrichtungen bieten von montags bis freitags, i. d. R. von 08.00 bis 17.00 Uhr, an vereinbarten Tagen Betreuung an. Ein Fahrdienst organisiert die An- und Abfahrt. Besucher der Tagespflege werden von professionellen Mitarbeitern der Anbieter betreut. Neben einem gemeinsamen Frühstück, dem Mittagessen und dem Nachmittagskaffee kommen auch die Unterhaltungs- und Beschäftigungsangebote nicht zu kurz.

Die Tagespflege entlastet somit die pflegenden Angehörigen und steigert die Lebensqualität der Gäste und ihrer Familien. Für die Tagespflege können die Pflegesachleistungen der Pflegeversicherung (siehe Kapitel 6.2.5) eingesetzt werden. Die Leistungen der Tagespflege können mit anderen ambulanten Pflegeleistungen kombiniert werden. Auskunft erteilen die Pflegestützpunkte und die zuständigen Pflegekassen.

Anbieter:

Alfeld

TagAktiv – die Tagespflege des Paritätischen Hildesheim-Alfeld
Kalandstr. 7, 31061 Alfeld, Tel.: 05181 917260
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de
Internet: www.tagespflege-alfeld.de

Tagespflege „To Hus“
Rabenthalstr. 7, 31061 Alfeld-Langenholzen
Tel.: 05181 9171629
E-Mail: info@tagespflege-to-hus.de
Internet: www.tagespflege-to-hus.de

Johanniter Tagespflege
Winzenburger Str. 2 a, 31061 Alfeld
Tel.: 05181 9368784
E-Mail: tagespflege.alfeld@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de

Bad Salzdetfurth

AWO-Tagespflege „Zur alten Villa“
Hildesheimer Str. 8 c, 31162 Bad Salzdetfurth-Groß Düngen, Tel.: 05064 950480
E-Mail: info@awo-hi.org, Internet: www.awo-hi.org

Tagespflege ASB
Oberstr. 5, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 2775995
E-Mail: tagespflege@asbhildesheim.de
Internet: www.asbhildesheim.de

Bockenem

Tagespflege medicus Wohnpark
Am Krohm 1, 31167 Bockenem-Volkersheim
Tel.: 05067 91080
E-Mail: hl-volkersheim@lebenwiesiewollen.de
Internet: www.lebenwiesiewollen.de

Giesen

Tagespflege Berezow
Brückenstr. 3, 31180 Giesen, Tel.: 05121 93120
E-Mail: info@berezow-gmbh.com
Internet: www.berezow-gmbh.de

Hildesheim

Tagespflege Haus Christophorus
Schützenwiese 37, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 2840800
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Tagespflege Christophorusstift
Hammersteinstr. 15, 31137 Hildesheim
Tel.: 05121 693700
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Christophorusstift Haus Sankt Georg Tagespflege
In der Schratwanne 57, 31141 Hildesheim
Tel.: 05121 935-6340
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Tagespflege der Positana GmbH
Teichstr. 23, 31141 Hildesheim, Tel.: 05121 2069000
E-Mail: kontakt@positana.de
Internet: www.positana-gmbh.de

ASB –Tagespflege
Hildebrandtstr. 58, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 59060
E-Mail: s.schmundt@asbhildesheim.de
Internet: www.asbhildesheim.de

Caritas St. Bernward –Tagespflege
Mühlenstr. 24, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 1023451
E-Mail: tagespflege@caritas-hildesheim.de
Internet: www.caritas-hildesheim.de

Holle

TagesNest –Tagespflege
Henneckenroder Str. 25, 31188 Holle
Tel.: 05062 9647423
E-Mail: tagesnest-henneckenrode@gmx.de
Internet: www.tagesnest-henneckenrode.de

Seniorenzentrum Holle GmbH –Tagespflege
Bronzeweg 3, 31188 Holle, Tel.: 05062 96460
E-Mail: info@sz-holle.de, Internet: www.sz-holle.de

Lamspringe

Tagespflege Lampe
Am Bahnhof 2, 31097 Harbansen, Tel.: 05060 9212
E-Mail: pflegedienst-lampe@t-online.de
Internet: www.pflegedienst-lampe.de

Leinebergland

DRK Tagespflege Gronau
Nordstr. 6, 31028 Gronau, Tel.: 05182 948443
E-Mail: Tagespflege@DRK-Alfeld.de
Internet: www.drk-kvalfeld.de

Tagespflege „Zur Alten Schule“ PD Kirk GmbH
Hilsblick 1, 31091 Duingen-Coppengrave
Tel.: 05181 3614
E-Mail: info@pflegedienst-kirk.de
Internet: www.pflegedienst-kirk.de

Provetus Seniorenpflege
Am Bahnhof 7, 31089 Duingen, Tel.: 05185 6021470
E-Mail: info@provetus-pflege.de
Internet: www.provetus-pflege.de

Sarstedt

Caritas Tagespflege Sarstedt
Giftener Str. 9, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 9898475
Tel.: 05121 1677220
E-Mail: tagespflege-sarstedt@caritas-hildesheim.de
Internet: www.ambulante-pflege-hildesheim.de

SeniorenNest –Tagespflege
Wellweg 87, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 8191003
E-Mail: info@seniorennest.de
Internet: www.seniorennest.de

Tagespflege der Daheim Wohnberatungs- und Pflege GmbH
Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt
Tel.: 05066 8191520
E-Mail: info@daheim-sarstedt.de
Internet: www.daheim-sarstedt.de

Söhlde

Seniorendomizil Hoheneggelsen Tagespflege
Hauptstr. 57, 31185 Söhlde-Hoheneggelsen
Tel.: 05129 9700
E-Mail: info@kollmeier-pflegeheime.de
Internet: www.kollmeier-pflegeheime.de

6.4 Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege

Kurzzeitpflege (§ 42 SGB XI)
Kurzzeitpflege kann von Pflegebedürftigen der Pflegegrade 2 bis 5 in Anspruch genommen werden, wenn zum Beispiel nach einem Krankenhausaufenthalt oder aufgrund einer anderen Krisensituation die Rückkehr ins häusliche Umfeld kurzfristig nicht möglich ist. Der Anspruch ist auf acht Wochen pro Kalenderjahr beschränkt. Die Pflegekasse trägt die Pflegekosten bis zu einem Höchstbetrag von 1.612,00 €.

Bei der Kurzzeitpflege, die immer in einer stationären Einrichtung erfolgt, sind die Kosten für Investition, Unterkunft und Verpflegung vom Pflegebedürftigen zu tragen. In einer solitären Kurzzeitpflegeeinrichtung werden die Investitionskosten vom Land getragen. Im Landkreis Hildesheim sind es folgende Einrichtungen:

Solitäre Kurzzeitpflegeeinrichtungen:

Hesena Seniorenpark Diekholzen
Bahnberg 4, 31199 Diekholzen, Tel.: 05121 20770

CARA Vitalis Kurzzeitpflege
Immengarten 31, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 887-0

Altenzentrum Heilig Geist
Burgstr. 12, 31157 Sarstedt, Tel.: 05066 9920

Verhinderungspflege (§ 39 SGB XI)

Nach mind. 6-monatigem Bezug von Pflegeleistungen besteht bei den Pflegegraden 2 bis 5 ein jährlicher Anspruch auf bis zu 1.612,00 € für Ersatzpflege. Dieser kann bei vorübergehender Verhinderung der Pflegeperson durch Urlaub, Krankheit oder andere Gründe beantragt werden. Wird die Verhinderungspflege durch eine bis zum 2. Grad verwandte Person durchgeführt, ist der Betrag auf das 1,5-fache Pflegegeld beschränkt. Für alle anderen ehrenamtlichen Personen oder gewerbliche Dienstleister sind zur stundenweisen Abrechnung Belege bei der Pflegekasse vorzulegen.
Die Verhinderungspflege kann mit zur Kurzzeitpflege eingesetzt werden; bei ganztägiger Ersatzpflege gilt ein Anspruch bis zu 6 Wochen. Außerdem können bis zu 50 % der nicht genutzten Kurzzeitpflegeleistungen zusätzlich für Verhinderungspflege ausgegeben werden.

Es empfiehlt sich grundsätzlich, die Inanspruchnahme vorher mit der zuständigen Pflegekasse zu klären.

6.5 Gerontopsychiatrische Instituts-ambulanz und Tagesklinik

Die Gerontopsychiatrische Institutsambulanz im AMEOS Klinikum Hildesheim bietet Hilfe, Beratung, Diagnostik und Behandlung psychischer Störungen (z. B. Depression, Demenz, Psychose) im höheren Lebensalter für Betroffene und deren Angehörige. Sie steht insbesondere Patienten offen, bei denen eine langfristige psychiatrische Behandlung mit chronischem oder chronisch-wiederkehrendem Verlauf vorliegt.

Weiterhin gibt es eine gerontopsychiatrische Tagesklinik. Es ist eine teilstationäre Einrichtung zur Behandlung psychischer Erkrankungen. Hier werden Patientinnen und Patienten ab etwa 65 Jahren behandelt, die einer vollstationären Behandlung noch nicht oder nicht mehr bedürfen und für die eine ambulante Behandlung nicht ausreichend ist.
Die gerontopsychiatrische Tagesklinik stellt eine besondere Behandlungsform dar, weil die Patientinnen und Patienten sich tagsüber in der Tagesklinik aufhalten und abends, nachts und an Wochenenden und Feiertagen das Erlernte erproben können. Die Behandlung findet montags bis freitags zwischen 08.00 Uhr und 16.00 Uhr statt.

Kontakt:
Ameos Klinikum Hildesheim
Goslarsche Landstr. 60, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 103-1
E-Mail: info@hildesheim.ameos.de
Internet: www.ameos.de

6.6 Krankenhäuser

Bei einer Aufnahme in ein Krankenhaus sollten Sie folgende Unterlagen mitnehmen:

- Personalausweis
- Einweisungsschein des Hausarztes bzw. des einweisenden Facharztes
- Medikamentenliste
- Krankenkassenkarte (gesetzlich krankenversicherte Patienten)
- Krankenversicherungsnummer (für privat krankenversicherte Patienten)
- Privatpatienten sollten die Kostenübernahme für die Behandlung vorab mit ihrer Krankenversicherung klären.
- Name und Telefonnummer einer Kontaktperson, die im Notfall benachrichtigt werden soll (ggfs. Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung)

Oft sind in den Krankenhäusern bereits Geriatriestationen vorhanden. Altersmedizin (Geriatrie) ist eine Spezialdisziplin, die sich mit der medizinischen und therapeutischen Versorgung von Menschen befasst, die

häufig unter mehreren gleichzeitig aktiven Erkrankungen leiden. Geriatrie ist zwar nicht spezifisch altersdefiniert, die meisten Patienten aber sind über 65 Jahre alt. Folglich konzentriert sich Geriatrie auf typische, im höheren Lebensalter auftretende Erkrankungen.

Beachten Sie bitte die Beratungs- und Unterstützungsangebote durch den Krankenhaussozialdienst. Nähere Informationen finden Sie in Kapitel 1.11.

Adressen der Krankenhäuser in Stadt und Landkreis Hildesheim:

Ameos Klinikum Hildesheim
Goslarsche Landstr. 60, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 103-1
(Fachklinikum für Psychiatrie und Psychotherapie)
E-Mail: info@hildesheim.ameos.de
Internet: www.ameos.de

Helios Klinikum Hildesheim GmbH
Senator-Braun-Allee 33, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 89-0
(Geriatriestation vorhanden)
E-Mail: gfhildesheim@helios-kliniken.de
Internet: www.helios-kliniken.de

St. Bernward Krankenhaus
Treibestr. 9, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 90-0
(Geriatriestation vorhanden)
E-Mail: info@bernward-khs.de
Internet: www.bernward-khs.de

Ameos Klinikum Alfeld
Landrat-Beushausen-Str. 26, 31061 Alfeld (Leine)
Tel.: 05181 707-0
(Geriatriestation vorhanden)
E-Mail: info@alfeld.ameos.de
Internet: www.ameos.de

Kompetente medizinische Versorgung im Johanniter-Krankenhaus Gronau

Johanniter-Krankenhaus Gronau

In unserem modernen, serviceorientierten Krankenhaus werden Sie von freundlichen, erfahrenen Ärzten und einem engagierten Pflegeteam ganzheitlich betreut. Unser Krankenhaus, das angeschlossene physikalische Therapiezentrum und das Medizinische Versorgungszentrum bieten stationär oder ambulant zu jeder Zeit eine sichere und hochwertige medizinische Versorgung in der gesamten Region.

Unsere Experten sind für Sie da:

- Unfallchirurgie - Orthopädie
- Allgemein- und Viszeralchirurgie
- Innere Medizin
- Geriatrie
- Anästhesie und Intensivmedizin
- Ambulantes Operationszentrum
- Belegabteilung Chirurgie
- Belegabteilung HNO-Erkrankungen
- Pflegeüberleitung

Johanniter-Krankenhaus Gronau GmbH
Johanniterstraße 1–3
31028 Gronau
Telefon 05182 583-0

Johanniter-Therapiezentrum GmbH
Johanniterstraße 2a
31028 Gronau
Telefon 05182 583-185

Medizinisches Versorgungszentrum Gronau GmbH
Johanniterstraße 1
31028 Gronau
Telefon 05182 9215-0

Weitere Informationen finden Sie unter
www.johanniter-gronau.de

DIE JOHANNITER®
Aus Liebe zum Leben

Helios Klinik Bad Salzdetfurth
An der Peesel 6, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 2772-0
(Geriatriestation vorhanden)
E-Mail: info.bad-salzdetfurth@helios-kliniken.de
Internet: www.helios-gesundheit.de

MEDIAN Salze Klinik Bad Salzdetfurth
An der Peesel 5, 31162 Bad Salzdetfurth
Tel.: 05063 4702
E-Mail: verwaltung.salze@median-kliniken.de
Internet: www.median-kliniken.de

Johanniter-Krankenhaus Gronau
Johanniterstr. 1, 31028 Gronau, Tel.: 05182 583-0
(Geriatriestation vorhanden)
E-Mail: info@johanniter-gronau.de
Internet: www.johanniter.de

6.7 Hilfe bei Demenz

Unter Demenz versteht man einen fortschreitenden Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit. Der bedeutendste Risikofaktor für die Erkrankung ist das zunehmende Alter. Derzeitig leben ca. 5.800 Erkrankte im Landkreis Hildesheim. 2030 werden es rund 40 Prozent mehr sein. Für die Betroffenen bedeutet diese Diagnose, dass sie im Laufe der Jahre immer mehr auf die Hilfe anderer angewiesen sein werden; für die Angehörigen ist damit häufig Betreuung und Pflege rund um die Uhr verbunden. Die Erkrankung stellt Beteiligte vor Probleme und viele Fragen. Umfassende Beratung zu Themen wie dem Umgang mit Erkrankten und zu Hilfsangeboten gibt es bei den Pflegestützpunkten für Stadt und Landkreis Hildesheim (siehe Kapitel 1.1) und verschiedensten Anbietern.

Die Informationsbroschüre „Demenz – Leben mit dem Vergessen“ bietet einen umfassenden Überblick über die vielfältige Beratungs- und Angebotspalette in Stadt und Landkreis Hildesheim. Sie ist eine wertvolle Hilfe für an Demenz erkrankte Menschen, ihre Angehörigen und alle am Thema Interessierten. Erhältlich ist sie in

Unser Ziel: Ihre Mobilität

Ältere Patienten haben oft mehrere chronische Erkrankungen oder Demenz. Infolgedessen kann ihre selbstständige Lebensführung eingeschränkt sein. Unser geriatrisches Behandlungsteam kümmert sich in der Klinik für Altersmedizin mit viel Einfühlungsvermögen und Empathie um Patienten im höheren Lebensalter. Gemeinsam erstellen wir eine bedarfsgerechte Therapie.

Wir bieten Ihnen:

- spezielle Behandlung entsprechend den Bedürfnissen älterer Menschen
- geriatrisches Behandlungsteam aus Ärzten, Pflegekräften, Physiotherapeuten, Ergotherapeuten, Logopäden, Sozialarbeitern sowie Demenzbeauftragten
- moderne demenzsensible Station im Olympischen Design
- kurze Wege und rollstuhlgerechte Bereiche
- Betreuung und Unterstützung von Angehörigen

Wir sind für Sie da, wenn Sie uns brauchen

Klinik für Altersmedizin, (05121) 894-5051, altersmedizin.hildesheim@helios-gesundheit.de

Helios

www.helios-gesundheit.de

allen Rathäusern der Städte, Gemeinden, Samtgemeinden und in der Kreisverwaltung des Landkreises Hildesheim. Zudem ist sie abrufbar im Internet unter www.senioren-beratungsnetz-hildesheim.de oder www.demenzregion-hildesheim.de.

6.7.1 Demenzfreundliche Region Hildesheim

MIT·DENKEN
DEMENZFREUNDLICHE REGION HILDESHEIM

Infolge der demografischen Entwicklung steigt der Bevölkerungsanteil der älteren Menschen stetig. Ein großes Handlungsfeld in diesem Zusammenhang ist das Thema Demenz. Schon heute leben etwa 1,6 Millionen Menschen mit Demenz in Deutschland. Tendenz steigend. Die Diagnose Demenz verändert das Leben für die Betroffenen und ihr Umfeld grundlegend. 80 % der Menschen mit Demenz werden von Familienangehörigen zu Hause betreut und gepflegt.

Dabei ist Demenz oft noch ein Tabuthema und wird von vielen Angehörigen und Teilen der Öffentlichkeit verschwiegen. Betroffene Menschen versuchen, die Veränderungen zu verdrängen und sie möglichst lange vor ihrer Familie, ihren Freunden und Bekannten zu verbergen. Dadurch geraten sie oft in Einsamkeit und Isolation. Aber auch die meisten Angehörigen stehen diesen Veränderungen sehr hilflos gegenüber. In der Region Hildesheim gibt es inzwischen eine Vielzahl an Hilfen und Möglichkeiten, die den Alltag und das Leben der erkrankten Menschen und ihrer Angehörigen erleichtern und bereichern. Aber viel zu wenige Hilfesuchende kennen diese Angebote oder wissen, wie und wo sie Zugang zu Beratung und Entlastung bekommen können.

Stadt und Landkreis Hildesheim, die Alzheimer Gesellschaft Hildesheim e. V. und viele weitere Partner haben sich 2013 zum Kooperationsnetzwerk „Mit Denken – Demenzfreundliche Region Hildesheim“ zusammengeschlossen.

Ziel ist es, die Lebenssituation von Menschen mit Demenz und ihren Angehörigen nachhaltig zu verbessern. Hierzu werden vielfältige Veranstaltungen und Projekte angeboten.

Kontakt:
E-Mail: kontakt@demenzregion-hildesheim.de
Internet: www.demenzregion-hildesheim.de

6.8 Palliativangebote und Hospizinitiativen

Unter palliativmedizinischen Leistungen werden Angebote gefasst, die die ganzheitliche Behandlung von Patienten mit einer weit fortgeschrittenen Erkrankung und einer begrenzten Lebenserwartung zum Ziel haben. Im Mittelpunkt steht die Beherrschung und die

Linderung der Schmerzen, aber auch der Umgang mit psychologischen, sozialen und spirituellen Problemen.

Die Betreuung in der Palliativmedizin wird durch unterschiedliche Berufsgruppen gewährleistet. Dazu gehören Ärzte, Pflegepersonal, Psychologen, Seelsorger, Sozialarbeiter und Physiotherapeuten.

Palliative Versorgung ambulant

HomeCare Hildesheim, Tel.: 0151 40212579
Spezialisierte ambulante Palliativ-Versorgung (SAPV) für schwerstkranke Menschen

Palliativstationen in Krankenkäusern

AMEOS Klinikum Alfeld
Landrat-Beushausen-Str. 26, 31061 Alfeld (Leine)
Tel.: 05181 707-0
E-Mail: info@alfeld.ameos.de
Internet: www.ameos.de

Helios Klinikum Hildesheim GmbH
Senator-Braun-Allee 33, 31135 Hildesheim
Tel.: 05121 89-0
E-Mail: gfhildesheim@helios-kliniken.de
Internet: www.helios-kliniken.de

St. Bernward Krankenhaus
Treibestr. 9, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 90-0
E-Mail: info@bernward-khs.de
Internet: www.bernward-khs.de

Hospizvereine bieten Unterstützung und Entlastung schwerstkranker und sterbender Menschen sowie ihrer Familien durch qualifizierte, ehrenamtliche Mitarbeiter/-innen an. Begleitet werden Menschen aller Altersstufen. Diese Hilfe kann in Anspruch genommen werden, wenn die Diagnose einer unheilbaren Erkrankung übermittelt wurde oder ein natürlicher Sterbeprozess begleitet werden soll. Die Hospizvereine unterbreiten weiterhin verschiedene Angebote zur Trauerbewältigung kostenfrei wie Trauercafé, Trauergruppen und individuelle Trauergespräche.

Hospizvereine

Hospizverein Geborgen bis zuletzt
Klosterstr. 6, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 91874-62
E-Mail: hospiz.region-hildesheim@evlka.de
Internet: www.geborgen-bis-zuletzt.de

Hospizgruppe Leinebergland e. V.
Landrat-Beushausen-Str. 26, 31061 Alfeld (Leine)
Tel.: 0174 3764098
E-Mail: hospizgruppeleinebergland@web.de
Internet: www.hospizgruppe-leinebergland.de

Hospizverein Hildesheim und Umgebung e. V.
Bei St. Georgen 8, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 6972424
E-Mail: hospizverein-hildesheim@gmx.de
Internet: www.hospizverein-hildesheim.de

Ökumenischer Sarstedt e. V.
Matthias-Claudius-Str. 21, 31157 Sarstedt
Tel.: 0178 8854649
Internet: www.sankt-paulus-sarstedt.de/html/gemeinde/hospiz.htm

Finanzielle Hilfen

Die Rente reicht oftmals nicht aus, um alle monatlichen Kosten begleichen zu können. Ein sorgenfreies Leben im Alter ist nur schwer zu erreichen. Wer nicht bereits in jungen Jahren vorgesorgt hat und ein gewisses Guthaben angespart oder entsprechende versicherungsrechtliche Absicherungen getroffen hat, ist auf finanzielle Unterstützung angewiesen. In diesen Fällen helfen verschiedene Einrichtungen und Behörden in der Stadt und im Landkreis weiter.

© <Keine Daten vor Verknüpfung>

7.1 Rente

Rentenversicherte, die älter als 27 Jahre sind und mindestens fünf Jahre versichert sind, erhalten jährlich eine Renteninformation, die eine Übersicht des Rentenkontos beinhaltet. Nach Vollendung des 55. Lebensjahres wird alle drei Jahre eine Rentenauskunft erteilt, die den Versicherungsverlauf darstellt.
Weil die persönlichen Voraussetzungen für eigene Rentenansprüche, geprägt durch das Berufsleben, sehr unterschiedlich sind, ist eine individuelle Beratung zu empfehlen. Insbesondere bei Veränderungen wie Krankheit, Arbeitslosigkeit, Arbeitsteilzeit oder Selbstständigkeit sollte sich der Betroffene hinsichtlich der Auswirkungen auf seine Rente frühzeitig informieren. Auch bei Hinterbliebenenrenten sind Höhe und Anspruchsvoraussetzungen sehr unterschiedlich.

Kontakt:
Landkreis Hildesheim, 403 – Sozialamt
Versicherungsamt
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Zimmer 161, Tel.: 05121 309-1611
Internet: www.landkreishildesheim.de

Deutsche Rentenversicherung
Auskunfts- und Beratungsstelle Hildesheim
Kläpperhagen 7, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 289880
Internet: www.drv-bsh.de

7.2 Grundsicherung

Wer während des Erwerbslebens finanzielle Unterstützung benötigt, kann Grundsicherung für Erwerbsfähige bei den JobCentern beantragen.

Mit Erreichen der Altersgrenze (65 Jahre plus 1–24 Monate, gestaffelt nach Geburtsjahr) kann dann Grundsicherung im Alter beim zuständigen Sozialhilfeträger beantragt werden. Jüngere Menschen können nur Grundsicherung bei voller dauerhafter Erwerbsminderung beantragen, wenn sie unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage aus gesundheitlichen Gründen dauerhaft voll erwerbsgemindert sind. Dies ist durch ein Gutachten eines Rententrägers nachzuweisen.

Anspruch auf Leistungen haben Personen, die ihren Lebensunterhalt nicht aus eigenem Einkommen und Vermögen des/der nicht getrennt lebenden Ehegatten/Ehegattin oder des eheähnlichen Partners sowie des Lebenspartners/der Lebenspartnerin, soweit es den Eigenbedarf übersteigt, bestreiten können.

Kontakt:
Stadt Hildesheim
Fachbereich Soziales und Senioren
Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 301-4200
Internet: www.hildesheim.de

Landkreis Hildesheim, 403 – Sozialamt
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-0
Internet: www.landkreishildesheim.de

Außenstelle Alfeld
Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld (Leine), Tel.: 05181 704-0

7.3 Sozialhilfe

Das Sozialgesetzbuch Zwölftes Buch (SGB XII) legt als obersten Grundsatz fest, dass die Sozialhilfe den Leistungsberechtigten ein menschenwürdiges Leben zu ermöglichen hat. Befindet sich jemand in einer Notlage, hat er einen Anspruch auf Sozialhilfe. Die Ursachen der Notlage sind dabei nicht von Bedeutung.
Die Gewährung der Sozialhilfe setzt voraus, dass man sich nicht selbst durch den Einsatz der Arbeitskraft, des eigenen Einkommens und Vermögens helfen kann und die erforderliche Hilfen auch nicht von anderen, insbesondere von Angehörigen, oder anderen Sozialleistungsträgern wie Bundesagentur für Arbeit, Jobcenter, Krankenkassen, Pflegekassen, Rententrägern etc. erhält.

Das SGB XII umfasst folgende Leistungen:
- Hilfen zum Lebensunterhalt
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung (sh. Kapitel 7.2)
- Hilfen zur Gesundheit
- Eingliederungshilfe für behinderte Menschen (ab 2020 im Sozialgesetzbuch Neuntes Buch, SGB IX)
- Hilfe zur Pflege
- Hilfe zur Überwindung besonderer sozialer Schwierigkeiten
- Hilfe in besonderen Lebenslagen

Der notwendige Lebensunterhalt umfasst insbesondere Ernährung, Unterkunft, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Heizung und persönliche Bedürfnisse des täglichen Lebens.
Der gesamte Bedarf des notwendigen Lebensunterhaltes außerhalb von Einrichtungen wird nach Regelsätzen erbracht mit Ausnahme der zusätzlichen Leistung für die Schule, der Leistungen für Heizung und Unterkunft sowie einiger Sonderbedarfe. In welcher Höhe Sozialhilfe gewährt wird, hängt von den Einkommens- und Vermögensverhältnissen des Antragstellers und der mit ihm im Haushalt lebenden Personen ab.

Kontakt:
Stadt Hildesheim
Fachbereich Soziales und Senioren
Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 301-4200
Internet: www.hildesheim.de

Landkreis Hildesheim, 403 – Sozialamt
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-0, Internet: www.landkreishildesheim.de

Außenstelle Alfeld
Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld (Leine), Tel.: 05181 704-0

7.4 Wohngeld

Die Wohnkosten sind für viele ältere Menschen der größte Ausgabenanteil im Haushaltsbudget. Bei niedrigem Einkommen lohnt es sich, Wohngeld zu beantragen. Wohngeld ist keine Leistung der Sozialhilfe und wird nur gewährt, wenn ein Antrag gestellt wird und die Voraussetzungen nachgewiesen werden.

Wohngeld wird als Mietzuschuss für den Mieter einer Wohnung bzw. eines Zimmers oder als Lastenzuschuss für den Eigentümer eines Eigenheimes oder einer Eigentumswohnung gezahlt.

Ob ein Anspruch auf Wohngeld und – wenn ja – in welcher Höhe besteht, hängt von 3 Faktoren ab:
- der Zahl der zum Haushalt gehörenden Personen
- der Höhe des Familieneinkommens
- der Höhe der zuschussfähigen Miete bzw. Belastung.

Empfänger von Leistungen der Sozialhilfe und der Grundsicherung im Alter bzw. bei Erwerbsminderung nach dem Sozialgesetzbuch Zwölftes Buch (SGB XII), bei deren Berechnung Kosten der Unterkunft berücksichtigt wurden, haben keinen Anspruch auf Wohngeld. Es gibt entweder Wohngeld oder Sozialhilfe.

Kontakt:
Stadt Hildesheim, Wohngeldstelle
Markt 2, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 301-2765 (Buchstabe A–L), 301-2766 (M–Z)
E-Mail: wohngeldstelle@stadt-hildesheim.de
Internet: www.hildesheim.de

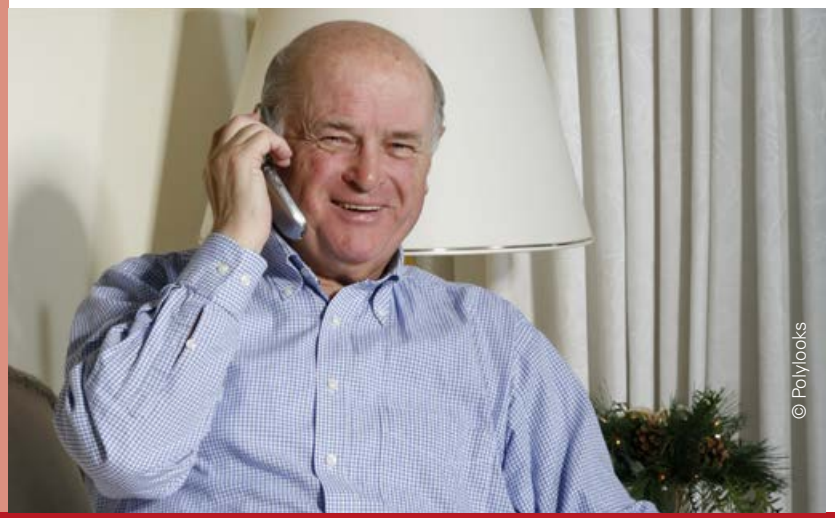
Landkreis Hildesheim, 407 – Amt für Familie
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-0
Internet: www.landkreishildesheim.de

Antragsformulare sind auch in der Wohnsitzgemeinde erhältlich.

7.5 Befreiung von der Rundfunkbeitragspflicht

Unter bestimmten Voraussetzungen ist auf Antrag eine Befreiung von der Gebührenpflicht/Ermäßigung des Rundfunkbeitrags für Rundfunk und Fernsehen möglich. Nachfolgend die Auflistung des infrage kommenden Personenkreises (nicht abschließend):
- Empfänger von Hilfe zum Lebensunterhalt nach dem 3. Kapitel SGB XII (Sozialhilfe) oder nach den §§ 27a oder 27d BVG
- Empfänger von Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung nach dem 4. Kapitel SGB XII
- Empfänger von Arbeitslosengeld II oder Sozialgeld einschließlich von Leistungen nach § 22 SGB II

- Empfänger von Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG)
- Sonderfürsorgeberechtigte im Sinne des § 27e BVG
- Empfänger von Hilfe zur Pflege nach dem 7. Kapitel SGB XII oder von Hilfe zur Pflege als Leistung der Kriegsopferfürsorge BVG oder von Pflegegeld nach landesgesetzlichen Vorschriften
- Empfänger von Pflegezulagen nach § 267 Abs. 1 LAG oder Personen, denen wegen Pflegebedürftigkeit nach § 267 Abs. 2 Satz 1 Nr. 2 Buchstabe c LAG ein Freibetrag zuerkannt wird
- Volljährige, die im Rahmen einer Leistungsgewährung nach dem SGB VIII in einer stationären Einrichtung nach § 45 SGB VIII leben
- Taubblinde Menschen
- Empfänger von Blindenhilfe nach § 72 SGB XII Unter bestimmten Voraussetzungen kommt auch eine Ermäßigung oder eine Härtefallregelung infrage.



Kontakt:
ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice
50656 Köln, Internet: www.rundfunkbeitrag.de
Tel.: 018 59995 0400 (6,5 Cent/Min. aus dem dt. Festnetz, abweichende Preise für den Mobilfunk)

Antragsvordrucke sind auch bei den jeweiligen Wohnsitzgemeinden erhältlich.

7.6 Sozialtarif für Verbindungen im Netz der Deutschen Telekom

Die Deutsche Telekom gewährt bestimmten Personengruppen einen Sozialtarif auf Verbindungen im Netz der Deutschen Telekom. Die soziale Vergünstigung erhalten Personen, die von der Rundfunkbeitragspflicht befreit sind, oder Blinde, Gehörlose oder Sprachbehinderte, die mindestens einen Grad der Behinderung von 90 haben. Die soziale Vergünstigung wird auch gewährt, wenn ein Angehöriger, der mit in der Haushaltsgemeinschaft lebt, die vorgenannten Voraussetzungen erfüllt. Die Vergünstigung wird nicht rückwirkend gewährt.

Auskunft erteilen die Geschäftsstellen der Deutschen Telekom.

7.7 Schwerbehinderung

Schwerbehinderte Menschen sind Personen mit einem Grad der Behinderung (GdB) von wenigstens 50,

behinderte Menschen sind Personen mit einem GdB von wenigstens 20. Sie müssen ihren Wohnsitz, ihren gewöhnlichen Aufenthalt oder ihre Beschäftigung auf einem Arbeitsplatz im Sinne des § 73 SGB IX rechtmäßig im Geltungsbereich des SGB IX haben.

Die Auswirkungen einer länger als 6 Monate anhaltenden Störung der körperlichen Funktion, der geistigen Fähigkeit oder der seelischen Gesundheit auf die Teilhabe am Leben in der Gesellschaft werden als Grad der Behinderung nach Zehnergruppen von 20 bis 100 abgestuft festgestellt.

Aufgrund einer Schwerbehinderung können je nach Art und Schwere der Behinderung Nachteilsausgleiche gewährt werden – z. B. unentgeltliche Beförderung im öffentlichen Personennahverkehr, steuerliche Nachteilsausgleiche, ein Freibetrag bei der Berechnung des Wohngeldes, Parkerleichterungen etc.

Kontakt:
Landesamt für Soziales, Jugend und Familie
Kreuzstr. 8, 31134 Hildesheim, Tel.: 05121 304-0
Internet: www.soziales.niedersachsen.de

7.8 Landesblindengeld, Blindenhilfe, Blindenhilfefonds

Ein Anspruch auf Leistungen nach dem Landesblindengeldgesetz besteht, sofern das Niedersächsische Landesamt für Soziales, Jugend und Familie im Ausweis nach dem Schwerbehindertengesetz das Merkzeichen „BL" zuerkannt hat.

Das Landesblindengeld wird unabhängig von Einkommen und Vermögen gewährt und beträgt zurzeit 375,00 €. Leistungen bei häuslicher Pflege nach den §§ 36 bis 38 Elftes Buch Sozialgesetzbuch (SGB XI) sowie entsprechende Leistungen aufgrund eines Pflegeversicherungsvertrages mit einem privaten Versicherungsunternehmen werden auf das Landesblindengeld angerechnet.

Bei Aufenthalt in stationären Einrichtungen beträgt das Landesblindengeld unabhängig vom Vorliegen einer Pflegestufe für alle Altersgruppen 187,50 € monatlich. Ergänzend kann Blindenhilfe nach § 72 SGB XII beantragt werden. Die Blindenhilfe ist jedoch anders als das Landesblindengeld abhängig von Einkommen und Vermögen. Sie beträgt für Volljährige zurzeit 694,68 € monatlich. Auch hier werden Leistungen häuslicher Pflege angerechnet. Bei vollstationärer Pflege wird die Blindenhilfe um 50 % gekürzt.

Diese Beträge können im Einzelfall eventuell noch durch die Anrechnung von vorhandenem Einkommen und Blindenhilfe um diesen Betrag gekürzt werden. Ferner besteht die Möglichkeit, eine einmalige pauschalierte Hilfe aus dem Blindenhilfefonds des Landes Niedersachsen zu beantragen.

Kontakt:
Stadt Hildesheim
Fachbereich Soziales und Senioren
Hannoversche Str. 6, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 301-4200

Landkreis Hildesheim, 403 – Sozialamt
Team Eingliederungshilfe, Außenstelle Alfeld
Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld (Leine)
Tel.: 05181 704-0

7.9 BahnCard

Mit der BahnCard 25, 50 oder 100 erhalten Bahnkunden auf den Normalpreis im Nah- und Fernverkehr der Deutschen Bahn 25, 50 oder 100 Prozent Rabatt.
Senioren ab 60 Jahre erhalten die BahnCard zu vergünstigten Konditionen. Auskunft erteilen die Geschäftsstellen der Deutschen Bahn, Internet: www.bahn.de/bahncard

7.10 Kriegsopferfürsorge/ Opferentschädigung

Ansprechpartner für alle Fragen der Kriegsopferfürsorge nach dem Bundesversorgungsgesetz, z. B. ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt, Hilfe in besonderen Lebenslagen, Sonderleistungen für Kriegsbeschädigte und Kriegshinterbliebene, ist für die Bewohner aus Stadt und Landkreis Hildesheim:

Landkreis Hildesheim, 403 – Sozialamt
Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim
Tel.: 05121 309-0
Internet: www.landkreishildesheim.de

7.11 Soziale Entschädigung

Nach dem Bundesversorgungsgesetz (BVG) erhalten Personen, die durch eine militärische oder militärähnliche Dienstverrichtung, Kriegsgefangenschaft oder durch ähnliche Tatbestände geschädigt wurden, sowie deren Hinterbliebene eine entsprechende Entschädigung (Kriegsopfer). Neben den Kriegsopfern ist der Träger für soziale Entschädigung für die Versorgung der Opfer von Gewalttaten nach dem Opferentschädigungsgesetz (OEG) zuständig. Dies sind Personen, die durch eine Gewalttat – einen vorsätzlichen, rechtswidrigen tätlichen Angriff – einen Gesundheitsschaden erlitten haben. Darüber hinaus werden Impfgeschädigte nach dem Infektionsschutzgesetz (IfSG) und Opfer von SED-Unrecht nach den Rehabilitierungsgesetzen versorgt (z. B. Rentenleistungen, Heilbehandlung).

Für die Bewohner aus Stadt und Landkreis Hildesheim ist Ansprechpartner:

Niedersächsisches Landesamt für Soziales, Jugend und Familie, Außenstelle Braunschweig
Schillstr. 1, 38102 Braunschweig, Tel.: 0531 7019-0
Internet: www.soziales.niedersachsen.de

Liebe Leser! Als wertvolle Orientierungshilfe finden Sie hier eine Auflistung leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie. Die alphabetische Anordnung ermöglicht Ihnen ein schnelles Auffinden der gewünschten Branche. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.total-lokal.de

Alten- und Pflegeheim 53, 56, 57, 58, 60

Ambulante Pflege 71, 72, 75, 76, 77, 78, 79, 80, U 3

Betreutes Wohnen 46, 53, U 3

Bildung 32

Energieversorgung 25

Ergotherapie 69

Häusliche Krankenpflege 77, 79, 80

Immobilien U 4

Klinikum 87, 90

Krankenhaus 87, 88, 90

Orthopädietechnik U 2

Park Residenz 53

Pflegeheim 71

Regionalverkehr 17

Restaurant 23

Sanitätshaus U 2

Seniorenwohnanlage 58

Seniorenzentrum 55, 56, 60

Sole-Frei- und Hallenbad 24

Tagespflege 72, 79, 83, U 3

Volkshochschule 29

Weiterbildung 32

Wohnen im Alter 45

Wohnungsbaugesellschaft U 4

Wohnungsunternehmen 2

U = Umschlagseite

Stichwortverzeichnis

A
Alten- und Pflegeheime 52/53/54/55/56/57/59/60/61
Ambulante Pflegedienste 71/73/74/75/76/77/78/80/81

B
Bahncard 100
Begegnungsstätten 23/24/26/27
Behinderung 98/99/100
Betreutes Wohnen 43/44/45/46/47/48
Betreuungsverfügung 11
Bewegung 22/23
Bildung 28/29/30/31/32
Blindenhilfe 99/100
Bürgerschaftliches Engagement 34/35/36/37/38/39

D
Demenz 89/91

E
Ehrenamtliches Engagement 34/35/36/37/38/39
Entschädigung 100
Ernährung 65/66
Essen auf Rädern 65/66

F
Fahrdienst 48/82
Finanzielle Hilfen 51/52/94/95/96/97/98/99/100
Freiwilligeninitiativen 35/36/37/38
Freizeit 22/23/24/26/27

G
Gesundheit 62/63
Grundsicherung 95/96

H
Haushaltshilfe 63
Häusliche Pflege 68/69/70
Hausnotruf 67
Hospiz 91/92/93

I
Impressum 104

K
Kriegsopferfürsorge 100
Krisentelefon 17/18
Krankenhaussozialdienst 18
Krankenpflege 68/69/70/71/73/74/75/76/77/78/80/81
Kultur 28/32/33
Kurzzeitpflege 85/86

L
Landesblindengeld 99/100

M
Mahlzeitendienste 65/66
Medien 38/39
Mehrgenerationenhaus 27
Mieterschutz 16/17
Migrationsberatung 15

N
Notfallkarte 18

O
Opferentschädigung 100

P
Palliativversorgung 91/92
Patientenverfügung 67
Pflege 68/69/70
Pflegebedürftigkeit 68
Pflegedienste 71/73/74/75/76/77/78/80/81
Pflegeheime 53/53/54/55/56/57/59/60/61
Pflegegrad 51/52
Pflegestützpunkt 7/8/42
Pflegeversicherung 51/52
Prävention 18/19
Prozesskostenhilfe 16

R
Rechte (Heimbewohner) 52
Rechtliche Betreuung 10/11/12
Rechtsberatung 16
Rente 95
Rundfunk- und Fernsehgebühren 97/98

S
Schiedsämter 16
Schwerbehinderung 98/99
Selbsthilfe 19
Seniorenbeirat 12/13
Seniorenberatung 9
Seniorenkreise 24/26/27
Seniorenservice 8
Servicewohnen 43/44/45/46/47/48/49/50
Sicherheit 18/19
Sozialhilfe 96/97
Sozialpsychiatrischer Dienst 10
Sport 22/23

T
Tagesklinik 86
Tagespflege/-betreuung 81/82/83/84/85
Telefonseelsorge 17/18
Telefon Sozialtarif 98

V
Verbraucherberatung 17
Verhinderungspflege 85/86
Volkshochschule 29/30
Vorsorgevollmacht 11

W
Weiterbildung 29/30/31/32
Wohlfahrtsverbände 13/14
Wohnberatung 41/42/43
Wohnen 40–61
Wohnformen 41/42/43/44/45/46/47/48/49/50
Wohngeld 97

Das Redaktionsteam

Zum dritten Mal geben Stadt und Landkreis Hildesheim einen gemeinsamen Seniorenratgeber heraus. Im Redaktionsteam haben wieder engagierte Bürgerinnen und Bürger aus Stadt und Landkreis mitgearbeitet.
Wir wünschen den Lesern eine informative Lektüre und viele hilfreiche Tipps und Anregungen.

Bei der Erstellung der Broschüre wurde sorgfältig recherchiert. Dennoch kann für die Richtigkeit und Vollständigkeit der Angaben keine Gewähr übernommen werden. Haftungsansprüche sind ausgeschlossen.

v.l.: Judith Wolf, Dr. phil. Hannelore Brümmerloh, Manfred Fischer, Ute Pfeiffer, Manuel Stender, Bernd Hyzyk

IMPRESSUM

total-lokal

Herausgeber:
mediaprint infoverlag gmbh
Lechstr. 2, 86415 Mering
Registergericht Augsburg, HRB 27606
USt-IdNr.: DE 118515205
Geschäftsführung:
Ulf Stornebel
Tel.: 08233 384-0
Fax: 08233 384-247
info@mediaprint.info

in Zusammenarbeit mit:
Stadt Hildesheim, Fachbereich Soziales und Senioren, Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim,
Telefon: 05121 301-4200, Internet: www.hildesheim.de

Landkreis Hildesheim, Sozialamt, Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim,
Telefon: 05121 309-1591, Internet: www.landkreishildesheim.de

Redaktion:
Verantwortlich für den amtlichen Inhalt: Stadt und Landkreis Hildesheim
Verantwortlich für den Anzeigenteil: Goran Petrasevic, mediaprint infoverlag gmbh

Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG: Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:
Die Bildnachweise stehen in den jeweiligen Fotos

31134157/3. Auflage/2018

Druck:
Media-Print Informationstechnologie GmbH
Eggertstraße 28
33100 Paderborn

Papier:
Umschlag: 250 g Bilderdruck, dispersionslackiert
Inhalt: 115 g, weiß, matt, chlor- und säurefrei

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

Leben im Alter

Im Alter ist auf die eigenen Kräfte nicht immer Verlass. Auf unsere Fachkräfte aber schon.

Arbeiter-Samariter-Bund
Kreisverband Hildesheim/Hameln-Pyrmont

Goslarsche Landstr. 23
31135 Hildesheim

Telefon: (05121) 5906-0
Telefax: (05121) 5906-180

info@asbhildesheim.de
www.asbhildesheim.de

Unsere Leistungen

Der Arbeiter-Samariter-Bund Hildesheim/Hameln-Pyrmont bietet Ihnen eine kostenfreie und unverbindliche Beratung rund um das Thema Häusliche Pflege.

- Tagespflege
- Betreutes Wohnen/Wohnen mit Service
- Pflegeberatung
- Ambulante Pflege
- Hausnotruf Service
- Fahrdienste
- Ambulante Intensivpflege

Wir helfen hier und jetzt.

Arbeiter-Samariter-Bund

ARGENTUM
MITTEN IM LEBEN

Ein Ort zum Wohlfühlen: Intelligent, komfortabel, sicher.

Telefon 051 21 | 976 - 0 www.argentum-kwg.de