

Aktiv ins Alter

Ratgeber
für Senioren



Hildesheimer Notfallkarte

Eine Initiative
der AG "55 plus Sicherheit"

Notruf

Polizei

Feuerwehr / Rettungsdienst

Telefon

110

112



Stadt Hildesheim

Notrufnummern **Telefon**

Ärztlicher Notdienst
außerhalb der Praxisöffnung

116 117

Apotheken-Notdienst

0800 0022833

Giftnotruf

0551 19240

Störungsannahme Strom

508-300*

Störungsannahme Gas/Wasser

508-301*

* außerhalb des Stadtgebietes mit Vorwahl 05121 -



Werner Meyer

ORTHOPÄDIESCHUHTECHNIK & SANITÄTSHAUS

Maßschuhe

Einlagen

Schuhzurichtungen

Kompressionsstrümpfe

Bandagen

Orthesen

Prothetik

Rehatechnik

Medizintechnik

Pflegebetten

Hildesheim · Langer Hagen 55 · Tel. 05121.32401

www.orthomeyer.de



kostenlose Kundenparkplätze

Beratungsstellen

Opferhilfebüro

Telefon
968-219*

Weißer Ring e.V.

05064 18034

Verein für Suizidprävention

516 286*

Sorgentelefon

0800 1110550

Sperr-Notruf Geldkarten

116 116

Seniorenberatung der Stadt

301-4367*

Polizeiliche Beratungsstelle

939-108*

Präventionsrat Hildesheim

301-4449*

* außerhalb des Stadtgebietes mit Vorwahl 05121 -

Persönliche Nummern:

In Zusammenarbeit mit



www.praeventionsrat-hildesheim.de

- Deutscher Förderpreis Kriminalprävention - Städtepreis 2017 -

Aktiv ins Alter

Ratgeber für Senioren

Der Seniorenratgeber "Aktiv ins Alter" als Download auf den Seiten:



Stadt Hildesheim



Landkreis Hildesheim



Osterstraße 5
31134 Hildesheim
Tel. 05121-170 70

Kurt-Schumacher-Str. 34*
31139 Hildesheim
05121-294 100

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

Brandes & Diesing

VITALCENTRUM

Sanitätshäuser | Orthopädietechnik | Orthopädie-Schuhtechnik | Reha-technik | Medizintechnik



Sanitätshäuser

Venenkompetenz-Centrum (Kompressionsstrümpfe),
Schlafkissen/Matratzen, Stomaversorgung



MammaCare

Epithesen-Versorgung, Bademoden, Dessous



Orthopädietechnik

Aktiv-Knieorthesen, stützende Bandagen, Finger-, Arm- und
Beinprothesen, C-Leg-Kompetenz-Centrum



Orthopädie-Fuß-/Schuhtechnik

Maß- und Bequemschuhe, Schuhzurichtungen,
orthopädische Einlagen nach Ganganalyse



Reha-technik*

Gehhilfen, Rollatoren, Rollstühle, Pflegebetten, Reha-Hilfsmittel,
Sauerstoffversorgung, Enterale Ernährung, Schlafapnoeversorgung



Medizintechnik

Blutdruck- und Blutzuckermessgeräte, Inhalationsgeräte, Pulsuhren

	Vorwort	Seite 5
1	Auskunft und Beratung	Seite 6
2	Freizeit, Sport und Begegnung	Seite 22
3	Weiterbildung und Kultur	Seite 28
4	Engagement für andere	Seite 34
5	Wohnen im Alter	Seite 42
6	Gesundheit und Pflege	Seite 60
7	Finanzielle Hilfe	Seite 80
	Anhang	Seite 86





Sehr geehrte Mitbürgerin, sehr geehrter Mitbürger,

die Auswirkungen der demografischen Entwicklung sind auch in der Region Hildesheim zu spüren. Die Bevölkerungsstrukturen verändern sich deutlich. Der Anteil der älteren Menschen steigt bei gleichzeitiger Abnahme der Gesamtbevölkerung. So leben derzeit rund 80.000 Menschen im Landkreis Hildesheim, die 60 Jahre und älter sind. Das entspricht fast 29 Prozent der Gesamtbevölkerung; Tendenz steigend.

Erfreulicherweise leben wir heute länger und altern gesünder. Viele Menschen haben nach Abschluss ihres Berufslebens noch eine Lebenserwartung von 20 bis 30 Jahren, die mit neuen Inhalten zu füllen sind. Das „Potenzial des Alters“, der enorme Wissensschatz, die Erfahrungen, Kompetenzen sowie die Ressource Zeit, wird immer mehr entdeckt und genutzt. Das ehrenamtliche Engagement der Seniorinnen und Senioren ist für unsere Gesellschaft sehr wichtig und unverzichtbar. Wir fördern und unterstützen Ihr Engagement und zeigen in dieser Broschüre vielfältige Anregungen und Perspektiven für eine aktive Gestaltung der neu gewonnenen Zeit auf.

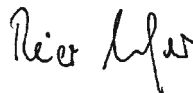
Ältere und behinderte Menschen möchten ein eigenständiges und selbstbestimmtes Leben führen und so lange wie möglich in den

eigenen vier Wänden wohnen bleiben. Doch oft entsprechen die Wohnungen nicht den Erfordernissen für ein Leben im Alter. Hier kann die kostenfreie Wohnberatung Lösungsmöglichkeiten für eine alters- und behindertengerechte Anpassung der Wohnung und Informationen über Wohnalternativen anbieten. Sollten Sie alters- oder krankheitsbedingt auf Unterstützung angewiesen sein, gibt Ihnen der Ratgeber eine Übersicht über die vielfältigen Beratungs- und Hilfsangebote in der Region Hildesheim.

Die zweite gemeinsame Broschüre der Stadt und des Landkreises Hildesheim wurde wieder mit Unterstützung von ehrenamtlich engagierten Seniorinnen und Senioren geschrieben. Dass die Herstellung dieses Ratgebers ohne öffentliche Mittel möglich war, verdanken wir den zahlreichen Inserenten, die dieses Projekt gefördert haben. Wir danken allen, die zum Gelingen dieser Broschüre beigetragen haben, und freuen uns, wenn Sie dadurch eine informative und wertvolle Hilfe erhalten.



Kurt Machens
Oberbürgermeister



Reiner Wegner
Landrat



Kurt Machens,
Oberbürgermeister



Reiner Wegner,
Landrat



Auskunft und Beratung

Die Bewältigung von Problemen jeglicher Art fällt mit zunehmendem Alter schwerer. Einerseits, weil viele Bürger nicht um die geeigneten Hilfen wissen, andererseits fehlen ihnen die richtigen Ansprechpartner. Dass sich auch Gesetze und Bestimmungen beinahe wöchentlich ändern, erschwert die Nutzung von Angeboten und Rechtsansprüchen erheblich.

Oft genügt schon ein Telefonat, um erste nützliche Hinweise auf weiterreichende Informationsmöglichkeiten zu erhalten. Deshalb bieten wir Ihnen auf den folgenden Seiten Informationen an, die Ihren Alltag erleichtern und aufzeigen, bei welchen Stellen Sie Auskunft und Beratung zu Ihren speziellen Bedürfnissen bekommen können.

1.1 Seniorenberatung

Seniorenberatung der Stadt Hildesheim

Mit höherem Alter verändern sich die Ansprüche an die Gestaltung des Lebens. Grund für diese Veränderungen kann die neue Lebenssituation fern vom Berufsalltag sein. Zeit, neue Schwerpunkte zu setzen und die freie Zeit mit anderen Inhalten zu füllen. Bringt das Alter wirtschaftliche Beeinträchtigungen und körperliche Einschränkungen mit sich, wirft das häufig Ungewissheiten auf. Die Seniorenberatung berät, hilft bei der Klärung dieser Fragen und informiert ältere Menschen und ihre Angehörigen über Hilfsangebote.

Ansprechpartner:

**Fachbereich Soziales und Senioren, Seniorenberatung –
Sonja Gottschling**

Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/301-4367,
E-Mail: s.gottschling@stadt-hildesheim.de
Internet: www.hildesheim.de

Seniorenservice/Strukturplanung der Seniorenarbeit des Landkreises Hildesheim

Der Seniorenservice ist eine zentrale und neutrale Anlauf- und Vernetzungsstelle für alle individuellen Fragen rund ums Alter. Neben der Beratung werden umfassende Informationen über die vielfältigen Möglichkeiten des bürgerschaftlichen Engagements, Dienstleistungen, präventive Hilfsangebote sowie Kultur-, Bewegungs- und Bildungsangebote in der Region Hildesheim angeboten.

Ansprechpartner:

Fachdienst 404, Planung der Sozialhilfe/Betreuungsstelle –

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309-1592

Die Strukturplanung wirkt vorrangig an der Weiterentwicklung und der Verbesserung der sozialen Lebensbedingungen für ältere Menschen im Landkreis Hildesheim mit.

Ziel einer zukunftsorientierten Seniorenarbeit soll die Förderung der engen Zusammenarbeit aller Beteiligten unter Einbeziehung des bürgerschaftlichen Engagements sein. Zudem sollen klar überschaubar wohnortnahe bedarfsorientierte Beratungs- und Hilfsangebote geschaffen werden.

Ansprechpartner:

**Fachdienst 404, Planung der Sozialhilfe/Betreuungsstelle –
Manuel Stender**

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309-1591,
E-Mail: Manuel.Stender@landkreishildesheim.de,
Internet: www.landkreishildesheim.de

1.2 Familienbüro

Familienbüro Hildesheim

Das Familienbüro Hildesheim unterstützt unter anderem Eltern bei der Suche nach passgenauen Betreuungsmöglichkeiten für ihre Kinder. Die Mitarbeiter stehen mit einem weit gefächerten Beratungsangebot rund um die ganze Familie zur Verfügung, beantworten Fragen und vermitteln Hilfe, wenn sie gebraucht wird.

Auskunft erteilt:

Familienbüro Stadt Hildesheim

Markt 2, 31134 Hildesheim,

Telefon: 05121 / 301 – 4545

E-Mail: familienbuero@stadt-hildesheim.de

**Familien- und Kinderservicebüros
im Landkreis Hildesheim**

Die Verwaltungen der Städte, Gemeinden und Samtgemeinden des Landkreises Hildesheim haben ebenfalls Familien- und Kinderservicebüros eingerichtet. Auskunft und Beratung erteilt die Wohnsitzgemeinde.

Ansprechpartner:

Landkreis Hildesheim, Fachdienst 405 – Familie und Sport

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309-0,

Internet: www.landkreishildesheim.de

1.3 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

Osterstr. 39 A, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/17900-00,

E-Mail: info@awo-hi.de, Internet: www.awo-hi.de

Caritas-Verband für Stadt und Landkreis Hildesheim

Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/1677-0,

E-Mail: zentral@caritas-hildesheim.de,

Internet: www.caritas-hildesheim.de



WÜRDEVOLL. GEPFLEGT.
Staatlich geförderte Pflegezusatzversicherung

Unsere Pflegezusatzversicherung hilft Ihnen, die Lücken zu schließen.
Und der Staat unterstützt Sie dabei.

Regionaldirektion Niedersachsen-Süd-Ost
Telefon 05306 9309000 · dietrich.ossada@vrk.de



**Versicherer im
Raum der Kirchen**
Bruderhilfe · Pax · Familienfürsorge

Menschen schützen.
Werte bewahren.

PFLEGE. BAHR.
60 € staatliche Zulage sichern.

Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Hildesheim

Brühl 8, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/9360-0,
E-Mail: sekretariat@kv-hildesheim.drk.de,
Internet: www.drk-hildesheim.de

Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Hildesheim-Marienburg

Louise-Cooper-Str. 1, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/1684-0,
E-Mail: drk-kreisverband@drk.hildesheim-marienburg.de,
Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

Deutsches Rotes Kreuz Kreisverband Alfeld

Winzenburger Str. 7/8, 31161 Alfeld/Leine, Telefon 05181/708-0,
E-Mail: kontakt@drk-alfeld.de, Internet: www.drk-kvalfeld.de

Diakonisches Werk Hildesheim-Sarstedt

Klosterstr. 6, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/1675-0,
E-Mail: zentrale@diakonie-hildesheim-sarstedt.de,
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Diakonisches Werk Alfeld

Mönchehof 2, 31061 Alfeld/Leine, Telefon 05181/932-13,
E-Mail: DW.Alfeld@evlka.de, Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Diakonisches Werk Bockenem

Bürgermeister-Sander-Str. 10, 31167 Bockenem, Telefon 05067/6243,
E-Mail: DW.Bockenem@evlka.de, Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Diakonisches Werk Elze

Kirchplatz 1, 31008 Elze, Telefon 05068/5568,
E-Mail: DW.Elze@evlka.de, Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Kreisverband Hildesheim-Alfeld, Sozialzentrum Hildesheim

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



WIR MACHEN BÄDER FÜR GENERATIONEN

Lebensqualität.

STULLE-KÜSTER
Fachgroßhandel für Sanitär + Heizung
Eisenwaren · Werkzeuge

Käthe-Paulus-Str. 9 · 31137 Hildesheim
Telefon (0 5121) 1605-0
Fax (05121) 1605-64

DIANA

www.stulle-kuester.de

**Paritätischer Wohlfahrtsverband, Kreisverband Hildesheim-Alfeld,
Sozialzentrum Alfeld**

Perkstr. 27, 31061 Alfeld/Leine, Telefon 05181/8435-0,
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de,
Internet: www.paritaetischer.de/Kreisgruppen/Alfeld

Einkaufen für alle!



Wir sind zertifiziert –
uns wurde das
neue bundesweite
Qualitätszeichen
„Generationenfreundliches Einkauf-
fen“ verliehen.
Informieren Sie sich unter
www.generationenfreundliches-einkaufen.de

GALERIA Kaufhof GmbH, Leonhard-Tietz-Str. 1, 50676 Köln

Ich freu mich drauf



 Parkhaus Hinter dem Schilde

Hildesheim | Almsstraße

Weitere soziale Träger:

**Arbeiter Samariter Bund Kreisverband Hildesheim/
Hameln-Pyrmont**

Hildebrandstr. 63, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/5906-0,
E-Mail: info@asbhildesheim.de, Internet: www.asb-hildesheim.org

Johanniter Ortsverband Hildesheim

Cheruskerring 53, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/74871-0,
E-Mail: Info@juh-hildesheim.de, Internet: www.juh-hildesheim.de

Johanniter Ortsverband Gronau

Johanniterstr. 2, 31028 Gronau/Leine, Telefon 05182/9222-0,
E-Mail: info@juh-gronau.de, Internet: www.johanniter.de

Malteser Hilfsdienst Hildesheim

Waterloostr. 25, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/513300,
E-Mail: stadtbeauftragter@malteser-hildesheim.de,
Internet: www.malteser-hildesheim.de

Sozialverband Deutschland Kreisverband Hildesheim-Alfeld

Von-Voigts-Rhetz-Str. 2, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/7479-0,
E-Mail: info@sovd-hildesheim.de,
Internet: www.sovd-hildesheim.de

1.4 Pflegestützpunkte für Stadt und Landkreis Hildesheim

Der Landkreis Hildesheim hat jeweils einen Pflegestützpunkt im Kreishaus Hildesheim (zuständig auch für die Stadt Hildesheim) und in Alfeld eingerichtet.

Mit zunehmendem Alter steigt das Risiko einer Erkrankung oder Pflegebedürftigkeit.

Eine Pflegesituation wirft für alle Beteiligten viele Fragen auf. Welche Leistungen trägt die Pflegekasse bzw. der Sozialhilfeträger? Wie kann die häusliche Pflege gesichert werden? Wer pflegt, wenn Angehörige Urlaub machen? Wie kann ich die Wohnung alters- und behindertengerecht umgestalten? Was ist bei einem Umzug in ein betreutes Wohnen oder Pflegeheim zu beachten?

Die Pflegestützpunkte sind für alle Pflegebedürftigen, ihre Angehörigen sowie interessierte Personen für Fragen rund um das Thema Pflege erste Anlauf- und Beratungsstelle. Dort wird unbürokratisch aus einer Hand neutral und kostenlos über pflegerische, medizinische und soziale Leistungen informiert.

Die Pflegestützpunkte bieten wohnortnah eine Transparenz der bestehenden Hilfs- und Versorgungsstrukturen. Zudem werden Leistungserbringer weiter vernetzt sowie eine nachhaltige Einbindung von Selbsthilfegruppen und des Bürgerschaftlichen Engagements gefördert. Weitere Informationen zum Thema Pflege finden Sie im Kapitel 6 Gesundheit und Pflege.

Ansprechpartner:

Pflegestützpunkt Hildesheim

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim,
Telefon 05121/309 1601 u. 1602

E.Mail: PflegestuetzpunktHildesheim@landkreishildesheim.de

Internet: www.landkreishildesheim.de/pflegestuetzpunkt

Pflegestützpunkt Alfeld

Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld/L., Telefon 05181/704-8131 u. 8132

E.Mail: PflegestuetzpunktAlfeld@landkreishildesheim.de

Internet: www.landkreishildesheim.de/pflegestuetzpunkt



Gesund durch Bildung

Neben der umfassenden medizinischen Behandlung und Versorgung bietet das Klinikum Hildesheim auch kompetente Hilfe zur Klärung von Gesundheitsfragen. Dazu gehört das reichhaltige Kurs-, Informations- und Fortbildungsangebot im **Patientenforum**, das in enger Kooperation mit der Volkshochschule Hildesheim für die gesamte Bevölkerung entwickelt wurde. Die Chefarzte und Mitarbeiter des Klinikums informieren mit interessanten Vorträgen und Kursen über zahlreiche aktuelle Themen aus ihren Spezialgebieten. Dazu laden Klinikum und Volkshochschule Sie herzlich ein!

Klinikum  **Hildesheim**

Senator-Braun-Allee, 31135 Hildesheim
Telefon: (05121) 89-0 · www.klinikum-hildesheim.de

1.5 Migrationsberatungsstelle für erwachsene Zuwanderer

Die Arbeiterwohlfahrt (AWO) in Hildesheim hat eine Beratungsstelle für Migranten eingerichtet, die persönliche Beratung und Hilfe in schwierigen Lebenssituationen anbietet.

Auskunft erteilt:

Arbeiterwohlfahrt Stadtverband Hildesheim e.V.

Osterstraße 39A, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/17900-22,
Internet: www.awo-hildesheim.de

Für Migranten und Menschen mit Migrationshintergrund, die in Hildesheim leben, hat die Stadt Hildesheim eine Integrationsleitstelle eingerichtet. Das Büro koordiniert kommunale Integrationsaufgaben und bindet Organisationen und Vereine in die Arbeit ein. Die Öffentlichkeitsarbeit und die Schulung von ehrenamtlichen Integrationslotsen sind weitere wichtige Aufgabengebiete.



Auskunft erteilt:

Stadt Hildesheim, Büro für Kultur

Integrationsleitstelle

Judenstr. 20–23, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/301-4024
Internet: www.hildesheim.de

Im Landkreis Hildesheim ist eine Integrationskommission tätig. Die Mitglieder haben ein Leitbild zur Integration von Migranten im Landkreis Hildesheim beschlossen, dem vom Kreistag zugestimmt wurde. Die Integrationskommission ist beratendes Gremium des Kreistages sowie der Verwaltung des Landkreises und aller Kommunen im Landkreis Hildesheim.

Auskunft erteilt:

Landkreis Hildesheim

Klaus Bange, Geschäftsführer der Integrationskommission,
Hoher Weg 10, 31134 Hildesheim,
Telefon 05121/309-6221,
Internet: www.landkreishildesheim.de

1.6 Rechtliche Beratung

1.6.1 Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe

Nach dem Beratungshilfegesetz besteht ein Anspruch auf kostenlose Rechtsberatung, wenn bestimmte Einkommens- und Vermögensgrenzen nicht überschritten werden. Nach einer Prüfung der Voraussetzungen stellt das zuständige Amtsgericht, in dessen Bezirk der Ratsuchende seinen Wohnsitz hat, einen Berechtigungsschein für die Beratungshilfe bei einem Anwalt aus. Der Berechtigungsschein kann auch von einem Anwalt beantragt 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), Telefon 05181/80 40,
Internet: www.amtsgericht-alfeld.niedersachsen.de

Amtsgericht Elze

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

Amtsgericht Hildesheim

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

1.6.2 Schiedsämtler

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 endet 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.

Für Sie in der Region unterwegs **RVHI** Stadtverkehr für Hildesheim **SVHI**

Noch mehr Service in der City

PERSÖNLICH, PRAKTISCH & NAH
KUNDENCENTER, SCHUHSTRASSE 40

SVHI Stadtverkehr Hildesheim GmbH
...mehr im Internet unter www.svhi-hildesheim.de

1.6.3 Mieterschutz

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

Auskunft erteilt:

Mieterverein Hildesheim und Umgebung e.V.

Scheelenstraße 2, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/33284,
Internet: www.mieterverein-hildesheim.de

Wer nicht Mitglied in einem Mieterverein werden möchte, kann sich an die Stelle „Hilfe in Rechtsfragen“ der Amtsgerichte wenden oder direkt



SONTAG
S T E U E R B E R A T E R



Unser Beratungsangebot für Sie

- Besteuerung von Alterseinkünften
- Vermögensplanung
- Nachfolge im Unternehmens- & Privatbereich
- Schenkung- & Erbschaftsteuerfragen
- Testament & Patientenverfügung
- Testamentsvollstreckung
- Klassische Steuerberatung

Helmut F. Sontag
Steuerberater
info@steuerberater-sontag.de • www.steuerberater-sontag.de

Phoenixstraße 2 · 31137 Hildesheim
Fon 05121 870 40 · Fax 05121 870 444



an einen Rechtsanwalt seiner Wahl. Die Amtsgerichte können auf Antrag und nach Prüfung der Voraussetzungen Beratungshilfe in Form eines Beratungsscheins nach dem Beratungshilfegesetz gewähren.

1.6.4 Verbraucherberatung

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

Auskunft erteilt:

Verbraucherberatung Schutzvereinigung der Verbraucher in Deutschland e.V.

Butterborn 19-20, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/704166

Verbraucherzentrale Niedersachsen

Herrenstraße 14, 30159 Hannover, Telefon 0511/91196-0
Internet: www.verbraucherzentrale-niedersachsen.de

1.7 Rechtliche Betreuung, Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

Rechtliche Betreuung

Für volljährige Menschen, die psychisch erkrankt oder geistig, seelisch oder körperlich behindert sind, kann eine rechtliche Betreuung in Betracht kommen, wenn die betroffenen Menschen nicht ausreichend in der Lage sind, ihre Angelegenheiten selber zu regeln, und sie keinen Bevollmächtigten mit dieser Aufgabe betraut haben.

„Die Machmits“, eine Kooperationsbereitschaft der Betreuungsstelle des Landkreises Hildesheim, des Betreuungsvereines Hildesheim e.V.

und der Amtsgerichte Alfeld und Elze, bieten vielfältige Informationen und Beratungen an, wie zum Beispiel

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

Vorsorgevollmacht

Testamente regeln das, was nach dem Tod von den Erben zu beachten ist. Was aber geschieht, wenn die Gesundheit nachlässt und man nicht mehr in der Lage ist, verantwortlich zu entscheiden oder zu handeln? Der Ehepartner oder nahe Familienangehörige sind dazu nicht selbstverständlich befugt, sondern müssten im Ernstfall vom Amtsgericht erst zu rechtlichen Betreuern bestellt werden. Eine rechtzeitig geschriebene Vorsorgevollmacht erspart den Angehörigen diesen Weg.

Betreuungsverfügung

Im Gegensatz dazu kann eine Betreuungsverfügung dann empfehlenswert sein, wenn man alleinstehend ist und niemanden mit einer Vorsorgevollmacht ausstatten kann oder möchte.

Mit dieser Verfügung legt man fest, welche Person später als gerichtlich bestellte Person gewünscht wird, die dann auch einer Kontrolle unterliegt.

Patientenverfügung

In einer Patientenverfügung kann – für den Fall einer Entscheidungsunfähigkeit – im Voraus verbindlich festgelegt werden, ob und wie man in bestimmten Situationen medizinisch behandelt werden möchte. Auf diese Weise können Sie trotz einer möglichen Entscheidungsunfähigkeit Einfluss auf die ärztliche Behandlung nehmen und damit Ihr Selbstbestimmungsrecht wahren.

Auf der Grundlage des 2. Betreuungsrechtsänderungsgesetzes von 2005 hat der Gesetzgeber Betreuungsstellen und Betreuungsvereine beauftragt, die Bevölkerung verstärkt über rechtliche Betreuung und Vorsorgevollmachten und auch über die Patientenverfügung zu




Fachklinik für

- **Akute geriatrische Versorgung**
- **Interdisziplinäre Schmerztherapie**
- **Geriatrische, Kardiologische und Orthopädische Rehabilitation**

Klinik Hildesheimer Land
An der Peesel 6, 31162 Bad Salzdetfurth
Gebührenfreies Telefon: 0 800 / 33 20 333
Telefon: 0 50 63 / 47 01
Telefax: 0 50 63 / 14 40



Verbundenes Unternehmen von
 **RHÖN-KLINIKUM**
ARTIKELGESELLSCHAFT

www.klinik-hildesheimer-land.de

informieren. Betreuungsstellen und -vereine bieten auch regelmäßige Informationsveranstaltungen an.

Ansprechpartner:

Landkreis Hildesheim, Betreuungsstelle

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim,

Telefon 05121/309-4292 (Herr Meyer) und 309-4281 (Zentralbüro)

Internet: www.landkreishildesheim.de und www.die-machmits.de

Betreuungsverein Hildesheim e. V.

Herr Marhenke, Wallstr. 3–5, 31134 Hildesheim,

**Allein im Alter? Muss nicht sein!
Komm zu Eintracht Hildesheim.**

**Eintracht
Hildesheim**

**Sport, Spiel und Spaß
Bewegung und Geselligkeit**

Testen Sie uns kostenlos!

Wir freuen uns auf Ihren Besuch!

Info-Telefon: 0 51 21 - 4 44 33 • www.55-plus.eihi.de
Eintracht Hildesheim von 1861 e. V. • An den Sportplätzen 10 • 31139 Hildesheim

Telefon 05121/75350,

E-Mail: info@betreuungsverein-hildesheim.de

Internet: www.betreuungsverein-hildesheim.de

1.8 Erbrecht

Jeder Mensch kann selbst bestimmen, wer sein Vermögen im Todesfall erhält.

Dabei muss der Verfügende sich nicht an die gesetzliche Erbfolge halten. Er kann zum Beispiel mit ihm nicht verwandte Personen als Erben einsetzen, die gesetzlichen Erbteile abändern und Vermächtnisse oder Testamentsvollstreckung anordnen. Diese Regelungen können durch das Testament oder den Erbvertrag getroffen werden. Ein Testament ist eine Form der Verfügung von Todes wegen, eine Regelung für den Erbfall.

Eigenhändiges Testament

Möglich ist die Errichtung eines Testaments durch eine vollständig geschriebene und unterschriebene Erklärung. Dabei sollen Zeit und Ort der Errichtung des Testaments angegeben werden.

Öffentliches Testament

Das öffentliche Testament wird in der Weise errichtet, dass der Erblasser dem Notar seinen Letzten Willen erklärt oder ein Schriftstück mit der Erklärung übergibt, dass jenes seinen Letzten Willen enthalte.

Das Ehegatten- oder gemeinschaftliche Testament

Grundsätzlich kann ein Testament nur durch den Erblasser selbst errichtet werden. Ehegatten und Lebenspartner einer gleichgeschlechtlichen Lebenspartnerschaft können ein gemeinschaftliches Testament errichten.

Widerruf des Testaments

Der Erblasser kann sein Testament jederzeit ohne jeden Grund widerrufen, unabhängig davon, in welcher Form das Testament errichtet worden ist.

Erbvertrag statt Testament

Alle Regelungen, die in einem Testament getroffen werden können, sind auch in einem Erbvertrag möglich. Ein solcher muss stets von einem Notar beurkundet werden und wird stets amtlich verwahrt.

1.9 Sozialpsychiatrischer Dienst für Stadt und Landkreis Hildesheim

Der Sozialpsychiatrische Dienst beim Landkreis Hildesheim bietet Beratung und Unterstützung für erwachsene Menschen mit psychischen Störungen und für deren Angehörige.

Aufgaben und Angebote:

- Ärztliche/psychiatrische und psychotherapeutische Behandlung
- Beratung für Betroffene, Angehörige und Institutionen
- Krisenintervention
- Hausbesuche und nachgehende Hilfen
- Vermittlung in therapeutische Angebote
- Bündnis gegen Depressionen
- Beschwerdestelle
- Geschäftsführung des Sozialpsychiatrischen Verbundes

Ansprechpartner:

Landkreis Hildesheim, FD 409 – Sozialpsychiatrischer Dienst

Bischof-Janssen-Straße 31, 31134 Hildesheim,

Telefon 05121/309-1631,

Internet: www.landkreishildesheim.de

1.10 Telefonseelsorge/Krisentelefon

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

Telefonseelsorge bundesweit

Telefon (kostenlos) 0800 1110111 und 0800 1110222

Das Krisentelefon des Vereins für Suizidprävention in der Stadt Hildesheim ist täglich von 17.30 bis 23.00 Uhr besetzt.

Telefon 05121/58828

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
- Demenmbetreuung
- Kurzzeitpflege
- zahlreiche Beschäftigungsangebote

QUALITÄT
1,0 SEHR GUT
(Jahr MDK, 02/2013)

Bereits zum 4. Mal in Folge!

...lassen Sie uns für Sie da sein!

Alten- und Pflegeheim Willig OHG „Haus am Kurpark“
Salinenstraße 31 · Wermeierfeld 22 · 31162 Bad Salzdetfurth
☎ (0 50 63) 90 86 - 0 · www.altenpflegeheim-willig.de

Das Sorgentelefon Alfeld vom Deutschen Roten Kreuz ist täglich von 18.00 bis 21.00 Uhr besetzt. Telefon 05181/9316109

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 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.



1.12 Seniorenbeirat der Stadt Hildesheim

Der Seniorenbeirat vertritt die Interessen der älteren Bürger der Stadt Hildesheim. Er ist Ansprechpartner für den Stadtrat, die Ausschüsse der Stadt, für die Stadtverwaltung sowie für soziale Verbände und Einrichtungen. Der Beirat berät die Ausschüsse des Rates der Stadt Hildesheim in allen Fragen, Planungen und Maßnahmen, die ältere Bürger betreffen. Der Seniorenbeirat arbeitet unabhängig, konfessionell nicht gebunden und parteipolitisch neutral.

Der Förderverein des Seniorenbeirats bietet monatliche Aktivitäten an: an jedem ersten Dienstag im Monat von 09:00 Uhr bis 11:00 Uhr ein Seniorenfrühstück.

an jedem dritten Dienstag im Monat von 18:00 Uhr bis ca. 20:00 Uhr einen Seniorenstammtisch im „König von Bayern“ (Ratskeller) mit interessanten Vorträgen.

Fahrten und Führungen einmal im Monat werden in der Presse veröffentlicht.

Ansprechpartner:

Seniorenbeirat der Stadt Hildesheim, Erich Behme,

Telefon 05121/45354, E-Mail: info@seniorenbeirat-hildesheim.de,

Internet: www.seniorenbeirat-hildesheim.de

1.13 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.

Polizei-Notruf: 110

Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle:
Telefon 05121/939-108

Präventionsrat in der Stadt Hildesheim

Seit 1998 gibt es den Präventionsrat. Gemeinsam mit über 100 Partnerorganisationen und Institutionen sowie insgesamt 300 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“ (s. 39, Seite Kap. 4.3). Informationen erteilt:

Präventionsrat Hildesheim

Telefon 05121/301-4449,
Internet: www.praeventionsrat-hildesheim.de

1.14 Selbsthilfegruppen

Mit zunehmendem Alter können Situationen entstehen, die vielen Menschen fremd sind und die sie vor besondere Herausforderungen stellen. Die Pflege von Angehörigen, Einschränkungen durch körperliche Erkrankungen oder der Umgang mit einer Demenz im Familienkreis stellen die meisten Betroffenen zunächst vor große Probleme. Selbsthilfegruppen ermöglichen den Erfahrungsaustausch mit Menschen, denen es ebenso geht. Die gegenseitige Hilfe und Unterstützung in der Selbsthilfegruppe kann stärken, Kontakte schaffen und die Bewältigung des Alltags erleichtern.

Auskunft erteilt:

KIBIS des Paritätischen Hildesheim-Alfeld

Kontakt, Information und Beratung im Selbsthilfebereich

**Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen e.V.,
Kreisverband Hildesheim-Alfeld**

Marina Stoffregen, Sozialzentrum Hildesheim,
Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim,
Telefon 05121/7416-16,

Sozialzentrum Alfeld

Perkstraße 27, 31061 Alfeld, Tel. 05181/8435-0
Email: marina.stoffregen@paritaetischer.de
Internet: www.hildesheim.paritaetischer.de,
www.alfeld.paritaetischer.de



...die Perücken
von

**FRISÖR
am Zingel**

Unsere Perücken sind speziell für den Bedarf im Krankheitsfall entwickelt worden. Für Individualität und die modische Komponente sorgen professionelle Verarbeitung und Formgebung sowie natürliche, aktuelle Farben und perfekte Schmitte. Die Einzigartigkeit eines jeden Kunden ist für uns Verpflichtung, eine umfassende wie individuelle Beratung zu gewährleisten. Die Kundschaft erwartet ein hervorragend geschultes Team in angenehmer Atmosphäre. Auch besteht die Möglichkeit von Haus- und Krankenhausbesuchen sowie die Abrechnung mit der Kasse. Ebenso professionell führen wir Echthaar-Verlängerungen durch – und das ohne Zupfen, Ziehen oder schädlichen Hitzeeinfluss: Traumhaar – so haltbar, als ob es die eigenen Haare wären! Was auch für die künstlichen Augenbrauen gilt!

Am Zingel 17 | 1.OG **Aufzug im Haus** | Hildesheim | Telefon 3 31 16
Di.-Fr. 9–18 Uhr, Sa. 8–13 Uhr und nach Vereinbarung

1.15 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, Telefon 05181/7030,
E-Mail: info@stadt-alfeld.de, Internet: www.alfeld.de

Gemeinde Algermissen

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

Stadt Bad Salzdetfurth

Oberstr. 6, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon 05063/999-0,
E-Mail: info@bad-salzdetturth.de, Internet: www.bad-salzdetturth.de

Stadt Bockenem

Buchholzmarkt 1, 31167 Bockenem, Telefon 05067/242-0,
E-Mail: info@bockenem.de, Internet: www.bockenem.de

Gemeinde Diekholzen

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

Samtgemeinde Duingen

Töpferstr. 9, 31089 Duingen, Telefon 05185/609-0,
E-Mail: info@duingen.de, Internet: www.duingen.de

Stadt Elze

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

Samtgemeinde Freden

Am Schillerplatz 4, 31084 Freden/Leine, Telefon 05184/790-0,
E-Mail: info@freden.de, Internet: www.freden.de

Gemeinde Giesen

Rathausstr. 27, 31180 Giesen, Telefon 05121/931-00,
E-Mail: info@giesen.de, Internet: www.giesen.de

Samtgemeinde Gronau

Blanke Str. 16, 31028 Gronau/Leine, Telefon 05182/902-0,
E-Mail: info@gronau-leine.de, Internet: www.gronau-leine.de

Gemeinde Harsum

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

Stadt Hildesheim

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

Gemeinde Holle

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

Samtgemeinde Lamspringe

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

Gemeinde Nordstemmen

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

Stadt Sarstedt

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

Gemeinde Schellerten

Rathausstr. 8, 31174 Schellerten, Telefon 05123/401-0,
E-Mail: rathaus@schellerten.de, Internet: www.schellerten.de

Samtgemeinde Sibbesse

Friedrich-Lücke-Platz 1, 31079 Sibbesse, Telefon 05065/801-0,
E-Mail: rathaus@sibbesse.de, Internet: www.sibbesse.de

Gemeinde Söhlde

Bürgermeister-Burgdorf-Str. 8, 31185 Söhlde, Telefon 05129/972-0,
E-Mail: gemeinde@soehle.de, Internet: www.soehle.de

Landkreis Hildesheim

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

Pflege und Betreuung auf höchstem Niveau

Stationäre Pflege**Seniorenwohnanlage**

- Kurzzeitpflege
- Vollstationäre Pflege
auch für Sozialhilfeempfänger
- Aufnahmen Tag und Nacht
- Verhinderungspflege
- **Pflegenote 1,0**

Seniorenwohnungen

- 8 Wohnungen
von ca. 27 m² bis 57 m²

Stationäre Pflege**Betreutes Wohnen**

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

Betreuungsangebote (Auswahl)

- Gymnastik und Sitztanz
- Gedächtnistraining
- Konzerte und Lesungen
- Wöchentliche Andachten
- Themenabende (Bistro)
- Massagen

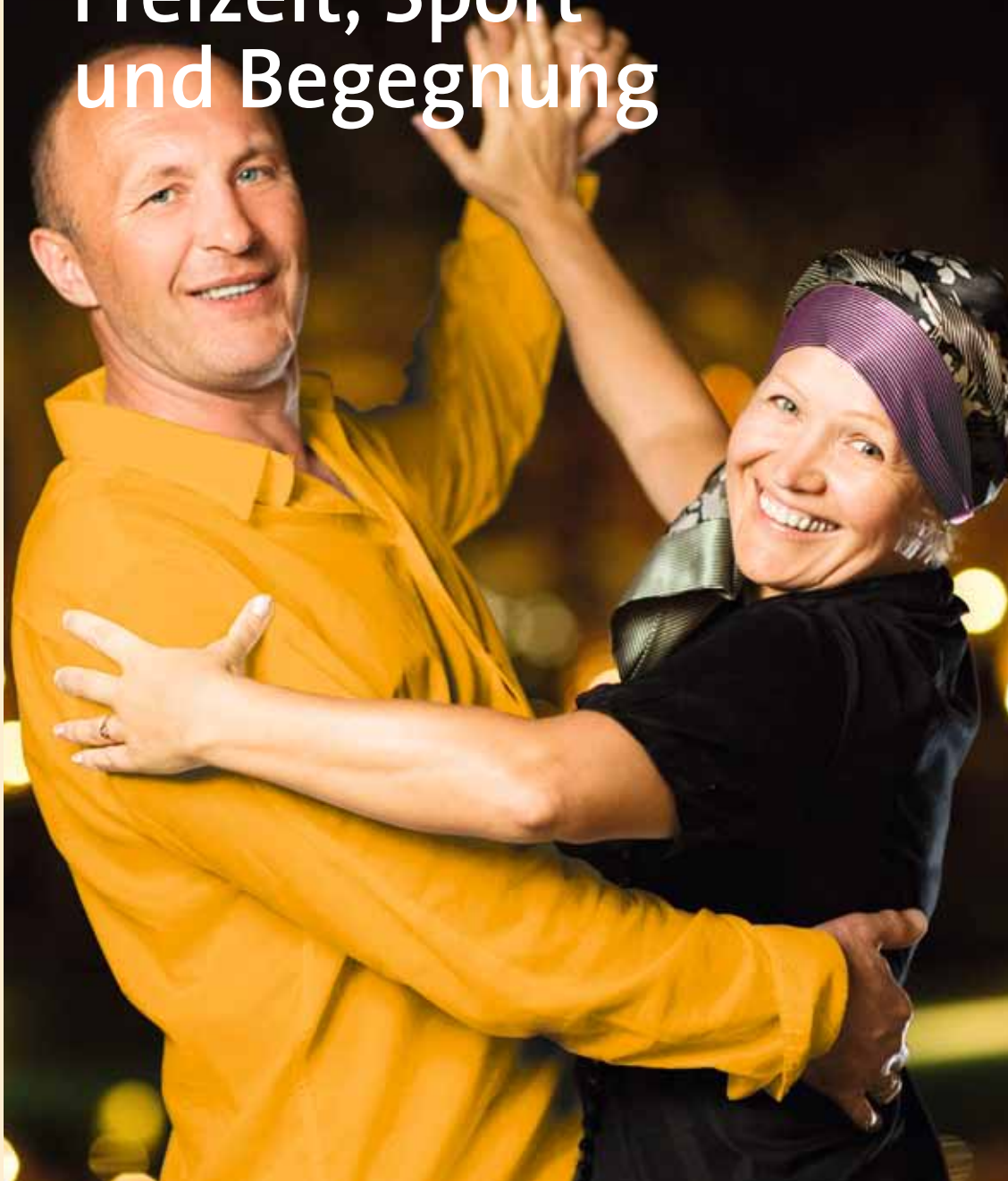
Ambulante Pflege

- Pflege und Betreuung
in der häuslichen Umgebung
- Ärztlich verordnete
Behandlungspflege
- hauswirtschaftliche Versorgung
- Demenzbetreuung
- Palliativpflege
- Beratung in allen Fragen zu Pflege-
versicherung und Finanzierung
- **Pflegenote 1,0**



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

Freizeit, Sport und Begegnung



Sportlich, beweglich und aktiv zu sein, ist keine Frage des Alters. Neben vielen neuen Vorhaben im Ruhestand sollte deshalb genug Raum bleiben, regelmäßig für Ihre körperliche Fitness zu sorgen und sich an der frischen Luft zu bewegen. Trainierte Menschen passen sich den Anforderungen des Alltags besser an. Kein Medikament und kein Kraut wirken so perfekt auf Wohlbefinden, Selbstwertgefühl und Lebensqualität wie körperliche Betätigung und Sport. Auch gute soziale Beziehungen sind in jeder Lebensphase die Grundlage für Wohlbefinden und das Gefühl der Geborgenheit. Wenn früher aus Zeitmangel das eine oder andere Vorhaben mit Freunden und Bekannten auf der Strecke blieb, jetzt ist Zeit dafür!

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.

Informationen erteilen Vereine und der

Kreissportbund Hildesheim e. V.

Jahnstraße 52, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/4883,

Internet: www.kreissportbund-hildesheim.de

2.1.1 Seniorengymnastik und Tanzsport

Gymnastik und Tanzen halten nicht nur fit und elastisch, sondern machen auch viel Spaß. Speziell auf die Fähigkeiten und Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt, können Gymnastik und Tanzen zur Besserung von vorhandenen Versteifungen führen und somit zum Wohlergehen entscheidend beitragen. Viele Einrichtungen und soziale Verbände bieten Seniorengymnastik und/oder Tanzen für Senioren unter der Leitung von geschulten Trainern an.

2.1.2 Seniorenschwimmen

Schwimmen ist eine Sportart, die durch gleichmäßige Beanspruchung des ganzen Körpers gerade für ältere Menschen gesundheits-

fördernd und -erhaltend ist. Regelmäßige Termine für das Seniorenschwimmen können über Sportvereine oder Schwimmbäder erfragt werden. Die Schwimmbäder bieten teilweise Warmbadetage und/oder ermäßigte Eintrittspreise für Senioren an.

2.1.3 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

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, Telefon 05121/702496

Caritas Begegnungsstätte Hildesheim

Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/1677-0

Begegnungsstätte der Stadt Hildesheim

Elzer Str. 109, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/9186931

Begegnungsstätten im Landkreisgebiet**AWO Begegnungsstätte Alfeld**

Heinzestr. 38, 31061 Alfeld, Telefon 05181/807178

DRK Seniorenbegegnungsstätte Alfeld

Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld, Telefon 05181/7080

AWO Soziales Zentrum Bad Salzdetfurth

Göttingstr. 27, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon 05063/1000

AWO Begegnungsstätte Barnten

Glückaufstr. 2, 31171 Barnten, Telefon 05066/6683



MITEINANDER LEBEN

HIMMELSTHÜR
Diakonie

*„Mir geht es gut, auch wenn ich oft allein bin.
Ich möchte mehr Gesellschaft haben und von dem Guten etwas abgeben.
Wie kann das gehen?“*

Wenn Ihnen diese Gedanken durch den Kopf gehen, können Sie sich mit uns zusammentun. Denn wir bieten Ihnen an:

- Gute Projektideen und Sonderinformationen für Spendende
- Erzählcafe und gemeinsames Frühstück im „Treff“ in der Nordstadt
- Einsatzmöglichkeiten und Fortbildungsangebote für Ehrenamtliche
- Veranstaltungen in unserem Kultur-Cafe in Sorsum

Wenn Sie neugierig geworden sind,
freuen sich auf Ihren Anruf:

Heidi Linder (Spenden / Nachlässe): 05121 604-253

Monika Mai (Ehrenamt): 05121 604-365

www.diakoniehimmelsthuer.de

AWO Altenbegegnungsstätte Bockenem

Am Papenberg 1, 31167 Bockenem, Telefon 05067/3622

DRK Begegnungsstätte Bockenem

Jägerhausstr. 2, 31167 Bockenem, mittwochs 15.00 bis 17.30 Uhr
Telefon 05067/3235

AWO Begegnungsstätte Brüggen

Kirchstr. 18, 31035 Brüggen, Telefon 05182/962713

AWO Begegnungsstätte Duingen

Lübecker Str. 1, 31089 Duingen, Telefon 05185/1309

AWO Begegnungsstätte Eime

Wassertorstr. 8, 31063 Eime, Telefon 05182/6649

AWO Begegnungsstätte Elze

Sedanstr. 14, 31008 Elze, Telefon 05068/3435

AWO Begegnungsstätte Freden

Grabenstr. 7, 31084 Freden, Telefon 05184/8541

AWO Soziales Zentrum Harsum

Hoher Weg 18, 31177 Harsum, Telefon 05127/1565

AWO-Zentrum Holle

Am Thie 1, 31188 Holle, Telefon 05062/505

AWO Begegnungsstätte Lamspringe

Am Kloster, 31195 Lamspringe, Telefon 05183/2461

AWO Begegnungsstätte Rössing

Kirchstr. 2, 31171 Rössing, Telefon 05069/8282

AWO Soziales Zentrum Sarstedt

Steinstr. 13, 31157 Sibbesse, Telefon 05066/2613

AWO Altenbegegnungsstätte Sibbesse

Kirchstr. 7, 31079 Sibbesse, Telefon 05065/8737

DRK Begegnungsstätte Söhlde

Im Teiche 1, 31185 Söhlde, donnerstags 14.00 bis 17.00 Uhr
Telefon 05129/440

DRK Begegnungsstätte Störy

Dorfgemeinschaftshaus Störy, jeden 1. Freitag im Monat
15.00 bis 17.00 Uhr



DRK Begegnungsstätte Wendhausen

Dorfgemeinschaftshaus, jeden 2. Dienstag im Monat ab 15.00 Uhr
Telefon 05121/998416

2.3 Seniorenkreise

Seniorenkreise dienen der Freizeitgestaltung und haben kein spezielles Programmangebot. Die Besucher organisieren sich und ihre Aktivitäten in der Regel selbst.

Es handelt sich dabei um den Zusammenschluss Älterer mit gleichen bzw. ähnlichen Interessen. Aktivitäten Einzelner und Gruppen werden gefördert. Meistens ist eine offizielle Mitgliedschaft nicht erforderlich.

Informationen zu Seniorenkreisen, Terminen und Veranstaltungsorten erteilen Kirchengemeinden, Ortsräte, Wohlfahrtsverbände, Gewerkschaften, Sozialverbände und die Tageszeitung.

**2.4 Mehrgenerationenhäuser**

In Mehrgenerationenhäusern finden sich Menschen aller Generationen zusammen, um miteinander ins Gespräch zu kommen. Haupttreffpunkt ist meistens eine Cafestube für die gemütliche Umgebung zum zwanglosen Gespräch. Auch ein Bistro oder Mittagstisch gehören zum ständigen 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 Beratungsangeboten bietet auch eigenen Interessen und Wünschen Raum.

Mehrgenerationenhaus Hildesheim

Steingrube 19A, 31141 Hildesheim, Telefon 05121/9361921,
Internet: www.mehrgenerationenhaeuser.de/hildesheim

KOMM Nachbarschaftszentrum Nordstemmen e.V.**Mehrgenerationenhaus**

Hauptstraße 62, 31171 Nordstemmen, Telefon 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“

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

Mehrgenerationentreff Alfeld

Unter der Kirche 9, 31061 Alfeld, Telefon 05181/8552577

Tüftler mit Weitblick

Von Torsten Hamacher
(Norddeutsches Handwerk,
hamacher@handwerk.com)

Horst Geldmacher hat ein System für sehbehinderte Menschen entwickelt. Trotz einer Makuladegeneration Können sie damit weitgehend normal sehen. Jetzt soll die Technik in Serie gehen.

Die Makuladegeneration ist auf dem Vormarsch. Etwa 4,8 Millionen Bundesbürger können durch einen Defekt in der Makula, also dem Teil der Netzhaut, mit der Sie und ich scharf sehen, nichts mehr erkennen. Der Test, mit dem Geldmacher mir die Erkrankung verdeutlicht, macht klar: Eine Makuladegeneration beeinträchtigt die Lebensqualität massiv. Stellen Sie sich vor, Sie könnten diesen Text nur noch lesen, wenn Sie Ihren Kopf extrem schräg halten. Durch die Schrägstellung können Betroffene an der Schadstelle in der Netzhaut vorbeischaun. Mit der Testbrille auf meiner Nase funktioniert das genauso.

Der Fachmann steckt eine



© Torsten Hamacher

weitere Linse in die Brille. Augenblicklich verschwindet der bei mir im Test künstlich erzeugte Fleck nach oben links aus meinem zentralen Blickfeld. „Das Geheimnis sind Prismen, die mir ein schwedischer Glasppezialist in die Brillenglasrohlinge einarbeitet“, erklärt Geldmacher. Die sind so geformt, dass sie die Blickachse vom Außenbereich des Sehfeldes ins Zentrum lenkt. Kantenfilter steigern den Kontrast, während eine Eigenvergrößerung auch die Größe der Darstellung verbessert. „Heilen kann man die Makuladegeneration nicht“, stellt Geldmacher klar. Mit den Spezialbrillen können die Erkrankten jedoch im Rahmen der Möglichkeiten wieder normal gucken. Und auch für eine andere Form der Makuladegeneration, bei der das Sehfeld zu einem Röhrenblick schrumpft, hat Geldmacher eine Lösung entwickelt: Sie basiert auf einer Weitwinkeloptik, die in die Brille eingearbeitet wird.

„Mit dem Thema befasst habe ich mich intensiv, nachdem meine Mutter von der Erkrankung betroffen war“, berichtet der Augenoptikermeister, der auch einen Meistertitel im Fotografenhandwerk hat. Mit seinem Wissen ums Sehen und um die Optik tüftelte Geldmacher mit seinem




© Torsten Hamacher

Sohn Kolja, der ebenfalls im gemeinsamen Unternehmen arbeitet, zunächst an den Brillen. Gleichzeitig entwickelten Vater und Sohn die Technik, mit der die Spezialbrillen auf die Bedürfnisse der Patienten abgestimmt werden.

50 bis 60 Menschen haben Geldmachers mit dem ausgeklügelten System bereits helfen können. „Seit einem Bericht in einer Apotheken-Zeitschrift kommen Kunden aus ganz Deutschland“, sagt der Unternehmer, der bereits vor Jahren mit einem selbst entwickelten Gerät für das Einmessen von Gleitsichtgläsern für Aufsehen gesorgt hat. „Unser System ist inzwischen zum Patent angemeldet“, sagt Geldmacher. Nun sucht der Unternehmer nach Partnern, um die Messtechnik breiter in den Markt zu bringen. „Derzeit verhandeln wir mit Betrieben aus der Regi-

on, um die Serienfertigung anzustoßen.“ Geldmacher hofft, dass das System im Spätsommer die Marktreife erreicht hat. Parallel ist der Unternehmer mit den Krankenkassen im Gespräch, um das Verfahren auch als Kassenleistung anzuerkennen. Die Kosten für eine solche Spezialbrille beziffert der Fachmann auf 800 bis 1100 Euro. Bis die Krankenkassen das Verfahren als Leistung akzeptieren, müssen Geldmachers Kunden selbst bezahlen. Doch der Preis war in Anbetracht des Rückgewinns an Lebensqualität bisher noch nie ein Thema, was ich, nachdem ich die Testbrille wieder zur Seite gelegt habe, gut verstehen kann.

**Augenoptik Foto Studio
Geldmacher GmbH
Unterstraße 63
31162 Bad Salzdetfurth
Tel. (0 50 63) 95 96-0
www.geldmacher.com**



Weiterbildung und Kultur

Wissenschaftliche Bildung eröffnet dem immer mehr wachsenden Anteil älterer Menschen, sich weiterhin aktiv an der Kommunikation zwischen den Generationen zu beteiligen, sich mit seinem Wissen einzubringen und dafür Anerkennung und Achtung zu erfahren.

Dazu zählt auch die Beschäftigung mit kulturellen Themen. Kulturelle Bildung ermöglicht besonders die Fähigkeit, sich an der kulturbezogenen Kommunikation sowie am gesellschaftlichen Leben mehr beteiligen zu können.

Nach dem Ausstieg aus dem Berufsleben ist endlich Zeit, den Umgang mit einem Computer zu erlernen, für Sprachkurse oder auch für einen Museumsbesuch.

3. Weiterbildung und Kultur

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 Hans-Joachim-Riedel-Akademie in der Volkshochschule Hildesheim GmbH (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. Die Riedelakademie 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.

Zu den beliebtesten Angeboten der VHS für Senioren gehören unter anderem:

1. Mensch – Umwelt – Technik (Geschichte, Politische Bildung, Länderkunde, Religion, Verbraucherfragen)
2. Kultur
3. Gesundheit
4. Sprachen
5. EDV

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

Volkshochschule Hildesheim (VHS)

Hans-Joachim-Riedel-Akademie

Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/9361-55,
E-Mail: info@vhs-hildesheim.de, Internet: www.vhs-hildesheim.de

VHS-Regionalbüro Sarstedt

Vor der Kirche 7, 31157 Sarstedt, Telefon 05066/64356

VHS-Kontaktbüro Gronau

Kulturkreisbüro, Bürgermeisterhaus
Junkernstr. 7, 31028 Gronau, Telefon 05182/903848

VHS-Geschäftsstelle Alfeld

Antonianger 6, 31061 Alfeld, Telefon 05181/8555-0

VHS-Kontaktbüro Nordstemmen

GJR Nordstemmen e. V
Hauptstr. 110, 31171 Nordstemmen, Telefon 05069/1611

3.1.2 Seniorenakademie Alfeld (SAA)

An dieser besonderen Bildungseinrichtung in Alfeld unterrichten Senioren ehrenamtlich Senioren. Für einen einmaligen Beitrag von 5 Euro kann ein Akademie-Pass und damit eine lebenslange Mitgliedschaft erworben werden, die zur Teilnahme an den Veranstaltungen berechtigt. Lediglich Materialkosten und Ähnliches sind selbst zu bezahlen. Die Teilnahme an den Veranstaltungen der Senioren-Akademie ist nicht an besondere Bildungsvoraussetzungen gebunden.

Jährlich wird ein neues, vielschichtiges Programm zusammengestellt. Unterschiedliche Seminare, Vorträge und Kulturfahrten gehören ebenso dazu wie generationsübergreifende Projekte und praktische Hilfe in Notfällen.

Zwei bereits etablierte Projekte der SAA sollen hier vorgestellt werden:

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.

Ansprechpartnerin:

Susanne Diehl, Telefon 05181/7377

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.

Ansprechpartnerin:

Marianne Möller, Telefon 05181/4733



Sicher und entspannt mobil sein!

Unsere Erfahrung, eine ausgereifte Technik und die hohe Qualität unserer E-Bikes machen es möglich.

Hildesheim
DYNAMO
www.dynamo-fahrradideen.de
Goschenstr. 69 • Tel. 0 51 21 - 13 23 97

Weitere Auskünfte erteilt:

Senioren-Akademie Alfeld e.V.

Margarete Behrens,

Oberer Amselstieg 2, 31061 Alfeld, Telefon 05181/280820,

Internet: www.senioren-akademie-alfeld.de

3.1.3 Weitere Bildungseinrichtungen

Deutsche Angestellten-Akademie

Wallstraße 3 - 5, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/59221,

E-Mail: info.hildesheim@daa.de, Internet: www.daa-hildesheim.de

Ev. Familien-Bildungsstätte

Zwölf-Apostel-Weg 6, 31139 Hildesheim, Telefon 05121/131090,

E-Mail: Familie.Hildesheim@evlka.de,

Internet: www.familiehildesheim.de

Familienbildungsstätte der KEB

Domhof 2, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/2064977,

E-Mail: hildesheim@keb-net.de, Internet: www.fabi-hildesheim.de

HAWK Fachhochschule Hildesheim/ Holzminden/ Göttingen

Hohnsen 4, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/881-0,

E-Mail: pressestelle@hawk-hhg.de, Internet: www.hawk-hhg.de

Ländliche Erwachsenenbildung Kreisarbeitsgemeinschaft Hildesheim e.V.

Hornemannstr. 12/13, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/133230,

E-Mail: hildesheim@leb.de

Stiftung Universität Hildesheim

Marienburger Platz 22, 31141 Hildesheim, Telefon 05121/883-0,
E-Mail: cl3info@uni-hildesheim.de,
Internet: www.uni-hildesheim.de/clhochdrei

Volkshochschule Hildesheim (VHS)

Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/9361-0,
E-Mail: info@vhs-hildesheim.de, Internet: www.vhs-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:

Seniorenkino**Seniorenkino im Thega-Filmpalast Hildesheim**

Theaterstraße 6, 31141 Hildesheim, Telefon 05121/2940777,
Internet: www.thega-filmpalast.de
Das Programm wird durch die Presse angekündigt.

Seniorenkino Alfeld

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

Theater**TfN/Theater für Niedersachsen**

Theaterstraße 6, 31141 Hildesheim, Telefon 05121/16930,
Internet: www.tfn-online.de

Zeit fürs Museum**Museen im Stadtgebiet**

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



Lernen verbindet.

Volkshochschule Hildesheim

Wie wäre es mit einem Kurs bei uns?

Herzlich Willkommen!

Unsere Kurse stets aktuell im Internet unter
www.vhs-hildesheim.de

 Volkshochschule Hildesheim 

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 bietet regelmäßige Angebote für die Generation 55plus.

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.



- Kurse für Senioren
- Koordinierungsstelle Frauen und Wirtschaft
- Qualifizierung zur Seniorenbegleitung nach § 87b/Abf 3 SGB XI

► IHR BILDUNGSPARTNER
Kreisarbeitsgemeinschaft Hildesheim e. V.

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

Beratung und Buchung unter 05121/9369-20
oder s.lattemann@rpmuseum.de

Stadtmuseum im Knochenhauer-Amtshaus

Markt 7, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/2993685,
Internet: www.stadtmuseum-hildesheim.de

Dom-Museum Hildesheim

Domhof 18-21, Hildesheim, Telefon 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

Judenstraße 1, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/301-4142,
Internet: www.stadtbibliothek-hildesheim.de

Universitätsbibliothek Hildesheim

Marienburger Platz 22, 31141 Hildesheim, Telefon 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**

Rathausstraße 20, 31134 Hildesheim,

Telefon 05121/1798-0,

Internet: www.hildesheim.de/tourist-information

Sonstige Kulturangebote

Kulturbüro im Landkreis

Bischof-Janssen-Straße 31, 31134 Hildesheim,

Telefon 05121/309-3411,

Internet: www.landkreishildesheim.de/Leben-Lernen/Leben/Kultur

Netzwerk Kultur & Heimat Börde-Leinetal

Internet: www.kulturium.de



Jetzt zur EVI wechseln!

Ihr Partner für Energie 

Alles aus einer Hand – EVI. Wir haben die Energie für Sie.

- Strom • Erdgas • BioStrom • Kombi-Angebote ... und noch viel mehr. Rufen Sie uns an, **Telefon: 05121 508-333**

www.evi-hildesheim.de

Engagement für andere

Ganz plötzlich haben Sie Zeit! Zeit, von der Sie anderen abgeben möchten, indem Sie etwas für sie tun. In den vergangenen Jahren ist bürgerschaftliches Engagement immer mehr ins Blickfeld der Öffentlichkeit gerückt. Das Spektrum der Möglichkeiten dabei ist sehr vielfältig. Es kann auf nachbarschaftlicher Ebene stattfinden, durch die Mitarbeit in einem Museum oder einer Bibliothek bis hin zum Schaffen eigener kultureller Angebote. Die ehrenamtliche Arbeit kann im ökologischen Bereich oder in der Arbeit mit Kindern, Jugendlichen oder Gleichaltrigen erfolgen. Die Einsatzformen sind inzwischen sehr vielfältig. Neben regelmäßigen Betätigungen gibt es inzwischen immer mehr zeitlich begrenzte, aber sehr intensive Möglichkeiten.

Alle nachfolgenden Angebote sind gute Beispiele. In Stadt und Landkreis Hildesheim gibt es viele weitere Angebote. Auskunft und Informationen geben die jeweiligen Stadt-/Gemeindeverwaltungen.

4.1 Freiwilligeninitiativen

Stadt und Landkreis Hildesheim unterstützen bereits seit Jahren in vielfältiger Weise das Bürgerschaftliche Engagement, die stärkere Förderung der freiwilligen Arbeit sowie deren Anerkennung und Wertschätzung. Im Landkreis Hildesheim sind „die Machmits“ inzwischen eine bekannte Institution. Unter dem Dach der „Machmits“ werden engagierte Menschen in den Bereichen Rechtliche Betreuung, Patenschaften, Vormundschaften, Pflegefamilien, Gastfamilien und Bürgerhilfe unterstützt und beraten.

Das Netzwerk Bürgerschaftliches Engagement gibt 4 x jährlich einen kostenlosen Newsletter „rund um das Bürgerschaftliche Engagement“ heraus und unterstützt bei der Gründung von Nachbarschaftshilfen.

Ansprechpartner:

**Fachdienst 404, Planung der Sozialhilfe/Betreuungsstelle –
Barbara Benthin**

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309-2631,
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 Freiwilligeninitiativen gebildet. Wer sich ehrenamtlich betäti-

gen möchte oder selbst Hilfe benötigt, kann sich an folgende Anbieter wenden:

Im Stadtgebiet:

Freiwilligenzentrum Bonus

Moltkestr. 55/Ecke Bismarck-Platz, 31135 Hildesheim,
Telefon 05121/39198,
E-Mail: bonus-hi@freiwilligen-zentrum.de,
Internet: www.freiwilligen-zentrum.de

Findus Nachbarschaftshilfe Moritzberg

Pfarrbüro Christuskirche, Telefon 05121/42722
Pfarrbüro St. Mauritius, Telefon 05121/42699
Pfarrbüro Zwölf-Apostel, Telefon 05121/47366

füreinander miteinander e.V.

Luise Harms, Tel. 05121/6950009
Beate Uhlmann, Tel. 05064/85630

Zeitreich

Telefon 05121/2853480
E-Mail: info@zeitreich-hi.de, Internet: www.zeitreich-hi.de

Nachbarn helfen Nachbarn – Südstadt Hildesheim

Telefon 05121/284 459 7
E-Mail: info@nachbarn-helfen-nachbarn.de
Internet: www.nachbarn-helfen-nachbarn.de

MITTENDRIN im Michaelisviertel

Martina Sanden-Marcus Tel. 05121/2040959
E-Mail: sanden-marcus@michmagd.de

Markusschwester Ursel Scholz

Tel. 05121/2957209

E-Mail: kontakt@markusschwester.de

Im Landkreisgebiet:**Nachbarschaftshilfe Algermissen e.V.**

Telefon 0157/73585266

E-Mail: Nachbarschaftshilfe@email.de

Bürgerhilfe Verein e.V. Ahrbergen

Telefon 05066/69746450 oder 0152/29464900

→ St. Bernward Krankenhaus Hildesheim



Wir sind für alle da –
mit Leib und Seele

Telefon 05121 90-0, www.bernward-khs.de

St. Bernward  **Krankenhaus**
Für Leib und Seele

Mia – Ambergau Freiwilligenagentur

Buchholzmarkt 12, 31167 Bockenem, Telefon 05067/910 730 1

E-Mail: mail@mia-ambergau.de, Internet: www.mia-ambergau.de**Konkret – Bürger für Bürger in der Samtgemeinde Gronau**

Am Markt 3, 31028 Gronau, Telefon 05182/902 334

E-Mail: konkret-gronau@web.de,

Internet: www.konkret-gronau-leine.de**Heinder für Heinder – Nachbarschaftshilfe in Heinde**

Telefon 05064/950 199 1

E-Mail: Heinder-fuer-Heinder@web.de

Komm Nachbarschaftszentrum Nordstemmen e. V.

Hauptstr. 62, 31171 Nordstemmen, Telefon 05069/516460,

E-Mail: komm-ev@htp-tel.de, Internet: www.kommev.net**Spontan, Nachbarschaftshilfe und Freiwilligenagentur**

Steinstr. 22 (im Rathaus, Zimmer 16), 31157 Sarstedt,

Telefon 05066/805-60, E-Mail: mail@Spontan-Sarstedt.de,

Internet: www.spontan-sarstedt.de

Mit ehrenamtlich engagierten Helfern arbeitet auch das

Seniorenbüro Alfeld

Antonianger 42, 31061 Alfeld, Telefon 05181/930045,

E-Mail: seniorenbuero@drk-alfeld.de,

Internet: www.alfeld.de/seniorenbuero

CHRISTOPHORUSSTIFT

www.christophorus-hildesheim.de



Wir sind da, wo alte Menschen Hilfe brauchen.

- Wohnstift • Betreutes Wohnen • Kurzzeitpflege
 - Stationäre Pflege • Ambulanter Pflegedienst
 - Pflege-Hausgemeinschaften • Tagespflege
- Ambulant betreute Wohngruppe

Christophorusstift: Hammersteinstr. 7 · 31137 Hildesheim · Tel.: (0 51 21) 693 – 0

Haus Christophorus: Schützenwiese 37/38 · 31137 Hildesheim · Tel.: (0 51 21) 2 84 07 00

Haus Sankt Georg: In der Schratwanne 37/38 31141 · Hildesheim · Tel.: (05121) 93 56 330

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 Drispensstedt

Auskunft erteilt: **Bernhard Tönsmeier**,
Ehrlicherstraße 18, 31135 Hildesheim, Telefon 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, Telefon 05121/877375
E-Mail: hans.bierwirth@freenet.de

4.2.2 NENA's Alfeld/ Seniorenwerkstatt Alfeld

NENA steht für „Nette Nachbarn“ und ist eine Nachbarschaftshilfegruppe. Sie organisiert Hilfen für ältere Bürgerinnen und Bürger. Monatliches Treffen: Jeden ersten Montag, 15.00 Uhr, in der Parkresidenz Alfeld.

Seniorenwerkstatt

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

Auskunft erteilt:

Seniorenbüro Alfeld

Antonianger 24, 31061 Alfeld, Telefon 05181/930045,
Internet: www.alfeld.de/seniorenbuero

4.2.3 Volkshochschule Hildesheim

Neben einer Vielzahl von Kursen zu sehr unterschiedlichen Themen bietet die Volkshochschule interessante Projekte an, in denen sich Menschen ehrenamtlich engagieren können.

Auskunft erteilt:

Volkshochschule Hildesheim, Hans-Joachim-Riedel-Akademie
 Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/9361-55,
 Internet: www.vhs-hildesheim.de

4.3 Prävention

Arbeitsgruppe „55 plus Sicherheit“

Sicherheitsfragen aus dem täglichen Leben älterer Bürger stehen im Mittelpunkt der Arbeit dieser Gruppe. Aufgabe von „55 plus Sicherheit“ 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.

Auskunft erteilt:

Der Moderator der AG „55 plus Sicherheit“ Erhard Paasch
 Telefon 05121/66202

4.4 Medien

VHS-Club hi-senior

Im VHS-Club hi-senior treffen sich Frauen und Männern über fünfzig. Wöchentlich beschäftigen sie sich im Riedelsaal intensiv mit allen Themen rund um den Computer.

Zu den Zielgruppen des Clubs gehören PC-Anfänger und Fortgeschrittene, die Interesse an PC-Anwenderprogrammen und dem Medium Internet haben.

Das Clubtreffen hi-senior findet dienstags 10 bis 11 Uhr im Riedelsaal, Pfaffenstieg 4–5, statt (keine Veranstaltung während Schulferien). Das Internet-Cafe: VHS-Café kom im Pfaffenstieg 4–5 steht montags bis donnerstags 16 bis 18 Uhr zur Verfügung.

Informationen im Hildesheimer Internet-Portal für Senioren:
www.hi-senior.de



HIMMELSTHÜR
 Diakonie

Wir unterstützen Menschen mit einer geistigen Behinderung, damit sie sich bis ins hohe Alter wohlfühlen.

Kontakt: Monika Mai
 Tel. 05121 604-365
www.diakoniehimmelsthuer.de

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,
Rathausstraße 18–20, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/106-353,
E-Mail: sky@hildesheimer-allgemeine.de

♦ GebäudeReinigung
 ♦ GrünflächenPflege
 ♦ FußwegReinigung
 ♦ WinterDienst
 ♦ Wach- u. SicherheitsDienst

Alles, was ein Haus braucht.

H. Schröter
Gebäudedienste
seit 1934

Heinrich Schröter GmbH
Münchwiese 22 · 31137 Hildesheim
Tel.: 0 51 21 / 75 32-0 · Fax: 75 32-40
mail@heinrich-schroeter.de
www.heinrich-schroeter.de

QUALITÄTSVERBUND
GEBÄUEDIENSTE®

Kursanmeldung über:

Volkshochschule Hildesheim (VHS)

Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/9361-55,
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, Telefon 05121/29609–0,
E-Mail: t.muntschick@tonkuhle.de
Internet: www.tonkuhle.de

4.5 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.

Auskunft erteilt:

Frau Bölke, Telefon 05121/2993686

E-Mail: info@stadtmuseum-hildesheim.de,

Internet: www.stadtmuseum.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.

Auskunft erteilt:

Volkshochschule Hildesheim (VHS)

Pfaffenstieg 4–5, 31134 Hildesheim, Telefon 05121 / 9361-55,

E-Mail: info@vhs-hildesheim.de, Internet: www.vhs-hildesheim.de

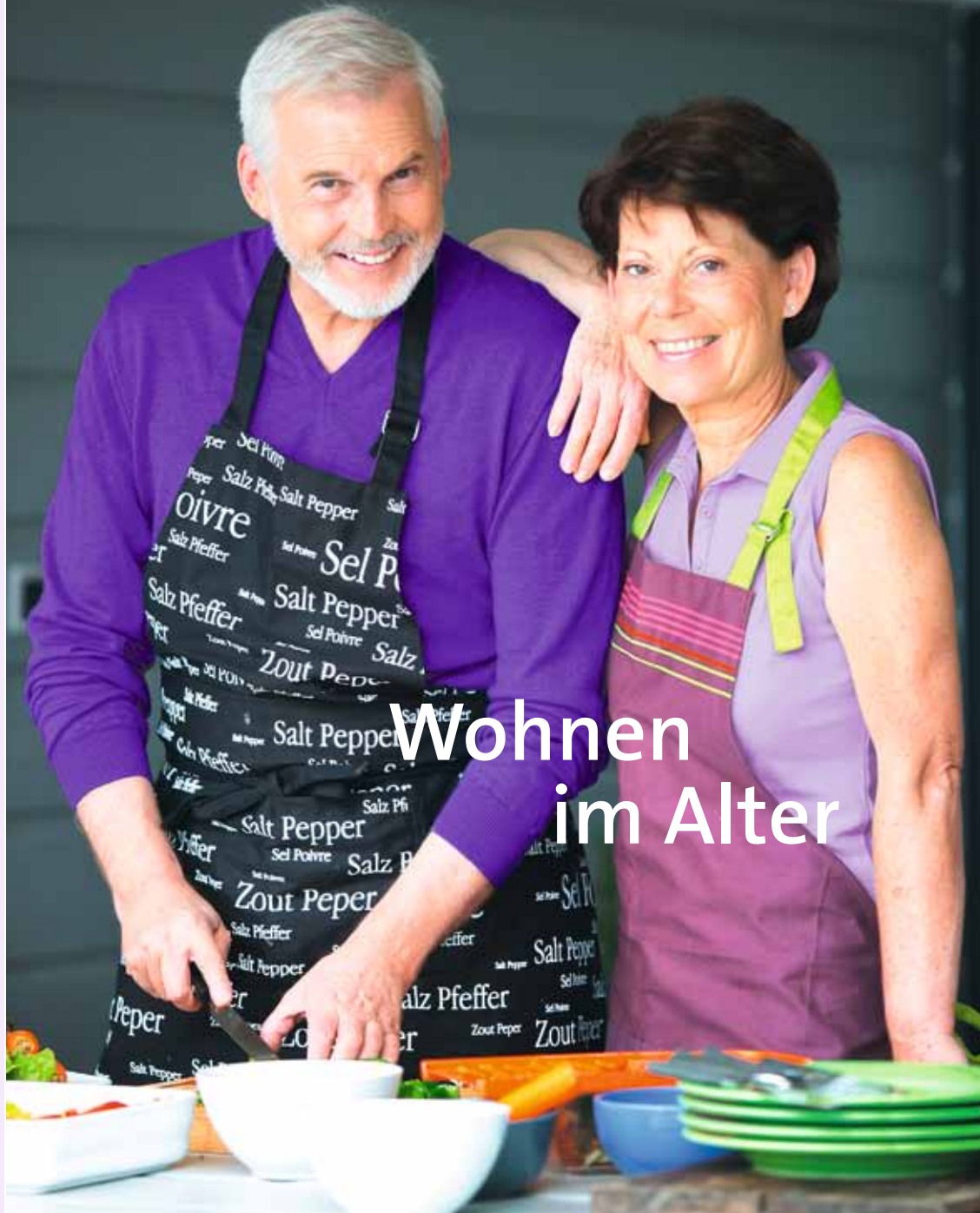


Erleben Sie ein völlig neues Fahrgefühl!

Dank unserer Erfahrung, der ausgereiften Technik und der hohen Qualität unserer E-Bikes.

Hildesheim
DYNAMO
www.dynamo-fahrradideen.de
Goschenstr. 69 • Tel. 0 51 21 - 13 23 97





Wohnen im Alter

Mit zunehmendem Alter gewinnt das Zuhause für viele Bürger an Bedeutung. Eingeschränkte Mobilität ist nur einer der Gründe dafür. Die Qualität der Wohnung bestimmt somit für diese Menschen auch die Lebensqualität, weil die Wohnung mehr und mehr zum Lebensmittelpunkt wird. Das Risiko, von Hilfe und Pflege abhängig zu werden, steigt. Deshalb sollte jeder rechtzeitig über Wohnformen nachdenken, die auch dann noch angenehm sind, wenn das Gehen beschwerlicher wird und Hilfe notwendig wird. Aufgrund der demografischen Entwicklung in Deutschland hat sich in den vergangenen Jahren eine Vielzahl von Wohnmodellen entwickelt, die für Senioren Hilfen jeglicher Art bieten, um im anstrengender werdenden Alltag Unterstützung und Bequemlichkeit zu bieten.

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 Behinderung. 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 Lebensalter 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 Stürze und 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

Bereits kleine Veränderungen können das Alltagsleben erleichtern und ein bequemes und sicheres Wohnen ermöglichen: Möbel für mehr Bewegungsfreiheit umstellen, Haltegriffe anbringen, Stolperfallen beseitigen. Die Entfernung von Türschwellen, die Verbreiterung der Türen und der Einbau einer ebenerdigen Dusche sind ebenfalls sinnvoll.

Eine Wohnberatung kann für die Planung von Umbaumaßnahmen sehr hilfreich sein. Die Wohnberater klären alle technischen Fragen, informieren über mögliche Hilfsmittel, die Finanzierung oder Wohnalternativen. Bei Bedarf sind sie auch bei Antragstellungen behilflich. Bei einer Wohnraumanpassung gibt es verschiedene Finanzierungs-

und Fördermöglichkeiten. Sie müssen jedoch vor Beginn der Umbaumaßnahmen beantragt werden.

- 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 2.557,00 €.
- 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.

Eine kostenlose und neutrale Wohnberatung für alle Bewohner der Region Hildesheim bieten die Pflegestützpunkte für Stadt und Landkreis Hildesheim an. (siehe hierzu auch Kapitel 1.4). Zudem wurden ehrenamtliche Wohnberater/innen ausgebildet, die insbesondere wohnortnah in den Kommunen Ansprechpartner und Lotse zum Thema Wohnen im Alter sind.

Ansprechpartner:

Pflegestützpunkt Hildesheim, Antje Rose

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309 1602
E-Mail: PflegestuetspunktHildesheim@landkreishildesheim.de
Internet: www.landkreishildesheim.de/pflegestuetspunkt

Pflegestützpunkt Alfeld, Sabine Wegener

Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld/L., Telefon 05181/704-8132
E-Mail: PflegestuetspunktAlfeld@landkreishildesheim.de
Internet: www.landkreishildesheim.de/pflegestuetspunkt

Zudem bieten in Stadt und Landkreis Hildesheim die jeweiligen Wohnungsbaugesellschaften Wohnungsberatung für ihre Mieter an.



Weitere Auskunft erteilt:

Niedersachsenbüro Neues Wohnen im Alter

Hildesheimer Str. 15, 30169 Hannover, Telefon 0511/3882896,
E-Mail: info@neues-wohnen.nds.de,
Internet: www.neues-wohnen-nds.de

5.3 Wohnen mit Service

5.3.1 Betreutes Wohnen / Servicewohnen

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

Wahlleistungen wie ambulante Pflegedienste, Wäscheservice oder Fußpflege müssen extra bezahlt werden.

Betreutes Wohnen ist kein rechtlich geschützter Begriff. 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

WOB AU Alfeld eG.

Winzenburger Str. 62, 31061 Alfeld
Kontakt: WOB AU Alfeld eG, Telefon: 05181/8068-0,
E-Mail: wobau@wobaualfeld.de, Internet: www.wobaualfeld.de

Senioren, Wohn- und Beratungszentrum

Antonianger 42, 31061 Alfeld

Kontakt: Wohnpark Alfeld GmbH, Telefon: 05181/93000,

E-Mail: infp@park-residenz-alfeld.de oder info@wohnpark-alfeld.de

Internet: www.tewes.cc

Bad Salzdetfurth

Alten- und Pflegeheim Willig OHG

Salinenstr. 33 und 38, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon 05063/90860

E-Mail: info@altenpflege-willig.de,

Internet: www.altenpflegeheim-willig.de

Residenz am Schlosspark

Salzdetfurter Str. 19, 31162 Bad Salzdetfurth-Bodenburg,

Telefon: 05060/20030, Internet: www.residenz-am-schlosspark.de

Bockenem

DRK-Seniorenwohnanlage Bockenem

Jägerhausstr. 2, 31167 Bockenem, Telefon: 05067/2462-0,

E-Mail: Drk-seniorenheim-bockenem@drk.hildesheim-marienburg.de,

Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

Diekholzen

DRK-Wohnanlage Diekholzen

Bahnberg 4a, 31199 Diekholzen, Telefon: 05121/2040073

E-Mail: bianca.steinhaeuser@drk.hildesheim-marienburg.de,

Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

Duingen

Seniorenwohnpark Duingen GmbH

Am Bahnhof 3, 31089 Duingen, Telefon: 05185/957496

E-Mail: info@seniorenwohnpark.biz,

Internet: www.seniorenwohnpark.biz



daheim
STATT HEIM
KRANKENPFLEGE

rundum gut versorgt

- ambulante Kranken- und Altenpflege
- Alltagsbegleitung
- Begleitung bei MDK Gutachten
- Behindertenhilfe
- Besuchsdienste
- Einkaufshilfe
- Hausnotruf
- hauswirtschaftliche Hilfe und Versorgung
- Pflege von Schwerkranken und Sterbenden
- Urlaubs- und Verhinderungspflege



24h erreichbar:

 **05121 - 3 30 30**



Wollenweberstr. 23 • 31134 Hildesheim
www.dsh-hi.de • info@dsh-hi.de

Elze**Johanniter-Stift Elze**

Sehldecker Str. 6, 31008 Elze, Telefon: 05068/932308,

E-Mail: info-elze@jose-johanniter.de, Internet: www.johanniter.de

Giesen**Seniorenwohnpark Giesen GmbH**

Obernweg 21, 31180 Giesen, Telefon: 05121/2835784,

E-Mail: info@senioren-wohnpark.net,

Internet: www.senioren-wohnpark.net



AWO Wohnen & Pflegen
Zuhause im Alter

Durch den MDK
Sehr gut
mit „sehr gut“ bewertet

Bei uns werden Sie sich zu **Hause fühlen**.

Wir bieten Ihnen fachliche Pflege und Betreuung in **familiärer Atmosphäre** mit vielfältigem **Betreuungsangebot**.

Im LebensRaum und in unseren beiden Wohngruppen für **Demenzkranke** werden Sie sich sicher und geborgen fühlen.

Sollten Sie zeitweise nicht zu Hause gepflegt werden können, seien Sie unser Gast in der **Kurzzeit- oder Verhinderungspflege**.

AWO Wohnen & Pflegen gGmbH
Seniorenzentrum Hinrich-Wilhelm-Kopf
Wilhelm-Raabe-Str. 6 • 31137 Hildesheim • Tel. (0 51 21) 692-0

Gronau**Johanniter Stift Gronau**

Junkernstr. 6, 31028 Gronau, Tel: 05182/908870

Internet: www.johanniter.de

Hildesheim**ASB Betreute Wohnanlage**

Fahrenheitstr. 8, 31135 Hildesheim,

Kontakt: ASB Hildesheim/Hameln-Pyrmont, Telefon: 05121/5906-0,

E-Mail: info@asbhildesheim.de

Internet: www.asbhildesheim.de

Betreutes Wohnen Christophorstift

Hammersteinstr. 1, 3, 5, 13, 15, Himmelsthürer Str. 29,
31137 Hildesheim

Kontakt: Christophorstift e.V., Telefon: 05121/693-0,

E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de,

Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Betreutes Wohnen Haus Christophorus

Schützenwiese 37/38, 31137 Hildesheim,

Kontakt: Christophorstift e.V., Telefon: 05121/693-0,

E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de,

Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Betreutes Wohnen am Propsteihof

Geschwister-Scholl-Str. 5, 31139 Hildesheim,

Betreuung über den Christophorstift e.V.

Kontakt: Telefon 05121/9189233

Betreutes Wohnen Haus Sankt Georg

In der Schratwanne 55, 31141 Hildesheim,
Kontakt: Christophorusstift, Telefon: 05121/6930,
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de,
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

(Betreutes) Wohnen am Lindholzpark

Kurt-Schumacher-Str.42A, 31139 Hildesheim, Telefon:05060/960756

Haus Luise

Brühl 35–36, 31134 Hildesheim,
Kontakt: Altenpflegeheim St. Paulus, Telefon: 05121/109-0,
E-Mail: st.paulus@vinzenterinnen-hildesheim.de
Internet: www.vinzenterinnen-hildesheim.de

Lambertinum Seniorenwohnanlage gGmbH

Hohenstaufering 70, 31141 Hildesheim, Telefon: 05121/179220,
E-Mail: info@lambertinum.de, Internet: www.lambertinum.de

Servicewohnen in Drispstedt

Hildebrandstr. 60, 31135 Hildesheim,
Kontakt: Gemeinnützige Baugesellschaft zu Hildesheim AG,
Telefon: 05121/967-0,
E-Mail: info@gbg-hildesheim.de
Internet: www.gbg-hildesheim.de

Service-Wohnen am Steinberg (in Planung)

Hannah-Arendt-Straße, 31139 Hildesheim
Kontakt: Gemeinnützige Baugesellschaft zu Hildesheim AG,
Telefon: 05121/967-0,
E-Mail: info@gbg-hildesheim.de, Internet: www.gbg-hildesheim.de

Menschen würdig pflegen



mit Pflege-
Bestnoten

caritas senioren wohnen & pflege

SARSTEDT

Heilig Geist

Burgstraße 12
Telefon 05066 9920
info@altenzentrum-sarstedt.de
www.altenzentrum-sarstedt.de

HILDESHEIM

Magdalenenhof

Mühlenstraße 24
Telefon 05121 204090
info@caritas-magdalenenhof.de
www.caritas-magdalenenhof.de

Jetzt auch
Kurzeitpflege

Teresienhof

Steuerwalder Straße 18
Telefon 05121 206603
info@caritas-teresienhof.de
www.caritas-teresienhof.de

*Der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MDK) bewertete die Pflegeleistung der Einrichtungen mit „sehr gut“.



Stiftung Altenhilfe
caritas senioren wohnen & pflege

www.stiftung-altenhilfe-hildesheim.de

Servicewohnen im Ulmenweg

Ernst-Ohlmer-Str. 17, 31139 Hildesheim,
 Kontakt: AWO Kreisverband Hildesheim-Alfeld e. V.
 Telefon: 05121/1845
 Internet: www.awo-hi.de

Nordstemmen**Senioren-Residenz Nordstemmen GmbH**

Hauptstr. 51, 31171 Nordstemmen, Telefon: 05069/905-0,
 E-Mail: info@senioren-residenz-nordstemmen.de,
 Internet: www.senioren-residenz-nordstemmen.de

**Sarstedt****Altenzentrum Heilig Geist**

Burgstr. 12, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/9920,
 E-Mail: Az-heiliggeist@t-online.de,
 Internet: www.altenzentrum-sarstedt.de

Daheim Wohn-, Beratungs- und Pflege GmbH

Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/8191520,
 E-Mail: info@daheim-sarstedt.de, Internet: www.daheim-sarstedt.de

Schellerten**Seniorenwohnpark Schellerten GmbH**

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

Die Kreiswohnbau Hildesheim baut bzw. plant mehrere Wohnanlagen für Senioren unter dem Titel „Argentum“ in Sarstedt, Nordstemmen und Bad Salzdetfurth. Neben der Inanspruchnahme von Service- und Dienstleistungen wird die Nutzung von intelligenter Technik (Smart Home) möglich sein.

Auskunft erteilt:

Kreiswohnbau Hildesheim GmbH

Kaiserstr. 21, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/976 0
 E-Mail: info@kreiswohnbau-hi.de, Internet: www.kreiswohnbau-hi.de

Neben dem Betreuten Wohnen, bei dem in der Regel zwei Verträge geschlossen werden, sind im Stadtgebiet von Hildesheim Einrichtungen gegeben, in denen im Rahmen eines Pauschalbetrages Wohnen und umfangreiche Serviceleistungen zusammengefasst sind:

Wohnstift Christophorstift e.V.

Hammersteinstr.7, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/693-0,
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de,
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Servicewohnen im Seniorenzentrum Theaterresidenz

Teichstraße 23, 31141 Hildesheim, Telefon 05121/206900-0
E-Mail: kontakt@positana.de
Internet: www.positana.de

Vitanas Pflege Centrum Am Lönsbruch

Harlessemstraße 2, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/2840-0
E-Mail: am.loensbruch@vitanas.de
Internet: www.vitanas.de

5.3.2 Alternative Wohnformen

Eine weitere Möglichkeit, selbstbestimmt zu wohnen und dennoch nicht allein zu sein, bieten die verschiedenen Formen des gemeinschaftlichen Wohnens. In den vergangenen Jahren haben sie mehr und mehr an Bedeutung gewonnen.

Es gibt verschiedene Varianten, wie das Leben in Haus- und Wohngemeinschaften oder die Mehrgenerationenprojekte. Meistens hat dort jeder seinen abgeschlossenen Wohnbereich. Für gemeinsame Aktionen stehen Gemeinschaftsräume zur Verfügung. Die Bewohner sind an der Planung und Führung der Wohnprojekte beteiligt.

In Stadt und Landkreis Hildesheim sind folgende gemeinschaftliche Wohnformen entstanden, beziehungsweise in Planung:

Gemeinschaftliches Wohnen im Michaelisviertel

Kontakt: Gemeinnützige Baugesellschaft zu Hildesheim AG,
Telefon: 05121/967-0
E-Mail: info@gbg-hildesheim.de
Internet: www.gbg-hildesheim.de

Wohngemeinschaft Haus Sankt Georg Itzum

In der Schratwanne 56, 31141 Hildesheim,
Kontakt: Christophorstift e.V., Telefon: 05121/693-0,
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de,
Internet: www.christophorus-hildesheim.de,



Überzeugen Sie sich von unseren Vorteilen!

- Täglich 7 Menüs zur Auswahl
- Attraktive Rabatte für Firmenkunden
- Feiertags- und Wochenendmenüs
- Keine Vertragsbindung und kein Mindestbestellzeitraum
- Kostenlose Anlieferung und gratis Dessert

Probieren Sie es aus: Telefon **0800-150 150 5** oder im Internet unter **www.meyer-menue.de**

Gemeinschaftliches Wohnen in der Oststadt (in Planung)

Orleansstraße 46, 31135 Hildesheim

Kontakt: Neues Wohnen in Hildesheim, Fr. Willke-Fischer,

Telefon 05121/9361-28

Der Landkreis Hildesheim, die Volkshochschule Hildesheim sowie die Stadt Elze planen in einem Projekt die Initiierung und Umsetzung von neuen generationsübergreifenden Wohnformen in der „Modellkommune Elze“.

Kontakt: **Stadt Elze**, Hauptstr. 61, 31008 Elze, Frau Windhausen,

Telefon 05068/464-40

**5.4 Leben in Alten- und Pflegeheimen**

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 einem Alten- und Pflegeheim erforderlich werden.

Die Alten- und Pflegeheime sind in Funktion, Ausstattung und Personal so gestaltet, dass sie das Leben trotz der Pflegebedürftigkeit so angenehm wie möglich machen. Nachfolgend sollen einige Hinweise zur Aufnahme in einer Pflegeeinrichtung gegeben werden.

5.4.1 Finanzierung der Heimkosten/ Heranziehung Unterhaltspflichtiger

Vielen Menschen fehlt das Geld, die gesamten Heimkosten über einen längeren Zeitraum zu bezahlen.

Ein Teil der Heimkosten kann auf Antrag von der Pflegeversicherung übernommen werden. Die Höhe des gezahlten Betrages hängt vom Umfang der Pflegebedürftigkeit ab. Um eine Pflegestufe zu erhalten, muss bei der Pflegekasse ein Antrag gestellt werden. Diese beauftragt vornehmlich den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK), der in der Regel bei einem Hausbesuch die Pflegebedürftigkeit festlegt. Die Pflegekasse teilt dem Antragsteller mit, welche Pflegestufe er zugesprochen bekommt.

Folgende Beträge werden bei Vorliegen einer Pflegestufe übernommen:

Pflegestufe I	1.023,00 €
Pflegestufe II	1.279,00 €
Pflegestufe III	1.550,00 €
(Härtefall)	1.918,00 €

Die darüber hinaus entstehenden Kosten müssen als Eigenanteil aus dem Einkommen und Vermögen gezahlt werden. Neben dem monatlichen Einkommen zählen zu den Vermögenswerten insbesondere Bar- und Sparvermögen sowie Immobilien.

Reicht das Einkommen und Vermögen dafür nicht aus, kann ein Antrag auf Sozialhilfe gestellt werden. In diesem Fall ist bis auf einen monatlichen Barbetrag („Taschengeld“) das gesamte Einkommen sowie das Vermögen, abzüglich eines Selbstbehaltes von 2.600,00 €, einzusetzen. Bei Ehepaaren liegt der Selbstbehalt bei 3.214,00 €. Wurden in den vergangenen zehn Jahren vor der Heimaufnahme Vermögenswerte verschenkt, sind diese zurückzufordern. Die Einkommens- und Vermögensverhältnisse der Kinder und Ehepartner werden ebenfalls geprüft. Sie sind nach dem Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) verpflichtet, Unterhalt an die Eltern oder den Ehepartner zu zahlen.

Auskunft erteilt:

Stadt Hildesheim, Fachbereich Soziales und Senioren

Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim,
Telefon 05121/301-4200

Landkreis Hildesheim, Fachdienst 403 –

Leistungen der Sozialhilfe

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim,
Telefon 05121/309-0

Das
Lebens
WERK[®]



**PFLEGEBERATUNG –
kostenfrei und kompetent**
Tel. 05066 9 04 89-0

Wir, das Lebenswerk, sind erfahrene Experten auf dem Gebiet der Pflege und Betreuung und haben uns zur Aufgabe gemacht, Sie bei der Beantwortung Ihrer Fragen zu unterstützen und Ihnen mit Rat und Tat zur Seite zu stehen.

Buddes Hof
Ihr Senioren- und
Pflegezentrum
Tel. 05129 97 150

Sonnenkamm
IHR SENIEN- & PFLEGEZENTRUM
LEBEN - WOHNEN - WOHLFÜHLEN
Tel. 05066 90 48 90

Ambulante Pflege
ZUHAUSE RUNDUM VERSORGT
Tel. 05121 133 783

- Kompetente Pflege und Betreuung in familiärer Atmosphäre
- Hohes Maß an persönlichem Service
- Vollstationäre Pflege
- Urlaubsbetreuung, Kurzzeitpflege
- Hauseigene Küche
- Hochwertig ausgestattete Appartements
- Bezaubernde Gartenanlage

- Urlaubsbetreuung, Kurzzeit- und Vollstationäre Pflege
- Umfassende persönliche und telefonische Beratung
- Betreuung demenziell Erkrankter
- Parkanlage mit Sonnenterrasse
- Hauseigene Küche und Friseur
- Modernes, öffentliches Café

- Preiswert, zuverlässig und kompetent
- Professionelle Pflege und Betreuung
- Hauswirtschaftl. Hilfe und Versorgung
- Bezugspflege durch zuverlässiges Stammpersonal
- Partner aller Kranken- und Pflegekassen
- Wundtherapiestützpunkt

info@daslebenswerk.de · www.daslebenswerk.de

5.4.2 Rechte der Heimbewohner

Bewohner von Alten- und Pflegeheimen werden durch das Heimgesetz vor Beeinträchtigungen geschützt. Sie haben die Möglichkeit, als Interessen- und Mitsprachevertretung einen Heimbeirat oder Heimfürsprecher zu wählen.

Um die Einhaltung der gesetzlichen Grundlagen zu gewährleisten, gibt es zudem eine Heimaufsicht, die der Verwaltung der Stadt oder des Landkreises zugeordnet ist. Zu den Tätigkeiten der Heimaufsicht gehören eine Informations- und Beratungspflicht sowie eine Reihe von Überwachungs- und Kontrollaufgaben in den Pflegeeinrichtungen.

Auskunft erteilt:

**Heimaufsicht der Stadt Hildesheim,
Fachbereich Soziales und Senioren**

Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim,
Telefon: 301-4262 oder -4263,
E-Mail: Heimaufsicht@stadt-hildesheim.de

**Heimaufsicht des Landkreises Hildesheim,
Fachdienst 404 – Planung der Sozialhilfe/Betreuungsstelle**

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim,
Telefon 05121/309-0

CHRISTOPHORUSSTIFT

www.christophorus-hildesheim.de



Wir sind da, wo alte Menschen Hilfe brauchen.

Haus Sankt Georg
25 seniorenrechtliche Wohnungen
Betreute Wohngruppe & Tagespflege

In der Schratwanne 55 · 31141 Hildesheim · Tel.: (0 51 21) 693 – 0

5.4.3 Verzeichnis der Alten- und Pflegeheime

Alfeld

Alten- und Pflegeheim „St. Elisabeth“

Bodelschwinghstr. 2, 31061 Alfeld, Telefon: 05181/809-0,
E-Mail: elisabeth@diakonie-hildesheim.de,
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Park Residenz Alfeld

Antonianger 42, 31061 Alfeld, Telefon: 05181/93000,
E-Mail: park-residenz@tewes.cc, Internet: www.tewes.cc

Senioren- und Pflegeheim Alfeld GmbH

Hildesheimer Str. 72, 31161 Alfeld, Telefon: 05181/8431-0

Senioren- und Pflegeheim Rosengarten

August-Wegener-Str. 10, 31161 Alfeld, Telefon: 05181/80713

Algermissen

Landresidenz Algermissen GmbH

Jahnstr. 1A, 31191 Algermissen, Telefon: 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, Telefon: 05063/2075

Alten- und Pflegeheim Willig OHG

Salinenstr. 31–34, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon: 05063/90860,
E-Mail: info@altenpflege-willig.de, Internet: www.altenpflegeheim-willig.de

Bockenem

Alten- und Pflegeheim Timpe GmbH

Befferberg 11, 31167 Bockenem, Telefon: 05067/1510,
E-Mail: info@aph-timpe.de, Internet: www.aph-timpe.de

Alten- und Pflegeheim Wosnitza

Steinmetzweg 11, 31167 Bockenem, Telefon: 05067/9104-0,
E-Mail: aph-wosnitza@t-online.de,
Internet: www.altenheim-bockenem.de

DRK-Seniorenheim Bockenem

Jägerhausstr. 2, 31167 Bockenem, Telefon: 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 OT Volkersheim,
Telefon: 05067/24772-0
E-Mail: drk-seniorenheim-volkersheim@drk.hildesheim-marienburg.de
Internet: www.drk.hildesheim-marienburg.de

Senioren- und Pflegezentrum Berndt GmbH

Am Krohn 1, 31167 Bockenem, Telefon: 05067/91080,
E-Mail: hl-volkersheim@lebenwiesiewollen.de

Diekholzen**Seniorenpark Diekholzen**

Bahnberg 4, 31199 Diekholzen, Telefon: 05121/2077-0,
E-Mail: info@hesena.de
Internet: www.hesena.de

Seniorenpflegeheim Waldblick Diekholzen GmbH

Am Ziegenberg 4, 31199 Diekholzen, Telefon: 05121/20980,
E-Mail: info@seniorenpflege-waldblick.de,
Internet: www.seniorenpflege-waldblick.de

Duingen**Seniorenwohnpark Duingen GmbH**

Am Bahnhof 3, 31089 Duingen, Telefon: 05185/957496,
E-Mail: info@seniorenwohnpark.biz,
Internet: www.seniorenwohnpark.biz

Elze**Altenpflegeeinrichtung Haus Sissi GmbH**

Geseniusstr. 20, 31008 Elze-Esbeck, Telefon: 05182/6104,
E-Mail: heimleitung@haussissi.de, Internet: www.haussissi.de

Johanniter-Stift Elze

Sehlder Str. 6, 31008 Elze, Telefon: 05068/932308,
E-Mail: info-elze@jose-johanniter.de, Internet: www.johanniter.de

Senioren- und Pflegeheim Haus Wülfingen

Im Teiche 6, 31008 Elze OT Wülfingen, Telefon: 05068/4064,
E-Mail: haus.wuelfingen@t-online.de
Internet: www.haus-wuelfingen.de

Freden**Pflegeheim Herrenhaus Winzenburg GmbH**

Domänenweg 3–7, 31088 Winzenburg, Telefon: 05184/94000,
E-Mail: info@herrenhaus-winzenburg.de
Internet: www.herrenhaus-winzenburg.de

**Dr. med. Ernst-August Wilkening Pflegeheime GmbH –
Haus Winzenburg**

Zum Apenteich 5, 31088 Winzenburg, Telefon: 05184/94010,
Internet: www.dr-wilkening.de

Seniorenpark Winzenburg GmbH

Am Schaperkamp 12, 31088 Winzenburg, Telefon: 05184/7990,
E-Mail: seniorenpark@tewes.cc, Internet: www.tewes.cc

Giesen**Seniorenwohnpark Giesen GmbH**

Obernweg 21, 31180 Giesen, Telefon: 05121/2835784,
E-Mail: info@senioren-wohnpark.net,
Internet: www.senioren-wohnpark.net

Gronau**DRK Alten- und Pflegeheim Banteln**

Im Park 3, 31029 Banteln, Telefon: 05182/6051,
E-Mail: ph-banteln@drk-alfeld.de, Internet: www.drk-alfeld.de

DRK Alten- und Pflegeheim Gronau

Burgstr. 21, 31028 Gronau, Telefon: 05182/430,
E-Mail: aph-gronau@drk-alfeld.de, Internet: www.drk-alfeld.de

Johanniter Stift Gronau

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

Harsum**Altenpflegeheim St. Elisabeth, Die Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom heiligen Vinzenz von Paul**

Kaiserstr. 24, 31177 Harsum, Telefon: 05127/215611,
Internet: www.st-elisabeth-harsum.de

Seniorenzentrum Cäcilienhof

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

Hildesheim**Altenpflegeheim St. Paulus, Kongregation der Barmherzigen Schwestern vom hl. Vinzenz von Paul**

Neue Str. 21, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/109-0,
E-Mail: st.paulus@vinzentinerinnen-hildesheim.de
Internet: www.vinzentinerinnen-hildesheim.de



Ambulante Krankenpflege GmbH
Krankenpflege • Altenpflege • Haushaltshilfe
Seniorenbetreuung • Kinderbetreuung
Vertragspartner aller Kassen
Bad Salzdetfurth-Diekholzen · Hildesheim
Südwaldstraße 5-7 · 31199 Diekholzen
Telefon 0 51 21 / 1 77 30 00 · Telefax 0 51 21 / 1 77 30 29
E-Mail: info@reka-pflegedienst.de



Weißt Du noch?
Unsere erste Wohnung. **gbg**
wohnen
in Hildesheim

X Für's Leben.

Einfach Wohnsinn!

Tel. (05121) 967-0 - www.gbg-hildesheim.de
das wohnungs- und serviceunternehmen der stadt

AWO Seniorenzentrum Hinrich-Wilhelm-Kopf

Wilhelm-Raabe-Str. 6, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/692-0,
E-Mail: volker.hagemann@awo-wup.de, Internet: www.awo-wup.de

CARA Seniorenresidenz „Am Immengarten“

Immengarten 31, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/887-0,
E-Mail: immengarten@cara-seniorendienste.de,
Internet: www.cara-seniorendienste.de

CARA Seniorenresidenz „Am Moritzberg“

Brauhausstr. 41b, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/406-0,
E-Mail: moritzberg@cara-seniorendienste.de,
Internet: www.cara-seniorendienste.de

**Caritas Senioren- und Pflegeheim Magdalenenhof,**

Mühlenstr. 24, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/204090,
E-Mail: meyer@caritas-magdalenenhof.de,
Internet: www.caritas-magdalenenhof.de

Caritas Senioren- und Pflegeheim Teresienhof,

Steuerwalder Str. 18, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/206603,
E-Mail: info@caritas-teresienhof.de,
Internet: www.caritas-teresienhof.de

Christophorusstift

Hammersteinstr. 7, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/693-0,
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de,
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

DRK-Alten- und Pflegeheim Grenzmark

Langelinienwall 21/22, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/33095,
E-Mail: drk-altenheim-grenzmark@t-online.de,
Internet: www.schwesterschaft-hannover.drk.de

Ev. Altenheim „Am Steinberg“

Schlesierstr. 7, 31139 Hildesheim, Telefon: 05121/200-0,
E-Mail: post@altenheim-am-steinberg.de,
Internet: www.altenheim-am-steinberg.de

Lambertinum Seniorenwohnanlage gGmbH

Hohenstaufering 70, 31141 Hildesheim, Telefon: 05121/179220,
E-Mail: info@lambertinum.de, Internet: www.lambertinum.de



BWV: Lebensräume!

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

100

1909-2009 ▲

BWV · Theaterstraße 7/8 · 31141 Hildesheim · Telefon 05121 17099-70 · eMail: info@bwv-hi.de · www.bwv-hi.de

 **BWV**
Beamten-Wohnungs-
Verein zu Hildesheim eG

Michaelisheim

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

Pflegehausgemeinschaften Haus Christophorus,

Christophorusstift gGmbH
Schützenwiese 37/38, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/693-0,
E-Mail: mail@christophorus-hildesheim.de,
Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Professor-König-Heim, DRK Hildesheim

Ortelsburger Str. 21, 31141 Hildesheim, Telefon: 05121/88670,
E-Mail: barbara.gaida@kv-hildesheim.drk.de,
Internet: www.drk-hildesheim.de

Theaterresidenz, Positana GmbH

Teichstr. 23, 31141 Hildesheim, Telefon: 05121/206900-0,
E-Mail: kontakt@positana.de, Internet: www.positana.de

Vitanas Senioren Centrum Am Lönsbruch

Harlessemstr. 2, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/2840-0,
E-Mail: am.loensbruch@vitanas.de, Internet: www.vitanas.de

Holle**Alten- und Pflegeheim Landhaus Vorholz**

Vorholz 1, 31188 Holle, Telefon: 05062/308,
E-Mail: info@lanhaus-vorholz.de, Internet: www.landhaus-vorholz.de

Seniorenzentrum Holle GmbH

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

Lamspringe**Senioren- und Pflegeheim Lamspringe**

Wöllersheimer Weg 7, 31195 Lamspringe, Telefon: 05183/9410-0

Nordstemmen**Senioren-Residenz Nordstemmen GmbH**

Kötnerweg 1, 31171 Nordstemmen, Telefon: 05069/905-0,
E-Mail: info@senioren-residenz-nordstemmen.de,
Internet: www.senioren-residenz-nordstemmen.de

Integra Seniorenpflegezentrum Nordstemmen

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

Sarstedt**Altenheim St. Nicolai**

Lindenallee 5, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/7064-0,
E-Mail: nicolai@diakonie-hildesheim.de,
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Altenzentrum Heilig Geist

Burgstr. 12, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/9920,
E-Mail: az-heiliggeist@t-online.de,
Internet: www.altenzentrum-sarstedt.de

Senioren- und Pflegezentrum Sonnenkamp

Am Sonnenkamp 79–81, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/904890,
E-Mail: info@sonnenkamp.com, Internet: www.sonnenkamp.com

Schellerten**Seniorenwohnpark Schellerten GmbH**

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

Sibbesse**Seniorenheim Almetal GmbH**

Bergstr. 3, 31079 Almstedt, Telefon: 05060/20020,

Söhlde**Senioren- und Pflegezentrum Buddes Hof**

Bockmühlenstr. 6, 31185 Söhlde, Telefon: 05129/9715-0,
E-Mail: info@pflege-buddeshof.de,
Internet: www.buddeshof.com

Seniendomizil Hoheneggelsen GmbH

Hauptstr. 57, 31185 Söhlde OT Hoheneggelsen, Telefon: 05129/970-0,
E-Mail: info@kollmeier-pflegeheime.de,
Internet: www.kollmeier-pflegeheime.de



ANDREAS-APOTHEKE

Frank Denecke
Almsstr. 3 und Kurzer Hagen 18/20
31134 Hildesheim
Tel.: 05121/9176-0
www.andreas-apo.de

Seniengerechte Apotheke
Wir sind von der Bundesarbeitsgemeinschaft der Senioren-Organisationen e.V. erneut mit „sehr gut“ bewertet worden.





Brillenmode
Contactlinsen
Königstraße 8
31167 Bockenem

Telefon:
0 50 67/16 98
Telefax:
0 50 67/15 35
email: boweoptik@gmx.de

Öffnungszeiten:

Montag - Mittwoch	8.30 - 13.00	und	14.30 - 18.00 Uhr
Donnerstag	8.30	durchgehend bis	19.00 Uhr
Freitag	8.30 - 13.00	und	14.30 - 19.00 Uhr
Samstag	8.30 - 13.00 Uhr		

und nach Vereinbarung



Gesundheit und Pflege

Wann fängt in unserem Jahrhundert das Alter an? Schwer zu sagen, denn die Menschen fühlen sich aufgrund einer gesunden Ernährung und guter medizinischer Betreuung immer länger fit und vital. Die Lebensqualität im Alter verbessert sich kontinuierlich.

Oft jedoch kann sich das von einem Tag auf den anderen ändern: Ein Unfall oder eine Krankheit kann jeden ereilen. Alle Beteiligten stehen dann vor der Frage, wie sie bestmöglich ihre eigene Lebensqualität und die des Betroffenen erhalten können, wenn ihnen die tägliche Sorge um ihren Angehörigen neben Beruf und Familie über den Kopf wächst. Ein breit gefächertes Hilfsangebot kann in diesem Fall Unterstützung gewähren.

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, Wäsche waschen und Bügeln nicht mehr erledigt werden können, bieten Privatpersonen, private Unter-

nehmen, viele der Sozialstationen und ambulante Pflegedienste hauswirtschaftliche Hilfe an.

Anbieter:

Die Liste der **Sozialstationen** und ambulanten **Pflegedienste** in Stadt und Landkreis finden Sie auf Seite 66.

Weitere Informationen erhalten Sie bei den Pflegestützpunkten für Stadt und Landkreis Hildesheim, s. Kapitel 1.4.

6.2.2 Mobile 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:

Diakoniestation Bockenem-Hoheneggelsen

Bürgermeister-Sander-Str. 10, 31167 Bockenem,

Telefon: 05067/697237,

E-Mail: dsst.bockenem-hoheneggelsen@evlka.de,

Internet: www.diakoniestation-boho.de

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Kreisverband Hildesheim-Alfeld, Sozialzentrum Alfeld

Perkstr. 27, 31061 Alfeld, Telefon 05181/8435-0,

E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de,

Internet: www.paritaetischer.de/Kreisgruppen/Alfeld

Paritätischer Wohlfahrtsverband, Kreisverband Hildesheim-Alfeld, Sozialzentrum Hildesheim

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

Johanniter Ortsverband Hildesheim

Cheruskerring 53, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/74871-0,
E-Mail: Info@juh-hildesheim.de, Internet: www.juh-hildesheim.de

Meyer Menü Hildesheim

Schinkelstr. 17, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/281250,
Internet: www.lecker-lecker.de

Stationärer Mittagstisch

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 auf Seite 53.



Bestattungen

Tag und Nacht erreichbar!

ABTMEYER
Inh. Jens K.-Büchner

0 51 21 / 76 51-20

Steuerwalder Straße 7 • 31137 Hildesheim

6.2.3 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 eine Pflegestufe zuerkannt, gewährt die zuständige Pflegekasse auf Antrag einen Zuschuss zu den Kosten.

Anbieter eines Hausnotrufsystems:

Arbeiterwohlfahrt

Hildesheimer Str. 8C, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon 05063/789
Internet: www.awo-hi.org



Dr. Walter Seeland Zahnarzt

*Prophylaxe
ästhetische Zahnheilkunde
intraoraler Scanner
(Kronen- und Brückenherstellung OHNE Abdruck)
hochwertiger Zahnersatz
Parodontologie
Implantologie
ambulante Operationen (ggf. Vollnarkose)*

Zahnarztpraxis Dr. Walter Seeland
Henri-Dunant-Straße 8 · 31141 Hildesheim
Telefon 05121 / 8 10 32 · Fax 05121 / 87 69 47
info@zahnarzt-seeland.de · www.zahnarzt-seeland.de

Deutsches Rotes Kreuz

Burgstr. 21, 31028 Gronau, Telefon 05182/961046,
Internet: www.drk-kvalfeld.de

Arbeiter-Samariter-Bund

Hildebrandstr. 63, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/59060,
Internet: www.asb-hildesheim.org

Arbeiterwohlfahrt

Osterstr. 39A, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/1845,
Internet: www.awo-hi.org

Die Johanniter

Cheruskerring 53, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/74871-48,
Internet: www.juh-hildesheim.de

Malteser Hilfsdienst

Waterloostr. 25, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/513300,
Internet: www.malteser-hildesheim.de

Weiterhin bieten viele private Pflegedienste ein Hausnotrufsystem an.

CHRISTOPHORUSSTIFT

www.christophorus-hildesheim.de



Wir sind da, wo alte Menschen Hilfe brauchen.

Ambulanter Dienst Christophorus

Hammersteinstr. 7 · 31137 Hildesheim · Tel.: (0 51 21) 693 – 693
auch in Itzum: In der Schratwanne 37 · Tel.: (05121) 93 56 330

6.2.4 Häusliche Pflege

Pflegebedürftige haben bei häuslicher Pflege Anspruch auf Leistungen ihrer Pflegeversicherung. Dazu ist ein Antrag bei der zuständigen Pflegekasse zu stellen.

Pflegebedürftig ist, wer wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Krankheit oder Behinderung im Bereich der Körperpflege, der Ernährung, der Mobilität und der hauswirtschaftlichen Versorgung auf Dauer, voraussichtlich für mindestens sechs Monate, in erheblichem oder höherem Maße der Hilfe bedarf.

Über die Feststellung der Pflegebedürftigkeit entscheidet die zuständige Pflegekasse auf der Grundlage einer Begutachtung durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK).

Die Pflegebedürftigkeit wird in drei Pflegestufen eingeteilt:

Pflegestufe I = erhebliche Pflegebedürftigkeit,

Pflegestufe II = Schwerpflegebedürftigkeit,

Pflegestufe III = Schwerstpflegebedürftigkeit.

Seit 2013 erhalten auch Pflegebedürftige mit eingeschränkter Alltagskompetenz mit der Pflegestufe 0, insbesondere an Demenz erkrankte Menschen, Pflegegeld oder Pflegeschleistungen. Ergänzende Informationen im Kapitel 6.6 Hilfe bei Demenz.

Nach Zuerkennung einer Pflegestufe kann zwischen folgenden Leistungen gewählt werden:

Pflegegeld für selbst beschaffte Pflegehilfen (§ 36 SGB XI)

Bei der Zahlung von Pflegegeld wird vorausgesetzt, dass die erfor-

Ambulante Pflege	Demenz-Beratung	Mobile Dienste	Essen auf Rädern	Schwerstbehinderten-Betreuung	Selbsthilfe	„eigenständig, versorgt, zufrieden“
------------------	-----------------	----------------	------------------	-------------------------------	-------------	-------------------------------------





Pflege, Betreuung, gutes Essen... wir sorgen dafür, dass es Ihnen in den eigenen vier Wänden gut geht mit Sicherheit



**DER PARITÄTISCHE
HILDESHEIM-ALFELD**

*Das
Zuhause genießen*

Tel.: (0 51 21) 74 16 0
www.hildesheim.paritaetischer.de
 Paritätischer Hildesheim-Alfeld, Lilly-Reich-Straße 5, 31137 Hildesheim
 Fax: (0 51 21) 74 16-20, E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de

derliche Grundpflege und hauswirtschaftliche Versorgung 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:

Pflegestufe

ohne eingeschränkte Alltagskompetenz		mit eingeschränkter Alltagskompetenz
Stufe 0	--	Stufe 0 120,00 €
Stufe I	235,00 €	Stufe I 305,00 €
Stufe II	440,00 €	Stufe II 525,00 €
Stufe III	700,00 €	Stufe III 700,00 €

Pflegesachleistungen (§ 37 SGB XI)

Die Grundpflege und die hauswirtschaftliche Versorgung werden in diesen Fällen durch Pflegekräfte ambulanter Pflegedienste erbracht. Die Liste der ambulanten Pflegedienste befindet sich auf Seite 66.

Der Anspruch beträgt je Kalendermonat bei:

ohne eingeschränkte Alltagskompetenz		mit eingeschränkter Alltagskompetenz
Stufe 0	--	Stufe 0 225,00 €
Stufe I	450,00 €	Stufe I 665,00 €
Stufe II	1.100,00 €	Stufe II 1.250,00 €
Stufe III	1.550,00 €	Stufe III 1.550,00 €
In Härtefällen	1.918,00 €	in Härtefällen 1.918,00 €

Kombinationsleistungen (§ 38 SGB XI)

Um eine optimale, auf die individuellen Bedürfnisse abgestimmte Pflege zu gewährleisten, ist eine Kombination von Pflege durch ei-

nen ambulanten Dienst und die Auszahlung von Pflegegeld möglich. Das Pflegegeld verringert sich in diesem Fall anteilig um den Wert der in Anspruch genommenen Sachleistung.

Wer nicht pflegeversichert ist oder von der Pflegekasse nicht eingestuft wurde, kann für die Leistungen der häuslichen Pflege einen Antrag nach § 61 SGB XII beim zuständigen Träger der Sozialhilfe stellen. Das gilt auch, wenn die Leistungen der Pflegekasse nicht ausreichen. Der Anspruch nach § 61 SGB XII ist nachrangig, das heißt, dass vorab immer eine Prüfung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse und der Unterhaltsverpflichtung der Angehörigen erfolgt.

6.2.5 Vereinbarkeit von Beruf und Pflege

Pflegezeit

Berufstätige Angehörige haben Anspruch auf unbezahlte Freistellung für längstens sechs Monate, wenn sie einen pflegebedürftigen nahen Angehörigen pflegen, bei dem mindestens die Pflegestufe 1 vorliegt. Sie können zwischen der vollständigen oder teilweisen Freistellung von der Arbeit wählen. Der Anspruch besteht nur gegenüber Arbeitgebern mit mehr als 15 Beschäftigten.

Kurzzeitige Arbeitsverhinderung

Berufstätige Angehörige haben das Recht, bis zu 10 Arbeitstage der Arbeit fernzubleiben, um für nahe Angehörige die Pflege zu organisieren. Voraussetzung ist eine ärztliche Bescheinigung über die voraussichtliche Pflegebedürftigkeit des Angehörigen und die Erforderlichkeit der Arbeitsbefreiung.

Familienpflegezeit

Die Familienpflegezeit ist eine weitere Möglichkeit, Beruf und Pflege eines nahen Angehörigen miteinander zu verbinden. Danach kann im Einvernehmen mit dem Arbeitgeber die Wochenarbeitszeit in einem Zeitraum von maximal zwei Jahren auf bis zu 15 Stunden reduziert werden. Es besteht in dieser Zeit Kündigungsschutz und das reduzierte Gehalt wird um die Hälfte der Kürzung vom Arbeitgeber aufgestockt. Nach Ende der Familienpflegezeit wird in der Nachpflegezeit so lange das reduzierte Gehalt weitergezahlt, bis der Gehaltsvorschuss ausgeglichen ist.

Weitere Informationen erhalten Sie bei den Pflegestützpunkten für Stadt und Landkreis Hildesheim und im Internet: www.familien-pflege-zeit.de

6.2.6 Verzeichnis der ambulanten Kranken- und Pflegedienste

Alfeld

DRK Alfeld Ambulante Pflegedienst GmbH

Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld, Telefon: 05181/829482,
E-Mail: [sst-alfeld@drk-alfeld.de](mailto:ssst-alfeld@drk-alfeld.de), Internet: www.drk-kvalfeld.de

Paritätische Dienste – Sozialstation

Perkstr. 27, 31061 Alfeld, Telefon: 05181/843513,
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de,
Internet: www.paritaetischer.de/Kreisgruppen/Alfeld

Sozialstation Eschershausen (Außenstelle Alfeld)

Winzenburger Str. 43, 31061 Alfeld, Telefon: 05181/2899773,
E-Mail: www.sozialstation.eschershausen@evlk.de
Internet: www.info-sozialstation.de

Ambulante Pflege der Wohnpark Alfeld GmbH

Antonianger 42, 31061 Alfeld, Telefon: 05181/93000,
E-Mail: wohnpark@park-residenz-alfeld.de,
Internet: www.tewes.cc

Häuslicher Pflegedienst Ute Dickhut

Winzenburger Str. 6, 31061 Alfeld, Telefon 05181/26922

Häusliche Pflege – Sabine Paland

Hinsiekweg 8, 31061 Alfeld, Telefon 05181/24250
E-Mail: info@pflegedienst-alfeld.de,
Internet: www.pflegedienst-paland.de

Algermissen

Ambulante Krankenpflege Rochlitz-Furich

Marktstr. 48, 31191 Algermissen, Telefon: 05126/96451,
E-Mail: ambulante-pflege@rochlitz-furich.de,
Internet: www.rochlitz-furich.de

Bad Salzdetfurth

AWO Sozialstation Bad Salzdetfurth – Groß Dungen

Hildesheimer Str. 8C, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon: 05064/950480,
E-Mail: info@awo-hi.org, Internet: www.awo-hi.org

Ambulante Krankenpflege Ehlers

Oberstr. 28, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon: 05063/277777
E-Mail: info@pfl egeteam-ehlers.de, Internet: www.pfl egeteam-ehlers.de

Ambulanter Pflegedienst Medicus GmbH

Salzpfännerstr. 6, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon: 05063/271747

Bockenem**Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH**

Bürgermeister-Sander-Str. 10, 31167 Bockenem,

Telefon: 05067/697237,

E-Mail: info@diakoniestation-hildesheimer-land.de,

Internet: www.diakoniestation-hildesheimer-land.de

medicus GmbH

Am Krohm 1, 31167 Bockenem, Telefon: 05063/271747

Ambulanter Pflegedienst – Isolde Lohmann

Ziegeleistr. 16, 31167 Bockenem, Telefon: 05067/246973

Diekholzen**AWO Sozialstation Bad Salzedtfurth-Diekholzen**

Alfelder Str. 16, 31199 Diekholzen, Telefon: 05121/264945,

E-Mail: info@awo-hi.org, Internet: www.awo-hi.org

REKA Ambulante Krankenpflege GmbH

Südwaldstr. 5–7, 31199 Diekholzen, Telefon: 05121/1773000,

E-Mail: info@reka-pflegedienst.de, Internet: www.rekapflege.de

Duingen**Häuslicher Pflegedienst Bettina Kirk**

Am Kühlenhofe 21, 31093 Hoyershausen, Telefon: 05181/3614,

E-Mail: info@pflegedienst-kirk.de, Internet: www.pflegedienst-kirk.de

DRK Sozialstation Gronau-Duingen

(siehe unter Gronau)

Elze**DRK Sozialstation Elze-Nordstemmen**

(siehe unter Nordstemmen)

Vitas – Ambulanter Pflegedienst

Hauptstr. 69, 31008 Elze, Telefon: 05068/931650



**Ambulantes
Zentrum
Hildesheim**

für ganzheitliche und psychiatrische Begleitung GmbH

**Begleitung
auf Augenhöhe**

**Ambulante psychiatrische
Fachpflege**

Soziotherapie

Ergotherapie

**Ambulantes betreutes
Wohnen**

Almsstraße 32

31134 Hildesheim

Tel.: 0 51 21 - 40 88 03-0

info@ambulantes-zentrum-hildesheim.de



Club „aktiv55“ – der besondere Kundenclub der Volksbank Hildesheimer Börde eG

- Wichtige Informationen rund um die Themen Geld, Erben/Vererben, Steuern ...
- Gemeinsame Erlebnisse
- Außergewöhnliche Begegnungen
- Tipps zu Gesundheit, Kochen, Garten, Bewegung ...
- Attraktive Bank- und Versicherungsangebote mit aktiv55-Rabatt

**Sie möchten
Clubmitglied
werden?**

Rufen Sie uns an!

Ihre Ansprechpartner

Ulrike Duderstadt &
Brigitta Brinkmann
☎ 05129 809-83

Manfred Barthels
☎ 05129 809-68



HI-Börde Volksbank

☎ 05129 809-68 · www.vbhb.de

EMPHASIS MENSCHLICH

Freden

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

amura – Pflege & Fürsorge

Moppengasse 6, 31085 Everode, Telefon: 05184/9500599,
E-Mail: info@amura-pflege.de, Internet: www.amura-pflege.de

Eldercare – Mobile Pflege

Am Schillerplatz 2, 31084 Freden, Telefon: 05184/791662,
E-Mail: svenjaschwartz@hotmail.com

Giesen

Ambulante Krankenpflege Berezow GmbH

Brückenstr. 3, 31180 Giesen OT Hasede, Telefon: 05121/93120,
E-Mail: info@berezow-gmbh.com,
Internet: www.berezow-gmbh.de

Caritas St. Bernward Ambulante Pflege gGmbH

Alte Heerstr. 15, 31180 Giesen, Telefon: 05066/2444,
E-Mail: sozialstation-foerste@caritas-hildesheim.de,
Internet: www.ambulante-pflege-hildesheim.de

Gronau

Die Mobile

Hauptstr. 18, 31028 Gronau, Telefon: 05182/923110,
E-Mail: die-mobile@t-online.de

DRK Sozialstation Gronau-Duingen

Johanniterstr. 2A, 31028 Gronau, Telefon: 05182/947908,
E-Mail: [sst-gronau@drk-alfeld.de](mailto:ss-t-gronau@drk-alfeld.de), Internet: www.drk-kvalfeld.de

Harsum**Pflegedienst Andrea Thoni**

Am Mühlenkamp 11, 31177 Harsum/Adlum, Telefon: 05123/408811,

Medicar

Breite Str. 6, 31177 Harsum, Telefon: 05127/69718

E-Mail: medicar-ambulante-pflege@web.de

Hildesheim**Alea Vita – Ambulante Pflege**

Elzer Str. 125, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/997959,

Ambulante Altenpflege Brandes

Wetzellplatz 2, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/44530,

E-Mail: info@brandes-altenpflege.de,

Internet: www.brandes-altenpflege.de

Ambulante Krankenpflege Hildesheim GmbH im Medicinum

Goslarsche Landstr. 19, 31135 Hildesheim, Telefon: 05121/31211,

E-Mail: info@krankenpflege-hildesheim.de,

Internet: www.krankenpflege-hildesheim.de

Ambulante Krankenpflege & Seniorenbetreuung

Sigrid Magnus-Ernst

Achtumer Lindenkamp 6, 31135 Hildesheim, Telefon: 05121/164570,

E-Mail: magnus-ernst@gmx.de, Internet: www.magnus-ernst.de

Ambulante Pflege Das Lebenswerk

Burgstr. 32, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/133783,

E-Mail: info@daslebenswerk.de, Internet: www.daslebenswerk.de

Ambulanter Pflegedienst Viktoria

Steuerwalder Str. 3, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/6900332

ASB Ambulanter Pflegedienst

Hildebrandstr. 63, 31135 Hildesheim, Telefon: 05121/5906-0,

E-Mail: pflegedienst@asbhildesheim.de,

Internet: www.asb-hildesheim.org

AWO Ambulante Pflege, Soziales Zentrum im Torhaus

Osterstr. 39A, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/1845,

E-Mail: info@awo-hi.org, Internet: www.awo-hi.org

biber – Gesellschaft für ambulante Dienste mbH

Ottostr. 7, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/514194,

E-Mail: ambulante@biber.de

Care – das Pflegeteam

Ottostr. 30, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/888933,

E-Mail: careHildesheim@aol.com,

Internet: www.care-daspflegeteam.de

Caritas St. Bernward – Ambulante Pflege GmbH

Pfaffenstieg 12, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/1677-20

E-Mail: sozialstation@caritas-hildesheim.de,

Internet: www.ambulante-pflege-hildesheim.de

Christophorus gGmbH Ambulanter Dienst

Hammersteinstr. 7, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/693-0,

E-Mail: info@christophorus-hildesheim.de,

Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Daheim statt Heim ambulanter Pflegedienst

Wollenweberstr. 23, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/33030
E-Mail: info@dsh-hi.de, Internet: www.dsh-hi.de

Das mobile Pflegeteam O & K GmbH

Alfelder Str. 110, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/32703

Diakoniestation Marthaheim

Schlesierstr. 7, 31139 Hildesheim, Telefon 05121/200333,
E-Mail: dst.hildesheim@diakonie-hildesheim.de,
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

DRK Soziale Dienste

Brühl 8, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/936022,
E-Mail: sekretariat@kv-hildesheim.drk.de,
Internet: www.drk-hildesheim.de

Greve + Wichterich Senioren-Notruf und Häusliche Pflege

Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/14430,
E-Mail: senioren-notruf@web.de,
Internet: www.senioren-notruf.info

Krankenpflegedienst Alpha

Gartenstr. 18–20, 31141 Hildesheim, Telefon: 05121/2069548,
E-Mail: pdl-pflegedienst.alpha@web.de,
Internet: www.alpha-hildesheim.de

Lambertinum soziale Dienste gGmbH

Hohenstaufering 70A, 31141 Hildesheim, Telefon: 05121/604449
E-Mail: info@lambertinum.de, Internet: www.lambertinum.de

Mobile Kranken- und Altenpflege

Senkingstr. 7/8, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/12006,
E-Mail: gensrich.kranken-u.altenpflege@t-online.de,
Internet: www.pflegedienst-gensrich.de

Paritätische Sozialstation Hildesheim

Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/74160
E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de,
Internet: www.paritaetischer.de/kreisgruppen/Hildesheim

Petersen – Ambulante Krankenpflege

Peiner Str. 34, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/2812850,
E-Mail: kontakt@dagmar-petersen.de

Pflegedienst Pegasus

Maschstr. 58, 31137 Hildesheim, Telefon: 05121/1775751

Pflegeteam Sorsum

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

Holle**Ambulanter Pflegedienst Bremermann**

Hildesheimer Str. 35, 31188 Grasdorf, Telefon: 05062/1310,

Wahrhausen Krankenpflege

Grundwegskamp 10, 31188 Holle, Telefon: 05062/89460,
E-Mail: awahrhausen@t-online.de

Seniorenzentrum Holle –Ambulante Pflege

Bronzeweg 1, 31188 Holle, Telefon: 05062/96460
E-Mail: info@sz-holle.de, Internet: www.sz-holle.de

Lamspringe**Ambulanter Pflegedienst Lampe**

Von-Steinberg-Str. 4, 31097 Harbarnsen, Telefon: 05060/9212,
E-Mail: pflegedienst-lampe@t-online.de

DRK Sozialstation Sibbesse-Lamspringe-Freden

(siehe unter Sibbesse)

Nordstemmen**DRK Sozialstation Elze-Nordstemmen**

Hauptstr. 78, 31171 Nordstemmen, Telefon: 05069/9665026,
E-Mail: s.burose-hirte@drk-alfeld.de, Internet: www.drk-kvalfeld.de

Sarstedt**DAHEIM – Wohn-, Beratungs- und Pflege GmbH**

Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/8191520,
E-Mail: info@daheim-sarstedt.de, Internet: www.daheim-sarstedt.de

Diakoniestation Sarstedt

Lindenallee 5, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/1310,
E-Mail: dst.sarstedt@diakonie-hildesheim.de,
Internet: www.diakonie-hildesheim.de/sarstedt

Häuslicher Pflegedienst Eugenia Zubeil-Ochotta

Steinstr. 40, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/9048685,
E-Mail: info@pflegedienst-zubeil.de

Schellerten**Ambulante Krankenpflege Wassmus**

Holztrifft 36, 31174 Schellerten, Telefon: 05123/4153,
E-Mail: udo.wassmus@t-online.de,
Internet: www.pflegedienst-wassmus.de

Sibbesse**DRK Sozialstation Sibbesse-Lamspringe-Freden**

Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld, Telefon: 05181/8290439,
E-Mail: p.karstens@drk-alfeld.de, Internet: www.drk-kvalfeld.de

ARGENTUM
MITTEN IM LEBEN

Ein Ort zum Wohlfühlen:
Intelligent, komfortabel, sicher!

Kreiswohnbau
HILDESHEIM
... zuhause aufblühen

www.kreiswohnbau-hi.de | 05121 967-0

Allegra Pflege GmbH

Bergstr. 3, 31079 Almstedt, Telefon: 05060/20020,
E-Mail: seniorenheim.almetal@gmx.de

Söhlde**Ambulante Krankenpflege Kohrs**

Marienburger Str. 18, 31185 Söhlde, Telefon: 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**

Almstr. 32, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/2081777
E-Mail: info@ambulantes-zentrum-hildesheim.de
Internet: www.ambulantes-zentrum-hildesheim.de

Der Anker – Ambulante psychiatrische Pflege

Oldekopstr. 14, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/103-237
E-Mail: uzimpsy@hildesheim.ameos.de, Internet: www.emeos.eu

6.3 Tagespflege

Die Einrichtungen der Tagespflege in Stadt und Landkreis werden für 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 8.00 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 Unter-

KULINARISCHES FÜR DIE SINNE

NOAH · CAFÉ · RESTAURANT · BAR · HOHNSEN 28 · 31134 HILDESHEIM · FON 0 51 21. 69 15 30 · WWW.NOAH-CAFE.DE · MO – SA AB 9.30 UHR · SO AB 10.00 UHR

haltungs- 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 Seite 65) eingesetzt werden. Die Leistungen der Tagespflege können mit anderen ambulanten Pflegeleistungen kombiniert werden. Auskunft erteilen die Pflegestützpunkte und die zuständigen Pflegekassen.

Anbieter:

TagAktiv – die Tagespflege des Paritätischen Hildesheim-Alfeld

Kalandstr. 7, 31061 Alfeld, Telefon 05181/917260

E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de,

Internet: www.paritaetischer.de/Kreisgruppen/Alfeld

DRK Tagespflege Gronau

Nordstraße 6, 31028 Gronau, Telefon: 05182/948443,

Internet: www.drk-kvalfeld.de

ASB Hildesheim/Hameln-Pyrmont

Hildebrandstr. 58, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/59060,

E-Mail: tagespflege@asbhildesheim.de,

Internet: www.asb-hildesheim.org

Caritas St. Bernward Ambulante Pflege gGmbH

Tagespflege, Mühlenstr. 24, 31134 Hildesheim,

Telefon 05121/1677-20,

E-Mail: zentrale@caritas-hildesheim.de

Internet: www.ambulante-pflege-hildesheim.de

Christophorusstift Haus Sankt Georg Tagespflege

In der Schratwanne 57, 31141 Hildesheim, Telefon 05121/935-6340

Internet: www.christophorus-hildesheim.de

Diakoniestation Hildesheimer Land gGmbH Tagespflege

Henneckenroder Str. 25, 31188 Holle, Telefon 05062/9647423

E-Mail: info@diakoniestation-hildesheimer-land.de,

Internet: www.diakoniestation-hildesheimer-land.de

Seniorenzentrum Holle GmbH Tagespflege

Bronzeweg 3, 31188 Holle, Telefon 05062/05062/96460,

E-Mail: info@sz-holle.de, Internet: www.sz-holle.de

Caritas St. Bernward Ambulante Pflege gGmbH

Tagespflege Sarstedt, Burgstr. 12, 31157 Sarstedt,

Telefon 05121/1677220

E-Mail: zentrale@caritas-hildesheim.de

Internet: www.ambulante-pflege-hildesheim.de

Tagespflege Daheim – Wohn-, Beratungs- und Pflege GmbH

Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/8191520,

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

Seniorenheim Hoheneggelsen GmbH

Hauptstraße 57, 31185 Söhle-Hoheneggelsen, Telefon 05129/9700,

E-Mail: info@sd-hoheneggelsen.de,

Internet: www.sd-hoheneggelsen.de

6.4 Kurzzeitpflege/Verhinderungspflege

Kurzzeitpflege

Wenn vorübergehend die Pflege zu Hause nicht, noch nicht oder nicht im erforderlichen Umfang erbracht werden kann und auch die teilstationäre Pflege nicht ausreicht, besteht nach § 42 SGB XI ein Anspruch auf Kurzzeitpflege. Dieses ist der Fall, wenn die Pflegeperson selbst krank, anderweitig verhindert oder im Urlaub ist.

Ein Anspruch ist aber auch für eine Übergangszeit im Anschluss an eine stationäre Krankenhausbehandlung gegeben.

Auf Antrag übernimmt die zuständige Pflegekasse die Kosten für max. 4 Wochen und bis zu einem Gesamtbetrag von 1.550,- € im Kalenderjahr. Die Kosten der Unterkunft und Verpflegung sind selbst zu tragen. Soweit die Kurzzeitpflege nicht in einer der nachstehenden solitären Kurzzeitpflegeeinrichtungen erfolgt, sind auch die Investitionskosten selbst zu tragen. Kurzzeitpflege wird auch weiterhin in den stationären Pflegeeinrichtungen angeboten (Liste der Alten- und Pflegeheime siehe Seite 53).

In bestimmten Fällen (keine Pflegeversicherung oder keine Pflegestufe) kann nachrangig auch ein Anspruch auf Sozialhilfe gegeben sein. In diesen Fällen erfolgt vorab immer eine Prüfung der Einkommens- und Vermögensverhältnisse und der Unterhaltspflicht der Angehörigen. Dieser Antrag ist beim zuständigen Träger der Sozialhilfe zu stellen.

Solitäre Kurzzeitpflegeeinrichtungen:

CARA Vitalis Kurzzeitpflege

Immengarten 31, 31134 Hildesheim, Telefon: 05121/887-0,
E-Mail: immengarten@cara-seniorendienste.de,
Internet: www.cara-seniorendienste.de

Seniorenpark Diekholzen

Bahnberg 4, 31199 Diekholzen, Telefon: 05121/2077-0,
E-Mail: info@hesena.de
Internet: www.hesena.de

Altenzentrum Heilig Geist

Burgstr. 12, 31157 Sarstedt, Telefon: 05066/9920,
E-Mail: az-heiliggeist@t-online.de,
Internet: www.altenzentrum-sarstedt.de

Verhinderungspflege

Ist eine Pflegeperson wegen Erholungsurlaub, Krankheit oder aus anderen Gründen an der Pflege gehindert, kann die Pflegekasse nach § 39 SGB XI die Kosten für eine notwendige Ersatzpflegekraft für längstens 4 Wochen und bis zu einem Gesamtbetrag von max. 1.550,00 € im Kalenderjahr übernehmen.

Die Verhinderungspflege wird nur gewährt, wenn die Pflegeperson den Pflegebedürftigen vorher bereits mindestens 6 Monate zu Hause gepflegt hat. Ab 2013 können auch Versicherte in der Pflegestufe 0 mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz Leistungen der Verhinderungspflege in Anspruch nehmen.

Die Verhinderungspflege kann auch in einer teil- bzw. vollstationären Einrichtung erbracht werden.

Der Antrag auf Verhinderungspflege ist bei der zuständigen Pflegekasse zu stellen.

In bestimmten Fällen besteht auch hier – wie bei der Kurzzeitpflege – ein Anspruch auf Sozialhilfe. Der Antrag auf Leistungen ist beim zuständigen Träger der Sozialhilfe zu stellen.

6.5 Tagesklinik

Im AMEOS Klinikum Hildesheim gibt es eine gerontopsychiatrische Tagesklinik mit zehn Therapieplätzen. Es werden Patienten behandelt, die das 60. Lebensjahr überschritten haben und die unter einer Depression oder einer anderen psychischen Erkrankung leiden.

Die Patienten werden in teilstationärer Therapie montags bis donnerstags von 8.00–15.10 Uhr und freitags von 08:00–14:00 Uhr betreut. Auf Wunsch können sie morgens abgeholt und nachmittags wieder nach Hause gebracht werden.

Die Therapie beinhaltet unter anderem Gruppen- und Einzelgespräche, ärztliche Visiten, Gedächtnistraining, kreative Gestaltung sowie Gymnastik, Bewegung und Entspannung.

Auskunft erteilt:

Ameos Klinikum Hildesheim

Goslarsche Landstr. 60, 31135 Hildesheim,
Telefon 05121/103-387

6.6 Hilfen bei Demenz

Unter Demenz versteht man einen fortschreitenden Verlust der geistigen Leistungsfähigkeit. Der bedeutendste Risikofaktor für die Erkrankung ist das zunehmende Alter. Derzeitig leben knapp 5.000 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 hierzu auch Kapitel 1.4, Seite 10) und verschiedensten Anbietern.

2011 wurde von der Projektgruppe Demenz des Sozialpsychiatrischen Verbundes Hildesheim eine Informationsbroschüre mit dem Titel „Demenz – Leben mit dem Vergessen“ veröffentlicht. Sie bietet einen umfassenden Überblick über die Bandbreite und die Angebotspalette in Stadt und Landkreis Hildesheim.



Scharnbacher

- Einbruchmeldeanlagen
- Telekommunikation
- Elektroinstallation
- Brandmeldesysteme
- Videoüberwachung
- Zutrittskontrollen

www.scharnbacher.de
Sorsumer Weg 6 ■ 3 11 37 Hildesheim ■ 0 51 21 - 6 20 40

Die Broschüre liegt in den Kreishäusern in Hildesheim und Alfeld sowie in allen Städten, Samtgemeinden und Gemeinden aus. Sie kann auch über das Internet unter www.landkreishildesheim.de/Buerger-service/Broschueren eingesehen und heruntergeladen werden.



Das seit 2012 bestehende Netzwerk „Mit-Denken – Demenzfreundliche Region Hildesheim“ hat das Ziel, das Thema Demenz weiter zu enttabuisieren, es in den Mittelpunkt der Öffentlichkeit zu stellen sowie die vielfältigen Hilfs- und Unterstützungsangebote in der Region Hildesheim transparent zu machen und weiter auszubauen. Nach einer Auftaktveranstaltung im März 2013 sind weitere Projekte und Initiativen geplant.

Weitere Informationen unter www.demenzregion-hildesheim.de

Niedrigschwellige Angebote

Neben dem Pflegegeld und Pflegesachleistungen bieten die sogenannten „niedrigschwelligen Betreuungsangebote“ (§ 45 a-c SGB XI) für die Betroffenen und pflegenden Angehörigen zusätzliche Unterstützung und Entlastung an. Auf Antrag werden von der Pflegekasse jährlich bis zu 2.400,00 € für die Betreuung von Menschen mit dau-

erhaft erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz gezahlt; auch dann, wenn sie in keiner Pflegestufe eingruppiert sind. Der Betrag kann nur für qualitätsgesicherte Betreuungsangebote eingesetzt werden. Im Rahmen der Angebote werden die Betroffenen durch geschulte ehrenamtliche Helferinnen und Helfer unter fachlicher Anleitung in Gruppen oder einzeln auch im häuslichen Bereich stundenweise betreut. Die Feststellung der Voraussetzungen erfolgt durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen (MDK).

Folgende anerkannte Anbieter sind in Stadt und Landkreis Hildesheim tätig:

Alzheimerberatung e.V.

Marktstr. 7, 31188 Holle, Telefon 05062/96480

Hildesheimer Str. 28, 31157 Sarstedt, Telefon 05066/81915-33,
(auch allgemeine Beratung)

E-Mail: info@alzheimerberatung-ev.de,

Internet: www.alzheimerberatung-ev.de

AWO Ambulante Pflege, Dementengruppe Lichtblick Hildesheim

Osterstr. 39A, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/1845,

E-Mail: info@awo-hi.de, Internet: www.awo-hi.de

AWO Ambulante Pflege, Dementengruppe Lichtblick Bad Salzdetfurth

Hildesheimer Str. 8C, 31162 Bad Salzdetfurth, Telefon 05063/789
und 05064/95480, E-Mail: info@awo-hi.de, Internet: www.awo-hi.de

Caritas St. Bernward Ambulante Pflege gGmbH „CARENA“

Alte Heerstr. 15, 31180 Giesen, Telefon 05066/2444,

Internet: www.caritas-hildesheim.de

DRK Sozialstation Alfeld und Sibbesse-Lamspringe-Freden
Winzenburger Str. 7/8, 31061 Alfeld, Telefon 05181/708-0,
Internet: www.drk-kvalfeld.de

DRK Sozialstation Elze-Nordstemmen
Hauptstr. 56, 31171 Nordstemmen, Telefon 05069/965026,
Internet: www.drk-kvalfeld.de

DRK Sozialstation Gronau-Duingen
Johanniterstr. 2a, 31028 Gronau, Telefon 05182/947908,
Internet: www.drk-kvalfeld.de

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

Diakoniestation Marthaheim, „ZeitWeise“
Schlesierstr. 7, 31139 Hildesheim, Telefon 05121/200-343,
E-Mail: zeitweise-hildesheim@gmx.de
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

Diakoniestation Sarstedt, „Zeitlos“
Lindenallee 5, 31157 Sarstedt, Telefon 05066/1310,
E-Mail: dst.hildesheim-sarstedt@evlka.de
Internet: www.diakonie-hildesheim.de

FRIDA e.V.
Hammersteinstr. 7, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/9328169,
E-Mail: info@frida-ev.de, Internet: www.frida-ev.de

Lebenshilfe Kreisvereinigung Hildesheim
Am Flughafen 9, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/170980,
E-Mail: wolfgang.thimian@whhi.de
Internet: www.lebenshilfe-hildesheim.de

**Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen
KV Hildesheim – Alfeld**
Lilly-Reich-Str. 5, 31137 Hildesheim, Telefon 05121/74160,
(auch allgemeine Beratung),
E-Mail: sozialzentrum.hildesheim@paritaetischer.de
Internet: www.hildesheim.paritaetischer.de

Rechtsanwältin

Verena Mittendorf

Neustädter Markt 6 · 31134 Hildesheim

- *Erbrecht*
- *Vorsorgevollmacht*
- *Betreuungs- und Patientenverfügung*

Telefon (0 51 21) 3 69 75

Telefax (0 51 21) 3 69 76

**Paritätischer Wohlfahrtsverband Niedersachsen
KV Hildesheim - Alfeld**

Perkstr. 27, 31061 Alfeld, Telefon 05181/843513,
(auch allgemeine Beratung)
E-Mail: sozialzentrum.alfeld@paritaetischer.de
Internet: www.alfeld.paritaetischer.de

www.sparkasse-hildesheim.de

Damit Ihr Wille gilt.

Nachlassregulierung durch Testaments-
vollstreckung.



Mit unserer Dienstleistung Testamentsvollstreckung bieten wir Ihnen eine Lösung für die gesamte Vermögensnachfolge, genau nach Ihren Wünschen: ohne vermeidbare Verluste, ohne Streit und Unklarheit. Verabreden Sie einfach einen unverbindlichen Gesprächstermin über Ihren Berater oder unter 05121 5800. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**

Senioren- und Pflegezentrum Berndt, „HESPA“

Am Krohm 1, 31167 Bockenem, Telefon 05067/91080,
E-Mail: SPZ.berndt@web.de

Senioren-Pflegeheim „Waldblick“ Diekholzen GmbH

Am Ziegenberg 4, 31199 Diekholzen, Telefon 05121/2098-0,
Internet: www.seniorenpflege-waldblick.de

Weitere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse, den Pflegestützpunkten für Stadt und Landkreis Hildesheim und im Internet unter www.niedrigschwellige-betreuungsangebote-nds.de

6.7 Palliativangebote und Hospizinitiativen

Palliativmedizinische Leistungen beinhalten Angebote, die die ganzheitliche Behandlung von Patienten mit einer weit fortgeschrittenen Erkrankung und einer begrenzten Lebenserwartung zum Ziel haben. Im Mittelpunkt stehen 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.

Hospizinitiativen widmen sich dem Umgang mit dem Sterbeprozess. Sie begleiten die letzte Lebensphase und die Auseinandersetzung mit Tod und Trauer. Dabei gilt es, die Wünsche der Schwerstkranken und Sterbenden zu achten und die verbleibende Zeit bewusst zu gestalten.

Die Mitarbeiter der Hospizinitiativen arbeiten überwiegend ehrenamtlich. Die Betreuung erfolgt durch regelmäßige Besuche. Auch der Kontakt zu den Angehörigen ist ein wichtiger Bestandteil der Arbeit.

Ambulante Hospizinitiativen**Hospizverein „Geborgen bis zuletzt“ im****Ev.-luth Kirchenkreisverband Hildesheim e. V.**

Klosterstr. 6, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/91874-62,

E-Mail: hospiz.region-hildesheim@evlka.de

Internet: www.geborgen-bis-zuletzt.de

Hospizverein Hildesheim und Umgebung e. V.

Schuhstr. 46, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/1791720 oder

0175/7137964, Internet: www.hospizverein-hildesheim.de

Ökumenischer Hospizdienst Sarstedt e. V.

Matthias-Claudius-Str. 21, 31157 Sarstedt,

Telefon 0178/8854649

Hospizgruppe Leinebergland e.V.

Landrat-Baushausen-Str.26, 31061 Alfeld

Telefon 0174/3764098

E-Mail: hospizgruppeleinebergland@web.de

Internet: www.hospizgruppe-leinebergland.de

Palliativstationen**St. Bernward Krankenhaus, Palliativstation – Station F 4**

Treibestr. 9, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/90 -0,

E-Mail: info@bernward-khs.de

Internet: www.bernward-khs.de

Klinikum Hildesheim

Senator-Braun-Allee 33, 31135 Hildesheim, Telefon 05121/ 89-0,

E-Mail: gf@klinikum-hildesheim.de

Internet: www.rhoen-klinikum-ag.com

Ameos Klinikum Alfeld

Landrat-Beushausen-Str. 26, 31061 Alfeld, Telefon 05181/707-0,

E-Mail info@alfeld.ameos.de

Internet: www.ameos.eu/klinikum-alfeld



MHBau
Baugeschäft
Michael
Hallescheck

... Michael Hallescheck

Ob Reparaturen oder Umbauarbeiten, Arbeiten am Mauerwerk oder der Trocken ausbau, Fliesen-, Putz- oder Estrich- und Pflasterarbeiten: Die MHBau bietet das komplette Angebot für Bau- und Umbauwilige. Inhaber Michael Hallescheck hat das Geschäft von der Pike auf gelernt, schon als Schüler hat er in den Ferien auf dem Bau gearbeitet. Heute hat das Unternehmen MH-Bau fünf feste Mitarbeiter und beschäftigt einen Auszubildenden – als kleines inhabergeführtes Unternehmen kann MH-Bau flexibel auf Kundenwünsche reagieren. Damit sie den Kunden immer den neuesten Stand anbieten können, bilden Michael Hallescheck und seine engagierten und qualifizierten Mitarbeiter sich regelmäßig weiter. So kann die Firma ihren Kunden immer Baumaßnahmen auf dem neuesten Stand anbieten. MH-Bau steht für hochwertige Qualität und fachgerechte Ausführung.

Solange wie möglich ein eigenständiges Leben in den eigenen vier Wänden führen, das ist unser gemeinsames Ziel.

Boelckestraße 28 · Hildesheim · Telefon (051 21) 51 81 02
www.hallescheck-bau.de



Finanzielle Hilfe

Ein gesichertes Einkommen ist die Grundlage für ein menschenwürdiges Leben. Im Alter haben jedoch immer mehr Menschen Probleme, ihren Lebensunterhalt zu bestreiten. Sie sparen an allen Ecken und Enden, frieren im Winter, ernähren sich nur dürftig. Dennoch ist ihre Rente oft zu knapp, um alle monatlichen Kosten bezahlen zu können. Auch plötzlich veränderte Lebenssituationen können dazu führen, dass Senioren neben persönlicher Zuwendung und Beratung auch finanzielle Hilfe zur Bewältigung des täglichen Lebens in Anspruch nehmen müssen. Institutionen und Büros in Stadt und Landkreis geben in diesen Situationen Auskunft und leisten finanzielle Unterstützung.

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.

Auskunft erteilt:

Landkreis Hildesheim, Fachdienst 404 – Versicherungsamt

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Zimmer 161,
Telefon 05121/309-1611, Internet: www.landkreishildesheim.de

Deutsche Rentenversicherung

Auskunfts- und Beratungsstelle Hildesheim
Kläperhagen 7, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/289880,
Internet: www.driv-bsh.de

7.2 Grundsicherung

Mit Wirkung vom 1. Januar 2005 wurde das Gesetz über eine bedarfsorientierte Grundsicherung im Alter aufgehoben. Dieses Gesetz ist mit seinen bisherigen Regelungen als Kapitel vier in das ab 2005 gültige Sozialgesetzbuch – Sozialhilfe (SGB XII) übernommen worden.

Um Grundsicherung zu beanspruchen, müssen folgende Voraussetzungen erfüllt sein:

- Der Antragsteller muss das 65. Lebensjahr erfüllt haben und vor dem 1. Januar 1947 geboren sein (für ab dem 1. Januar 1947 geborene Personen staffelt sich die Altersgrenze) oder
- der Antragsteller muss das 18. Lebensjahr vollendet haben und unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage aus gesundheitlichen Gründen dauerhaft voll erwerbsgemindert sein.

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.

Auskunft erteilt:

Stadt Hildesheim, Fachbereich Soziales und Senioren

Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim,
Telefon 05121/301-4200,
Internet: www.hildesheim.de

Landkreis Hildesheim, Fachdienst 403 – Leistungen und Sozialhilfe

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309-0,
Internet: www.landkreishildesheim.de

Außenstelle Alfeld

Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld/Leine, Telefon 05181/704-0

7.3 Sozialhilfe

Das Sozialgesetzbuch Zwölftes Buch (SGB XII) legt als obersten Grundsatz fest, dass die Sozialhilfe den betroffenen Bürgern 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 (s. Kap. 7.2)
- Hilfen zur Gesundheit
- Eingliederungshilfe für behinderte Menschen
- 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 Antragsstellers und der mit ihm im Haushalt lebenden Personen ab.

Auskunft erteilt:

Stadt Hildesheim, Fachbereich Soziales und Senioren

Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim,
Telefon 05121/301-4200, Internet: www.hildesheim.de

Landkreis Hildesheim, Fachdienst 403 – Leistungen der Sozialhilfe

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309-0,
Internet: www.landkreishildesheim.de

Außenstelle Alfeld

Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld/Leine, Telefon 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, sind ab dem 1. Januar 2005 vom Wohngeld ausgeschlossen. Es sei denn, das Wohngeld ist höher als die Sozialleistung.

Auskunft erteilt:

Stadt Hildesheim, Wohngeldstelle

Markt 2, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/301-2765
(Buchstabe A-Mb), 301-2766 (Mc-Si) und 301-2762 (Sj-Z)
Internet: www.hildesheim.de
E-Mail: wohngeldstelle@stadt-hildesheim.de

Landkreis Hildesheim, FD 407 – Wohngeld

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 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 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.

Auskunft erteilt:

ARD ZDF Deutschlandradio Beitragsservice

50656 Köln, Internet: www.rundfunkbeitrag.de
Telefon 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 (Eigenbeteiligung 72,00 € im Jahr), steuerliche Nachteilsausgleiche, ein Freibetrag bei der Berechnung des Wohngeldes, Parkerleichterungen etc.

Auskunft erteilt:

Niedersächsisches Landesamt für Soziales, Jugend und Familie

Kreuzstr. 8, 31134 Hildesheim, Telefon 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 320,00 € und nach Vollendung des 25. Lebensjahres 265,00 € monatlich. 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 100,00 € 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 zur-

zeit 628,42 € monatlich. Auch hier werden Leistungen häuslicher Pflege angerechnet. Bei vollstationärer Pflege wird die Blindenhilfe um 50 % gekürzt. Diese Beträge können sich im Einzelfall eventuell noch durch die Anrechnung von vorhandenem Einkommen und Vermögen ändern. Falls Landesblindengeld bezogen wird, so wird die Blindenhilfe um diesen Betrag gekürzt.

Ferner besteht die Möglichkeit, eine einmalige pauschalierte Hilfe aus dem Blindenhilfefonds des Landes Niedersachsen zu beantragen.

Auskunft erteilt:

Stadt Hildesheim, Fachbereich Soziales und Senioren

Hannoversche Str. 6, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/301-4200

Landkreis Hildesheim, Fachdienst 403-Leistungen der Sozialhilfe – Team Eingliederungshilfe, Außenstelle Alfeld

Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld (Leine), Telefon 05181/704-0

7.9 BahnCard 50

Mit der BahnCard 50 erhalten Bahnkunden auf den Normalpreis im Nah- und Fernverkehr der Deutschen Bahn 50 Prozent Rabatt.

Senioren ab 60 Jahre erhalten die BahnCard 50 zum Preis von 122.- EUR (2. Klasse), bzw. 244.- EUR (1. Klasse). Kinder unter 15 Jahren fahren in Begleitung ihrer Eltern/Großeltern kostenfrei mit.

Auskunft erteilen die Geschäftsstellen der Deutschen Bahn.

7.10 Kriegsofferfürsorge/ Opferentschädigung

Ansprechpartner für alle Fragen der Kriegsofferfürsorge nach dem Bundesversorgungsgesetz, z. B. ergänzende Hilfe zum Lebensunterhalt, Hilfe in besonderen Lebenslagen, Sonderleistungen für Kriegs-

beschädigte und Kriegshinterbliebene, ist für die Bewohner aus Stadt und Landkreis Hildesheim:

Landkreis Hildesheim, Fachdienst 403 –Leistungen der Sozialhilfe

Bischof-Janssen-Str. 31, 31134 Hildesheim, Telefon 05121/309-0

Internet: www.landkreishildesheim.de

sowie in der Außenstelle Alfeld

Ständehausstr. 1, 31061 Alfeld/Leine, Telefon 05181/704-0,

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 (Kriegsoffer). Neben den Kriegsoffern 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 Soldaten nach dem Soldatenversorgungsgesetz (SVG), 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

Landessozialamt, Außenstelle Braunschweig

Schillstr. 1, 38102 Braunschweig, Telefon 0531/7019-0,

Internet: www.soziales.niedersachsen.de

Stichwortverzeichnis

A

Alten- und Pflegeheime _ 53/54/55/56/
58/59
Ambulante Pflegedienste _ 66/67/68/69/
70/71/72

B

Bahncard _ 85
Begegnungsstätten _ 23/24/25/26
Behinderung _ 84/85
Betreutes Wohnen _ 44/45/46/47/48
Betreuungsverfügung _ 15
Bewegung _ 22/23
Bildung _ 28/29/30/31
Blindenhilfe _ 84/85
Bürgerschaftliches Engagement _ 34/35/
36/38/39/40

D

Demenz _ 75/76/77/78

E

Ehrenamtliches Engagement _ 34/35/36/
38/39/40
Entschädigung _ 85
Erbrecht _ 16
Ernährung _ 61/62
Essen auf Rädern _ 61/62

F

Fahrdienst _ 72
Familienbüro _ 7/8

Finanzielle Hilfen _ 50/51/80/81/82/83/
84/85
Freiwilligeninitiativen _ 35/36/38
Freizeit _ 22/23/24/26/26

G

Gesundheit _ 61/62
Grundsicherung _ 81

H

Haushaltshilfe _ 61
Häusliche Pflege _ 64
Hausnotruf _ 62/63
Hospiz _ 78/79

I

Impressum _ 88

K

Kriegsopferfürsorge _ 85
Krisentelefon _ 17
Krankenhaussozialdienst _ 17
Krankenpflege _ 64/65/66/67/68/69/70/
71/72
Kultur _ 28/31/32/33
Kurzzeitpflege _ 74

L

Landesblindengeld _ 84/85

M

Mahlzeitendienste _ 61/62
Medien _ 39/40

Mehrgenerationenhaus _ 26
Mieterschutz _ 13/14
Migrationsberatung _ 11/12

N

Notfallkarte _ 39

O

Opferentschädigung _ 85

P

Palliativversorgung _ 78/79
Patientenverfügung _ 14/15
Pflege _ 64/65/66
Pflegebedürftigkeit _ 64
Pflegedienste _ 66/67/68/69/70/71/72
Pflegeheime _ 53/54/55/56/58/59
Pflegerstufe _ 50/51
Pflegerstützpunkt _ 10/11/44
Pflegeversicherung _ 50
Prävention _ 18/39
Prozesskostenhilfe _ 12/13

R

Rechte (Heimbewohner) _ 52
Rechtliche Betreuung _ 14/15
Rechtsberatung _ 12/13
Rente _ 81
Rundfunk- und Fernsehgebühren _ 83/84

S

Schiedsämter _ 13
Schwerbehinderung _ 84

Selbsthilfe _ 19
 Seniorenbeirat _ 18
 Seniorenberatung _ 7
 Seniorenkreise _ 26
 Seniorenservice _ 7
 Servicewohnen _ 44/45/46/47/48/49
 Sicherheit _ 18
 Sozialhilfe _ 82
 Sozialpsychiatrischer Dienst _ 16/17
 Sport _ 22/23

T

Tagesklinik _ 65
 Tagespflege/-betreuung _ 72/73/74
 Telefonseelsorge _ 17
 Telefon Sozialtarif _ 84

U

Unterhaltspflicht _ 50/72

V

Verbraucherberatung _ 14
 Verhinderungspflege _ 74/75
 Volkshochschule _ 29
 Vorsorgevollmacht _ 14/15

W

Weiterbildung _ 29/30/31
 Wohlfahrtsverbände _ 8/9/10
 Wohnberatung _ 43/44
 Wohnen _ 42-59
 Wohnformen _ 43/44/45/46/47/48/49/50
 Wohngeld _ 82/83
 Wohnstift _ 40

Kundenverzeichnis

Altenheim St. Paulus _ 48
 Ambulantes Zentrum Hildesheim _ 49
 Andreas-Apotheke _ 11
 Aptmeyer _ 62
 AWO Hinrich-Wilhelm-Kopf-Heim _ 46
 Beamten-Wohnungs-Verein _ 57
 Bowe Optik _ 11
 Brandes & Diesing _ 2
 Bruderhilfe _ 8
 Christophorusstift _ 37/52/63
 daheim _ 45
 Das Lebenswerk _ 51
 Diakonie Himmelsthür _ 24/39
 Dynamo _ 30/41
 Eintracht Hildesheim _ 16
 EVI _ 33
 Friseur Mann _ 19
 Galeria Kaufhof _ 10
 gbg _ 55
 Geldmacher _ 27
 Hallenbad Duingen _ 26
 Klinikum Hildesheimer Land _ 15
 Kreiswohnbau _ 71
 Lambertinum _ 21
 LEB _ 32
 Meyer Orthopädie _ U2
 Meyer Menü _ 67
 MH Bau Hallescheck _ 79
 REKA _ 55

Rechtsanwältin Mittendorf _ 77
 Restaurant Noah _ 72
 Roman Meisterbetrieb _ 82
 Scharnbacher _ 75
 Schröter Gebäudeservice _ 40
 Seeland Zahnarzt _ 62
 St. Bernward Krankenhaus _ 11/36
 Steuerberater Sontag _ 14
 Stiftung Altenhilfe _ 47
 Stulle-Küster _ 9
 Sparkasse Hildesheim _ 78
 SVHI _ 13
 Paritätischer _ 64
 Volksbank Hildesheimer Börde eG _ 68
 Volkshochschule Hildesheim _ 31
 Wiederaufbau eG _ U4
 Willig _ 17
 WOBAU _ 44



Das Redaktionsteam: Sonja Gottschling, Ursula Erben, Dr. phil. Hannelore Brümmerloh, Manuel Stender, Manfred Fischer, Ariane Müller

Das Redaktionsteam

Zum zweiten Mal haben Stadt und Landkreis Hildesheim einen gemeinsamen Seniorenratgeber herausgegeben. Im Redaktionsteam haben engagierte Bürgerinnen und Bürger aus Stadt und Landkreis mitgearbeitet. Das Redaktionsteam wünscht Ihnen eine informative Lektüre und viele Anregungen.

Impressum

Sollten Angebote und Dienste einzelner Anbieter versehentlich nicht oder nicht vollständig aufgeführt worden sein, so wird gebeten, dies zu entschuldigen und zur Vervollständigung der Informationssammlung unter den nachstehenden Rufnummern der Stadt und des Landkreises Hildesheim mitzuteilen.

Diese Publikation einschließlich aller ihrer Teile ist urheberrechtlich geschützt. Jede Verwertung außerhalb der engen Grenzen des Urheberrechtes ist ohne Zustimmung der Agentur unzulässig und strafbar und wird als Wettbewerbsverstoß verfolgt. Dies gilt insbesondere für Vervielfältigungen, Mikroverfilmungen und die Verarbeitung und Einspeicherung in elektronischen Systemen. Die Verwendung der abgedruckten Anzeigen, die ausschließlich zur Veröffentlichung für diese Broschüre erstellt wurden, in kopierter Form oder als Ausschnitt sowie die Verwendung der Anschriften, insbesondere unter Verweisung auf diese Publikation zur eignen Anzeigenwerbung, wird ausdrücklich untersagt.

Herausgeber

© 2013 Stadt Hildesheim | Fachbereich Soziales und Senioren
Hannoversche Straße 6, 31134 Hildesheim, Tel. 05121/301-4367,
Internet: www.hildesheim.de

Landkreis Hildesheim | Fachdienst 404 – Planung der Sozialhilfe/Betreuungsstelle

Bischof-Janssen-Straße 31, 31134 Hildesheim, Tel. 05121/309-1591,
Internet: www.landkreis-hildesheim.de

(verantwortlich für den redaktionellen Teil)

Gesamtherstellung, Projektleitung, Gestaltung und Anzeigen

bernward.MEDIEN GmbH

Domhof 24, 31134 Hildesheim, Tel. 05121/307-0,
Internet: www.bernward-medien.de



Auch ohne Brille scharf sehen

Mit modernster Technik und langjähriger Erfahrung zum Erfolg

Seit rund 30 Jahren arbeitet Dr. Heinrich Kaune als Augenarzt in Hildesheim. Neben den konservativen Untersuchungen und Behandlungsmethoden wie Brillenbestimmungen oder Gesichtsfeldmessung, sind komplizierte chirurgische Eingriffe am Auge sein Spezialgebiet.

„Bei uns in der Praxis haben wir eine enge Bindung zwischen Patient und Arzt. Das basiert auf langjährigem Vertrauen“, erzählt Dr. Heinrich Kaune. 1983 gründete der Augenarzt seine Praxis in Hildesheim. Schon seit seiner Zeit in Hamburg am Universitätsklinikum Eppendorf (UKE) und der Augenklinik in Barmbek gehört die Augen Chirurgie zum Spezialgebiet des Facharztes. Einen Namen in Hildesheim hat er sich bereits in den frühen 80er-Jahren als niedergelassener Arzt und als Leitender Arzt der Augenabteilung des Hildesheimer St. Bernward Krankenhauses gemacht. Als Erster in Hildesheim hat er Hinterkammerlinsenimplantationen bei der Operation des Grauen Stars und Glaukomoperationen durchgeführt und einen Argon-Laser für Netzhautbehandlungen bei drohenden Netzhautablösungen und diabetischer Retinopathie, einer durch Zuckererkrankung hervorgerufene Netzhautblutung, eingesetzt.

Immer den Fortschritt im Blick

Wichtig ist Kaune bei seiner Arbeit, immer auf dem neuesten Stand der Augenheilkunde zu sein. „Ich nehme jedes Jahr an

Ärztetage unter anderem in Nordamerika teil, um mich mit modernsten Methoden der Augen Chirurgie vertraut zu machen“, erklärt der Mediziner. Ein Blick in die Praxis des Augenarztes zeigt Behandlungsräume, die mit modernsten Untersuchungsgeräten ausgestattet sind. „Wir haben hier mehrere verschiedene Laser, die wir zur Behandlung von Grünem Star oder Netzhautproblemen einsetzen.

Und wir können mithilfe eines OCT, eines Optischen Kohärenztomografen, eine sehr genaue Analyse der Netzhaut und des Sehnervkopfes durchführen“, sagt Kaune. So ein Gerät ist nicht in vielen Augenarztpraxen zu finden.

Brille/Kontaktlinsen war gestern, heute ist Cachet

Der fortschrittliche Mediziner hat seit Kurzem eine neue Operationsmethode in seiner Praxis eingeführt, die gerade für extrem Kurzsichtige eine enorme Erleichterung bringt. „Statt Glasbausteine vor den Augen tragen zu müssen, setze ich mit einem minimalen Schnitt von knapp 2,5 Millimetern eine sogenannte Cachet-Linse vor die körpereigene Linse. Diese Linse ersetzt die Brille komplett. Sie wird extra angefertigt und auf die Bedürfnisse des Patienten abgestimmt“, erklärt Kaune. Neben der Sehschwäche können auch andere Sehfehler korrigiert werden. Im Gegensatz zur Lasik-Methode, in der mit einem Laser ein Teil der körpereigenen Hornhaut abge-



Fast täglich steht Dr. Heinrich Kaune im OP. Über 30.000 chirurgische Eingriffe am Auge hat der Facharzt für Augenheilkunde bislang vorgenommen.

tragen und umgeformt wird, wird bei der Cachet-Methode nichts am eigenen Auge verändert. „Dies lässt auch für spätere Augenerkrankungen alle Möglichkeiten der Heilung offen“, so Kaune. Dagegen wisse man bei der Lasik-Methode nicht, wie sie sich auf altersbedingte Krankheiten auswirken kann.

„Viele, die vorher aufgrund der Sehschwäche ihre Hobbies einschränken mussten oder in der Sauna wie blind waren, haben jetzt wieder eine ganz neue Seh- und Lebensqualität. Sie brauchen keine Brille und auch keine Kontaktlinsen mehr.“ Man merkt dem Augenarzt an, dass er mit Leib und Seele in seinem Beruf arbeitet, dass es ihm Spaß und Freude macht, seinen Patienten zu helfen. Lächelnd sagt er: „Deswegen bin ich ja schließlich auch Arzt geworden.“

Praxis Dr. Kaune, Tel. (05121) 13 30 31

Unabhängig leben bis ins hohe Alter

Fahrenheitstraße 8, Hildesheim

Betreutes Wohnen ...

... in den eigenen vier Wänden.

- seniorengerecht
- barrierearm
- individuelles Betreuungsangebot

Wir informieren Sie gern ausführlich
in einem persönlichen Gespräch.

Rufen Sie uns kostenfrei an und
vereinbaren einen Termin.

Telefon **08 00 . 59 03-100**

In Kooperation



Arbeiter-Samartler-Bund



›Wiederaufbau‹
DIE BAUGENOSSENSCHAFT.

Baugenossenschaft ›Wiederaufbau‹ eG, Gildenstraße 25, 38100 Braunschweig