



# Unser ganzes Wirken dient dem Menschen Klinik Husum

#### GERIATRIE MIT TAGESKLINIK

Fachgebietsübergreifende Konzepte für die Behandlung älterer Patienten mit mehreren Krankheitsbildern

#### INNERE MEDIZIN

Behandlung des Herz- / Kreislaufsystems, HERZZENTRUM NORDsee Implantation von Herzschrittmachern und Defibrillatoren Behandlung aller Erkrankungen im Bauchraum Behandlung von Atemwegserkrankungen, Schlaganfall-Spezialeinheit Diabetes-Behandlungen, Dialyse-Zentrum

#### **FACHÜBERGREIFENDES BAUCHZENTRUM**

#### CHIRURGIE

Operative Behandlung von allen Erkrankungen im Bauchraum umfangreiches unfallchirurgisches OP-Spektrum fachübergreifendes Gefäßzentrum zur Behandlung aller Gefäßerkrankungen urologische Eingriffe, ambulante Operationen, Chemotherapien

#### GYNÄKOLOGIE / GEBURTSHILFE

750 Geburten in familiärer Atmosphäre alle gynäkologischen Eingriffe, Inkontinenzdiagnostik und -therapie Brustkrebszentrum, erhaltende und wiederherstellende Brustchirurgie ambulante Operationen, Chemotherapien

#### INTENSIVMEDIZIN / ANÄSTHESIOLOGIE

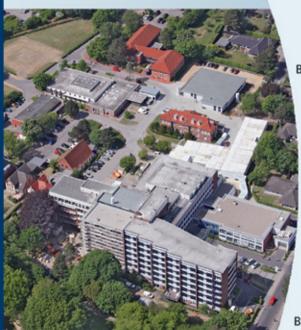
10 Intensiv- und 9 Intermediate Care Betten

#### RADIOLOGISCHES ZENTRUM

CT-/MRT-Untersuchungen, Mammographien Nuklearmedizin, interventionelle Radiologie

#### THERAPIEZENTRUM NORD

Physiotherapie, Kinderphysiotherapie, Ergotherapie, Logopädie, Podologie



Klinik Husum, Erichsenweg 16, 25813 Husum Tel. 04841 / 660-0, www.klinikum-nf.de



#### Grußwort

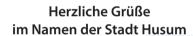
#### Liebe Seniorinnen, liebe Senioren, sehr geehrte Damen und Herren,

es ist uns eine besondere Freude, die erste Auflage des Seniorenwegweisers der Stadt Husum in Händen zu halten. Der Seniorenbeirat hat diesen Wegweiser unter dem Motto"Fit, gesund und froh gelaunt im Alter" mit großem ehrenamtlichen Einsatz erarbeitet. Hierfür möchten wir uns herzlich bedanken.

Mit dieser Broschüre informiert der Seniorenbeirat die älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger über das breit gefä-

cherte Angebot aus dem Bereich der Seniorenarbeit. Dieser Leitfaden dient dazu, sich ein aktives und selbstbestimmtes Leben auch im zunehmenden Alter zu erhalten und Familienangehörige zu unterstützen, wenn sie Hinweise und Ratschläge über Hilfen bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit benötigen.

Wir hoffen, dass Ihnen diese Broschüre einen umfassenden Überblick vermittelt, mit dem Sie Ihren Alltag auch in Zukunft leichter bewältigen können, und wünschen Ihnen viel Spaß beim Lesen.







Birgut Endre

Birgitt Encke, Bürgervorsteherin

Rainer Maaß, Bürgermeister

# Husum

#### **Inhaltsverzeichnis**

Grußwort1	Aktiv im Alter	.1
	Volkshochschule	1
Impressum3	Schwimmbad	1
Branchenverzeichnis4	Bibliothek	
Dialicienverzeichnis4	Museen	1
Einleitung5		
_	Beratung und Hilfe	.2
Husum – die bunte Stadt am Meer6	Sicherheitsberater für Senioren	2
	Bürgerbeauftragte des Landes Schleswig-Holstein	2
Der Seniorenbeirat der Stadt Husum7	Seniorentrainer/-in	2
Die Mitglieder des Seniorenbeirats9	Rechtsberatung und Rechtshilfe	2
Aktiv im Seniorenbeirat15	Weitere wichtige Adressen	2
Partnerschaft mit dem		
Senioradet Haderslev/ Voyens und Gram – Dänemark15	Betreuung und Pflege	.2
Aktion "Sicher fahre ich Rad"15	Pflegedienste	2

#### **Ambulante Pflegedienste Johannes Carstensen**

Ihr Beratungsstützpunkt für ambulante Pflege und andere Dienstleistungen



#### Dies sind u.a. unsere Leistungen:

- Pflege (häusl., Tages-, Verhinderungs-, Behandlungspflege)
- Betreutes Wohnen (Haselund, Löwenstedt, Joldelund)
- Hausmeisterservice
- Mahlzeitendienst (Essen auf Rädern)
- Fußpflege



Ambulante Pflegedienste Johannes Carstensen • Löwenstedter Str. 18 • 25855 Haselund Tel.: 04843-1224 • Fax: 04843-27222 • www.apjc.de • info@apjc.de

# Husum E

# Seniorenwegweiser

Gesundheitszentrum	24
Ärzte	24
Apotheken	27
Wohnen im Alter	29
Wohnprojekt	29
Vorsorge, Testament und Todesfall	30
Vorsorgevollmacht	30
Patientenverfügung	30
Testament	30
Todesfall	31



#### **IMPRESSUM**

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Stadt Husum. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen.

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt.

Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise - nicht gestattet.

Ouellennachweis: Fotos Maren Ehlers Ebbe von der Weppen Hartmut Pohl, Husum

■ PUBLIKATIONEN ■ INTERNET ■ KARTOGRAFIE ■ WERBEMITTEL

mediaprint

mediaprint WEKA info verlag gmbh

Lechstraße 2, D-86415 Mering Tel. +49 (0) 8233 384-0 Fax +49 (0) 8233 384-103 info@mp-infoverlag.de www.mp-infoverlag.de www.alles-deutschland.de www.mediaprint.tv

25813157/1. Auflage/2010

# Husum

#### **Branchenverzeichnis**

Liebe Leser! Hier finden Sie eine wertvolle Einkaufshilfe, einen Querschnitt leistungsfähiger Betriebe aus Handel, Gewerbe und Industrie, alphabetisch geordnet. Alle diese Betriebe haben die kostenlose Verteilung Ihrer Broschüre ermöglicht. Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.alles-deutschland.de.

Alten- und Pflegeheime	28, 29
Ambulante Pflegedienste	
Apotheke	
Beratung	
Berufliche Eingliederung	
Bestattungen	
Betreuung	
Busse	
Dentaltechnik	
Einrichtungshäuser	
Essen auf Rädern	
Fitnessstudio	U 3
Grabdenkmäler	31
Hausmeisterservice	
Krankenhäuser	U 2
Krankenkasse	

Küchen	8, U 4
Kurzzeitpflege	28
Manuelle Stimmtherapie	22
Medizinische Therapien	
Optiker	16
Orthopädieschuhtechnik	16
Pflege	U 3
Sanitätshaus	27
Schmuck	16
Schuhhaus	
Seniorenheime	28
Therapiezentrum	U 2
Jmschulungen	

U = Umschlagseite

zahnersatz aus deutschland! präzise und langlebig für ein strahlend schönes lächeln!



**25813 Husum** · Am Gallberg 40 · Tel.: 04841-71037



#### **Einleitung**



Dieser Seniorenwegweiser soll eine Hilfe und Unterstützung für alle Husumer/-innen sein. Er versucht aufzuzeigen, wie vielfältig Hilfen und Informationen in Husum zu allen Fragen des Lebens angeboten werden und wie besonders ältere Bürger die benötigte Unterstützung erhalten.

Wir haben uns bemüht, die wichtigen Informationen zu sammeln und hoffen, dass Sie Antworten auf Ihre Fragen finden.

Bitte teilen Sie uns mit der Antwortkarte auf der letzten Seite mit, wenn Ihrer Meinung nach etwas fehlt, wir werden es beim nächsten Mal besser machen.

Gernot von der Weppen



# Husum

#### Husum - die bunte Stadt am Meer

Direkt am Nationalpark Wattenmeer an der Nordsee liegt die aus der Literatur bekannte Stadt Husum. Sie ist die Geburtsstadt von Theodor Storm, der ihr in zahlreichen Werken als "graue Stadt am Meer" gedachte.

Wer jedoch Husum schon einmal mit eigenen Augen gesehen hat, weiß: Husum ist bunt und vielfältig! Besonders das Krokusblütenfest im Frühling zieht mit seiner lila Pracht jedes

Jahr viele Besucher an. Und auch Kulturinteressierte kommen auf den Spuren Theodor Storms in Husum mit vielfältigen Angeboten voll auf ihre Kosten. Zudem liegt die Stadt eingebettet in eine der schönsten Landschaften Deutschlands: dem Nationalpark Wattenmeer. Der malerische Hafen von Husum ist das Tor zu diesem einzigartigen Ökosystem und zu den Inseln und Hallingen. Alle zwei Jahre findet in Husum die weltweit größte Messe rund um die Windenergie statt.



#### Der Seniorenbeirat der Stadt Husum

Seit 1991 gibt es den Seniorenbeirat der Stadt Husum. Er ist eine Einrichtung der Stadt, die sich für die Belange der Senioren/-innen einsetzt.

Wir bemühen uns bei Stadtvertreter- und Ausschusssitzungen, aber auch gegenüber der Verwaltung, die Wünsche und Anregungen der Senioren/-innen einzubringen.

Im Hinblick auf die gesellschaftliche Entwicklung (demografischer Wandel) ist es wichtig, mehr ehrenamtliches Engagement zu mobilisieren. Nur wenn Erfahrung und Erkenntnisse aller gesellschaftlichen Gruppen in die politischen Entscheidungen aufgenommen werden, kann generationenübergreifende Gesellschaft gelebt werden. Die Senioren des Beirates arbeiten ehrenamtlich, parteipolitisch und konfessionell unabhängig zum Wohle der Kommune.

Der Seniorenbeirat hat zurzeit 22 Mitglieder, die aus Vereinen und Verbänden, in denen aktive Seniorengruppen arbeiten, benannt oder gewählt und von der Stadtverwaltung bestellt werden.

Der Beirat wählt gemäß der Geschäftsordnung und Satzung einen Vorstand. Der Vorstand tagt monatlich, der Beirat vierteljährlich. Einmal jährlich findet eine Seniorenversammlung statt.

Der Seniorenbeirat ist Mitglied im Kreisseniorenbeirat Nordfriesland. Die Stadt Husum ist Mitglied im Landesseniorenrat Schleswig-Holstein e. V.

Hier stellen wir nun die Beiratsmitglieder als Vertreter ihrer Vereine und Verbände und kurz deren Aktivität vor.

Anschrift des Seniorenbeirates:

Stadt Husum Seniorenbeirat

Zingel 10 (Rathaus), 25813 Husum

Für Auskünfte:

Gernot von der Weppen

Brüggemannstr. 22, 25813 Husum, Tel. 04841 62649



# Jeder Mensch ist einzigartig. Darum soll es auch Ihr Sessel sein.

Fitform Wellness Sessel



- Angemessen auf Ihre individuellen Körpermaße
- Damit Sie rückenfreundlich sitzen, gepflegt entspannen und bequem aufstehen können



#### Getestet - und für gut befunden

Fitform führt umfangreiche wissenschaftliche Prüfungen durch. Dabei wird auch die Rückenbelastung der Probanden gemessen. Es fällt auf, dass die Belastung in einem Fitform-Sessel in allen Sitzpositionen besonders niedrig ist und in einer Liegehaltung sogar geringer als in der Liegeposition im Bett. Die Fitform-Philosophie ist darum vom niederländischen Verband von Rückenpatienten (NVVR) "die Wirbelsäule" – www.nvvr.nl) anerkannt worden.

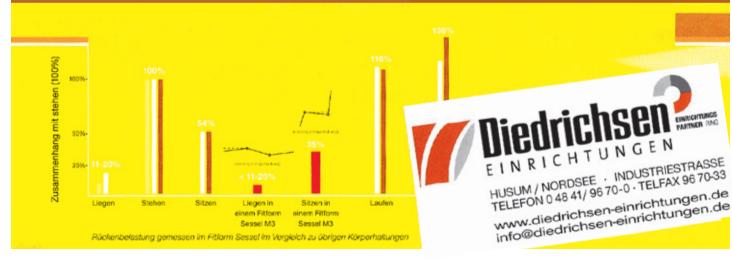
#### AGR-Giütesiegel - mit bester Empfehlung

Fitform ist der erste Hersteller ergonomischer Ruhesessel, der das Gütesiegel "geprüft und empfohlen" von der Aktion gesunder Rücken e. V. (www.agr-ev.de) erhalten hat. Das AGR-Gütesiegel wird von unabhängigen Therapeuten und Ärzten vergeben. Es gibt Ihnen die Sicherheit, ein absolut rückengerechtes Produkt zu erwerben.



## Die Basis-Vorteile des Fitform-Sessels:

- 1. Sitzhöhe nach Maß
- 2. Sitzwinkel optimal einstellbar zwischen 95 und 105 Grad
- 3. Sitztiefe nach Maß
- 4. Armlehnenhöhe nach Maß
- 5. Lendenkissen in Höhe und Dicke einstellbar



# Husum =

# Seniorenwegweiser

#### Die Mitglieder des Seniorenbeirats

Der Seniorenbeirat der Stadt Husum besteht aus Vertretern von Organisationen oder Einrichtungen, die auf vielfältige Weise die Interessen der Senioren öffentlich vertreten und unterstützen. Sie gestalten das öffentliche Leben durch zahlreiche Veranstaltungen und die verschiedensten Aktivitäten, bieten allerdings auch Beratungs- und Hilfsangebote.



Theresia Ahrens AWO Husum Tel. 04841 72875

Der Treff der Arbeiterwohlfahrt bietet viele Gelegenheiten für ein geselliges Zusammensein. Angeboten werden Doppelkopf-, Skat- und Schachgruppen, aber auch Gymnastik, Handarbeit, Klönschnack und Fußpflege stehen auf dem Programm.



Inge Adresen Landfrauenverein Schobüll e. V. Tel. 04841 64827

Der Verein ist eine Vereinigung von Landfrauen und Frauen, die sich der Landfrauenarbeit verbunden fühlen. Zweck ist der Erfahrungsaustausch, die gegenseitige Anregung, die Durchführung gemeinsamer Aufgaben und die Vertretung der Mitgliederinteressen. Der Verein ist überparteilich und überkonfessionell und hat insbesondere folgende Aufgaben: Weiterbildung der Frauen im ländlichen Raum als Unterstützung ihrer familiären, beruflichen und gesellschaftlichen Aufgaben durchzuführen sowie die Zusammenarbeit mit anderen Frauenorganisationen, öffentlichen Dienststellen, Behörden und Vereinen zu pflegen.









Hans-Jörg Baehr Turn- und Sportverein von 1875 e. V. Tel. 04841 61444

DerTSV Husum 1875 e.V. bietet ein vielfältiges Sport- und Bewegungsprogramm für Menschen von einem bis 99 Jahre. Zielgruppengerechte Angebote für die verschiedensten Altersstufen und Interessen machen Lust auf Bewegung. Unter anderem stehen Seniorengymnastik, Aktiv 70 plus und Wirbelsäulengymnastik zur Auswahl. Weitere Angebote finden Sie auch im Sportangebotsheft "Sport – Spiel – Spaß", im Vereinsheft "Sport-Info".



Maren Ehlers Schriftführerin im Vorstand Deutscher Frauenring Husum Tel. 04841 62649

Der Deutsche Frauenring will das Selbstbewusstsein von Frauen stärken und sie so zur aktiven Mitarbeit in der Gesellschaft ermuntern. Der Deutsche Frauenring Husum veranstaltet jeden letzten Donnerstag im Monat einen Frauenstammtisch und richtet das ganze Jahr über weitere Termine nach Vereinbarung aus.



Helga Bosse Schwerhörigenverein Nordfriesland Tel. 04841 4875

Jeden dritten Mittwoch im Monat finden in der Cafeteria Raum Föhr des Theodor-Schäfer-Berufsbildungswerks Husum Zusammenkünfte statt. Jeweils eine halbe Stunde vor Beginn wird persönliche Hilfe zum Beispiel beim Antrag auf einen Schwerbehindertenausweis, bei der Beschaffung von Hörhilfen oder bei einem Verschlimmerungsantrag angeboten.



Hans Ulrich Koberstein Kassenwart im Vorstand Gewerkschaft ver.di Bezirk Westküste Tel. 04841 89460

Die Gewerkschaft ver.di, Bezirk Westküste, betreut ihre Senioren-Mitglieder nach vorheriger Anmeldung in Renten- und Rechtsfragen. Der Senioren-Förderverein e. V. unterhält seine Mitglieder im Sommer durch ein- und mehrtägige Reiseangebote und im Winter durch Informations- und Unterhaltungsnachmittage.



Alfred Kock Altenbegegnungsstätte St. Marien Husum Tel. 04841 2332

Das Programm der Altenbegegnungsstätte richtet sich an Menschen ab 50 Jahre und aufwärts. Wer jünger ist und kommen mag, ist herzlich willkommen, Touristen ebenso wie Einheimische. Eine Mitgliedschaft oder Konfession wird nicht vorausgesetzt. Das Haus befindet sich in kirchlicher Trägerschaft und stellt die lebendige Gemeinschaft in den Vordergrund.







Claus Lundelius DRK-Ortsverein Husum Tel. 04841 4115

Der Ortsverein des Deutschen Roten Kreuzes engagiert sich auf vielfältige Weise für die älteren Bürger von Husum. So gibt es zum Beispiel Altenclubs im städtischen Altenheim, im DRK-Altenheim und im TSV-Vereinsheim und einen Tanzkreis im TSV-Vereinsheim. Am Montagnachmittag wird in der Berliner Straße 58 eine Kleiderkammer organisiert. Zudem können natürlich Betreuung und Hilfen wie Essen auf Rädern in Anspruch genommen werden.



Horst Krause Sozialverband Deutschland, Husum Tel. 04841 4005

Der Sozialverband Deutschland Husum ist Ansprechpartner für alle Menschen, die mit den Gesetzen zur Kranken-, Renten-, Pflege- und allen Sozialversicherungen nicht mehr zurechtkommen. Wir beraten unsere Mitglieder, erheben Einsprüche und vertreten ihre Anliegen auch vor den Sozialgerichten. Die Geselligkeit kommt unter anderem bei gemeinsamen Kino- und Theaterbesuchen, dem Sommerfest und der Weihnachtsfeier sowie regelmäßigem Kaffee und Kuchen auch nicht zu kurz.



Manfred Magnus Versöhnungskirche Husum Tel. 04841 4808

Abwechslungsreiche Angebote stehen auf dem Programm der Versöhnungskirche Husum. Am Mittwoch um 14 Uhr gibt es gesellige Tänze für Ältere und am Montag um 15.30 Uhr eine Sitztanzgruppe. Vierzehntäglich findet am Donnerstag ein Gesprächskreis für Frauen nach der Berufsphase statt. Einmal im Monat gibt es am Donnerstag um halb neun die Gelegenheit, an einem Frühstück in Gemeinschaft teilzunehmen.







**Christian Mewes** Senioren der Freiwilligen Feuerwehr Husum

Alle zwei Wochen am Dienstagabend treffen sich die Senioren der freiwilligen Feuerwehr auf der Feuerwache, um Wünsche und Probleme des Alltags zu besprechen und gemeinsam Lösungen zu finden. Auch die Geselligkeit wird gepflegt: Im Sommer gibt es einen Ausflug, im Winter die Weihnachtsfeier und im Februar ein zünftiges Schwarzsaueressen mit den Senioren der Freiwilligen Feuerwehr Mildstedt, Schobüll und Simonsberg.



**Kurt Scheuermann** Stellvertretender Vorsitzender Evangelisch-lutherische Friedenskirche Tel. 04841 2574

Gemeinschaft wird nicht nur im Gottesdienst gepflegt, sondern auch bei geselligen Seniorennachmittagen am zweiten Mittwoch im Monat. Interessant ist auch das Gespräch über biblische Texte am letzten Donnerstag im Monat. Bei Interesse besuchen Sie doch unser Kirchenbürg in der Schobüller Str. 10.



**Uwe Ney** Sydslesvig Forening – Organisation der Dänischen Minderheit in Deutschland. Distrikt Husum og omegn Tel. 04841 2612, www.syfo.de

Jeden Donnerstag trifft sich die Organisation der Dänischen Minderheit im Café Kik Ind in der Dansk Bibliothek, Neustadt 81, von 10 bis 18 Uhr zu Kaffee, Kuchen, Hyggesnak und Kartenspiel. Außerdem gibt es einmal im Monat im Husumhus den Hyggeklub. Außer Kaffeetrinken und Klönen stehen Karten- und Würfelspiele, Minilotto, Handarbeiten und Rezeptaustausch auf dem Programm. Beim Seniorenklub 60+ werden zusammen mit den Distrikten Bredstedt, Drage, Friedrichsstadt und Hattstedt verschiedene Ausflüge unternommen.



**Brigitte Schulte** Katholische Kirchengemeinde St. Knud Tel. 04841 2516

Mitglieder der Gemeinde machen Besuche

zu Geburtstagen und Familienfeiern. Einmal im Monat findet ein Seniorennachmittag statt, der gerne angenommen wird. Nach der geistlichen Stärkung wird bei Kaffee und Kuchen geklönt und auch einige Spiele gespielt. In der Weihnachtszeit ist der Adventskaffee für alle Senioren ein Höhepunkt des Jahres. Ansonsten stehen die Senioren der Gemeinde Jüngeren mit Rat und Tat zur Verfügung.







Bertraut Seifert Mehrgenerationenhaus Husum Tel. 04841 2153

Das Mehrgenerationenhaus versteht sich als Ort für alte und junge Menschen, die hier Begegnung, Information, Begleitung und Unterstützung finden können. Über 100 Kursleiterinnen und 50 Ehrenamtliche bieten neben zahlreichen offenen. Angeboten und Projekten jährlich circa 450 Kurse an. Unter anderem gibt es einen offenen Treff für Jung und Alt mit vielen Aktivitäten wie Singen, Malen und Musizieren. Von Montag bis Freitag gibt es einen Mittagstisch von 11.30 bis 13.30 Uhr. Das Haus ist Stützpunkt der Seniorentrainer Husum, Informationen erhalten Sie auch im Internet unter www. fbs-husum.de.



Christel Strohpal AG 60+ Senioren Husum und Umland

Die Arbeitsgemeinschaft beschäftigt sich mit allen Themen, die für die älteren Bewohner Husums von Bedeutung sind. Sie bietet Beratung und Hilfe für Mitglieder, regelmäßige Sitzungen und Veranstaltungen nach vorheriger Ankündigung an.



Hans Pickardt

Seniorenclub des Spielmannzuges und Jugendblasorchesters Rödemis e. V. Tel. 04841 64867



Dem Verein gehören fast 100 Senioren und Seniorinnen ab dem 60. Lebensjahr – davon circa 70 in Husum wohnend – als passive Mitglieder oder als Förderer an. Diese erhalten viermal jährlich eine Einladung für Seniorennachmittage im Clubraum der Iven-Aßen-Schule. Die Veranstaltungen beginnen jeweils um 15.00 Uhr mit Kaffeetrinken, Kuchen, belegten Broten und Klönschnack, es folgen Programm und Informationen. Bei einem gemeinsamen Abendbrot um circa 18 Uhr klingen die Veranstaltungen aus.



#### Ewald Ueth Gewerkschaft Transnet Husum Tel. 04841 5423

TRANSNET

Die Gewerkschaft Transnet bietet ihren Mitgliedern Beratung und Hilfe. Dazu können sie zum Beispiel die Sprechzeit jeden Montag von 17.30 bis 19.00 Uhr nutzen. Jeden Donnerstag findet ab 9.30 Uhr in der Großstraße 12 der Markttreff statt. Beliebt ist außerdem das Lotto mit Kaffee und Kuchen, das jeden ersten Dienstag im Monat um 15 Uhr angeboten wird.





Gernot von der Weppen Vorsitzender des Seniorenbeirates Stiftung Bahn-Sozialwerk Tel. 04841 62649

Die Stiftung Bahn-Sozialwerk bietet für Spender und Angehörige Beratung und Hilfe, Seniorenbetreuung sowie Besuche an Geburtstagen und bei Krankheiten. Jeden Dienstag von 9.00 bis 11.00 Uhr ist im Bahnhof eine persönliche Beratung sowie Beratung in Geld und Versicherungsfragen. Zudem werden nach einem Veranstaltungsplan Ausflüge, Reisen und Veranstaltungen angeboten. Preisskat jeden zweiten Dienstag im Monat, jeden Mittwoch Kegeln im Kegelclub Gut Holz von 1925.



Irmgard Winkler-Schmidt Caritas – Katholische Kirchengemeinde St. Knud Tel. Mo. u. Do. 04841 2516

Die Caritas organisiert Besuchsdienste bei Geburtstagen ab dem 70. Lebensjahr und bei Menschen, die krank und alleine sind. Jeden dritten Donnerstag im Monat findet um 15.30 Uhr im Gemeindehaus ein Seniorenkaffee statt und am dritten Donnerstag im Dezember ein Senioren-Adventskaffee. Zudem bietet die Caritas auch Gespräche und Informationen rund um Hilfsangebote



Gerhard Wirtz Seniorenunion Kreis Nordfriesland Husum

Die Seniorenunion Kreis Nordfriesland steht älteren Mitgliedern mit Rat und Auskunft zur Seite. Nach Einladung finden außerdem Gespräche und Sitzungen statt.



Ruth Zöllmer stellvertretende Vorsitzende Verein für Betreuung und Selbstbestimmung NF e. V. Tel. 04841 82606

Der Verein für Betreuung und Selbstbestimmung ist ein gemeinnütziger und keiner Konfession zugeordneter Verein. Er bietet Informationen und Beratung zur gesundheitlichen Betreuung sowie Hilfe bei rechtlichen Themen wie Patientenverfügung und Vorsorgevollmachten. Er vermittelt zudem Betreuung und organisiert verschiedene Vorträge und Veranstaltungen.



#### Aktiv im Seniorenbeirat

#### Partnerschaft mit dem Senioradet Haderslev/Voyens und Gram – Dänemark

Die Altenbegegnungsstätte (ABS) Husum und der Seniorenbeirat (Kreisseniorenbeirat) hat seit 2002 eine Partnerschaft mit dem Senioradet Harderslev/Voyens/Gram. Wir treffen uns mindestens zweimal im Jahr zum Erfahrungsaustausch, zum kulturellen Gespräch, zur Aufarbeitung der gemeinsamen Geschichte und zum Essen und Singen. Außerdem haben wir zwei Seminare zur Natur, Geschichte, Sprache, Lebensart und Geselligkeit in Dänemark und Deutschland durchgeführt.

#### Aktion "Sicher fahre ich Rad"

Seit 2003 führt der Seniorenbeirat Husum gemeinsam mit der Polizei, dem Ordnungsamt der Stadt und den Fahrradvereinen die Veranstaltung "Sicher fahre ich Rad" durch.

Zu Fuß, mit dem Fahrrad und mit Rollstuhl und Rollator begehen und befahren wir die Straßen und Fußwege in und um Husum. Wir notieren, wie die Fußwege und Straßen für diese Gruppen sicherer und besser zu begehen und befahren sind, und geben diese Informationen an die entsprechenden Stellen weiter.



# Husum



Ich hatte mir das Alter immer reizend und viel reizender als die früheren Lebensepochen gedacht und nun, da ich da angelangt bin, finde ich meine Erwartungen fast übertroffen. (W. v. Humboldt)

...wenn die Brille nicht mehr ausreicht...

Lupen, Fernsehlupen, -brillen, Lesegeräte





Husum

Uhren & Optik Sievers GmbH • Norderstraße 4 • 25813 Husum Telefon 04841 2085 • Telefax 04841 64886

# **SCHUHHAUS THOMSEN**

Bredstedts Schuh- und Sporthaus mit Orthopädieschuhtechnik



- Reparatur
- Einlagen
- Maßschuhe
- Elektronisches Druckmess-System
- Diabetikerversorgung
- alle Krankenkassen
- Damen-, Herren-, Kinderschuhe
- von Gr. 17 bis 54 am Lager
- Rheumatikerversorgung
- Schuhzurichtungen
- Haus- und Klinikbesuche

Osterstraße 59 · 25821 Bredstedt Telefon 04671/22 02 · Telefax 24 76 E-Mail: schuhhaus-thomsen@web.de

#### **Aktiv im Alter**

#### Volkshochschule

Unsere älteren Teilnehmer sind uns im gesamten VHS-Programm willkommen. Generationenübergreifende Begegnung und Kommunikation sind uns wichtig.

Für das Lernen im Alter gibt es aber auch besondere Angebote:

- Englisch am Vormittag, immer mittwochs ab 9.00 Uhr
- Diverse EDV-Angebote: Arbeiten am PC, PC-Fitness, Textverarbeitung, PC-Auffrischung, Internet und Bildbearbeitung am PC.
- Gesundheitskurse wie Yoga, fit und vital für Männer und Frauen ab 50, fit und beweglich für Frauen 50+ (Hanteltraining), Pilates, Fit for Life 50+ und vieles mehr

Das Team der VHS berät Sie gern:

#### Haus der Volkshochschule

Theodor-Storm-Str. 2 in Husum, Tel. 04841 83590

Internet: www.vhs-husum.de

Beratungszeit: Mo. – Do. 9.00 –12.00 Uhr Freitag 10.00 – 13.00 Uhr

#### Schwimmbad

Flensburger Chaussee 28 in Husum, Tel. 04841 8997-155

Schwimmen ist besonders im Alter eine beliebte Sportart.

Das Schwimmbad Husum bietet für die Senioren der Stadt Schwimmkurse, Wassergymnastik 50+ und noch vieles mehr

#### **Bibliothek**

Beim Lesen haben ältere und alte Menschen ganz eigene Bedürfnisse. Dafür gibt es unter den vielen Medien in der Bibliothek für die älteren Semester, die mit den Augen Schwierigkeiten haben, auch Romane im Großdruck; ferner Hörbücher, Sachliteratur, Hobby- und Fachzeitschriften, regionale und internationale Zeitungen, Rad- und Wanderkarten sowie Stadtpläne. Wer mit den Medien der neuen Zeit Schritt halten will, für den stehen CD-ROMs zur Verfügung.

#### Stadtbibliothek Husum

Herzog-Adolf-Str. 25, 25813 Husum, Tel. 04841 89186





Mit unserem Schnellbus ab Husum zum Tagesausflug nach Flensburg oder Sønderborg:

• 2-Stunden-Takt zwischen Husum und Flensburg.

ab 7,10 € \*
\*Preis gültig bis August 2010

- Montag Freitag fahren wir zwischen 6:00 Uhr und 19:00 Uhr von Husum, über Flensburg nach Sønderborg und zurück.
- in nur 60 Minuten nach Flensburg (ZOB).
- Montag Freitag bieten wir Ihnen sechs mal täglich eine direkte Anschlussverbindungen von Flensburg nach Sønderborg und zurück.

Autokraft GmbH Servicetelefon: Tel.: (04841) 66319-0 • www.autokraft.de

# Husum



#### Museen

#### Schloss vor Husum

Öffnungszeiten:

März bis Oktober: Di. – So. 11.00 – 17.00 Uhr November bis Februar: Sa. + So. 11.00 – 17.00 Uhr

#### Nordsee Museum/Nissenhaus

Öffnungszeiten:

April bis Oktober: täglich 10.00 – 17.00 Uhr November bis März: täglich 11.00 – 17.00 Uhr

montags geschlossen

#### Theodor-Storm-Zentrum

Öffnungszeiten:

April bis Oktober: Di. – Fr. 10.00 – 12.00 Uhr

und 14.00 – 17.00 Uhr

Mo., Sa., So. 14.00 – 17.00 Uhr

November bis März: Di., Do., Sa. 14.00 – 17.00 Uhr

#### Ostenfelder Haus

Öffnungszeiten: auf Anfrage (Freilichtmuseum)

#### Pole-Poppenspäler-Museum

Öffnungszeiten: täglich außer Sa. 14.00 – 17.00 Uhr

#### Schiffahrtsmuseum Nordfriesland

Öffnungszeiten: täglich 10.00 – 17.00 Uhr





# Husum

#### **Beratung und Hilfe**

#### Sicherheitsberater für Senioren

Seit 2004 gibt es im Kreisgebiet und in Husum Senioren als Sicherheitsberater.

Die Polizei schult zweimal jährlich Senioren zur Kriminalitätsprävention unter anderem über die neuesten Fälle von Kleinkriminalität, Haustürgeschäften, EC-Karten-Betrug, Diebstahl, Einbruch, Kaffeefahrten, Telefon-Betrug, Handtaschendiebstahl und weiteren Betrügereien.

Die Sicherheitsberater halten Vorträge bei Seniorenversammlungen und Seniorentreffs und in Pflegeheimen, wie solche Straftaten ablaufen und wie man sich dagegen schützen kann.

Ansprechpartner für Termine und Vorträge:

#### Hauptkommissar Wolfgang Friedrichsen

Polizei Husum, Tel. 04841 830208

#### Bürgerbeauftragte des Landes Schleswig-Holstein

Frau Birgit Wille-Handels Tel. 0431 9881240 E- Mail: Buergerbeauftragte@landtag.ltsh.de

Die Bürgerbeauftragte hilft und unterstützt in sozialen Angelegenheiten wie zum Beispiel

- Gesetzl. Renten und Unfallversicherung
- Soziale Pflegeversicherung
- Sozialhilfe sowie Behindertenrecht und vieles mehr.

#### Demografischer Wandel – Region schafft Zukunft.

#### Kreis Nordfriesland

Frau Adelheid Marcinzzyk, Tel. 04841 67450

Der Kreis Nordfriesland ist Modellregion im Bundesprogramm. In verschiedenen Projekten soll die Gestaltung ausgewählter, regionaler Infrastrukturen zu den Handlungsfeldern Pflege, Alter, Behinderung, barrierefreies generationenübergreifendes Wohnen und Umgang mit Demenzkranken realisiert werden.

#### Seniorentrainer/-in

Wir helfen im Rahmen des Projektes, Die helfende Hand"...

- Alleinstehenden und Älteren bei kleineren Reparaturen im Haushalt, bei Umzügen, Haushaltsauflösungen, Möbelaufstellung und bei der Suche nach geeigneten Handwerksbetrieben
- Bei Vorbereitung, Begleitung und Umzug ins Seniorenheim
- · Bei der Begleitung zum Arzt und ins Krankenhaus
- · Menschen bei der Alltagsbewältigung

#### **Rechtsberatung und Rechtshilfe**

#### **Amtsgericht Husum**

Tel. 04841 693-0

In Fällen von Streitigkeiten ist zu überlegen, ob die Angelegenheit des Streites durch die Einschaltung des Schiedsamtes,

# Husum

# Seniorenwegweiser

frühere Bezeichnung Schiedsmann/Schiedsfrau, außergerichtlich entschieden werden kann.

In vielen Fällen ist dies die kostengünstigste Lösung. Sollte eine Einigung auf der Schiedsebene nicht möglich sein, steht der Weg zu einem Gericht jeder Bürgerin und jedem Bürger offen.

In aller Regel führt dann der Weg über einen Rechtsanwalt.

Falls die persönliche finanzielle Grundlage zur Prozessführung nicht ausreicht, kann über das Gericht geprüft werden, ob eine Prozesskostenhilfe gewährt werden kann. Ein Anwaltsbüro veranlasst die erforderlichen Schritte.

Auskünfte zu Rechtsfragen erteilt das Amtsgericht

#### Weitere wichtige Adressen

#### Weißer Ring e. V. Opfernothilfe 0130 3499

Nordfriesland Süd Heide Tel. 0481 5140

#### Anonyme Alkoholiker (AA) Gruppe Friedenskirche Husum

Elke, Tel. 04841 662135, und Hans-Hermann, Tel. 04845 790289

#### Sozialzentrum Husum und Umland

Stadt Husum, Zingel 10 Rathaus, Tel. 04841 666-0

#### Angebote und Leistungen unter anderem:

Gewährung und Leistung nach dem Sozialgesetzbuch II, Wohngeldgesetz, Hilfestellung bei GEZ-Ermäßigung, Schuldnerberatung und vieles mehr. In den sieben Sozialzentren im Kreis Nordfriesland gibt es im Rahmen des Bundesprogramms, Demografischer Wandel – Region schafft Zukunft" eine Erstberatung für Seniorinnen und Senioren und ihre Angehörigen zu den Themen Altenhilfe, Wohnraumanpassung und ambulante sowie stationäre Versorgung – Juliane Holme, Tel. 04841 666-0.

#### Behindertenbeauftragter der Stadt Husum

Rathaus, Tel. 0800 0800679

Sprachrohr für Behindertenvereine und -verbände sowie für Menschen mit Behinderungen.

#### Ev. Frauenhilfe Husum e. V. und Diakoniestation Husum

Stadtweg 44, Husum, Tel. 04841 2836 und 838814 Essen in Gemeinschaft/Besuchsdienste, Seniorenbegleiter, und Senioren – ambulant.

#### Kibis Nordfriesland

Ansprechpartnerin: Frau Angelika Weinert, Tel. 04841 800777 Kontakte, Informationen und Betreuung im Selbsthilfebereich.



Husum

Anlaufstelle für Selbsthilfe und freiwilliges Engagement für Gruppen, Initiativen sowie Projekte für Jung und Alt.

#### Altenbegegnungsstätte Kirchengemeinde St. Marien

Norderstr. 2, Husum, Tel. 04841 2332 Bildung und Freizeitprogramme nach besonderem Programm und Aushang.

# Husumer Tafel Diakonisches Werk gGmbH/AWO-Ortsverband Husum

Theodor-Storm-Str. 7, Husum, Tel. 04841 691420 Lebensmittelverteilung an bedürftige Personen

#### Alzheimer-Gesellschaft Nordfriesland e. V.

Tel. 0161 6306691

Der "Selbsthilfeverein zur Unterstützung von an Demenz erkrankten Menschen, fachlichen Betreuern und Ärzten" bietet Unterstützung, fördert das Verständnis, vermittelt Wissen und hilft die Lebensqualität zu erhalten. Beratung und Gesprächskreise.



#### ... wir als Fachteam bieten an:

- Sprach-, Sprech-, Schluck-, & Stimmstörungen
- orofaziale Regulationsbehandlung (ORT)
- Manuelle Stimmtherapie
- vocaSTIM®Trainingstherapie
- Psychologische Psychotherapie
- Entspannungs- & Atemtherapie
- unterstützte Kommunikation

Logopädische Praxis Petra Liley Husumerstrasse 51d 25821 Breklum Telefon: 04671-96159

www.liley-logopaedie.de

### Unsere langjährigen Erfahrungen bringen Sie weiter!

- neurologische, rheumatologische,
   & orthopädische Krankheitsbilder
- Manuelle Therapie
- Cranio-Sacral-Therapie nach Upledger
- Neuro. Behandlung nach Bobath
- Stürzprävention
- Entspannungstechniken
- Lymphdrainage
- Kinesiotaping
- Shiatsu

KG-Praxis Gutermann-Muntendam Rungholtstr. 19 25821 Bredstedt Telefon: 04671 4150 www.praxisgutermann.de

- neurologische, rheumatologische, psychiatrische & orthopädische Krankheitsbilder
- Neurophysiologische Behandlung
- Hirnleistungstraining
- Hilfsmittelversorgung
- Wohnraumanpassung
- Reittherapie
- Entspannungstechniken

Praxis für Ergotherapie Vera Bendsen Bahnhofstr. 7 25821 Bredstedt

Tel: 04671-930934

#### **Betreuung und Pflege**

Nach einem Sturz oder einer Krankheit kann es schnell geschehen, dass man im Alter langfristig Pflege benötigt. In diesem Fall sind die Angehörigen gefordert, die Pflegesituation in häuslicher Umgebung zu arrangieren. Um den Hilfe- und

Pflegebedürftigen möglichst lange stützen zu können, tun Angehörige gut daran, von Anfang an konsequent alle sinnvollen und finanzierbaren Hilfsangebote im Sinne eines "Betreuten Wohnens zu Hause" zu nutzen. In jedem Fall können Sie als Angehörige mit der professionellen Unterstützung von Pflegefachkräften und sozialen Diensten rechnen, die den Rahmen für die häusliche Pflegesituation setzen und Ihnen bei der Beantragung finanzieller Unterstützung behilflich sind.



#### Hauspflegedienst NISSEN



Dieselstr. 8 25813 Husum Tel. 04841 – 63 868

Fax: 04841 - 61699 www.hauspflegedienst-nissen.de

# Ambulante Pflegedienste

24-Stunden-Bereitschaft Mobil: 0172 – 620 14 35



Wir sind Mitglied in starken Organisationen:







Bundesverband privater Anbieter sozialer Dienste Für Pflegeberufe

Mein Gesundheitslotse Freier Zusammenschluss von Firmen für umfassende häusliche Unterstützung

#### Pflegedienste

- Hauspflegedienst Nissen Dieselstr. 8, Husum, Tel. 04841 63868
- Pflegedienst Carstensen
   Löwenstedter Str.18, Haselund, Tel. 04843 1224
- Ambulanter Pflegedienst Diakonie Stadtweg 44, Husum, Tel. 04841 83880



#### 

#### Gesundheitszentrum im Klinikum Nordfriesland Husum

Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen gehören ebenso zu einer guten Gesundheit wie viel Sport und die richtige Ernährung. Entsprechend dem altersbedingt erhöhten Erkrankungsrisiko werden die Kosten in vielen Fällen von der Krankenkasse übernommen. Durch diese Vorsorgeuntersuchungen können Sie sich viel Leid ersparen, wenn Krankheiten möglichst frühzeitig diagnostiziert werden. Ein Beispiel: An Darmkrebs erkranken jährlich 35.000 Bundesbürger. Ab dem 56. Lebensjahr gehört

eine Darmspiegelung alle zehn Jahre zum Vorsorgeprogramm. Frauen ab 50 erhalten alle zwei Jahre eine Einladung zur Mammografie, um durch frühe Diagnose die Heilungschancen bei Brustkrebs deutlich erhöhen zu können. Auch die regelmäßige, aufmerksame Selbstbeobachtung hat eine enorme Bedeutung, um schwere Erkrankungen schon frühzeitig und erfolgversprechend zu behandeln. Das Klinikum Nordfriesland hat in Husum eine geriatrische Abteilung und eine geriatrische Tagesklinik.

Einrichtung	Anschrift	Telefon
Ärzte		
Ärztlicher Notdienst der kassenärztlichen Vereinigung	Hintereingang Krankenhaus	01805 119292
Krankenhäuser		
Klinikum Nordfriesland	Erichsenweg 16	660-0
Klinik Dr. Winkler	Brinckmannstraße 6	6911-0
Allgemeinmedizin		
Dr. med. Johannes Carstensen	Woldsenstraße 23	65677
Dr. med. Karsten Gappmeyer	Bismarckstraße 20	3044
Michael Mumm	Markt 10	4058
Dr. med. Sabine Reuth	Brinkmannstraße 7	2035
Dr. med. Ralf Sens	Ludwig-Nissen-Straße 43	61684
Dres. med. W. u. M. Stybalkowski	Krämerstraße 12	5007
Dr. med. Armin-Georg Zuther	Woldsenstraße 19	5756
Dr. Manfred Wegst	Woldsenstraße 19	4587
Augenheilkunde	·	
Ludger Balster	Danckwerthstraße 16	61071
Dr. med. Stefan Labjuhn	Danckwerthstraße 16	82101
Chirurgie	·	
Dres. med. Carsten Decher, Heiko Krophofer u. Volker Wulff	Brinckmannstraße 6	6911-0

Einrichtung	Anschrift	Telefon
Frauenheilkunde		
Barbara Dalmer und Dr. Liane Leuschner-Richter	Neustadt 49	4330
Dr. med. Stefan Madelung	Woldsenstraße 15	2577
Khuong Bui-Ngoc	Markt 10 – 12	5580
Dr. med. Helmut Grusdas	Brinckmannstraße 16	2859
Hals-Nasen-Ohren-Heilkunde		
Dr. med. Andreas Gerken	Großstraße 21	5561
Birgit Hummel und Dr. med. Eberhard Wenzel	Markt 19 – 21	63330
Hautärzte		
Dr. med. Hans Engelke	Am Binnenhafen 6	2894
Dr. med. Klaus Fösel	Markt 10 – 12	2556
Innere Medizin		
Dr. Karl-Heinz Kiehn	Markt 10	5880
Dr. med. Martin Böhm und PrivDoz. Dr. med. Manfred Ziegenhagen	Brinckmannstraße 7	5037
Rainer Goly	Neustadt 70	6085
Dr. med. Wolfgang Kölbel	Woldsenstraße 3	8977-0
Dr. med. Seebrandt-Rießen	Norderstraße 1	4910
Dr. med. Hagen Trotzenberg	Christine-Petersen-Straße 2	72150
Evelyn Wolff-Kruppa u. Dr. Sabine Reuth	Brinckmannstraße 7	2035
Kardiologie		
Dr. med. Gerd Geffer u. Antje Rack	Erichsenweg 16	660-1481
Kinderheilkunde		
Dr. Almut Becker und Dr. Christoph Weiß-Becker	Norderstraße 50	3022
Neurologie/Psychiatrie/Psychotherapie		
Cornelia Berger	Ludwig-Nissen-Straße 26	870589
Theodor Formella	Osterende 74	83830
Jutta Gappmayer-Hanczyk	Bismarckstraße 20	3044
Orthopädie		
Dr. med. Rainer Bläß und Dr. med. Matthias Goericke	Markt 2	3664
Dr. med. Rainer Korth	Markt 2	2340

Einrichtung	Anschrift	Telefon
Urologie		
Dr. med. Jörg Fuhrberg	Hinrich-Fehrs-Straße 2	3288
Dr. med. Christian Pochhammer und Thomas Szlaby	Osterende 91	82343
Zahnheilkunde		
Ingrid Barg	Markt 19	3119
Ergun Cay	Osterende 89 – 91	61070
Dr. Heme Christian Christiansen	Theodor-Storm-Straße 1	2726
Dr. med. dent. Axel Dalmer	Rote Pforte 7	3263
Gerhild und Dr. Hans-Ulrich Goldenbogen	Norderstraße 20	5566
Dr. Rolf Hautz	Brinckmannstraße 9	2707
Gunnar Kristensen	Osterende 89 – 91	61070
Jörg Nehl	Asmussenstraße 44	83620
Dr. Nicole Paulsen	Markt 10	6655901
Elena Rosenwald	Markt 15	770888
Dr. med. dent. Matthias Schenke	Theodor-Storm-Straße 13	89810
Dr. med. dent. Michael Schweikert	Hinter der Neustadt 10 b	2285
Dr. Sibbern Sibbersen	Danckwerthstraße 9	2353
Thorsten Stelter	Markt 13	3017
Wolfgang Theobald	Großstraße 1	2711
Dr. Jost Tils	Beselerstraße 12	63939
Dr. med. Brigitte Werchan	Goethestraße 35	1789
Holger Wichmann	Soltbargen 6 b	5565
Kieferorthopädie		
Dr. Dr. Ingrid Betmann/Chirurgie	Großstraße 3	663594
Dr. Wolfram Hussels	Brinckmannstraße 35	2091
Dr. med. dent. Frank Junge	Süderstraße 3	640244
Dr. med. dent. Nicola Kühne	Ludwig-Nissen-Straße 1	9388488
Tierärzte		
Thomas Mill	Schleswiger Chaussee 58	1330
Dr. med. vet. Anke Runge	Danckwerthstraße 1	62221

= Husum

# Husum \

# Seniorenwegweiser

Einrichtung	Anschrift	Telefon
Apotheken		
Einhorn-Rats-Apotheke	Markt 10	89450
Friesen-Apotheke	Norderstraße 13	4336
Hattstedter Apotheke	Bundesstraße 15 b, Hattstedt	04846 63822
Lamberti-Apotheke	Dithmarscher Weg 9, Mildstedt	7940
Lornsen-Apotheke	Osterende 91	4320
Neustadt-Apotheke	Neustadt 111	2775
Nordland-Apotheke	Brinckmannstraße 7	668066
Schloss-Apotheke	Schlossstraße 2	3131
Schwan-Apotheke	Großstraße 21	3066
Staggenborg-Apotheke	Andreas-Clausen-Straße 2	9398291







Gesundheitszentrum **Einhorn** 



Sanitätshaus



Markt 10 - 12 25813 Husum Tel.: 0 48 41 / 8 94 50 Einhornzentrum@aol.com www.einhornzentrum-husum.de

## Pflege gemeinsam leben

Gemeinnütziges Husumer Alten- und Pflegeheim



Volquart-Pauls-Straße 8-10 · 25813 Husum Tel (04841)7700-0 · E-Mail info@altenheim-husum.de

www.altenheim-husum.de

# Huns Moorschift BI UNS TO HE

- "Rund-um-die-Uhr-Pflege" Einzelzimmer in allen Pflegestufen
- Partner aller Kassen
- Doppelzimmer
- Kurzzeit- und Urlaubspflege



Moorschift 8 · 25813 Husum Telefon 04841/93270 · Telefax 04841/93271 www.huus-moorschrift.de

# ... ein Platz zum Wohlfühlen...



Kleines, privates Haus im Grünen mit familiärem Charakter.

Lerchenweg 1 25836 Osterhever Telefon 0 48 65 / 9 01 46-0

www.Seniorenheim-Osterhever.de e-mail: Seniorenheim-Osterhever@t-online.de

# Haus Bielenberg GmbH Alten- und Pflegeheim

Kurzzeitpflege



Dinastedter Wea 34 · 25821 Breklum/Riddorf Telefon: 04671/1213 · Telefax: 04671/6995

#### Pflege und Betreuung in familiärer Atmosphäre



Unser Haus bietet 26 Senioren/-innen in einer angenehmen, familiären Atmosphäre qualifizierte Pflege und Betreuung an.

Wir sind spezialisiert für Pflege und Betreuung von Demenzkranken.

#### Wohnen im Alter

Wohnen, Hilfe und Pflege ist in vielen Kombinationen möglich. Nicht zuletzt die rechtlichen Änderungen zur Finanzierung pflegerischer Leistungen durch die Pflegeversicherung heben die bisherigen Grenzen zwischen eigenständigem Wohnen und der pflegerischen Rundumversorgung in einer stationären Einrichtung immer stärker auf.

Dadurch ist viel Wahlfreiheit entstanden, die nur nutzen kann, wer sich mit den eigenen Bedürfnissen und Wünschen genau auseinandergesetzt hat.

Für den immer seltener werdenden Fall, dass die vorhandene private Familien- oder Single-Wohnung für den jeweiligen Gesundheitszustand zu viele Hindernisse aufweist, gibt es alternativ zum Wechsel in eine vollstationäre Pflegeeinrichtung Wohnangebote unter vollständiger Beibehaltung der eigenständigen Lebensgestaltung, um den Ansprüchen auf individuelles und familienähnliches Wohnen trotz Krankheit, Behinderung und Pflegebedürftigkeit gerecht zu werden.

Das sind neben den klassischen alten- und behindertengerechten Wohnungen die unterschiedlichsten Formen des "Wohnens + Service".

#### Wohnprojekt

#### Gemeinsam Leben e. V.

Gemeinschaftliches und nachbarschaftliches Wohnen steht gegen die zunehmende Vereinzelung des Menschen. Es beruht auf der Erkenntnis, dass gemeinschaftlich gebundenes oder genossenschaftliches Eigentum einen gesellschaftlichen Reichtum darstellt.

In Schleswig-Holstein gibt es zahlreiche Initiativen, die zurzeit an der Umsetzung nachbarschaftlicher Wohnformen arbeiten.

Gleichzeitig sind seit den 70er-Jahren eine große Anzahl von Wohnprojekten entstanden, die somit über langjährige Erfahrungen hinsichtlich gemeinschaftlicher Wohnformen verfügen.

Im November 2004 gründete sich der Interessenverband Wohnprojekte Schleswig-Holstein e. V., um gemeinschaftliche Wohnformen stärker in der Gesellschaft zu verankern und zu fördern.

#### Kontakt:

Erika Eifler oder Edith Czuja, Tel. 04841-5668





#### Vorsorge, Testament und Todesfall

Über den Tod zu reden ist heute kein Tabu mehr. Die Medien haben sich diesem Thema inzwischen zugewandt. Sich mit dem Thema Tod und Sterben zu beschäftigen, sich bewusst zu sein, dass der Tod genauso selbstverständlich zu unserem Leben gehört wie die Geburt, muss uns nicht die Lust am Leben nehmen. Im Gegenteil: Vielleicht wissen wir erst dann, wie kostbar jede Minute und jede Stunde unseres Lebens ist und wie wichtig es ist, die Zeit, die uns geschenkt ist, zu nutzen und auszukosten.

#### Vorsorgevollmacht

Eine Krankheit oder ein Unfall kann jeden in eine Situation bringen, in der er außerstande ist, für sich selbst zu entscheiden, Wünsche zu äußern und selbstbestimmt zu handeln. Auch wenn Angehörige und andere Vertrauenspersonen um die Wünsche des jeweils anderen wissen, können sie nicht rechtsverbindlich entscheiden und tätig werden. Dafür benötigen sie eine Vertretungsvollmacht.

Eine Vorsorgevollmacht ist eine absolute Vertrauenssache. Man sollte deshalb bedenken, dass es im Notfall vielleicht keine Möglichkeit mehr gibt, den Bevollmächtigten zu kontrollieren bzw. kontrollieren zu lassen.

Die Vorsorgevollmacht unterliegt keiner besonderen Formvorschrift, muss aber unbedingt persönlich unterschrieben werden. Es ist ratsam, die Vollmacht notariell bestätigen zu lassen.

Weitere Informationen gibt es unter www.sen-info.de.

#### Patientenverfügung

Die Patientenverfügung gibt den Willen einer Person wieder, wie im Krankheitsfall von den Ärzten mit sogenannten lebensverlängernden Maßnahmen umgegangen werden soll. Nachdem der Verzicht auf lebensverlängernde Maßnahmen eine schwerwiegende Entscheidung ist und diese Verfügungen umstritten sind, sollte man sich die Formulierungen genau überlegen und möglichst mit seinen Ärzten abstimmen. Die Patientenverfügung ist an keine besondere Form gebunden. Vertrauenspersonen sollten darüber informiert sein.

#### **Testament**

- Notariell aufgesetztes Testament
   Das öffentliche, vor einem Notar mündlich erklärte, gebührenpflichtige Testament bietet den Vorteil, dass der Notar sachkundig berät und über die Konsequenzen der geplanten Verfügungen aufklärt. Das Testament wird beim Amtsgericht hinterlegt. Zweifel darüber, ob überhaupt ein Testament vorliegt, ob es echt ist oder wie es zu verstehen ist, können in der Regel nicht aufkommen.
- Eigenhändiges Testament
   Ohne Kosten kann man auch selbst ein Testament aufsetzen.
   Hierfür muss der gesamte Text eigenhändig niedergeschrieben werden. Das Schriftstück muss mit Ort, Datum versehen und mit Vor- und Zunamen unterschrieben werden. Das Testament kann zu Hause verwahrt oder sicherheitshalber bei einem Notar oder Amtsgericht hinterlegt werden.

# Husum

# Seniorenwegweiser

Gemeinsames Testament von Ehegatten
 Das Gesetz ermöglicht es Ehegatten ein gemeinschaftliches
 Testament, das für den Tod eines jeden Ehegatten gilt, entweder in eigenhändiger oder notarieller Form zu verfassen. Es
 reicht aus, wenn ein Ehegatte das Schriftstück handschriftlich
 niederschreibt und beide Ehegatten mit Vor- und Zunamen
 unterschreiben.

# Trauernetz Husum und Umgebung Plan 25, Husum, Tel. 04841 89010 Netzwerk der Einrichtungen, die sich mit den Themen Älterwerden, Sterben, Tod und Trauer beschäftigen

#### **Todesfall**

Bei einem Todesfall macht es die persönliche Trauer oft schwer, klare Gedanken über die zu erledigenden Formalitäten zu fassen. Die nachfolgenden Hinweise können dabei helfen:

- 1. Arzt benachrichtigen, der den Totenschein ausstellt.
- 2. Nächste Angehörige unterrichten.
- 3. Meldung des Todesfalls spätestens am folgenden Werktag beim Standesamt.
- 4. Grabstelle besorgen und beim Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis, die das Standesamt ausstellt, die Beerdigung anmelden.
- 5. Bestattungsinstitut einschalten.
- 6. Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger: Rentenversicherung, Lebensversicherung, Sterbekasse, Krankenkasse.
- 7. Abgabe des Testaments beim Nachlassgericht.
- 8. Todesanzeige aufgeben.
- 9. Kündigung laufender Verträge, Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden, Organisationen, denen der/die Verstorbene angehört hat.

**Ambulanter Hospiz-Dienst Husum und Umgebung e. V.** Tel. 0160 5401752



# **DAWARTZ**

BESTATTUNGEN

Bestattungsvorsorgeversicherung

Trauerbegleitung

Bestattungsvorsorgevertrag

25813 Husum, Plan 25 Telefon 04841 - **89010** 

# Husum

#### Wichtige Telefonnummern und Adressen

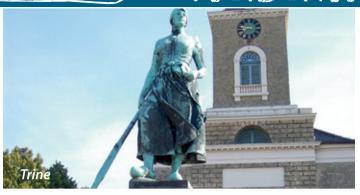
Einrichtung	Telefon
Polizei	110
Feuerwehr	112
Rettungsdienst Notarzt	112



An die
Anregungen zum
Seniorenwegweiser

Stadt H
(Senioren Frau Fa
Rathau
Zingel

An die
Stadt Husum
(Seniorenbeirat)
Frau Falkenberg
Rathaus
Zingel 10, 25813 Husum





# Deutsches Rotes Kreuz

#### Kreisverband Nordfriesland e.V.



Ambulante Pflege Gut versorgt zu Hause leben Tel.: 04841 / 93134

www.drk-nordfriesland.de



**DRKPFLEGEHEIM HUSUM** Goethestraße Tel.: 04841 / 96180 Käthe-Bernhardt-Haus Ferdinand-Tönnies-Str. 1 Tel.: 04841 / 96390

#### Ortsverein Husum e. V.

- Mitarbeit im Seniorenbeirat der Stadt Husum
- > Betreuung in Husumer Senioreneinrichtungen
- > Seniorenangebote außerhalb von Einrichtungen (Ausflüge, Bunte Nachmittage, Tanzkreise)

www.drkhusum.de

Abs:

04841 62649



Ihr Abnehm- und Gesundheitsspezialist

Ihre Gesundheit zu erhalten, ist unser Ziel. Wir bieten Ihnen spezielle Geräte und Kurse für ein Senioren-Gesundheitstraining an.

Wir beraten Sie gerne bei einem unverbindlichen Informationsgespräch: **Telefon 04841-65656** 

#### Gern für Sie da

## Umfassende Pflege. Bestens versorgt.

#### Sie haben Fragen zu den Leistungen der DAK-Pflegekasse?

- häusliche Pflegehilfe durch Pflegedienste
- Pflegegeld bei Pflege durch Privatpersonen
- voll- und teilstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege

#### Wir helfen Ihnen gerne!

**DAK-**Pflegekasse, Schloßgang 20, 25813 Husum Tel. 04841 77673-0 E-Mail: service714100@dak.de



- Pflegehilfsmittel
- individuelle Pflegeberatung







Vertrauen Sie auf unsere Erfahrung!

Professionelle Pflege und Betreuung aus einer Hand!

Ambulante Pflege • Tagespflege Kurzzeitpflege • Stationäre Pflege Seniorenwohnungen • Mahlzeitenservice Hilfsmittelservice

...um nur einige unserer Dienstleistungen zu nennen. Bitte lassen Sie sich individuell und kompetent beraten.

**Husum** | Stadtweg 44 | 25813 Husum | Tel. 04841 - 83 88 0 **Drelsdorf** | Dorfstr. 1a | 25853 Drelsdorf | Tel. 04671 - 93 02 15 **Bredstedt-Langenhorn** | Süderstr. 4 | 25821 Bredstedt | Tel. 04671 - 59 11 **Viöl** | Schwalbenweg 2 | 25884 Viöl | Tel. 04843 - 20 82 0 **Hilfsmittelservice** | Siemensstr. 19 | 25813 Husum | Tel. 04841 - 77 26 47

www.diakonie-nf.de



Zur praktischen Umsetzung dieser Aufgabenstellung stehen neben einer Tagesstätte (25 Plätze) und einem Treffpunktcafé (öffentlich) eine sozial-therapeutisch betreute Wohneinrichtung (teilstationar 16 Plätze und ambulante Betreuung in der eigenen Wohnung), ein sozialtherapeutisch betreutes Wohnen für Abhängigkeitserkrankte (u. a. 2 ambulante Wohn-

gemeinschaften: 6 Wohnplätze in Husum, 8 Wohnplätze in Bredstedt) sowie ein Arbeitsprojekt (35 Plätze) und eine Werkstatt für psychisch behinderte Menschen (20 Plätze) zur Verfügung.Im Bereich des teilstationären sozialtherapeutisch betreuten Wohnens sind sechs Plätze für eine frauenspezifische Wohngemeinschaft festgeschrieben.

Kontakt: Husumer Insel, Neustadt 106, 25813 Husum, Tel. 04841 – 66 19 0 Internet: www.husumer-insel.de, E-Mail: verwaltung@husumer-insel.de Ansprechpartner: Leitung: Frau Sabine Zibull, Verwaltung: Frau Ingrid Lempa



