



# Köln Porz

Seniorenwegweiser





# KRANKENPFLEGE

## *aus kompetenter Hand*

- ▶ KRANKENPFLEGE (KÖRPERPFLEGE) • BEHANDLUNGSPFLEGE (AUF ÄRZTLICHE ANORDNUNG) • WUNDVERSORGUNG • INTENSIV- UND BEATMUNGSPFLEGE • PALLIATIVPFLEGE • INFUSIONSTHERAPIE • PORTVERSORGUNG • HAUSNOTRUF • MAHLZEITEN-DIENST • HAUSHALTSHILFE • MEDIKAMENTEN-ABHOLUNG • SOZIALBERATUNG • PFLEGE-BERATUNGSEINSÄTZE • 24 STUNDEN RUFBEREITSCHAFT



AMBULANTE KRANKEN- UND  
INTENSIVPFLEGE D. HAMACHER  
SOZIALSTATION KÖLN GMBH

Schubertstraße 58 – 58a • 51145 Köln

Tel. **02203-977 23-0**

[www.Hamacher-Krankenpflege.de](http://www.Hamacher-Krankenpflege.de)

## Grußwort

Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,

auch in unserem Stadtbezirk Porz leben immer mehr ältere Menschen, die auf fremde Hilfe angewiesen sind. Oft wissen diese hilfsbedürftigen Menschen nicht, an wen sie sich mit ihren Problemen und Bedürfnissen wenden können.

Deshalb hat die Seniorenvertretung diese Informationsbroschüre angeregt, in der die unterschiedlichsten Anbieter für Hilfeleistungen zusammengefasst sind.

Themenschwerpunkte sind dabei die Betreuungsangebote unserer Porzer Einrichtungen, wichtige Adressen und Ansprechpartner für Hilfe- und Dienstleistungen rund ums Alter, aber auch Notrufnummern von wichtigen Institutionen und Beratungsstellen.

Ältere Menschen sind heute länger aktiv und wollen so lange wie möglich selbstständig und selbstbestimmt am gesellschaftlichen Leben teilnehmen.

Wenn Sie sich mit Ihren Erfahrungen und sozialen Kompetenzen engagieren möchten, finden

Sie auch Hinweise. So findet am 21. November die Wahl der Seniorenvertretung statt. Vielleicht haben Sie Interesse, aktiv mitzuarbeiten.

Wir laden Sie herzlich dazu ein.

Diese Broschüre soll Ihnen ein hilfreicher Begleiter in Ihrem Alltag sein. Bei weiteren Fragen wenden Sie sich an die Bürgerberatung des Bürgeramtes.

Mit freundlichen Grüßen



Willi Stadoll  
Bezirksbürgermeister



Norbert Becker  
Bürgeramtsleiter



# Pflegezentrum Köln-Porz

Qualitätsbewusstsein, Verantwortung, soziales Engagement und Erfahrung bilden die Basis unserer Arbeit. Mit einem umfassenden Angebot an ambulanten sozialen Dienstleistungen betreuen wir kranke und pflegebedürftige Menschen in ihrer Wohnung – an 365 Tagen im Jahr, rund um die Uhr. Komfort, Sicherheit und Lebensqualität für Sie zu Hause.

Unsere Leistungen:

## Grundpflege nach SGB XI

- Hilfen bei der Körperpflege
- Unterstützung bei der Ernährung

## Behandlungspflege nach SGB V

- Verbandwechsel
- Medikamentengabe
- Injektionen
- Blutdruckmessen

## Hauswirtschaftliche Dienste

## Notrufsysteme

## Krankentransport

## Menüservice

**Wir beraten Sie gerne!**

**☎ 02203/1840-84**

[www.asb-koeln.de](http://www.asb-koeln.de)



**ASB Pflegezentrum Köln-Porz**

Lichpfad 11

51145 Köln

Telefon: 02203/1840-84

Telefax: 02203/1840-83

E-Mail: [pz-porz@asb-koeln.de](mailto:pz-porz@asb-koeln.de)

**ASB**  
Für Sie in Köln





## Inhaltsverzeichnis

<b>Grußwort</b>	<b>1</b>	<b>Betreuung · Pflege · Wohnen</b>	<b>15</b>
<b>Branchenverzeichnis</b>	<b>5</b>	▸ Wenn Pflegebedürftigkeit eintritt . . . . .	15
<b>Impressum</b>	<b>6</b>	▸ Rechtliche Regelungen. . . . .	15
<b>Wichtige Kontakte und Rufnummern</b>	<b>7</b>	▸ Pflegeformen . . . . .	16
<b>Beratungen</b>	<b>8</b>	▸ Hilfe für Angehörige . . . . .	16
▸ Seniorenvertretung in Porz . . . . .	8	▸ Checkliste zur Prüfung des Hilfsangebotes durch Pflegedienste oder Heime . . . . .	18
▸ Bürgertelefon Stadt Köln/Frau Igel Selbsthilfe . . .	9		
▸ Seniorenberatung im Bezirksrathaus Porz . . . . .	9		
▸ Seniorenberatung im Stadtbezirk Köln-Porz . . . .	10		
▸ ÄLTER WERDEN – AKTIV BLEIBEN . . . . .	10		
▸ Mobile Seniorenberatung . . . . .	11		
▸ Seniorenberatung im Bürgerzentrum Finkenberg. . . . .	11		
▸ PariSozial gGmbH für Paritätische Sozialdienste mbH . . . . .	12		
▸ Rat und Hilfe bei Demenz. . . . .	13		
▸ Synagogen-Gemeinde Köln. . . . .	14		

### Pflegewohnstift Porz



- 80 Pflegeplätze in Einbettzimmern
- 25 Seniorenwohnungen
- spezieller Demenzenwohnbereich
- Bistro/Café, Terrasse uvm.

Qualifizierte, pflegerische und soziale Betreuung. Komfortable und wohnliche Ausstattung, helle Zimmer mit eigenem Vorflur und pflegegerechten Duschbädern sowie TV- und Telefonanschluss. Eigene Möblierung selbstverständlich möglich. Zentrale, leicht erreichbare Lage.

#### CMS Pflegewohnstift Porz

Josefstraße 20  
51143 Köln-Porz

Telefon 0 22 03/59 00-0  
[www.cms-verbund.de](http://www.cms-verbund.de)



## Home Care am Rhein

**Wir nehmen uns  
Zeit für Sie**

**Die gute Pflege in  
Ihrer Nähe**



Kaiserstraße 61  
Neben der Feuerwache  
51145 Köln (Urbach)

**Telefon: 0 22 03 / 9 03 44 70**

**Beratung rund um die Pflege**

- Bahnhofstraße 6 a  
51143 Köln (Porzity)
- Siegburger Straße 366  
51105 Köln (Poll)
- Rathausplatz 6  
53859 Niederkassel

- ▶ Ambulante Pflegedienste. . . . . 18
- ▶ Tagespflege . . . . . 20
- ▶ Kurzzeitpflege. . . . . 20
- ▶ Wohnen und Pflege im Heim . . . . . 22
- ▶ Individuelles Wohnen . . . . . 27
- ▶ Barrierefreies Wohnen – seniorengerecht und  
mitten im Leben . . . . . 28
- ▶ Hospiz und ambulante Hospiz-Dienste . . . . . 31
- ▶ Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V. . . . . 32

## Gesundheit 35

- ▶ Krankenhaus Porz am Rhein GmbH. . . . . 35
- ▶ Apotheken im Stadtbezirk Köln-Porz . . . . . 36
- ▶ Sanitätshäuser im Stadtbezirk Köln-Porz . . . . . 40
- ▶ gesund & mobil. . . . . 40
- ▶ Sport. . . . . 42

## Bildung · Freizeit · Kultur 43

- ▶ Seniorennetzwerke. . . . . 43
- ▶ Bürgervereine im Stadtbezirk Köln-Porz. . . . . 45
- ▶ Schützenvereine Stadtbezirk Köln-Porz. . . . . 46
- ▶ Vereine/Gruppen Gremberghoven . . . . . 46
- ▶ SeniorenNetzwerk Gremberghoven . . . . . 48
- ▶ Den Lebensabend genießen,  
ohne aufs Geld achten zu müssen . . . . . 49
- ▶ Kirchen. . . . . 53

## Den letzten Weg in Würde gehen 55

- ▶ Was ist im Sterbefall zu tun?. . . . . 55
- ▶ Rechtliche Rahmenbedingungen . . . . . 56

# 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](http://www.alles-deutschland.de).

<u>Altenheime</u>	2
<u>Ambulante Kardiologische Rehabilitation</u>	36
<u>Ambulante Krankenpflege</u>	U 2, 5
<u>Apotheken</u>	37
<u>Bahnen</u>	U 3, U 4
<u>Banken</u>	50
<u>Barrierefreie Wohnungen</u>	29
<u>Behindertenfahrräder</u>	42
<u>Bestattungen</u>	55
<u>Busse</u>	U 3, U 4
<u>Elektrofahrräder</u>	42
<u>Essen auf Rädern</u>	17
<u>Finanz- und Vermögensberatung</u>	52
<u>Freizeitangebote</u>	41
<u>Generationen-Wohnungen</u>	29
<u>Gesundheitstraining</u>	41



## Ambulanter Krankenpflagedienst Individuell, nach Ihren Bedürfnissen

Wir gewährleisten einen freundlichen, zuverlässigen und unterstützenden Umgang mit Pflegebedürftigen und betreuen Sie auf Wunsch rund um die Uhr. Wir garantieren außerdem ein stetes und fachliches Fortbilden unserer Mitarbeiter.

### Unsere Leistungen

- **24 h Betreuung (Rufbereitschaft, Nachtdienst)**
- Individuelle Beratungsgespräche
- Hilfe bei Finanzierung/Antragstellungen für Kranken-/Pflegekassen
- Grundpflege (körperl. Versorgung, Nahrungsaufnahme, etc.)
- Behandlungspflege nach ärztl. Verordnung (in Kooperation mit Fachärzten, Krankenhäusern, Therapeuten und Apotheken)
- Wundversorgung
- Hauswirtschaftliche Versorgung (Einkaufsbegleitung, Begleitung zu Ärzten und Behörden, Abwasch und Bekleidungsreinigung, Blumen gießen, Briefkasten leeren)
- Gerontopsychiatrische Pflege und psychosoziale Begleitung
- Tagesbetreuung und Verhinderungspflege als Entlastung der Angehörigen, bei Urlaub und nach Entlassung aus dem Krankenhaus
- Pflegeberatung nach § 45 SGB XI
- Vermittlung von weiterführenden Kontakten und Hilfen (Rollstuhl, etc.)
- Vernetzung mit Angeboten von Kirchengemeinden u. ä.
- Seniorentagesausflüge
- Fußpflege
- Sterbebegleitung
- Angehörigeninformationstage-/Schulungen

### Wir sind für Sie da in:

Köln, Bonn, Troisdorf, Sankt Augustin, Niederkassel, Frechen, Hürth, Rösrath, Bergisch Gladbach, Leverkusen

Sprechen Sie mit uns. Gemeinsam mit Ihnen, Ihren Angehörigen und Ihrem Hausarzt können wir Ihren Tagesablauf optimal gestalten, damit Sie Zeit und Muße für wichtige Dinge haben.

**Ambulanter Pflagedienst LIMARGO e. K.**  
 Dülkenstraße 5 · 51143 Köln · Telefon: 022 03 / 2 96 88 15  
 E-Mail: [info@limargo.de](mailto:info@limargo.de) · Web: [www.limargo.de](http://www.limargo.de)



<u>Gesundheitszentrum</u>	<u>41</u>	<u>Sanitär</u>	<u>30</u>
<u>Häusliche Pflege</u>	<u>4</u>	<u>Schiffstouren</u>	<u>41</u>
<u>Heizung</u>	<u>30</u>	<u>Seniengemeinschaft</u>	<u>41</u>
<u>Herz- und Gefäß-Reha</u>	<u>36</u>	<u>Seniorenhäuser</u>	<u>23</u>
<u>Implantologie</u>	<u>38, 39</u>	<u>Seniorenservice</u>	<u>17</u>
<u>Krankenhaus</u>	<u>34</u>	<u>Seniorenstift</u>	<u>24</u>
<u>Menüservice</u>	<u>17</u>	<u>Senioren-Umzüge</u>	<u>12</u>
<u>Mobilitätshilfen</u>	<u>15</u>	<u>Seniorenwohnungen</u>	<u>3, 29</u>
<u>Nuklearmedizin</u>	<u>36</u>	<u>Solartechnik</u>	<u>30</u>
<u>Personenschiffahrt</u>	<u>41</u>	<u>Umzüge</u>	<u>12</u>
<u>Pflege- und Betreuungsvermittlung</u>	<u>17</u>	<u>Verkehrsbetriebe</u>	<u>U 3, U 4</u>
<u>Pflegedienste</u>	<u>U 2, 4, 5, 35</u>	<u>Versicherungen</u>	<u>52</u>
<u>Pflegeheime</u>	<u>2</u>	<u>Vorsorgerecht</u>	<u>56</u>
<u>Pflegehilfen</u>	<u>15</u>	<u>Zahnärzte</u>	<u>38, 39</u>
<u>Pflegewohnstift</u>	<u>3</u>		
<u>Rechtsanwälte</u>	<u>56</u>		

*U = Umschlagseite*

## IMPRESSUM

■ PUBLIKATIONEN
 ■ INTERNET
 ■ KARTOGRAFIE
 ■ MOBILE WEB

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Seniorenvertretung Porz. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Seniorenvertretung Porz 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.

Quellennachweis:

- René Denzer
- Foto Stephan Behrla/Nöhrbaß GbR, Friedrich-Ebert-Ufer 50, 51143 Köln (S. 1, Foto Willi Stadoll)
- mediaprint infoverlag

**mediaprint infoverlag gmbh**  
 Lechstraße 2, D-86415 Mering  
 Tel. +49 (0) 8233 384-0  
 Fax +49 (0) 8233 384-103  
 info@mediaprint.info  
 www.mediaprint.info  
 www.total-lokal.de



## Wichtige Kontakte und Rufnummern

- **Feuerwehr und Notarzt**      **Notruf 112**
- **Polizei Köln**                      **Notruf 110**

### **Polizeipräsidium Köln**

Walter-Pauli-Ring 2 – 4, 51103 Köln  
Telefon: 0221/229-0

[www.polizei-koeln.de](http://www.polizei-koeln.de)

### **Polizei in Porz**

Ernst-Mühlendyck-Straße, 51143 Köln  
Telefon: 0221/229 56 33

- **Ärztlicher Notdienst (im Krankenhaus Porz)**  
Urbacher Weg 19, Telefon: 02203/511 11
- **Krankenhaus Porz am Rhein**  
Urbacher Weg 19, Telefon: 02203/566-0
- **Call-Center der Stadt Köln**  
Telefon: 0221/221-0  
Montag bis Freitag 7:00 bis 19:00 Uhr  
Das Call-Center der Stadt Köln erteilt Auskünfte zu sämtlichen Bereichen der Stadtverwaltung.
- **AWB Abfallwirtschaftsbetriebe Köln GmbH**  
Service-Telefon: 0221/9 22 22 24  
Sprechstunden im Bürgeramt Porz:  
mittwochs in der Zeit von 8:00 bis 12:00 Uhr

- **RheinEnergie AG**  
Parkgürtel 24  
50823 Köln  
Entstördienst rund um die Uhr  
Telefon: 0180 22 22 600  
Servicecenter: Telefon 0180 22 22 300

- **Alzheimer-Forum Köln**  
Telefon: 0221/777 55 22

- **Notruffax für Gehörlose**  
Fax: 0221/229 22 90

- **Telefonauskünfte (Telekom)**  
Telefon: 118 33

- **Rufnummer für schnelle Hilfe (Stadt Köln)**  
Zur schnellen Unterstützung für **hilflose Personen** gibt es eine zentrale Anlaufstelle, die Sie unter der **Rufnummer 0221/221-244 44 montags bis freitags von 7:00 bis 19:00 Uhr** erreichen können. Hier können Sie über die Situation berichten, die Ihnen bekannt geworden ist.

## Beratungen

### ► Seniorenvertretung in Porz

Die Seniorenvertretung nimmt die Interessen der älteren Generation gegenüber politischen Gremien und allen für Seniorinnen und Senioren wichtigen Einrichtungen wahr. Gleichzeitig ist sie Anlaufstelle für Menschen ab 60.

#### Seniorenvertreterinnen und Seniorenvertreter

#### Sprecher für den Stadtbezirk Porz:

Werner Baatz

Stellvertreterin: Ute Saher



#### Sachverständige in der Bezirksvertretung:

Waltraud Bauer

Stellvertreter: Olaf Klömpken

#### Weiteres Mitglied der Seniorenvertretung:

Schnütgen, Uwe

#### Zuständigkeiten für die Stadtteile:

- **Eil, Elsdorf und Giregel:**

Werner Baatz

- **Ensen, Porz-Mitte und Zündorf:**

Waltraud Bauer

- **Poll, Urbach und Westhoven:**

Uwe Schnütgen

- **Finkenberg und Gremberghoven:**

Ute Saher

- **Langel, Libur, Lind, Wahn und Wahnheide:**

Olaf Klömpken

#### Büro:

Seniorenvertretung Porz

Friedrich-Ebert-Ufer 64 – 70 (Bezirksrathaus)

51143 Köln, Zimmer 241

Telefon: 0221/221-97 341

#### Sprechzeiten:

Jeden dritten Dienstag im Monat 10:00 bis 12:00

Uhr im Raum 241, 2. Etage des Bezirksrathauses



## ► Bürgertelefon Stadt Köln/Frau Igel Selbsthilfe (Stand 25.07.2011)

Mit großer Sorgfalt stellen wir Informationen und Adressen in unserer Datenbank für Sie zusammen, wir aktualisieren und erweitern sie laufend und freuen uns über Ihre Anregungen und Informationen.

Die Stadt Köln übernimmt jedoch keine Garantie für die Qualität und Leistung der Einrichtungen und schließt jede Haftung für Schäden aus, die aus der Nutzung der Informationen entstehen.

### Stadtbezirk 7 – Porz

#### MEMO

Pastor-Milde-Straße 1

51105 Köln

Telefon: 02203/3691-13177

E-Mail: [e.sermann@alexianer-koeln.de](mailto:e.sermann@alexianer-koeln.de)

Ein Angebot für Menschen mit Demenz im Frühstadium.

## ► Seniorenberatung im Bezirksrathaus Porz

des Caritasverbandes für die Stadt Köln e. V.

Wir informieren, vermitteln und unterstützen u. a. bei folgenden Themen:



- Sicherung des Lebensunterhaltes
- Vergünstigungen und Zahlungsprobleme
- Ambulante Hilfen, häusliche Pflege
- Wohnen im Alter, stationäre Pflege
- Persönliche Fragen und Entscheidungen
- Freizeit, Sport, Reisen, Ehrenamt

Wir beraten Sie vertraulich und kostenfrei!

Sie finden uns im Bezirksrathaus Porz  
Amt für Soziales und Senioren  
Friedrich-Ebert-Ufer 64 – 70  
51143 Köln

**Ansprechpartnerin:**

Frau Igel (Dipl.-Sozialarbeiterin)

Telefon: 0221/221-97 231

Fax: 0221/221-97 438

E-Mail: [senioren7@stadt-koeln.de](mailto:senioren7@stadt-koeln.de)

Offene Sprechstunde – keine Terminvereinbarung

Montag, Dienstag, Donnerstag, Freitag

8:00 bis 12:00 Uhr

Zimmer 201, 2. Etage

► **Seniorenberatung im Stadtbezirk  
Köln-Parz**

Caritasverband für die Stadt Köln e. V.

Frankfurter Straße 524, 51145 Köln

**Für die Buchstaben A – L**

Herr Lehmann

Telefon: 02203/99 65 35

Fax: 02203/55 056

E-Mail: [Christoph.Lehmann@caritas-koeln.de](mailto:Christoph.Lehmann@caritas-koeln.de)

**Für die Buchstaben M – Z**

Frau Steinhöfer

Telefon: 02203/99 65 35

Fax: 02203/55 056

E-Mail: [Elisabeth.Fey@caritas-koeln.de](mailto:Elisabeth.Fey@caritas-koeln.de)

Internet: [www.caritas-koeln.de](http://www.caritas-koeln.de)

Frau Steinhöfer und Herr Lehmann vertreten sich gegenseitig.

Zuverlässige telefonische Erreichbarkeit der

Caritasberatung: Montag, Dienstag,

Donnerstag, Freitag 9:00 bis 10:30 Uhr

Frau Steinhöfer und Herr Lehmann kommen bei Bedarf auch zu Ihnen nach Hause!

Bitte vereinbaren Sie telefonisch einen Termin!

► **ÄLTER WERDEN – AKTIV BLEIBEN**



Älterwerden hat seine guten Seiten, doch manchmal ergeben sich Lebenssituationen, in denen älter werdende Menschen oder deren Angehörige Hilfe benötigen. Die Seniorenberatung hilft Rat suchenden Menschen Wege zu finden, um problematische Veränderungen zu meistern und Perspektiven zu entwickeln.

Die Themen der Seniorenberatung beziehen sich auf alle denkbaren Fragen im Zusammenhang mit dem Älterwerden, z. B.:

- Wo finden Sie die passende häusliche Pflege und Hilfe im Haushalt?
- Wie beantragen Sie Leistungen aus der Pflegeversicherung, Wohngeld oder Grundsicherung?

- Wo finden Sie Kurzzeitpflegeplätze oder ein passendes Pflegeheim?
- Wie gelangen Sie an einen Menüservice, Hausnotruf oder Pflegehilfsmittel?
- Wer kümmert sich um verwirrte ältere Menschen?
- Wo finden Sie Freizeitaktivitäten oder eine ehrenamtliche Beschäftigung?
- ... und wir helfen Ihnen beim Ausfüllen von Anträgen und im Umgang mit Behörden.

Die Beratung ist vertraulich und kostenlos. Bei Bedarf kommen die Seniorenberater/-innen zu Ihnen nach Hause. Mit einem Beratungsbus kommen unsere Seniorenberater/-innen zu festen Zeiten in die Stadtteile Poll und Urbach.

### So finden Sie uns

Stresemannstraße 6 a  
Zugang über Theodor-Heuss-Straße/  
Ecke Konrad-Adenauer-Straße  
Mit dem Bus: Linie 151/152 und Linie 154,  
Haltestelle Stresemannstraße  
Telefon: 02203/935 44-12, -13  
Fax: 02203/935 44-21  
Internet: [www.seniorenberatung-prz.de](http://www.seniorenberatung-prz.de)

### ► Mobile Seniorenberatung

In unserem Seniorenberatungsbus erwarten wir Sie in den Stadtteilen Poll und Urbach.

### ► Seniorenberatung im Bürgerzentrum Finkenberg

Bürozeiten:

Montag bis Donnerstag 8:00 bis 16:00 Uhr

Freitag 8:00 bis 13:00 Uhr

Träger: PariSozial gemeinnützige GmbH, Köln

Es beraten Sie:



Ute Schmidt-Schell  
Dipl.-Sozialpädagogin  
E-Mail:  
[schmidt-schell@parisozial.de](mailto:schmidt-schell@parisozial.de)



Elisabeth Igelmund-Schmidt  
Dipl.-Sozialpädagogin  
E-Mail:  
[igelmund-schmidt@parisozial.de](mailto:igelmund-schmidt@parisozial.de)



Wolfgang Trambacz  
Dipl.-Sozialpädagoge  
E-Mail:  
[trambacz@parisozial.de](mailto:trambacz@parisozial.de)

### Seniorenberatung Bürgerzentrum Finkenberg

Stresemannstraße 6 a  
51149 Köln (Porz-Finkenberg)  
Telefon: 02203/953 44-12, -13  
Fax: 02203/953 44 21



► **PariSozial gmbH  
für Paritätische Sozialdienste mbH**

**wohn mobil**

**Ansprechpartnerin für Porz:**

Frau Christine Blees

Telefon: 0221/56034-21

Fax: 0221/56034-29

E-Mail: [Blees@wohn-mobil-koeln.de](mailto:Blees@wohn-mobil-koeln.de)

E-Mail: [info@wohn-mobil-koeln.de](mailto:info@wohn-mobil-koeln.de)

Internet: [www.wohn-mobil-koeln.de](http://www.wohn-mobil-koeln.de)

**Wir helfen beim Umzug!**



**Spedition H.A. Gemünd eK**

Umzüge und Lagerung auf Ihre  
persönliche Lebenssituation abgestimmt

Wir bieten Ihnen das  
**Rundum-Sorglos-Paket für Ihren Umzug**



Paulinenweg 6 Tel.: 02203/3689771  
51149 Porz-Ensen Fax: 02203/3689773

[www.spedition-gemuend.de](http://www.spedition-gemuend.de) · [info@spedition-gemuend.de](mailto:info@spedition-gemuend.de)

**wohn mobil** berät Menschen, die aufgrund von Krankheit, Behinderung und/oder Pflegebedürftigkeit nicht mehr in ihrer Wohnung zurechtkommen.

**Beratungsstelle für Wohnraumanpassung**

Wir informieren Sie

- über den Einsatz von Hilfsmitteln
- über Umbaumöglichkeiten
- über Ausstattungsveränderungen
- über Finanzierungsmöglichkeiten

**Beratungsstelle für Wohnungswechsel**

Wir unterstützen Sie

- bei der Wohnungssuche
- bei der Beantragung des Wohnberechtigungsscheines
- mit Informationen über Abläufe und Finanzierung

Wir halten Fachvorträge zu folgenden Themen

- Wohnraumanpassung
- Wohnungswechsel
- Wohnen und Demenz
- Sturzprophylaxe

Individuelle und kostenlose Erstberatung nach telefonischer Vereinbarung bei Ihnen zu Hause.

## ► Rat und Hilfe bei Demenz

# Demenz-Netz Porz

Rein medizinisch gesehen versteht man unter Demenz eine Erkrankung des Gehirns, bei der vor allem das Gedächtnis und die Sprache mit der Zeit immer schlechter funktionieren.

Eine frühzeitige Diagnose bedeutet für den Patienten einen Zeitgewinn. Im günstigen Fall kann durch Medikamenteneinnahme der Krankheitsverlauf verlangsamt und dadurch noch für viele Jahre Lebensqualität gewonnen werden. Für vorsorgende Maßnahmen bleibt mehr Zeit, um im Sinne des Patienten ein Netzwerk an Hilfen aufzubauen und Entscheidungen für den späteren Verlauf der Krankheit zu treffen.

Sowohl die Demenzerkrankung als auch die Depression erfordert fachärztliche Betreuung wie auch ein verlässliches persönliches Umfeld des Betroffenen. Wenn die krankheitsbedingten Probleme im Alltag überhandnehmen, sollte über die Aufnahme in eine stationäre Pflegeeinrichtung nachgedacht werden.

Das Demenz-Netz ist ein trägerübergreifender Zusammenschluss von Institutionen, die ein Angebot im Bereich der Versorgung von Demenzkranken und deren Angehörigen haben.

Darüber hinaus ist das Demenz-Netz beratend tätig. Am jeweils **zweiten und vierten Dienstag** eines Monats beraten Mitglieder des Demenz-Netzes **von 11:00 bis 12:00 Uhr** im Raum 241 des Porzer Bezirksamtes rund um das Thema Demenz und Alzheimer, Pflegeversicherung, rechtliche Vorsorge und Umgang mit der Erkrankung. Natürlich erreichen Sie das Demenz-Netz auch telefonisch unter den folgenden Telefonnummern. Auf Wunsch können auch Hausbesuchstermine vereinbart werden.

### Ansprechpartnerinnen:

- Frau Sermann  
Telefon: 02203/36 91-13 177
- Frau Igelmund-Schmidt  
Telefon: 02203/93 54 413



▶ **Synagogen-Gemeinde  
Köln**



Sozialberatung für ältere jüdische Zuwanderer und deren Familien aus der ehemaligen Sowjetunion

**Beratung und Hilfe für**

- Ältere Zuwanderer
- Senioren
- Pflegebedürftige

**Beratungsangebote**

- Beratung und Hilfestellung in allen Belangen, die Ämter und andere Institutionen betreffen
- Geltendmachung von Ansprüchen nach SGB XII
- Beratung bei Pflegebedürftigkeit
- Beratung zu Eingliederungshilfen
- Beratung bei Wiedergutmachung, Renten und Zwangsarbeit
- Unterstützung bei der Suche nach einer seniorengerechten Wohnung
- Übersetzungshilfen

**Ansprechpartnerin:**

Dipl.-Sozialpädagogin Olga Ott

**Sprechzeiten:**

Montag, Dienstag, Donnerstag 9:00 bis 12:00 Uhr  
(nach Terminvereinbarung)

**Kontaktadresse:**

Begegnungszentrum Porz der  
Synagogen-Gemeinde Köln  
Theodor-Heuss-Str. 43 – 45, 51149 Köln  
Telefon: 02203/201553  
Fax: 02203/201555  
E-Mail: [o.ott@sgk.de](mailto:o.ott@sgk.de)  
Internet: [www.sgk.de](http://www.sgk.de)



## Betreuung · Pflege · Wohnen

### ► Wenn Pflegebedürftigkeit eintritt

Nach einem Krankenhausaufenthalt ist vieles nicht mehr so, wie es vorher einmal war. Manchmal zeichnet sich bereits bei der Entlassung ab, dass der Patient über längere Zeit oder gar auf Dauer hilfe- und pflegebedürftig sein wird. Dennoch ist es nur natürlich, wenn der ältere Mensch nicht unbedingt in eine Pflegeeinrichtung umziehen möchte. In diesem Fall sind die Angehörigen gefordert, die Pflegesituation in häuslicher Umgebung zu arrangieren. In jedem Fall können Sie als Angehörige mit der professionellen Unterstützung von Pflegefachkräften und sozialen Diensten rechnen, die Ihnen bei der Beantragung finanzieller Unterstützung behilflich sind.

### ► Rechtliche Regelungen

#### ► Pflegezeitgesetz

Berufstätige Angehörige sind seit dem 01. Juli 2008 dazu berechtigt, bei Eintritt von Pflegebedürftigkeit eine zehntägige Auszeit zu nehmen, um auf die veränderte Situation angemessen reagieren zu können. Wenn noch keine Betriebsvereinbarung dazu vorliegt, müssen Sie vorläufig in Kauf nehmen, dass die Zeit wie „unbezahlter

Urlaub“ mit Freistellung von der Arbeit unter Lohnverzicht vom Arbeitgeber gewertet wird. [www.pflegezeitgesetz.de](http://www.pflegezeitgesetz.de)

#### ► Verhinderungspflege

Ein neuer Zusatz im Pflegegesetz regelt nun die Versorgung Ihres Angehörigen, falls einmal ein Engpass durch einen Krankheitsfall oder wegen Abwesenheit aus persönlichen Gründen eintreten

**Hilfen für den Alltag**

**Hilfen in Bad und WC**

**Hilfen für mehr Mobilität**

**Hilfen um das Pflegebett**

**Hilfsmittel-Vermietungen**



**VITALUS**  
medical systems ltd








**Kostenlose Hausbesuche  
mit Hilfsmittelberatung**

**Vitalusmedical Systems**  
Olpener Str. 957 • 51109 Köln-Brück  
Tel: 0221-7893-152  
[www.vitalusmedical.de](http://www.vitalusmedical.de)

sollte. Sie haben in diesem Fall jetzt bereits nach einem halben Jahr Anspruch auf Finanzierung pflegerischer Unterstützung durch eine ambulante Pflege.

#### ▸ *Feststellung der Pflegebedürftigkeit*

Nach Einreichen eines entsprechenden Antrages machen sich Mitarbeiter der Krankenkasse dazu vor Ort ein Bild des Gesundheitszustandes des Patienten, um dann über die Pflegestufe und die zu erbringenden Leistungen zu entscheiden.

### ▸ **Pflegeformen**

#### ▸ *Tagespflege*

Die Tagespflege bietet tagsüber die umfassende Versorgung einer vollstationären Einrichtung. Der Abend und die Nacht wird dann wieder im Kreis der Familie verbracht. Die Tagespflege kann sowohl nur an einzelnen Tagen als auch an allen Werktagen genutzt werden.



#### ▸ *Kurzzeitpflege*

Bei einer Kurzzeitpflege in Alten- und Pflegeeinrichtungen kann das Angebot einer qualifizierten Pflege in einer vollstationären Einrichtung bis zu vier Wochen genutzt werden.

#### ▸ *Pflegestützpunkte*

Ältere Menschen, die Hilfe und Pflege brauchen, sowie ihre Angehörigen haben hier zukünftig eine zentrale Anlaufstelle vor Ort. Hier erhalten sie umfassend individuelle Beratung und Unterstützung.

### ▸ **Hilfe für Angehörige**

#### ▸ *Erholungsmaßnahmen für pflegende Angehörige*

Zunehmend häufiger bestehen Angebote, bei denen die Angehörigen mit ihrem Pflegebedürftigen gemeinsam wegfahren und durch unterschiedliche Angebote teilweise getrennt entspannen können.

#### ▸ *Gesprächskreise*

Der persönliche Austausch mit Menschen in vergleichbaren Situationen kann entlastend wirken und eine sehr große gegenseitige Unterstützung bieten. Dabei lernen Sie, die Probleme des Alltags aus anderen Perspektiven zu beleuchten, neue Lösungswege zu entdecken und die Energie wieder aufzuladen, die Sie für den Erhalt der eigenen Handlungsfähigkeit brauchen.





**Wir erleichtern Ihnen  
selbstständiges Wohnen in  
Ihrem vertrauten Zuhause.**

17

*Goldener Herbst*  
**Senioren  
Service**

*Wir bieten eine mögliche Alternative für  
hilfsbedürftige ältere Menschen,  
die ihren Lebensabend  
im eigenen Zuhause verbringen möchten.*

**Betreuungskräfte aus Polen,  
preiswert und kompetent  
Beratung und Vermittlung**

**SeniorenService *Goldener Herbst***  
Schmiedegasse 158 · 50739 Köln  
Telefon: 02 21 / 47 44 66-0  
[www.goldenerherbst24.de](http://www.goldenerherbst24.de)



  
**LANDHAUS  
KÜCHE**

Für mich gekocht.  
Für mich gebracht.  
Von **apetito**

**Landfrische, köstliche  
Gerichte, mit dem  
Liefer-Service ins Haus**

**PROBIER-  
ANGEBOT**  
Jetzt bestellen und  
selbst überzeugen!

**Rufen Sie uns an! 02 21 - 9 36 22 59**  
[www.landhaus-kueche.de](http://www.landhaus-kueche.de)

**FAMILIE  
& DAHEIM**

**Täglich eine frischgekochte Mahlzeit!**

Überzeugen Sie sich  
von unseren Vorteilen:

- Täglich 7 leckere Menüs zur Auswahl
- Zu jedem Menü bekommen Sie ein leckeres Dessert
- Täglich ein Diabetikermenü
- 2 Wochenend- und Feiertagsmenüs
- Kostenlose Anlieferung

  
**Meyer Menü**  
LIEFERT LECKER

Probieren Sie es aus: Telefon **0800-150 150 5** oder  
im Internet unter [www.meyer-menue.de](http://www.meyer-menue.de)

## ► **Checkliste zur Prüfung des Hilfsangebotes durch Pflegedienste oder Heime**

- Gibt es eine kostenlose Beratung zu Hause?
- Kann Ihnen vor Vertragsabschluss ein Kostenvoranschlag erstellt werden?
- Gibt es eine ausführliche schriftliche Information über das Hilfsangebot?
- Wird ein schriftlicher Pflegevertrag abgeschlossen, in dem die vereinbarten Leistungen, dafür notwendige Pflegezeiten und die Kosten verbindlich vereinbart werden?
- Gibt es ausreichend Information über die Finanzierung und die Kosten, die Sie selbst übernehmen müssen?
- Werden alle Leistungen angeboten bzw. vermittelt, die Sie benötigen?
- Wird eine Pflegedokumentation geführt und haben Sie jederzeit Einsicht in diese?
- Werden die Leistungen in der Regel von der gleichen Pflegekraft erbracht oder ist mit ständigem Personalwechsel zu rechnen?
- Wird Ihnen eine Stelle genannt, an die Sie sich wenden können, wenn Sie mit dem Angebot nicht zufrieden sind?

## ► **Ambulante Pflegedienste**

Ist Ihre Entscheidung zugunsten eines ambulanten Pflegedienstes gefallen, stehen Sie vor der Frage, für welchen Anbieter Sie sich entscheiden sollen. Es ist Ihr gutes Recht zu erwarten, dass eigene Wünsche und Vorstellungen bei der Pflege und Versorgung berücksichtigt werden.

In der nachfolgenden Liste finden Sie Pflegedienste, die im Stadtbezirk Porz ansässig sind.



<b>Pflegedienste in Porz</b>	<b>PLZ, Ort</b>	<b>Straße</b>	<b>Telefon</b>
Ambulante Kranken- und Intensivpflege D. Hamacher & Co. KG	51145 Köln (Porz-Urbach)	Schubertstraße 58-58a	02203/97 723-40
Ambulanter Pflegedienst LIMARGO e. K.	51143 Köln (Porz-Zündorf)	Dülkenstraße 5	02203/29 68 815
ASB Pflegezentrum Porz	51145 Köln (Porz-Urbach)	Lichpfad 11	02203/18 40-84
Barbaras Pflegeteam LSD	51147 Köln (Porz-Wahnheide)	Heidestraße 228	02203/10 21 361
Bonitas GmbH & Co. KG	51145 Köln (Porz-Urbach)	Kaiserstraße 9	02203/10 33 74-4
Caritas-Sozialstation für das Dekanat Porz	51145 Köln (Porz-Eil)	Frankfurter Straße 524	02203/5 28 78
Elisa-Seniorenstift Köln, Ambulanter Dienst	51143 Köln (Porz-Zündorf)	Dülkenstraße 18	02203/5 94-021
Home Care am Rhein GMBH & Co. KG	51145 Köln (Porz-Urbach)	Kaiserstraße 19	02203/90 34 470
Kölner Pflegedienst Robert Tischner	51149 Köln (Porz-Ensen)	Hohe Straße 85	02203/16 903
Labco-Pflegezentrum GmbH Zweigstelle	51147 Köln (Porz-Wahn)	Magazinstraße 19	02203/1042285
Labco-Pflegezentrum Köln GmbH Zweigniederlassung	51145 Köln (Porz-Eil)	Bunsenstraße 3	02203/291503
PflegeMobil Sabine Kratzat GmbH	51149 Köln (Porz-Ensen)	Gilgaustraße 18	02203/1 31 35
Pia Causa Köln GmbH	51149 Köln (Porz-Ensen)	Pastor-Paul- Milde-Str. 1	01803/8800-13150



## ► Tagespflege

Wenn bei Ihnen die häusliche Pflege nicht mehr ausreicht, der Umzug in ein Heim jedoch noch nicht nötig ist, können Sie auch teilstationäre Pflege in Form von Tagespflege in Anspruch nehmen. Die Betreuung in einer Tagespflege bietet sich etwa an,

wenn Ihre ständige Pflegeperson erwerbstätig ist und diese die Pflege nur abends und am Wochenende übernehmen kann. Die Tagespflege ermöglicht es Ihnen, in Ihrer eigenen Wohnung zu leben und tagsüber ausreichend in einer Einrichtung betreut zu werden. Sie werden morgens abgeholt und am Nachmittag wieder nach Hause gefahren.

Anbieter für Tagespflege	PLZ, Ort	Straße	Telefon
Das Caritas-Altenzentrum Sankt Josef	51147 Köln (Porz-Wahn)	Wilhelm-Ruppert-Straße 2	02203/9639-0
„Himmel op Ääd“	51145 Köln (Porz-Urbach)	Kaiserstraße 19	02203/10 39 131
Johanneshaus Ernst Mühlendyck	51145 Köln (Porz-Urbach)	Königsberger Straße 9 – 11	02203/306-581



## ► Kurzzeitpflege

In der Kurzzeitpflege werden pflegebedürftige Menschen vollstationär gepflegt und versorgt. Die Unterbringung kann helfen Engpässe in der häuslichen Versorgung und Pflege zu überbrücken, die zum Beispiel durch Urlaub oder Krankheit der Pflegeperson entstehen. Sinnvoll ist eine vorübergehende stationäre Pflege oft auch nach einem Krankenhausaufenthalt oder bei vorübergehender Verschlechterung des Gesundheitszustandes zur Stabilisierung des Pflegebedürftigen, damit eine weitere Versorgung im häuslichen Bereich möglich ist.

Kurzzeitpflegeeinrichtungen	PLZ, Ort	Straße	Telefon
Altenheim St. Martin Marienborn gGmbH	51143 Köln (Porz-Zündorf)	Hauptstraße 49	02203/869-0
Caritas-Altenzentrum St. Josef	51147 Köln (Porz-Wahn)	Wilhelm-Ruppert-Straße 2	02203/9639-0
CMS-Pflegewohnstift Porz	51143 Köln (Porz-Zentrum)	Josefstraße 20	02203/5900-0
Elisa Seniorenstift Köln	51143 Köln (Porz-Zentrum)	Dülkenstraße 18	02203/594-09
Haus Christophorus – Pflegeeinrichtung für Menschen in der Phase F	51149 Köln (Porz-Zentrum)	Urbacher Weg 91	02203/8800-12560
Haus Monika	51149 Köln (Porz-Ensen)	Kölner Straße 64	02203/3691-12121
Johanneshaus Ernst Mühlendyck	51145 Köln (Porz-Urbach)	Königsberger Straße 11	02203/306-0
Johanneshaus Finkenberg	51149 Köln (Porz-Finkenberg)	Konrad-Adenauer- Straße 16	02203/93400
Johanniter-Stift Köln-Poll	51105 Köln (Poll)	Jakob-Kneip-Straße 15	02203/993813-101





## ▶ Wohnen und Pflege im Heim

Wenn Sie so krank, behindert oder pflegebedürftig sind, dass Sie zu Hause mit Unterstützung eines ambulanten Dienstes und Ihrer Angehörigen nicht mehr zurechtkommen, ist der Umzug in ein Alten- und Pflegeheim für Sie vielleicht eine Alternative. Diese Entscheidung fällt vielen schwer, aber gerade Alleinlebenden bietet das Heim neben der umfassenden Versorgung auch neue Kontakte und Geselligkeit. Bevor Sie zu einem endgültigen Entschluss kommen, sollten Sie sich gründlich informieren: **Machen Sie sich ein Bild**, besuchen Sie infrage kommende Altersheime. Lassen Sie sich beraten und besprechen Sie sich mit Freunden und Angehörigen. Die endgültige Entscheidung sollten Sie aber selbst treffen! Die meisten Alten-Pflegeheime bieten heute neben der Wohnung und Pflege auch Beratung, therapeutische Hilfen und kulturelle Angebote, manche haben sogar eigene physiotherapeutische Abteilungen.

### Wie sieht es mit der Finanzierung des Heimaufenthaltes aus?

Die Kosten für den Aufenthalt in einem Alten- und Pflegeheim gliedern sich in:

- Pflegekosten, also die Bezahlung erbrachter Pflegeleistungen,
- Kosten der Unterkunft und Verpflegung (Hotelkosten) sowie Zusatzkosten wie Einzelzimmerzuschläge und
- Investitionskosten, die monatlich umgerechneten Kosten für den Bau und die technische Unterhaltung des Heimes.

Für die Finanzierung der Pflegekosten gibt es Leistungen nach dem Pflegeversicherungsgesetz. Für die Hotelkosten und die Investitionskosten des Heimes müssen Sie selbst aufkommen. Allerdings übernimmt das Pflegegeld bei geringerem Einkommen einen Teil der Investitionskosten. Bitte erkundigen Sie sich bei der Heimleitung, ob auch für Sie Pflegegeld in Betracht kommt. Reichen weder Ihr eigenes Einkommen und Vermögen noch das Pflegegeld und das Pflegegeld aus, übernimmt die Sozialhilfe bei Vorliegen der Heimpflegebedürftigkeit die restlichen Kosten der Unterbringung und Pflege.

### „Die BAGSO informiert: Das richtige Heim“

Bundesarbeitsgemeinschaft der  
Senioren-Organisationen e. V. (BAGSO)

Eifelstraße 9, 53119 Bonn

Telefon: 0228/24 99 93-0

Fax: 0228/24 99 93-20

E-Mail: [kontakt@bagso.de](mailto:kontakt@bagso.de) oder [lenz@bagso.de](mailto:lenz@bagso.de)

Internet: <http://www.bagso.de> (kostenlos)

Ein Auszug ist der Liste der „Stationären Pflegeeinrichtungen in Köln“, die Sie beim Zentralen Beratungstelefon erhalten (siehe unten), beigefügt.

### „Wegweiser Vollstationäre Pflege“

Landesverband der Betriebskrankenkassen  
in Nordrhein-Westfalen

Kronprinzenstraße 6, 45128 Essen

Telefon: 0201/179-1503 (Preis ca. 1,60 €)

### „Auf der Suche nach einem Heim“

Bundesministerium für Familie, Senioren, Frauen  
und Jugend in 11018 Berlin

Bezugsstelle: Postfach 201551, 53145 Bonn

Telefon: 0180/5 32 93 29

E-Mail: [broschuerenstelle@bmfsfj.bund.de](mailto:broschuerenstelle@bmfsfj.bund.de)

Internet: [www.bmsfj.de](http://www.bmsfj.de) (kostenlos)

Bevor Sie aber in ein Alten- und Pflegeheim umziehen, sollte zunächst die sogenannte „Heimpflegebedürftigkeit“ und Ihre persönliche Pflegestufe festgestellt werden. Stellen Sie dazu möglichst rechtzeitig einen Antrag bei Ihrer Pflegekasse und/oder beim Sozialamt der Stadt Köln, von dort wird dann alles Notwendige veranlasst.



## Die Johanniter Seniorenhäuser 9 x in Köln

Sicher und selbstbestimmt Leben im freundlichen  
Pflegerwohnbereich oder in der Wohnung mit dem  
besonderen Service.

Infos unter 0800 2999135 oder  
[www.johanniter.de](http://www.johanniter.de)

**DIE  
JOHANNITER.**   
Johanniter Seniorenhäuser GmbH



## Gespräch mit drei Bewohnern des Elisa Seniorenstiftes in Köln-Porz



Georg Steuer, Almuth Stein und Gerda Pütz beim Nachmittagskaffee in der Seniorenwohnung von Frau Pütz (von links) Foto: Simon/Soutschek

*Frau Pütz, Frau Stein, Herr Steuer, Sie wohnen seit einigen Jahren im Elisa Seniorenstift.*

*Welchen Rat geben Sie anderen Senioren, wann sollten sie sich um ihren Alterswohnsitz kümmern?*

**Gerda Pütz:** Man sollte früh genug seinen Alterswohnsitz wählen, damit man sich noch einen neuen Bekanntenkreis aufbauen kann. Ältere Menschen schließen sich oft nicht mehr Unbekannten an.

**Georg Steuer:** In den 70er-Jahren sollte man sich überlegen, wo man hin will.

**Almuth Stein:** Ich bin durch einen Unfall recht plötzlich hergekommen, aber das war gut vorbereitet. Mit meiner Tochter hatte ich vorher schon das Haus besichtigt und entschieden, hier wohnen zu wollen, wenn es im eigenen Haus nicht mehr gehen sollte.

*Seit wann leben Sie hier, wie alt waren Sie beim Einzug?*

**Gerda Pütz:** Ich lebe seit sechseinhalb Jahren hier, beim Einzug war ich 74 Jahre alt.

**Georg Steuer:** Ich wohne seit fast zweieinhalb Jahren hier, beim Einzug war ich 82 Jahre alt.

**Almuth Stein:** Seit genau zwei Jahren wohne ich hier, da war ich fast 88 Jahre alt.

*Was hat Sie bewogen, gerade hierher zu ziehen?*

**Gerda Pütz:** Ein Bekannter wohnte hier, den ich öfter besucht habe. Das Haus war mir vertraut. Außerdem komme ich aus Porz-Wahn, ich wollte in der Nähe bleiben.

**Georg Steuer:** Meine Schwester hat schon hier gewohnt. Zusammen mit meiner inzwischen verstorbenen Frau habe ich manchmal bei Besuchen im Gästezimmer übernachtet. Es gefiel uns hier.

**Almuth Stein:** Mir gefiel das Haus auf Anhieb.

*Wie fühlen Sie sich jetzt hier?*

**Gerda Pütz:** Ich fühle mich sehr wohl und habe den Umzug noch keine Sekunde bereut.

**Georg Steuer:** Ich bin froh, den „Schritt“ hierher getan zu haben.

**Almuth Stein:** Es gefällt mir gut, die Betreuung ist gut, das Personal sehr freundlich. Ich freue mich jeden Morgen über meine Wohnung.

*Welche Angebote des Stiftes sind für Sie besonders wichtig?*

**Gerda Pütz:** Gymnastik, Wassergymnastik, Kegeln, Gedächtnistraining, Musik, Vorlesungen, Filme, Wissensquiz.

**Georg Steuer:** Konzerte, auch außerhalb, zum Beispiel in der Philharmonie oder Kirchenmusik. Besonders gefällt mir nach den Veranstaltungen der Ausklang in der Bibliothek.

**Almuth Stein:** Wenn man will, kann man sich hier von morgens bis abends gut beschäftigen, aber man muss es nicht.

*An welchen Aktivitäten nehmen Sie teil?*

**Gerda Pütz:** Vor allem Gymnastik, Wissensquiz, Gedächtnistraining und Kegeln.

**Georg Steuer:** Ich spiele gerne selbst auf meinem elektronischen Piano. Im Haus nutze ich Vortrags- und musikalische Veranstaltungen, Ausflüge und Kegeltouren.

**Almuth Stein:** Mit meinem Rollator bin ich nicht so mobil, aber ich liebe die „Blaue Cocktail Stunde“ und den Stammtisch mit Kölsch vom Fass.

*Wenn Sie einmal Hilfe brauchen, ist dann jederzeit jemand für Sie da?*

**Almuth Stein:** Ich trage stets einen Notruf-Schalter bei mir, den ich einmal gebraucht habe. Es war sofort jemand von der Rufbereitschaft bei mir.

*Würden Sie den Entschluss, hierher zu ziehen, aus heutiger Sicht noch einmal fassen?*

**Gerda Pütz:** Jederzeit. **Almuth Stein:** Ja, gewiss. **Georg Steuer:** Ja. Die freundliche Atmosphäre und das Angebot an Vorträgen, Konzerten und gemeinsamen Feiern sind eine wohltuende Bereicherung meiner Pensionszeit.



*Wir geben uns erst zufrieden,  
wenn Sie es sind.*

CURANUM  
Gute Pflege hat ein Zuhause.



*Kommen Sie gerne vorbei – Sie sind herzlich eingeladen.  
Wir freuen uns auf Sie!*

Urlaubs- und Verhinderungspflege · Kurzzeitpflege  
Kurzzeit-Probewohnen · Pflege auf Dauer · Betreutes Wohnen

Elisa Seniorenstift Köln, Dülkenstraße 18, 51143 Köln  
Telefon: 022 03/594 09, Fax: 022 03/594 040  
[www.elisa-seniorenstift-koeln.de](http://www.elisa-seniorenstift-koeln.de)

## Seniorenheime

Seniorenheim	PLZ, Ort	Straße	Telefon
Altenzentrum, Kath. Kirchengemeinde St. Bartholomäus	51145 Köln (Porz-Elsdorf)	Tiergartenstraße 47	02203/92 54-0
ELISA Seniorenstift GmbH	51143 Köln (Porz-Zentrum)	Dülkenstraße 18	02203/5 94 09
St. Martin – Altenheim der Marienborn gGmbH	51143 Köln (Porz-Zündorf)	Hauptstraße 49	02203/869-0
Johanneshaus Ernst Mühlendyck	51145 Köln (Porz-Zentrum)	Königsberger Straße 11	02203/30 6-0
Caritas-Altenzentrum St. Josef	51147 Köln (Porz-Wahn)	Wilhelm-Ruppert-Straße 2	02203/96 39-0
Johanneshaus Finkenbergl	51149 Köln (Porz-Zentrum)	Konrad-Adenauer-Straße 16	02203/9 34 00
CMS Pflegewohnstift Porz	51143 Köln (Porz-Zentrum)	Josefstraße 20	02203/59 00-0
Haus Christophorus - Pflegeeinrichtung für Menschen in der Phase F Alexianer Krankenhaus Köln GmbH	51149 Köln (Porz-Zentrum)	Urbacher Weg 91	01803/ 8800-12560
Haus Monika Alexianer Köln GmbH	51149 Köln (Porz-Ensen)	Kölner Straße 64	02203/ 3691-12121
Haus Monika, Wohnbereich Rita (junge Menschen mit Schädigung des zentralen Nervensystems)	51149 Köln (Porz-Ensen)	Kölner Straße 64	01803/ 8800-12000
Haus Rafael	51149 Köln (Porz-Ensen)	Urbacher Weg 93	01803/12500
Johanniter-Stift Köln-Poll	51105 Köln (Poll)	Jakob-Kneip-Straße 15	0221/ 993813-101



### **Haus Monika, Senioren-Pflegeeinrichtung**

Kölner Straße 64, 51149 Köln

Telefon: 0 22 03/36 91-1 20 00

E-Mail: [haus.monika@alexianer-koeln.de](mailto:haus.monika@alexianer-koeln.de)

Internet: [www.alexianer.de](http://www.alexianer.de)

Haus Monika bietet 74 älteren Menschen die Möglichkeit, ein würdevolles Leben zu führen, trotz aller Einschränkungen, die das Alter und die Pflegebedürftigkeit mit sich bringen. Die Betreuung in unserem Hause erfolgt nach dem Leitsatz: „Wir pflegen so, wie auch wir gepflegt werden möchten.“ Die Zimmer sind hell und geräumig, die Flurbereiche großzügig. Die offenen Pflegestützpunkte auf jeder Etage geben dem Haus einen einladenden Charakter, und die Bewohner können auf diese Weise direkten Kontakt zu den Pflegemitarbeitern aufnehmen. Alle Räume, die großzügige und rollstuhlgerechte Parkanlage



am Haus Monika sowie unser hauseigenes Café können von unseren Bewohnern und Besuchern frei genutzt werden. Natürlich bieten wir zudem vielfältige Möglichkeiten zur Tages- und Freizeitgestaltung an. Unser Team setzt sich aus engagierten und qualifizierten Mitarbeitern der verschiedensten Professionen zusammen.

### **Haus Rafael, Hausgemeinschaft für demenziell erkrankte Menschen**

Urbacher Weg 93, 51149 Köln

Telefon: 0 22 03/36 91-1 25 00

E-Mail: [haus.rafael@alexianer-koeln.de](mailto:haus.rafael@alexianer-koeln.de)

Internet: [www.alexianer.de](http://www.alexianer.de)

Haus Rafael bietet drei Hausgemeinschaften für jeweils acht demenziell erkrankte ältere Menschen. Jede der drei Wohnungen umfasst neben den Einzelzimmern eine geräumige Wohnküche mit angrenzendem Wohnzimmer und Zugang zum geschützten Garten. In dieser Wohnform leben die Bewohner in einer von „Alltagsnormalität“ geprägten, familienähnlichen Struktur zusammen. So wird gemeinsam gekocht, gebacken, Hausarbeit verrichtet u. v. a. Diese ganzheitliche, tagesstrukturierende Betreuung gibt demenziell veränderten Menschen Orientierung, Sicherheit sowie das Gefühl von Geborgenheit und Vertrautheit. Die Zimmer der Bewohner können mit eigenen, vertrauten Möbeln eingerichtet und individuell gestaltet werden.



## ► Individuelles Wohnen

### Altenzentrum Porz-Urbach

Kath. Kirchengemeinde Christus König  
Köln-Porz

Tiergartenstraße 47, 51145 Köln

Telefon: 02203/92 54-0

Telefax: 02203/92 54-29

E-Mail: [info@azur.de](mailto:info@azur.de)

Internet: [www.az-ur.de](http://www.az-ur.de)

Das Altenzentrum Porz-Urbach wurde von der Kath. Kirchengemeinde St. Bartholomäus Urbach errichtet. Es liegt verkehrsgünstig im rechtsrheinischen Stadtgebiet von Köln. Die moderne und großzügige Anlage widmet sich in drei Schwerpunkte-Bereichen der Altenpflege:

- Wohn-/Pflegeeinrichtung (68 Bewohner)
- Wohnungen (80 Apartments)
- Begegnungsstätte

Die Architektur des Altenzentrums wird durch den Zuschnitt und die Lage des Grundstücks zwischen Tiergartenstraße, Friedensstraße und Frankfurter Straße bestimmt. Die besondere Bauweise gewährleistet Schutz gegen Störungen und Lärm von außen. Die Wohnräume sind zu den bevorzugten Himmelsrichtungen Süd und Südosten hin geöffnet und sorgen so für ein offenes und lebendiges Wohlgefühl.

Gute Einkaufsmöglichkeiten gibt es in der direkten Umgebung des Altenzentrums. Die Bus-Haltestelle Friedrich-Hirsch-Str. der KVB (Linie 162) liegt unmittelbar vor dem Haus.

### ► Ausstattung

Alle Wohneinheiten mit Dusche/Bad und Terrasse oder Balkon; Kapelle, Cafeteria, Restaurant, Bücherei, Gemeinschafts- und Veranstaltungsräume

### ► Service-Angebot

Begegnungsstätte, offener Mittagstisch, Krankengymnastik-Praxis, Bewegungsbad, Friseur, Fußpflege, Hörgeräteakustiker, Informationsveranstaltung für Interessierte

### ► Kulturelles Angebot

regelmäßige Gottesdienste (ev./kath.), tägliches Programmangebot durch sozialen Dienst, Konzerte, Lesungen, Seniorengymnastik, Gedächtnistraining, Diavorträge, Senioren-Singkreis, Schachclub, Gesellschaftsspielkreis



## ► **Barrierefreies Wohnen – senioren- gerecht und mitten im Leben**

Die Zahl der älteren Menschen wird aufgrund des demografischen Wandels in den nächsten Jahrzehnten deutlich zunehmen. Obwohl diese Entwicklung in der Stadt Köln im Vergleich zu vielen anderen Regionen verlangsamt stattfindet, wird auch hier der Anteil von Senioren stetig steigen. So wird 2035 jeder fünfte Kölner über 65 Jahre alt sein, was einem Anteil von 20,7 Prozent entspricht. Die Wohnungswirtschaft muss sich dieser Herausforderung stellen und verstärkt nachfrage- und zielgruppengerechte Angebote entwickeln. Vor dem Hintergrund eines immer komplexeren Marktumfeldes muss der Kunde mit seinen Ansprüchen mehr denn je in den Mittelpunkt des unternehmerischen Handelns gestellt werden.



„Es ist wichtig, die Bedürfnisse unserer Kunden genau zu kennen“, so Robert Schmidt, Vorsitzender der Geschäftsführung der Evonik Wohnen GmbH. So erhöht die Bevölkerungsentwicklung zwar den Bedarf an barrierefreien und altersgerechten Wohnkonzepten. „Doch viele ältere Menschen wollen heute nicht mehr in separierten Seniorensiedlungen „auf der grünen Wiese“ leben, sondern in einem lebendigen und vielfältigen Umfeld. Viele wünschen sich auch das Zusammenleben mehrerer Generationen“, so Robert Schmidt weiter. „Und auch Jüngere schätzen es zunehmend, in einer Gemeinschaft zu leben.“

### ► *Evonik entwickelt Generationen-Wohnen direkt am Rhein*

Diesem Trend entspricht die Planung der Evonik Wohnen GmbH, die für den Investor Heinrich



Schäfermeyer GmbH ein Neubauprojekt in Köln-Porz realisieren wird.

Dort wird das Unternehmen noch in diesem Sommer mit dem Bau von 112 barrierefreien Mietwohnungen direkt am Rhein beginnen. In unmittelbarer Nähe zum Krankenhaus Porz entstehen

vier Gebäudekomplexe mit separater Tiefgarage. Durch das benachbarte Krankenhaus lassen sich Synergien entwickeln, die die wichtigsten Bedürfnisse von älteren Menschen abdecken, wie z. B. barrierefreies Wohnumfeld, 24-Stunden-Notruf, medizinische Versorgung, Pflegeleistungen etc.



**Endlich zu Hause.**

Wer Wohnen sagt, der meint Evonik: Modern, bezahlbar, günstig gelegen. Mit tollen Serviceleistungen und viel Raum für Ihre Ideen. Wann ziehen Sie ein?

Evonik Wohnen GmbH  
KundenCenter Düsseldorf/Köln  
Ottmar-Pohl-Platz 7, 51103 Köln  
TELEFON 0221 801 929-80, TELEFAX 0221 453 640-63  
[www.evonik-wohnen.de](http://www.evonik-wohnen.de)

Evonik. Kraft für Neues.




DIPLOM-INGENIEURE  
ARCHITECTEN A K N W

**Wittkowski & Partner**

**Darstellung und Philosophie**

Unsere Kernkompetenz ist die Realisierung von zukunftsweisendem und innovativem Bauen, das über den heutigen Tag hinaus den Nutzerbedürfnissen entspricht und so zugleich renditestarke Investments darstellt.

Die erarbeiteten Konzepte orientieren sich an den Erkenntnissen neuester Technologien sowie Ökologie und Ökonomie, in den Bereichen Stadtplanung, Verwaltungsgebäude, Industrie- und Gewerbeanlagen, Sportstätten, Hotelgebäude, Einkaufszentren und Wohnsiedlungen.

- Konzeption ▪ Planung ▪ Ausführung  
Baumanagement ▪ Baubetreuung
- Architektur ▪ Innenarchitektur ▪ Corporate Design  
Stadtentwicklung ▪ Projektentwicklung

Ernst-Mühlendyck-Straße 18 ▪ 51143 Köln  
Telefon: 0 22 03 / 5 90 60 ▪ Telefax: 0 22 03 / 5 90 65 9  
E-Mail: [abw.koeln@netcologne.de](mailto:abw.koeln@netcologne.de)





## Rundum gut beraten zum Thema barrierefreies Bad



**Komfortabel baden und duschen – auch im Alter!**



**Wir richten Ihr Bad seniorengerecht und barrierefrei ein.**

*Sprechen Sie uns an!*

**Kuthstraße 87 • 51107 Köln**  
**Tel. 02 21 / 87 73 90 • Fax 02 21 / 87 68 34**  
**[www.wickert-sanitaer.de](http://www.wickert-sanitaer.de)**  
**e-mail: [wickert@netcologne.de](mailto:wickert@netcologne.de)**

**24 Stunden Notdienst • 01 77 / 6 67 12 70**

Neben der Zielgruppe Senioren richtet sich das architektonische Konzept der Wohnanlage auch an Familien, Singles oder Paare. Die Pläne von Evonik und dem Architekturbüro Wittkowski & Partner sehen einen breiten Mix an Wohnungsgrößen von 1-Raum-Wohnungen mit 46 Quadratmetern bis hin zu großzügigen 3-Raum-Wohnungen mit 75 bis 90 oder 116 Quadratmetern vor. Die Grundrisse sind offen und modern gestaltet, mit Licht durchfluteten Räumen und hochwertiger Ausstattung.

▸ *Als Klimaschutzsiedlung ausgezeichnet*  
 Besonders innovativ ist die Beheizung der Wohnanlage. Sie erfolgt über einen sogenannten Solar-Eisspeicher. Dabei wird in der warmen Jahreszeit die Wärme aus der Sonnenenergie und der Außenluft in großvolumigen Wassermengen auf niedrigem Temperaturniveau unterirdisch gespeichert. Wenn die Heizperiode beginnt, wird die Wärme dem Speicher entzogen und über Wärmepumpen sowohl der Fußbodenheizung zugeführt als auch für die Warmwasserbereitung verwendet. Wohnungslüftungsanlagen mit einer kontrollierten Be- und Entlüftung mit Wärmerückgewinnung ergänzen die energiesparende Technik. Für diese zukunftsweisende Konzeption hat das Land Nordrhein-Westfalen das entstehende Quartier als Klimaschutz-Siedlung ausgezeichnet. Auch an anderen Standorten realisiert die Evonik Wohnen GmbH Konzepte zur alternativen Energienutzung.

## ► **Hospiz und ambulante Hospiz-Dienste**

### **Hospiz an St. Bartholomäus in Porz**

Das Hospiz ist eine Einrichtung, die Platz für acht sterbende Menschen bietet.

#### ► *Angebote des Hauses*

Das Hospiz hat acht Einzelzimmer mit Bad und ein Zimmer, in dem Angehörige übernachten können. Ein ambulanter Hospizdienst ist im Hause. Er vermittelt auch ehrenamtlich Engagierte zur Begleitung sterbender Menschen in ihrem eigenen Zuhause und im stationären Hospiz. Darüber hinaus gibt es regelmäßige Sprechstunden und eine Trauergruppe.

Im Hospizcafé sind auch Gäste von außen herzlich willkommen.

Immer wieder stellen Künstler ihre Werke im Hospiz aus und laden zu den Ausstellungseröffnungen ein.

Mittelpunkt des Hauses ist das gemütliche Wohnzimmer mit angrenzendem kleinem Garten.

Die hauseigene Küche richtet sich ganz nach den Wünschen der Gäste.

#### ► *Unser Pflegekonzept*

Das Hospiz an St. Bartholomäus ist ein Haus, in dem wir sterbenden Menschen und ihren Angehörigen Raum geben für ein lebendiges Abschiednehmen und ein würdevolles Sterben.

### **Kontakt**

Hospiz an St. Bartholomäus Porz  
Am Leuschhof 25, 51145 Köln, Porz-Urbach

Telefon: 02203/699 39 80

Fax: 02203/699 39 8-19

### **Ansprechpartner/-innen**

Stefanie Bischoff (Leitung)

Telefon: 02203/699 39 80

Jürgen Welsch (Vertretung)

Telefon: 02203/699 39 80





► **Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V.**



**Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V.  
ambulante Sterbebegleitung**

Am Leuschhof 25  
51145 Porz-Urbach

Ansprechpartnerin: Frau Völlings  
Telefon: 02203/203 99 63

Seit 1990 ist der Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V. in der Hospizarbeit tätig. Schwerpunkt seiner Aktivitäten ist dabei der ambulante Dienst, der Schwerstkranke und Sterbende sowie deren Angehörige und Freunde durch ehrenamtliche Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter des Vereins in ihrer häuslichen Umgebung begleitet. Um den Betroffenen dabei entsprechend einfühlsam und individuell begegnen zu können, wurden die Ehrenamtlichen zuvor in einem sog. Befähigungskurs auf ihre Aufgaben in der Sterbebegleitung vorbereitet.

Der ambulante Dienst ist im gesamten Stadtbezirk von Porz tätig. Die Ehrenamtlichen spenden

den Betroffenen Zeit und bieten Unterstützung bspw. durch die Übernahme von Sitzwachen oder Erledigung kleinerer Angelegenheiten an, damit Angehörige bei dem Sterbenden bleiben können. Pflegeleistungen werden demgegenüber nicht erbracht.

Die Inanspruchnahme des ambulanten Dienstes ist kostenfrei. Begleitungen sind sowohl zu Hause wie auch im Heim oder Krankenhaus möglich.

Wem ein Verbleib in häuslicher Umgebung nicht mehr möglich ist, für den bietet das Caritashospiz an St. Bartholomäus in Porz-Urbach insgesamt Platz für 8 Gäste. Unter Mitwirkung eines in der Palliativmedizin geschulten Pflegepersonals wird dem Sterbenden Raum gegeben, die letzten Tage und Wochen vor dem Tode in einer würdevollen Umgebung zu verbringen. Wer einmal die Atmosphäre eines Hospizes erleben möchte, sei an dieser Stelle herzlich zum Hospizcafé eingeladen.

Der Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V., der sich in den 90er-Jahren maßgeblich für die Errichtung des Hospizes in Porz engagierte, ist mit dem von der Caritas betriebenen Hospiz an St. Bartholomäus eng verbunden. Hier befindet sich nicht nur das Büro des Fördervereins. Durch den Einsatz seiner Ehrenamtlichen im Hospiz unterstützt der Förderverein das Hospiz auch in personeller Hin-

sicht. Darüber hinaus wendet der Förderverein jährlich durch Spenden erwirtschaftete Mittel im fünfstelligen Bereich zur finanziellen Unterstützung des Hospizes auf.

Auch nach dem Tode eines lieben Menschen bietet der Förderverein Hilfestellung zur Bewältigung der Trauer. Sein Angebot reicht dabei von Einzelbegleitungen, Trauergesprächskreisen bis hin zu gemeinsamen Aktivitäten für Trauernde wie Trauerwandern.

Informationen über weitere Aktivitäten des Vereins sind der Tagespresse wie auch unserer Homepage unter [www.hospiz-koeln-porz.de](http://www.hospiz-koeln-porz.de) zu entnehmen.

### **Unsere Ansprechpartner:**

Förderverein Hospiz Köln-Porz e. V.:

Frau Katrin Völlings, Telefon 02203/203 99 63

Hospiz an St. Bartholomäus:

Frau Stefanie Bischoff, Telefon 02203/699 39 80

### **Unsere regelmäßigen Veranstaltungen:**

- jeden 1. und 3. Donnerstag im Monat:  
Hospizcafé
- jeden 2. und 4. Mittwoch im Monat:  
Trauergesprächskreis
- jeden 3. Mittwoch im Monat:  
Hospizsprechstunde

Unsere Veranstaltungen sind kostenfrei, keine Anmeldung erforderlich.



## Interview mit Herrn Dipl.-Kfm. Sigurd Claus, Geschäftsführer des Krankenhauses Porz am Rhein

man einmal von den Fachbereichen Geburtshilfe und Kinderklinik ab. Für uns stellt sich damit die Aufgabe, auf die besonderen Bedürfnisse älterer Menschen gezielt einzugehen. Neben einer erstklassigen medizinischen Versorgung gehört dazu auch das gesamte pflegerische und soziale Umfeld. So wird es immer wichtiger, nicht nur den Krankenhausaufenthalt möglichst effektiv und angenehm zu gestalten, sondern auch für die Zeit danach optimale Wege zu finden. Es gilt zu fragen, kann der Genesende wieder sein alltägliches Leben weiterführen? Ist eine Reha-Maßnahme angeraten? Ist eine häusliche Pflege erforderlich, oder wäre ein Seniorenheim die angemessene Lösung?

### ***Ist das Krankenhaus denn auch für die Zeit nach dem Klinikaufenthalt verantwortlich?***

Sigurd Claus: Ich sehe es jedenfalls als unsere Aufgabe, unsere Patienten in das Leben nach dem stationären Aufenthalt zu begleiten. Wir haben dazu hier im Krankenhaus Porz eigens einen Sozialdienst, der sich in erster Linie um die Zeit nach der Entlassung unserer Patienten aus der Klinik kümmert. Der Sozialdienst hilft zum Beispiel bei der Einleitung von Reha-Maßnahmen, der Vermittlung ambulanter Pflegedienste oder eines Platzes in einem Pflegeheim.

### ***Herr Claus, haben Sie in Ihrem Krankenhaus die Möglichkeit, die Belange älterer Patienten besonders zu berücksichtigen?***

Sigurd Claus: Unsere Patienten sind zunehmend Menschen im Alter von 65 Jahren und älter – sieht

### ***Wie stellen Sie sich auf die Betreuung demenzkranker Patienten ein?***

Sigurd Claus: Gerade für Menschen mit Demenzkrankheit stellt die Einlieferung in ein Krankenhaus eine Überforderung dar. Sich in einer fremden Umgebung mit fremden Betreuern zurechtfinden zu müssen, erhöht ihre Verwirrung und schürt Ängste. Wir haben unsere Pflegerinnen und Pfleger gezielt für den Umgang mit demenzkranken Patienten geschult. Zusätzlich kümmert sich unsere Demenzbeauftragte um die Kranken und ihre Angehörigen. Sie arbeitet eng mit den verschiedenen Fachabteilungen zusammen, um die Belange demenzkranker Patienten sicherzustellen.

### ***In unmittelbarer Nachbarschaft zum Krankenhaus Porz am Rhein sollen in Kürze barrierefreie Wohnungen für ältere oder behinderte Menschen gebaut werden. Begrüßen Sie das Projekt?***

Sigurd Claus: Ja, sehr. Dort sollen die Bewohner trotz Alter oder Behinderung möglichst lange ein selbstständiges Leben in den eigenen vier Wänden führen können. Wir werden den Menschen, die dort einziehen, Serviceleistungen unseres Krankenhauses anbieten. Bei Bedarf können sie unsere hauswirtschaftlichen Dienste in Anspruch nehmen, dazu könnten Mahlzeitenlieferungen, Wäsche, Reinigungs- und Rufdienste gehören. Mit solcher Unterstützung können sie ein selbstständiges und komfortables Leben bis ins hohe Alter führen.



Krankenhaus  
Porz am Rhein



## Gesundheit

### ► Krankenhaus Porz am Rhein GmbH

Urbacher Weg 19, 51149 Porz-Zentrum

Telefon: 02203/566-1184

#### Sozialdienst im „Krankenhaus Porz am Rhein“

Liebe Patienten, liebe Angehörige, der Sozialdienst im Krankenhaus Porz steht allen Patienten und deren Angehörigen zur Verfügung. Wir beraten und unterstützen Sie fachkundig und kostenlos in allen Fragen, die im Zusammenhang mit der Erkrankung und den damit verbundenen sozialen und persönlichen Folgen stehen. Gemeinsam mit Ihnen, den Ärzten und dem Pflegepersonal planen wir Ihre Entlassung, organisieren und vermitteln alle notwendigen Maßnahmen der Rehabilitation oder der nachstationären Versorgung. In einzelnen Fällen können Sie uns bei folgenden Fragestellungen ansprechen:

- Welche Möglichkeiten der Rehabilitation gibt es und wer trägt die Kosten?
- Mit welchen Hilfsmöglichkeiten der Pflege zu Hause kann gerechnet werden und wie werden diese finanziert (häusliche Pflege, Haushaltshilfe, Pflegehilfsmittel)?
- Welche Einrichtungen gibt es, wenn die Versorgung zu Hause nicht mehr gewährleistet werden kann und was übernimmt die Pflegeversicherung (Heim, Kurzzeitpflege, Hospiz)?
- Wer hilft mir, wenn ich meine persönlichen

Angelegenheiten nicht mehr regeln kann (gesetzliche Betreuungen, Vorsorgevollmachten)?

- Wer unterstützt mich in Krisensituationen (Sucht, Misshandlung)?
- An welche Stellen kann ich mich wenden, wenn nach dem Krankenhausaufenthalt weitere Unterstützung benötigt wird (Beratungsstellen, Selbsthilfegruppen)?

Wenn Sie ein Gespräch mit uns wünschen, wenden Sie sich an die behandelnden Ärzte, an

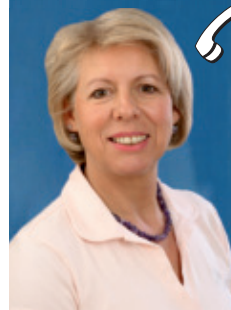
## Barbaras Pflegeteam

Mitglied im Bundesverband bad.

Ambulanter Pflegedienst

#### Unsere Leistungen:

- Beratung + Information rund um die Pflege
- Hauswirtschaftliche Hilfestellung z.B. Einkaufen, Putzen, Bügeln
- Betreuung für Jung und Alt
- Betreuungsleistung zu Hause z.B. bei Demenz - durch geschultes Personal
- Leistungen der Pflegeversicherung
- Fachpflege bei MS – Multiple Sklerose
- Medizinische Behandlungspflege z.B. Injektionen, Wundversorgung, BZ – Kontrollen nach den Krankenhausaufenthalt.
- Aktuelle moderne Wundversorgung



☎ 02203 -  
10 21 361

Barbaras Pflegeteam  
LSD GmbH  
Heidestraße 228  
51147 Köln-Porz

[www.barbaras-pflegeteam.de](http://www.barbaras-pflegeteam.de)





das Stationspersonal oder unmittelbar an uns. Wir sind persönlich für Sie erreichbar in unserer offenen Sprechzeit: Montag bis Freitag 10:00 bis 11:30 Uhr sowie nach telefonischer Vereinbarung. Die Beratung ist vertraulich. Sie finden unser Büro im Krankenhaus in der 7. Etage/Dachgeschoss.

**Ansprechpartnerinnen:**

- Dipl.-Sozialpädagogin Eva Schütz  
Telefon: 02203/566-1115 (Anrufbeantworter)  
Bereiche: Chirurgie/Gynäkologie
- Dipl.-Sozialarbeiterin Sandra Riester  
Telefon: 02203/566-1184 (Anrufbeantworter)  
Bereiche: Innere Medizin/Rheumatologie

▶ **Apotheken im Stadtbezirk Köln-Porz**

Adler-Apotheke, Bahnhofstraße 23  
51143 Köln (Porz-Zentrum), Telefon: 02203/5 31 47

Alte Apotheke, Heidestraße 5  
51147 Köln (Porz-Wahn), Telefon: 02203/6 40 14

Apotheke am Flughafen, Heidestraße 254  
51147 Köln (Porz-Wahnheide)  
Telefon: 02203/6 51 91

Apotheke im Heide-Center, Guntherstraße 82  
51147 Köln (Porz-Wahnheide)  
Telefon: 02203/69 57 82

Apotheke im Wal\*Mart, Rudolf-Diesel-Straße 32  
51149 Köln (Porz-Eil), Telefon: 02203/3 77 87

Damian-Apotheke, Hermannstraße 12  
51143 Köln (Porz-Zentrum), Telefon: 02203/50 38 85



**Praxis für Nuklearmedizin**  
Porz-Urbach

---

**Schwerpunkt:** Schilddrüsen-Untersuchung und Beratung  
**weitere:** Knochen-, Skelett-, Nieren-, Herzuntersuchungen  
Sonstige auf Anfrage

**Dr. med. Monika Heimann**

Kaiserstraße 14 · 51145 Köln · Tel. (0 22 03) 92 97 75 · Fax (0 22 03) 92 97 76  
Öffnungszeiten: Mo. bis Do. 8.30–12.30 Uhr und 14.00–17.30 Uhr

Doc Morris, Hauptstraße 309  
51143 Köln (Porz-Zentrum), Telefon: 02203/102 24 80

Humboldt-Apotheke, Konrad-Adenauer-Straße 40  
51149 Köln (Porz-Zentrum), Telefon: 02203/3 46 18

Katharinen-Apotheke, Kölner Straße 159  
51149 Köln (Porz-Ensen), Telefon: 02203/1 75 77

Marien-Apotheke, Bergerstraße 169  
51145 Köln (Porz-Eil), Telefon: 02203/3 24 98

Marien-Apotheke, Schmittgasse 57  
51143 Köln (Porz-Zündorf), Telefon: 02203/8 27 30

Markt-Apotheke, Bahnhofstraße 11  
51143 Köln (Porz-Zentrum), Telefon: 02203/95 59 50

Nikolaus-Apotheke, Gilgaustraße 18  
51149 Köln (Porz-Ensen), Telefon: 02203/1 43 77

Paracelsus-Apotheke, Friedenstraße 55  
51147 Köln (Porz-Grengel), Telefon: 02203/2 81 86

Rubin-Apotheke, Dülkenstraße 1  
51143 Köln (Porz-Urbach), Telefon: 02203/980 02 66

Schwanen-Apotheke, Kaiserstraße 14  
51145 Köln (Porz-Urbach), Telefon: 02203/2 55 87

Sonnen-Apotheke, Bochumer Straße 1  
51145 Köln (Porz-Eil), Telefon: 02203/3 90 76

Spitzweg-Apotheke, Bonner Straße 47  
5114 Köln (Porz-Eil), Telefon: 02203/29 26 205

St.-Michael-Apotheke, Frankfurter Straße 589  
51145 Köln (Porz-Eil), Telefon: 02203/93 54 30

Thomas-Apotheke, Kaiserstraße 44 b  
51145 Köln (Porz-Urbach), Telefon: 02203/2 48 80

Zollturm-Apotheke, Schmittgasse 35  
51143 Köln (Porz-Zündorf), Telefon: 02203/8 48 80

**Wir beraten Sie persönlich!**



**NIKOLAUS  
APOTHEKE**

Inh. Stefanie Wieland e.K.

Gilgaustr. 18 • 51149 Köln (Porz-Ensen)  
Telefon: 02 20 3/59 05 90 • Fax: 02 20 3 / 59 05 91 9  
[Nikolaus-apo@t-online.de](mailto:Nikolaus-apo@t-online.de)

**Doc Morris**  
Meine **neue** Apotheke

- kompetent • zuverlässig • kundenorientiert •

Frau Viotor und ihr Team sind Ihre Ansprechpartner in allen Gesundheitsfragen.

**DocMorris Apotheke Köln Porz**

Inhaberin Andrea Viotor e.K. | Hauptstraße 309 | 51143 Köln Porz  
Telefon: 02203 / 1 0224 80 | E-Mail: [koeln-porz@docmorris-apotheke.de](mailto:koeln-porz@docmorris-apotheke.de)  
Öffnungszeiten: Mo.–Fr. 8.00–19.00 Uhr | Sa. 9.00–14.00 Uhr

**Bitte beachten Sie auch unseren Lieferservice!**



## Interview mit Frau Dr. med. dent. Nina Roth und Zahnarzt Michael Graß zur Zahngesundheit im Alter

*Frau Dr. Roth, Herr Graß, was können Menschen der Generation 60plus für ihre Zahngesundheit tun?*

*Zahnarzt Michael Graß:* Auch für ältere Menschen ist die Prophylaxe der optimale Schutz vor Karies, Parodontitis und Zahnverlust. Daher ist neben der häuslichen Mundhygiene die regelmäßige professionelle Zahnreinigung durch geschulte Spezialisten in unserer Zahnarztpraxis besonders wichtig. Sie sollte spätestens alle 6 Monate erfolgen.

*Dr. Nina Roth:* Im Rahmen dieser Prophylaxe geben wir in unserer Praxis auch Ernährungshinweise und Mundhygienetipps, die den perfekten Umgang mit Zahnseide, Interdentalbürstchen oder der elektrischen Zahnbürste vereinfachen. Mit der richtigen Vorsorge gelingt es vielfach, bis ins hohe Alter gesunde Zähne und gesundes Zahnfleisch zu erhalten.

***Wenn bei älteren Patienten aber doch Zahnfleisch oder Zähne erkranken, wie können Sie da helfen?***

*Dr. Nina Roth:* Es ist wichtig, dass auch ältere Menschen regelmäßig zur zahnärztlichen Kontrolluntersuchung erscheinen, damit Erkrankungen oder beginnende Veränderungen durch den Zahnarzt frühzeitig erkannt, individuell therapiert und somit gestoppt werden können. Bei einer Entzündung des Zahnfleisches wird zunächst der bakterielle Zahnbelag gründlich beseitigt. Anschließend säubert der Zahnarzt die entzündeten Zahnfleischtaschen mit speziellen Instrumenten.

Weit fortgeschrittene Zahnfleisch-erkrankungen mit Verlust von Knochen und Stützgewebe können oft in einem weiteren Schritt durch regenerative Techniken wiederhergestellt werden.



*Zahnarzt Michael Graß:* Auch kariös zerstörte oder an der Wurzel entzündete Zähne können wir heute mithilfe des dentalen Lasers und der Einführung von Mikroskop-Brillen langfristig erhalten. Durch eine moderne Wurzelkanalbehandlung lassen sich viele Zähne retten, die sonst entfernt werden müssten.

***Was ist zu beachten, wenn kranke oder fehlende Zähne durch künstliche Zähne ersetzt werden müssen?***

*Zahnarzt Michael Graß:* Manchmal ist es nicht zu verhindern, dass ein Zahn verloren geht. Dann gilt es, diesen zu ersetzen, damit keine Folgeschäden für das gesamte Gebiss entstehen. Ergänzend

zum klassischen Zahnersatz durch eine Brücke oder Prothese gibt es die Möglichkeit, einen fehlenden Zahn durch das Einbringen eines Implantates, einer künstlichen Zahnwurzel, in den Kieferknochen zu ersetzen. Sollten mehrere Zähne fehlen, können auch diese durch Implantate ersetzt werden.

Nach dem Einsetzen der künstlichen Zahnwurzel aus Titan folgt eine Einheilphase von ca. drei Monaten. Danach wird der Zahnersatz auf dem Implantat befestigt. Sowohl die Kaufunktion als auch das ursprüngliche Aussehen werden mithilfe des Implantates wiederhergestellt.

*Dr. Nina Roth:* Ein Vorteil des Implantates gegenüber herausnehmbarem Zahnersatz ist, dass die bessere Verankerung des Zahnersatzes am Kiefer zu einer deutlichen Verbesserung der Mimik, des Sprechens und des Kauens führt. Auch schmerzhaft Druckstellen oder der Gebrauch von Haftmitteln entfallen. Um im individuellen Fall den richtigen Zahnersatz zu wählen, bieten wir in unserer Praxis eine ausführliche persönliche zahnärztliche Beratung an.



**Dr. med. dent.  
Nina Roth**

**Zahnarzt  
Michael Graß**



**Heidestraße 217  
51147 Köln – Wahnheide**

**Tel.: 02203 – 678 00  
Fax: 02203 – 664 53**

**info@zahnarztpraxis-wahnheide.de  
www.zahnarztpraxis-wahnheide.de**



## ▶ Sanitätshäuser im Stadtbezirk Köln-Porz

Sanitätshaus Salgert GmbH  
Ernst-Mühlendyck-Straße 1, 51143 Porz-Zentrum  
Telefon: 02203/55 554

Sanitätshaus Steeg GmbH  
Hauptstraße 343, 51143 Porz-Zentrum  
Telefon: 02203/52 887

Ertz-Maria-Sanitätshaus  
Josefstraße 20, 51143 Porz-Zentrum  
Telefon: 02203/101 54 68

BeKaMed GmbH  
Taubenholweg 1, 51105 Köln (Poll)  
Telefon: 0221/59 81 32 20



## ▶ gesund & mobil

Ein Projekt in Kooperation von „fit für 100“ und dem Gesundheitsamt

Wir alle werden älter und wünschen uns ein langes und gesundes Leben. Gesundheit ist nichts Selbstverständliches. Nicht nur die Medizin, sondern auch jede/r Einzelne kann seine Gesundheit selbst auf vielfältige Weise fördern und erhalten.

Um dies zu unterstützen, entwickelte das Gesundheitsamt und das Institut für Bewegungs- und Sportgerontologie der Deutschen Sporthochschule Köln das neue Angebot „gesund & mobil – fit für 100“. Das Bewegungsprogramm baut die Muskelkraft auf, schult das Gleichgewicht, fördert die Gedächtnisleistung und stärkt die Aufmerksamkeit und Konzentration.

### Information:

Gesundheitsamt Köln

Erika Meißner

Telefon: 0221/221-247 54

E-Mail: [erika.meissner@stadt-koeln.de](mailto:erika.meissner@stadt-koeln.de)

### Angebot für Porz

Tanzclub Rot-Weiß

Ansprechpartnerin: Frau Katrin Köhl

Telefon: 02203/94 38 14-36

E-Mail: [kathrin.koehl@koelner-senioren.de](mailto:kathrin.koehl@koelner-senioren.de)



## Gesundheitszentrum im Krankenhaus Porz



- © **Unsere Angebote:**  
**Vorträge, Entspannungskurse, Ernährungskurse, Beratung, Elternschule, Gesundheitssport, Gesundheitstraining, Gesund und Vital ab 50, Kindergesundheit, Rehabilitationssport, ...**
- © **Das Gesundheitsprogramm können Sie anfordern:**  
**www.gesundheitszentrum-khporz.de**  
**e-Mail: gesundheitszentrum@khporz.de**  
**Tel.: 0 22 03/566 - 17 09**  
**Mo., Mi., Fr. von 9-12 Uhr**  
**Di. und Do. von 9-16 Uhr**

Eine Leistung des Krankenhauses  
 Porz am Rhein • [www.khporz.de](http://www.khporz.de)



Es gilt, neue Tätigkeiten zu entdecken; was wollte ich schon immer tun und hatte keine Zeit dafür?  
 Die neue freie Zeit ist eine Chance!

Gemeinsam mehr erleben

**KSG**

Kölner Seniorengemeinschaft  
 für Sport und Freizeitgestaltung e.V. (KSG)

Es erwartet Sie ein vielseitiges Bewegungs-, Bildungs-, Kultur- und Freizeitangebot.

### Kurse in Köln Porz

Alle Veranstaltungen gelten sowohl für Mitglieder als auch für Nichtmitglieder.  
 Quereinstieg in laufende Kurse ist möglich.

Senioren Netzwerke Köln

Fauststraße 90 • 51145 Köln (im Hause des TGC Rot-Weiß)  
 Telefon: 022 03/2 59 83 • Herr Hermann Kuhl, Kontaktperson Porz  
 Telefon: 0221/9438140 • KSG-Zentrale  
 E-Mail: [info@koelner-senioren.de](mailto:info@koelner-senioren.de)  
 Internet: [www.koelner-senioren.de](http://www.koelner-senioren.de)  
 Öffnungszeiten: Dienstag 9.30 – 11.00 Uhr/Mittwoch: 9.00 – 11.30 Uhr

**Für weitere Informationen stehen wir Ihnen gern zur Verfügung.**

## weisse flotte rhein

KölnTourist Personenschiffahrt

KölnTourist  
 Personenschiffahrt am Dom GmbH  
 Konrad-Adenauer-Ufer, 50668 Köln  
 Reservierung Tel.: 02 21/12 16 00  
 Fax: 02 21/12 59 58  
 E-Mail: [info@koelntourist.net](mailto:info@koelntourist.net)

### Den Rhein erleben... in und um Köln

- Panorama Rundfahrten in Köln
- Erlebnisfahrten
- Tagesfahrten (auch ab Porz!)
- Exklusivschiffe
- Montags & freitags ist Senientag (50% Rabatt)!

**GUTSCHEIN**

Gegen Vorlage dieses Gutscheines fährt ein **Senior ab 60 Jahre an allen Tagen zum halben Preis.** Gültig für alle Rundfahrten und Tagesfahrten (ausgenommen Sonderprogramme).

[info@koelntourist.net](mailto:info@koelntourist.net) • [www.koelntourist.net](http://www.koelntourist.net)

► **Sport**

Spezielle Sport-Angebote für Senioren und Menschen mit Behinderung:

Angebot/Verein	Straße	PLZ/Ort	Telefon
Gesund und fit ab 50, Gesundheitszentrum im Krankenhaus Porz	Urbacher Weg 25	51149 Köln (Porz-Zentrum)	02203/566-1709
Kölner Seniorengemeinschaft für Sport und Freizeit	Fauststraße 90	51145 Köln (Porz-Urbach)	02203/28 448
TGC Rot-Weiß Porz e. V.	Augustastrasse 12	51149 Köln (Porz-Zentrum)	02203/14 635
TSC Mondial Köln e. V.	Georg-Elser-Straße 1	51147 Köln (Porz-Wahnheide)	02203/62 863
TV Jahn Köln-Wahn 1909 e. V.	Im Lochgarten 44	51147 Köln (Porz-Wahn)	02203/63 974

**LIEBE-BIKE**   
ELEKTROFAHRRÄDER

► Elektrofahrzeuge und Spezialfahrräder für Behinderte und Senioren



Der Sattellift – TÜV-geprüfte Sicherheit



Hohe Str. 76 | 51149 Köln Porz Ensen | ☎ 02203 120 20  
[www.liebe-bike.de](http://www.liebe-bike.de)

**Sicheres Auf- und Absteigen:**  
auf Knopfdruck die richtige Sitzposition.

## Bildung · Freizeit · Kultur

### ► Seniorennetzwerke

Mit Schwung in die dritte Lebensphase – das fällt nicht immer leicht. Manchmal fehlen die Herausforderungen und die Verpflichtungen des Berufsalltags.

Gerade jüngere Seniorinnen und Senioren fühlen sich durch die Programme und Angebote der traditionellen Altenhilfe oft nicht angesprochen. Mit den Kölner Seniorennetzwerken wird ein neuer Weg beschritten. Sie bekommen Kontakt zu Gleichgesinnten und erhalten Anregungen, wie Sie Ihren Alltag mit der vielen freien Zeit neu gestalten können.



Eine Übersicht der Kölner Seniorennetzwerke folgt:

#### **Seniorennetzwerk Gremberghoven**

Johanniter Unfallhilfe e. V.

c/o Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche  
Auf dem Streitacker/Ecke Matthäusstraße 34  
51149 Köln (Porz-Gremberghoven)

Ansprechpartnerin: Frau Petridou-Nitzsche  
Telefon: 02203/18 66 783

E-Mail: [charit-ni.petridou@juh-cologne.de](mailto:charit-ni.petridou@juh-cologne.de)  
Internet: [www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de)

#### **Besonderheiten:**

montags ab 14:00 Uhr sowie dienstags und mittwochs von 9:00 bis ca. 17:00 Uhr; offene Sprechstunden: mittwochs zwischen 14:00 und 16:00 Uhr

#### **SeniorenNetzwerk Poll**

c/o Bernhard-Letterhaus Wohnheim  
Rolshover Straße 587  
51105 Köln (Poll)

Ansprechpartnerin: Frau Robrecht  
Telefon: 0221/83 03 633

E-Mail: [a.robrecht@gmx.de](mailto:a.robrecht@gmx.de)

Internet: [www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de)

#### **Besonderheiten:**

jeden dritten Donnerstag im Monat Netzwerkfrühstück



### SeniorenNetzwerk Urbach

Caritasverband Köln c/o  
 Altenzentrum Porz-Urbach  
 Tiergartenstraße 47, 51145 Köln  
 Ansprechpartnerin: Frau Sen  
 Telefon: 02203/10 23 564  
 E-Mail: [jana.sen@caritas-koeln.de](mailto:jana.sen@caritas-koeln.de)  
 Internet: [www.seniorennetzwerke-koeln.de](http://www.seniorennetzwerke-koeln.de)  
**Besonderheiten:** Auskünfte zu den Gruppen und Angeboten erhalten Sie bei der Koordinatorin Frau Jana Sen.

### Bürgerzentrum Finkenberg

Stresemannstraße 6 a, 51149 Köln,  
 Träger: PariSozial gGmbH  
 Telefon: 02203/935 44 18  
 Fax: 02203/935 44 21  
 E-Mail: [wittko@parisozial.de](mailto:wittko@parisozial.de)



### Offene Angebote:

- Blauer Montag (immer mittwochs), März, Mai, September, November, 15:00 bis 17:00 Uhr (im Mai unter dem Motto „Lasst Blumen sprechen“) Eintritt frei.
- Kaffeeklatsch, montags, 15:00 bis 17:00 Uhr
- Senioren-Tanztee Ü 50, jeden 1. Freitag im Monat, 15:00 bis 18:00 Uhr, mit DJ Gernot Wittko, Eintritt frei.
- Offenes Frühstück, jeden 1. Mittwoch im Monat, 08:30 bis 10:00 Uhr  
 Kosten: zwei halbe Brötchen und eine Tasse Kaffee: 1,50 €

### Gesundheit/Freizeit:

- Gymnastik mit Musik, dienstags, 11:00 bis 12:00 Uhr, Kosten: 1,00 €
- Gedächtnistraining, dienstags, 13:30 bis 15:30 Uhr, Leitung: Frau Jahn
- Tanzgruppe „Immer in Schwung“, mittwochs, 14:30 bis 17:00 Uhr  
 Leitung: Rosemarie Wittko
- Bingo-Club, mittwochs, 14:00 bis 16:30 Uhr,  
 Leitung: Frau Kugland

### Kegeln:

- Das Bürgerzentrum verfügt über eine Kegelbahn, die vermietet wird.  
 Kosten: zzt. 5,50 € pro Stunde (Termine auf Anfrage).

## ► Bürgervereine im Stadtbezirk Köln-Porz

Institution	Name	Anschrift	Telefon/E-Mail
Bürgerverein Gremberghoven	Nelles, Heinrich	Breitenbachstr. 19 51149 Köln	02203/33 679 nc-nelleshe6@netcologne.de
Bürgerverein Gremberghoven	Wilden, Werner		wwilden@emailn.de
Arbeitsgemeinschaft Finkenberg	Saher, Ute	Stresemannstr. 3 – 12 51149 Köln	02203/35 065
Bürgerverein Köln-Poll e. V.	Heinecke, H.-D.	Im Oberdorf 16 51105 Köln	0221/83 07 281 dieterheinecke@t-online.de
Bürgerverein Libur	Bleffert, Thomas	Urbanusstr. 24 a 51147 Köln	02203/61 892 thomas.bleffert@compicom.de
Bürgerverein Wahn-Wahnheide-Lind e. V.	Humberg, Joachim	Zu den Wiesen 47 51147 Köln	02203/69 364 info@buergerverein-wahnheidelind.de
Bürgervereinigung Ensen-Westhoven	Liebram, Renate	Magazinstraße 18 51147 Köln	02203/64 722 renate.liebram@gmx.de
Bürgervereinigung Ensen-Westhoven	Reiferscheid, Heike	Neckarstraße 5 51147 Köln	02203/16 627 h.reiferscheid@gmx.de
Ortsring Eil	Achten, Hartmut	Friedensstr. 110 51145 Köln	02203/25 113 hartmut.achten@koeln.de
Ortsring Porz-Langel	Odenthal, Klaudia	Leimkaul 14 51143 Köln	02203/10 47 480
Ortsring Urbach-Elsdorf	Schlimbach, Hermann-Josef	Hermann-Löns-Str. 16, 51145 Köln	02203/26 070 hermann.schlimbach@gmx.de
Gemeinschaft Zündorfer Ortsvereine	Müller, Josef	Comeniusweg 5 51143 Köln	02203/81 258 imueller38@web.de

► **Schützenvereine Stadtbezirk Köln-Porz**

Instituion	Name	Anschrift	Telefon
St. Hubertus Schützenbruderschaft Porz-Gremberghoven 1924 e. V.	Steffe, Günter	Auf dem Streitacker 15 51149 Köln	
St. Hubertus Schützenbruderschaft Porz-Urbach 1926 e. V.	Dreesbach, Monika	Waldstr. 56 51145 Köln	02203/56 94 155
St. Sebastianus Schützenbruderschaft Porz-Eil e. V.	Pricken, René	Auf dem Knöpp 24 51145 Köln	02203/93 29 20
St. Sebastianus Schützenbruderschaft Porz-Ensen-Westhoven 1926 e. V.	Berg, Thomas	Hinter den Höfen 29 51147 Köln	
Schützenbruderschaft Porz-Grengel 1959 e. V.	Kirschbauer Ursula,	Kriegerstraße 1 51147 Köln	02203/92 97 97

► **Vereine/Gruppen Gremberghoven**

**Bürgerverein Gremberghoven e. V.**

Breidenbachstr. 19, 51149 Köln

1. Vorsitzender: Herr Heinz Nelles

Schriftführer: Herr Gunther Geisler

Telefon: 02203/33 674

E-Mail: [Gunther-geisler@netcologne.de](mailto:Gunther-geisler@netcologne.de)



**ESV Eisenbahner-Sport-Verein Grün-Weiß Gremberghoven 1928 e. V.**

Auf dem Streitacker 29, 51149 Köln

1. Vorsitzender: Herr Karl-Heinz Grimm

Telefon: 02203/39 016

E-Mail: [Nc-grimmka4@netcologne.de](mailto:Nc-grimmka4@netcologne.de)

Internet: [www.esv-gremberghoven.de](http://www.esv-gremberghoven.de)

**St. Hubertus Schützenbruderschaft Porz-Gremberghoven 1924 e. V.**

Auf dem Streitacker 19, 51149 Köln

1. Brudermeister: Frank Rohmann

Geschäftsstelle: Günter Steffe

Telefon: 02203/30 12 15

[Schuetzengrem1924@netzcologne.de](mailto:Schuetzengrem1924@netzcologne.de)

### **Stiftung BSW/Eisenbahn Singgemeinschaft Gremberghoven ESG**

Rather Str. 15, 51149 Köln

Frau Esser

Telefon/Fax: 02203/347 64

Jeden Donnerstag 18:30 bis 20:00 Uhr Chorprobe

Die Chorproben finden im Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche statt.

### **Stiftung Bundesbahn Sozialwerk BSW**

Rather Str. 1, 51149 Köln

Jürgen Alberg, Karl-Heinz Grimm, Olaf Klömpken

Telefon: 0221/141 4761

Sprechstunde:

Mo. und Do. 9:00 bis 12:00 Uhr

### **Ökumenischer Feierabendkreis**

Matthäusstr./Ecke Auf dem Streitacker 32

Herr Wesseling: Telefon: 02203/340 94

Frau Kaufmann: Telefon: 02203/376 40

Jeden Dienstag 15:00 bis 18:00 Uhr

Treffen finden im Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche statt.

### **KfD Katholische Frauengemeinschaft Deutschlands**

Matthäusstr./Ecke Auf dem Streitacker 32

Frau Klingenhäger: Telefon: 02203/350 70

Jeden 2. Mittwoch im Monat 15:00 bis 18:00 Uhr

Treffen finden im Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche statt.

### **Turngruppe der KfD**

Matthäusstr./Ecke Auf dem Streitacker 32

Frau Sims

Montags 14:00 bis 15:00 Uhr Gymnastik

15:00 bis 16:00 Uhr Sitzgymnastik

Treffen finden im Ev. Gemeindehaus der

Matthäuskirche statt.

### **SeniorenNetzwerk**

#### **„Älter werden in Gremberghoven“**

Matthäusstr./Ecke Auf dem Streitacker 32

Frau Petridou-Nitzsche

Telefon: 02203/18 66 783 oder 0221/89 009-356

Jeden letzten Dienstag im Monat Stadtteilfrühstück. Treffen finden im Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche statt.





## ► **SeniorenNetzwerk Gremberghoven**

Das SeniorenNetzwerk wendet sich an alle interessierten Bürgerinnen und Bürger im Stadtteil, die neue Kontakte knüpfen möchten. Ob es sich um Informationen, Freizeitaktivitäten oder um ein neues Betätigungsfeld handelt, hier können Sie etwas Neues ausprobieren oder etwas Altbewährtes wieder aufleben lassen.

### ► *Regelmäßige Angebote*

#### **Stadtteilfrühstück**

Jeden letzten Dienstag im Monat 10:00 bis 12:00 Uhr mit jeweils einem interessanten Thema im Evangelischen Gemeindehaus (Beitrag 2,00 €)

#### **Gedächtnistraining und Englisch für Senioren**

montags 9:30 bis 10:30 Uhr

Infos bei Frau Strauch, Telefon: 02203/368 736



## **Schach und Canasta spielen**

Jeden Donnerstag 14:30 bis 17:30 Uhr

Im Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche

## **Vorsicht Kultur!**

1x im Monat um 16:00 Uhr

Philosophischer Gesprächskreis im

Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche.

Gedankenaustausch zu Themen der Künste, Lebensgefühle, Werte und mehr.

## **Offene Sprechstunde mittwochs**

14:00 bis 16:00 Uhr und nach Vereinbarung

Alle Angebote finden im Ev. Gemeindehaus der Matthäuskirche, Matthäusstr./Ecke Auf dem Streitacker in 51149 Köln-Gremberghoven statt.

Falls Sie neugierig sind, mehr erfahren möchten, eigene Ideen und Wünsche haben, kommen Sie und sprechen Sie mich an!

## **Anschrift:** SeniorenNetzwerk Gremberghoven

Frau Charitini Petridou-Nitzsche

Ev. Gemeindehaus an der Matthäuskirche

Matthäusstr./Ecke Auf dem Streitacker

51149 Köln

Telefon: 02203/18 66 783 oder 0221/89 009-356

Mobil: 0173/88 900 48

E-Mail: [charitini.petridou@juh-cologne.de](mailto:charitini.petridou@juh-cologne.de)

**Bürozeiten:** Mo., Di., Mi. 9:00 bis 17:00 Uhr

**Träger:** Die Johanniter im Auftrag des Diakonischen Werkes Köln

## ► **Den Lebensabend genießen, ohne aufs Geld achten zu müssen**

Auch das Thema Finanzen bekommt nach Rentenbeginn eine ganz neue Bedeutung. In keinem anderen Lebensabschnitt gibt es so viele finanzielle Schritte zu überdenken. Da kommen natürlich eine Menge Fragen zur Finanzierung auf, besonders wenn zum Beispiel der Wechsel in ein Pflegeheim ansteht. Seit dem 01. Januar 2009 haben Sie gegenüber Ihrer Pflegekasse einen Rechtsanspruch auf umfassende persönliche Beratung.

Für die Beantragung von Leistungen aus den sozialen Sicherungssystemen muss zwischen den Leistungen unterschieden werden, die

- unabhängig von Einkommen und Vermögen (aber nur bestimmte Voraussetzungen berechtigen zur Inanspruchnahme),
- unabhängig von Vermögen, aber abhängig vom Einkommen,
- abhängig von Einkommen und Vermögen erbracht werden.

### ► *Steuerpflicht im Alter*

Je nach Renteneintritt wird für den Rest des Lebens der Satz für die Besteuerung der Renten festgelegt. Diese Besteuerung wird jedes Jahr um zwei Prozent angehoben: Die Steuerpflicht für Neurentner des Jahres 2011 liegt bei 62 Prozent der Renteneinkünfte. Wer 2012 in Rente geht,

muss 64 Prozent besteuern. Miet- und Kapitaleinnahmen sind ebenfalls steuerlich relevant. Hilfe anzunehmen, kann sich steuermindernd auswirken.

[www.deutsche-rentenversicherung.de](http://www.deutsche-rentenversicherung.de)

### ► *Wohngeld/Lastenzuschuss*

Ob Sie Wohngeld in Anspruch nehmen können, hängt im Wesentlichen von drei Faktoren ab: dem Einkommen, der monatlichen Miete und der Zahl der im Haushalt lebenden Personen. Eine aktuelle Wohngeldtabelle erhalten Sie unter [www.bmvbS.de](http://www.bmvbS.de). Handelt es sich um eine Eigentumswohnung oder ein Eigenheim, kann Lastenzuschuss gewährt werden.



## Interview mit Bruno Hollweger, Vorstandsmitglied der Kölner Bank

### Herr Hollweger, warum bietet die Kölner Bank älteren Menschen ein spezielles Servicepaket?

*Bruno Hollweger:* Schon heute sind rund 30 Prozent unserer Kunden über 60 Jahre alt. Durch den demografischen Wandel wird diese Gruppe weiter wachsen. Um den Bedürfnissen der älteren Kunden noch besser gerecht zu werden, haben wir die Seniorenvertretung der Stadt Köln gebeten, die Filialen und die Arbeit der Kölner Bank auf die besonderen Bedürfnisse der Generation 60+ zu prüfen. Als Ergebnis haben wir dieses spezielle Paket für Senioren geschnürt.

### Welche Leistungen umfasst Ihr Servicepaket für Senioren?

*Bruno Hollweger:* Das sind:

- leicht erreichbare, barrierefreie Filialen
- geschulte Seniorenberater in allen Filialen
- ein Bargeld-nach-Hause-Service
- unser Malteser-Service
- sowie spezielle Informationsveranstaltungen

So haben wir die Anregungen der Seniorenvertretung aufgegriffen, unsere Filialen möglichst barrierefrei zu gestalten, damit ältere Menschen leichter zu ihrem Bankberater kommen können.

Weiter haben wir unsere Kundenberater im Umgang mit älteren Menschen geschult. In allen Filialen der Kölner Bank sind Seniorenberater im Einsatz, die gelernt haben, noch besser auf die besonderen Wünsche und Bedürfnisse der Generation 60+ einzugehen.

Außerdem bietet die Kölner Bank mit dem Seniorenkonto VR Giro flex 60+ einen in Köln einzigartigen Bargeld-nach-Hause-Service. Damit können die über sechzigjährigen Kunden der Kölner Bank einmal im Monat bis zu 1.000 Euro bei der Kölner Bank bestellen und sich bequem nach Hause liefern lassen.

In Zusammenarbeit mit dem Malteserhilfsdienst vermitteln wir Hilfeleistungen für die Bewältigung des täglichen Lebens nach einem Unfall oder einer Krankheit. Betroffene erhalten über eine eigens eingerichtete Telefonnummer bei der Kölner Bank direkten Kontakt zum Malteser-Service-Center.



*Bruno Hollweger,  
Vorstandsmitglied  
Kölner Bank*

*Foto: Kölner Bank eG*

Informationsveranstaltungen, die thematisch zur Generation 60+ passen, runden das Seniorenpaket ab. So wird die Bank regelmäßig zu den Themen Erben und Vererben, Patientenverfügung oder Vorsorge informieren.

### Wie nutzen Ihre Kunden das Senioren-Servicepaket?

*Bruno Hollweger:* Unsere Angebote, zum Beispiel der Bargeld-nach-Hause-Service, erzeugen eine Freiheit, welche von den Kunden sehr geschätzt wird. Die Rückmeldungen sind ausschließlich positiv. Sie helfen uns außerdem, unseren Service ständig im Sinne der Kunden weiter zu verbessern.

### Sind Sie mit Filialen Ihrer Bank auch im Stadtgebiet Köln-Porz/Poll vertreten?

*Bruno Hollweger:* Sie finden uns im Zentrum von Porz in der Bahnhofstraße 44 und im Zentrum von Poll auf der Siegburger Straße 363. Außerdem kommt unsere mobile Filiale, die „Rollende Bank“, jeden Mittwoch-Nachmittag nach Porz-Grengel zum Ahornweg 74.



**Kölner Bank eG**  
Ihre Volksbank in Köln

- ✓ Beratung
- ✓ Service vor Ort
- ✓ Kundenorientierung

Lobby der Älteren

BAGSO

EMPFOHLEN



**Kölner Bank eG**  
Ihre Volksbank in Köln.

Hohenzollernring 31 – 35, 50672 Köln  
Telefon: 0221 / 2003 2004 , [www.koelnerbank.de](http://www.koelnerbank.de)

### › *Erbschafts- und Schenkungsrecht*

Wird selbst genutztes Wohneigentum bis 200 Quadratmeter geerbt und zehn Jahre lang weiter bewohnt, zahlen die hinterbliebene Ehefrau bzw. die Kinder keine Erbschaftssteuer. Die Freibeträge für Erbschafts- und Schenkungssteuern sind für den hinterbliebenen Ehepartner und die Kinder stark angestiegen – auf 500.000 Euro/400.000 Euro. Der Freibetrag für geschiedene Eheleute, Geschwister und deren Kinder beträgt 20.000 Euro.

### Finanzielle Hilfen und Entlastungen unabhängig von Einkommen und Vermögen

#### › *Finanzspritze bei Krankheit*

Wenn durch häusliche Krankenpflege ein Krankenhausaufenthalt vermieden oder verkürzt werden kann, übernehmen die gesetzlichen Krankenkassen zeitlich begrenzt die Kosten. Menschen, deren Sehschärfe auf dem besseren Auge weniger als zwei Prozent der vollen Sehkraft beträgt, haben Anspruch auf Blindengeld – unabhängig von Einkommen und Vermögen. Einkommensabhängig gewährt wird jedoch die Blindenhilfe.

#### › *Pflegegeld*

Wenn gewisse Leistungsvoraussetzungen erfüllt werden, übernimmt die Kranken- bzw. Pflegekasse die Kosten für die benötigte Untersuchung, Behandlung oder pflegerische Maßnahme. Zur Un-

terstützung der häuslichen Pflege wird Pflegegeld vollständig oder teilweise – als Kombi-Leistung – an den Pflegebedürftigen bzw. seinen Betreuer ausgezahlt. Pflegegeld- und Sachleistungsanträge sind an Ihre Krankenkasse zu richten.

[www.pflegeversicherung.info](http://www.pflegeversicherung.info)

[www.mdk.de](http://www.mdk.de)





## Einkommensabhängige Leistungen ohne Vermögensprüfung

### ▸ *Befreiung von den Rezeptgebühren*

Eine Befreiung von den Rezeptgebühren ist durch die Krankenkasse nach bestimmten Voraussetzungen auf formlosen Antrag hin möglich, beispielsweise aufgrund niedrigen Einkommens, chronischer Erkrankung und Schwerbehinderung. Im Härtefall kann die Krankenkasse den Versicherten/die mitversicherten Familienangehörigen vom Arzneikostenanteil freistellen. Dazu ist ein formloser Antrag zu stellen.

## Einkommens- und vermögensabhängige Leistungen

### ▸ *Sozialhilfe und Grundsicherung im Alter*

Auf Sozialhilfe haben seit den Hartz-Reformen noch Erwerbsunfähige auf Zeit, Vorruheständler mit niedriger Rente, längerfristig Erkrankte und hilfebedürftige Kinder mit selbst nicht hilfebedürftigen Eltern einen Anspruch. Sollten die Leistungen der Pflegekasse sowie das Einkommen und das Vermögen des Pflegebedürftigen nicht ausreichen, um die notwendige Hilfe, Pflege und die Kosten des Lebensunterhaltes zu gewährleisten, kann also ergänzend Sozialhilfe beantragt werden.

### ▸ *Zuzahlungen*

Anfang November 2008 wurde vom Spitzenverband der Krankenkassen eine Liste von über 10.000 Medikamenten veröffentlicht, die zuzahlungsfrei verordnet werden können. Informationen zu Zuzahlungsregelungen, zuzahlungsfreien Medikamenten und vielem anderem mehr finden Sie auf den Internetseiten des Bundesgesundheitsministeriums sowie über die Hotline 01805-151510 (12 ct/Minute).

[www.bmg.bund.de](http://www.bmg.bund.de)

[www.die-gesundheitsreform.de](http://www.die-gesundheitsreform.de)

[www.krankenkassenratgeber.de](http://www.krankenkassenratgeber.de)

Die Zeit nach dem Berufsleben genießen/  
**plan360°**  
**Ruhestand.**

Mit der **Rundum-Beratung plan360° Ruhestand** unterstützt AXA Sie kompetent bei der optimalen Gestaltung Ihrer Zeit nach dem Berufsleben.

**Vereinbaren Sie gleich einen Termin!**

Maßstäbe / **neu definiert**



AXA Hauptvertretung  
**Wolfgang Krüger**

Magazinstraße 15  
51147 Köln

Tel.: 022 03/962696

Fax: 022 03/962694

[wolfgang.krueger@axa.de](mailto:wolfgang.krueger@axa.de)



## ► Kirchen

Name	Anschrift	Telefon/E-Mail
<b>Kath. Kirchengemeinden in Köln-Porz</b>		
<b>Seelsorgebereich Porzer Rheinkirchen</b>		
St. Josef	51145 Köln (Porz-Mitte) Bahnhofstraße 20	02203/52 484 st-josef-porz@netcologne.de
St. Laurentius	51149 Köln (Porz-Ensen) Engelstraße 7	02203/15 883 st.laurentius@online.de
St. Clemens	51143 Köln (Porz-Langel) Rosengasse 4	02203/82 559 st.clemens@gmx.net.
St. Mariä Geburt	51143 Köln (Porz-Zündorf) Hauptstr. 143	02203/82 261 st.mariae.geburt@t-online.de
<b>Seelsorgebereich St. Maximilian Kolbe</b>		
St. Maximilian Kolbe	51149 Köln (Porz-Finkenberg) Frankenplatz 15	02203/33 859 pfarramt@st-maximilian-kolbe.de
<b>Seelsorgebereich Porz – An der Wahner Heide</b>		
St. Mariä Himmelfahrt	51147 Köln (Porz-Grengel) Friedenstraße 33	02203/22 136 pfarrbuero-grengel@t-online.de
St. Margaretha	51147 Köln (Porz-Libur) Pasthor-Huthmacher-Straße 9	02203/69 62 42 pfarrbuero-libur@t-online.de
St. Bartholomäus	51145 Köln (Porz-Urbach) Leuschhof 23	02203/01 50 12 pfarrbuero-lurbach@t-online.de
St. Ägidius	51147 Köln (Porz-Wahn) Frankfurter Straße 177	02203/64 153 pfarrbuero-wahn@t-online.de
Christus König	51147 Köln (Porz-Wahnheide) Sportplatzstraße 5	02203/63 977 pfarrbuero-wahnheide@t-online.de

Name	Anschrift	Telefon/E-Mail
<b>Evangelische Kirchengemeinden Porz</b>		
<b>Gemeindebüro Köln-Porz</b>	Mühlenstraße 4, 51143 Köln-Porz (im Gemeindehaus, links neben der Lukaskirche)	Tel.: 02203/95 546-0 Fax: 02203/95 546-29
Lukaskirche	51143 Köln (Porz-Mitte) Mühlenstraße 2 a	02203/98 86 06 herrenbrueck@kirche-porz.de
Hoffnungskirche	51149 Köln (Finkenberg) Auf dem Streitacker 32	02203/99 30 04 bowien@kirche-koeln.de
Matthäuskirche	51149 Köln (Gremberghoven) Auf dem Streitacker 32	02203/99 30 04 bowien@kirche-koeln.de
Markuskirche	51145 Köln (Urbach/Eil) Martin-Luther-Straße 32	02203/26 505 garschagen@kirche-koeln.de
Johanneskirche	51149 Köln (Ensen/Westhoven) André-Citroën-Straße 2	02203/13 296 kibilka@kirche-koeln.de
Pauluskirche	51143 Köln (Zündorf/Langel) Houdainer Straße 32	02203/81 476 theobold@kirche-koeln.de
Krankenhaus Porz	51143 Köln (Porz) Urbacher Weg 19	02203/56 61 141 wolf@kirche-koeln.de
<b>Serbisch-orthodoxe Kirche Köln</b>		
Kirche zur Erhöhung des kostbaren Kreuzes:	51143 Köln (Porz/Gremberghoven) Frankenplatz 15	02203/10 394-80, 02203/10 304-81 mladen.janjic@web.de
<b>Synagogen-Gemeinde Köln</b>		
Begegnungszentrum	51149 Köln (Porz-Eil) Theodor-Heuss-Straße 43 – 45	02203/10 39 480 bgz-porz@sgk.de
<b>DITIB – Türkisch-Islamische Gemeinde zu Köln-Porz e. V.</b>		
Mevlana Moschee	51143 Köln (Porz-Mitte) Bahnhofstraße 65	02203/59 18 71 info@ditib-porz.de

## Den letzten Weg in Würde gehen

An dieser Stelle möchten wir Ihnen ein wenig unter die Arme greifen, sie mit den verwaltungstechnischen Schritten vertraut machen, die auf einen Trauerfall folgen.

### ► Was ist im Sterbefall zu tun?

- ❑ Zunächst wird der Arzt benachrichtigt, um den Totenschein auszustellen.
- ❑ Die nächsten Angehörigen werden unterrichtet.
- ❑ Ein Bestattungsinstitut wird mit der Beerdigung beauftragt bzw. bei Vorliegen einer entsprechenden Vorsorgeregelung vom Ableben in Kenntnis gesetzt.
- ❑ Je nach Glaubensbekenntnis meldet das Bestattungsinstitut die Beerdigung bei der Verwaltung des gewünschten Friedhofs an.
- ❑ Über den Tod werden die Versicherungen des Verstorbenen benachrichtigt, insbesondere die Renten-, Lebens- und Krankenversicherung.
- ❑ Wurde ein Testament hinterlassen, wird dieses beim Nachlassgericht vorgelegt.
- ❑ Die Todesanzeige wird aufgegeben.
- ❑ Die vertraglichen Bindungen des Verstorbenen werden aufgelöst.

*Wer weiß schon, wie Sie bestattet werden möchten?  
Sprechen Sie heute darüber...mit uns.*

### Bestattungsvorsorge

Bestattungshaus **SCHWEITZER**

Hauptstraße 389 • 51143 Köln • Tel.02203-53438  
[www.bestattungshaus-schweitzer.de](http://www.bestattungshaus-schweitzer.de)

**Sorgen Sie vor**  
...bevor sich andere sorgen

Bestattungsvorsorge:  
Heute wichtiger denn je.

**02203 - 6 41 17**

Bestattungen **Glahn**

Frankfurter Straße 226 - 51147 Köln (Porz-Wahn)  
[www.bestattungen-glahn.de](http://www.bestattungen-glahn.de)





Sich mit dem eigenen Tod zu beschäftigen ist nach wie vor für viele Menschen ein unvorstellbarer Gedanke, den sie weit von sich schieben. Gerade darum werden allerdings oft die letzten persönlichen Angelegenheiten nicht im Sinne des Verstorbenen geregelt.

## ▸ **Rechtliche Rahmenbedingungen**

### ▸ *Bestattungsvorsorge-Vertrag*

In diesem Vertrag können jederzeit Festlegungen zur eigenen Bestattung mit einem Bestattungsunternehmen getroffen werden, um die trauernden Angehörigen zu entlasten. Weitere Informationen erhalten Sie beim Bundesverband Deutscher Bestatter.

### ▸ *Testament*

Im Testament fixiert sind die Wünsche des Erblassers zu seinem Erbe. Einige formale Regeln für die Gültigkeit bzw. Verbindlichkeit müssen eingehalten werden.

Die Hinterlegung beim Nachlassgericht ist empfehlenswert.



## **Erbrecht und Vorsorge**

WER NICHT RECHTZEITIG VORSORGT,  
HAT OFTMALS DAS NACHSEHEN.

Vorsorgevollmacht – Patientenverfügung  
Betreuungsverfügung – Testamentserstellung

Guter Rat zahlt sich aus.

Termine und Hausbesuche nach telefonischer Vereinbarung –  
auch am Wochenende

Rechtsanwältin Ute Sonnenschein-Berger



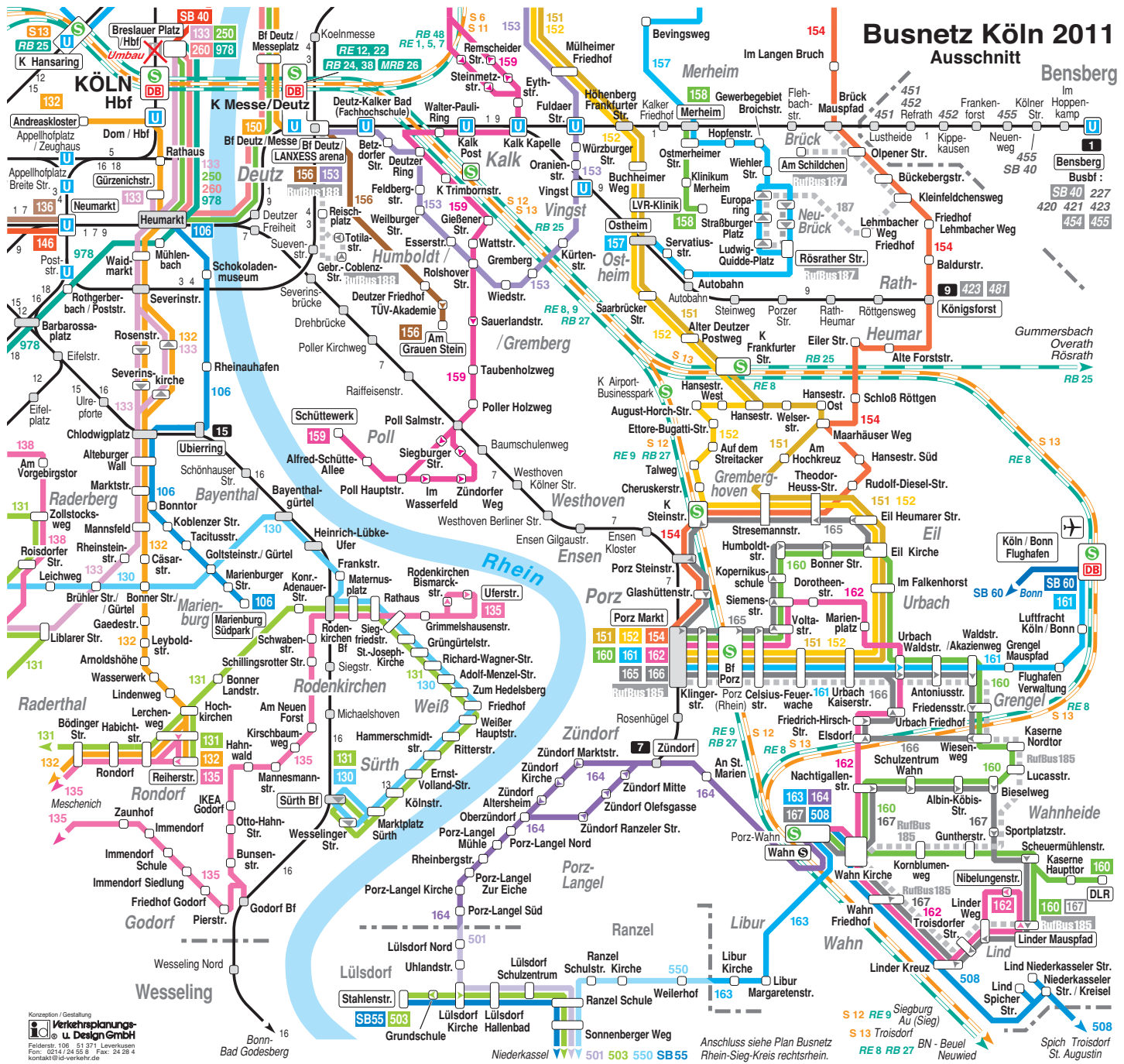
**Rechtsanwaltskanzlei  
Sonnenschein-Berger,  
Borchardt & Kollegen**

Frankfurter Straße 538 · 51145 Köln  
Tel. 02203 / 922 87 0 · Fax 02203 / 922 87 34

E-Mail: [Sonnenschein-Berger@kanzlei-sbbw.de](mailto:Sonnenschein-Berger@kanzlei-sbbw.de)

# Busnetz Köln 2011

## Ausschnitt



Konzeption / Gestaltung  
**Verkehrsplanungs- u. Design GmbH**  
 Feilerstr. 100 | 51 271 Levenkau  
 Fon: 0221/94 56 88 | Fax: 94 24 84  
 kontakt@id-verkehr.de

Anschluss siehe Plan Busnetz Rhein-Sieg-Kreis rechtsrhein.  
 Spich Troisdorf St. Augustin



## Das Aktiv60Ticket

Raus aus dem Haus!

[www.kvb-koeln.de](http://www.kvb-koeln.de)

Schlaue Nummer für Fahrplan und Tarif:

01803.504030

(9 C/min dt. Festnetz; Mobilfunk max. 42 C/min)



**Menschen bewegen**