

ÄLTER WERDEN AUF DEM MAIFELD

Wegweiser und Ratgeber für Senioren



DAS MAIFELD
engagiert in die zukunft



Stiftskirche Münstermaifeld

Grußwort	1
1. Seniorenbeirat der Verbandsgemeinde Maifeld	2
2. Bildung, Freizeit, Kultur	5
3. Service und Dienstleistungen	9
3.1 Alten- und Pflegeheime	9
3.2 Ambulante Dienste, Sozialstationen, Pflegestützpunkte	12
3.3 Seniorentreffs	14
3.4 Wohlfahrtsverbände	14
3.5 Mittagsangebote	14
3.6 SKM – Katholischer Verein für soziale Dienste	16
4. Gesundheitliche Versorgung	17
4.1 Apotheken	17
4.2 Ärzte	17
5. Kirchen und Pfarrgemeinden	20
6. Ratgeber	21
6.1 Rente	21
6.2 Wohngeld	21
6.3 Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung	21
6.4 Fernsehen, Rundfunk und Telefon	22
6.5 Sicherheit im Alter	22
7. Wichtige Rufnummern	25
Branchenverzeichnis	4
Impressum	24

U = Umschlagseite



Fitness- und Freizeittreff

Professioneller Partner in Gesundheits-, Fitness- und Reha-Angelegenheiten seit 1989!

Lothar Noll
 Klöppelstraße 17
 56751 Polch
 Tel.: 02654 / 6998
www.fitnesstreff-polch.de

Älter werden ist wie auf einen Berg steigen. Je höher man kommt, desto mehr Kräfte sind verbraucht, aber umso weiter sieht man.
Ingmar Bergmann

Liebe Seniorinnen, liebe Senioren,

als Bürgermeister der Verbandsgemeinde Maifeld liegt mir die Seniorenarbeit besonders am Herzen. Daher ist es mir eine besondere Freude, Ihnen heute den neuen Seniorenwegweiser der Verbandsgemeinde Maifeld vorstellen zu können.

Seniorinnen und Senioren stehen mitten im Leben. Am Älter werden können wir nichts ändern. Wir haben aber Einfluss darauf, wie wir alt werden. Älter werden muss nicht zwangsläufig heißen, abseits zu stehen. Das Älter werden kann und soll als eine produktive Lebensphase betrachtet werden.

Unser Blick ist daher nicht allein auf die Zielgruppe der pflegebedürftigen Älteren gerichtet. Gerade aktive Seniorinnen und Senioren haben das Glück, einen immer größer werdenden Anteil an der Bevölkerung einzunehmen. Für diese Personen besteht ein umfangreiches Angebot, wie sie ihr Rentenalter aktiv und abwechslungsreich gestalten können. Vielleicht haben Sie auch eigene Ideen, was z. B. im Bereich der Freizeitaktivitäten, der Kontaktpflege oder bei den Hilfeleistungen noch verbessert werden kann? Bitte haben Sie keine Scheu, mich und meine Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter anzusprechen. Gerne können Sie sich mit Ihren Anliegen auch an den Seniorenbeirat der Verbandsgemeinde wenden. Dieser vertritt seit 1999 Ihre Interessen und setzt sich für Sie ein, denn wir möchten, dass Sie sich auch im Alter in unserer Verbandsgemeinde wohlfühlen.



Natürlich soll dieser Ratgeber auch Sie und Ihre Familienangehörigen unterstützen, wenn Sie Hinweise und Ratschläge über Hilfen bei Krankheit und Pflegebedürftigkeit benötigen. Die Verbandsgemeinde Maifeld verfügt über gut funktionierende soziale Dienste und Einrichtungen, die Sie bei der Bewältigung Ihrer Probleme unterstützen können. Bitte scheuen Sie sich nicht, Hilfe zu suchen und anzunehmen.

Damit möglichst alle über das Angebot für die älteren Mitmenschen in der Verbandsgemeinde Maifeld informiert werden, soll Ihnen diese Broschüre als Wegweiser dienen und Ihren Alltag erleichtern.

Bedanken möchte ich mich bei allen Inserenten, die diese Broschüre mit ihrer Anzeige unterstützt haben. So kann der Seniorenwegweiser kostenlos verteilt werden.

Ihr Maximilian Mumm
Bürgermeister der Verbandsgemeinde Maifeld

1. Seniorenbeirat der Verbandsgemeinde Maifeld

Durch einstimmigen Beschluss des Verbandsgemeinderates wurde im Jahr 1999 in der Verbandsgemeinde Maifeld ein Seniorenbeirat gebildet.

Er vertritt die Interessen der älteren Menschen über sechzig Lebensjahren gegenüber der Verbandsgemeindeverwaltung, den Städten und Ortsgemeinden. Gerne nimmt der Seniorenbeirat Anregungen, Vorschläge und Beschwerden entgegen und leitet diese an die zuständigen Stellen weiter. Außerdem regt er Kultur- und Bildungsangebote für Senio-

rinnen und Senioren innerhalb der Verbandsgemeinde Maifeld an. So findet seit dem Jahr 2000 alle zwei Jahre der Seniorentag statt. Informationsveranstaltungen und Vorträge zu aktuellen Themen und Fragestellungen werden regelmäßig angeboten. Die Satzung zum Seniorenbeirat können Sie sich unter www.maifeld.de, Rubrik Rat und Verwaltung, Ortsrecht, ansehen.

Zurzeit setzt sich der Seniorenbeirat aus folgenden Mitgliedern zusammen:

Name	Adresse	Telefonnummer	E-Mail	
Müller Dieter	Raiffeisenstraße 6, 56294 Münstermaifeld	02605 1396	mueller-muenstermaifeld@ t-online.de	Vorsitzender
Klostermann Heinrich	Gerberstraße 6, 56751 Polch	02654 2677		Stellvertretender Vorsitzender
Moskopp Anita	Auf der Konn, 56753 Mertloch	02654 8110	karlmoskopp@yahoo.de	
Melzer Rosina	Burgweg 4, 56299 Ochtendung	02625 892		
Kürschner Dieter	Keltenstraße 1, 56751 Polch	02654 6181	kuerschner-polch@ t-online.de	
Hermen Helmut	Köhlerstraße, 56751 Ruitsch	02654 960547	helmut.hermen@ t-online.de	
vom Boverth Heinz	Dr.-Albert-Schweitzer-Straße 13, 56299 Ochtendung	02625 6456		
Kreier Hubert	Raiffeisenplatz 2, 56299 Ochtendung	02625 6538		
Gurke Manfred	Welschtalweg 9, 56299 Ochtendung	02625 4797	manfred-gurke@ t-online.de	
Zimmermann Christel	Lindenhof 1, 56751 Polch	02654 960114	zimmermann-polch@ t-online.de	
Hofmann Daphne	Bahnhofstraße 32, 56751 Polch	02654 9393-0 (vormittags) 02654 9393-69 (abends)	heinrich.hofmann@ hofmann-sauna.de	
Stange Jürgen	Festungsstraße 7, 56299 Ochtendung	02625 953278	JOSOchtendung@ aol.com	

Name	Adresse	Telefonnummer	E-Mail	
Spurzem Antje	Jahnstraße 5, 56751 Polch	02654 94010	st.josef-pflegehaus@gmx.de	Private St. Josef Pflegehaus Betriebs GmbH
Herzog-Sauer Margot	Heinrich-Heine-Straße 7, 56299 Ochtendung	02625 9587-0	m.herzog-sauer@altenheim-st-martin.de	Alten- und Pflegeheim St. Martin
Pickhardt Martina	Bachstraße 19, 56751 Polch	02654 960489	pickhardt-m@sst-polch.de	Beratungs- und Koordinierungsstelle in der Caritas Sozialstation
Schwab Sabine	Frankenstraße 1, 56294 Münstermaifeld	02605 9806-0	info.st-josef@bb-saffig.de	Seniorenzentrum St. Josef
Kretzschmann Bernd	Vormaystraße 2-8, 56751 Polch	02654 964190	b.kretzschmann@franziskus-hospital.de	Seniorenzentrum St. Stephanus

Seniorenbeirat Geschäftsstelle:

Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld
 Marktplatz 4-6, 56751 Polch
 Ansprechpartnerin: Cathrin Bacher
 02654 9402-209

Seniorenversicherungsberater

Geschäftsstelle:
 Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld
 Marktplatz 4-6, 56751 Polch
 02654 9402-0



Der Seniorenbeirat der Verbandsgemeinde Maifeld (v. l.): Vorsitzender Dieter Müller, Margot Herzog-Sauer, Helmut Hermen, Katrin Urbanek, Christel Zimmermann, Bürgermeister Maximilian Mumm, Daphne Hofmann, Hubert Kreier, Dieter Kürschner, Antje Spurzem, stellv. Vorsitzender Heinrich Klostermann, Bernd Kretzschmann, Anita Moskopp, Manfred Gurke und Heinz vom Bovert.
 (Es fehlen: Jürgen Stange, Rosina Melzer, Martina Pickhardt und Sabine Schwab)



Mit Senioren – für Senioren!
www.maifeld.de



Der Seniorenbeirat hilft Ihnen!
 Veranstaltungen für und mit
 Senioren!
 Freizeit gestalten!

Die Verbandsgemeinde Maifeld
 Geschäftsstelle Seniorenbeirat
 Marktplatz 4-6
 56751 Polch
 Tel. 02654/9402-0
 Fax: 02654/9402-48




„Arosa Care“ –
Genussvoll umorgt in jedem Alter.
Täglich frisch gekochte Mahlzeiten.
Wir bieten eine abwechslungsreiche
und ausgewogene Kost.
Wir liefern mit unserem eigenen
Fahrzeug.

**Gutshof
Hotel
„Arosa“**

Montag Ruhetag

Koblenzer Straße 2
Tel.: 0 26 25 / 44 71
Fax: 0 26 25 / 52 61
www.gutshofhotelarosa.de



**VR Bank
Rhein-Mosel eG**

Mit uns was bewegen!

56299 Ochtendung, Koblenzer Straße 3-5 – Tel. 02625/9300-0, Fax 02625/9300-60
56294 Münstermaifeld, Münsterplatz 12 – Tel. 02605/9803-0, Fax 02605/9803-33
56295 Lonnig, Raiffeisenplatz – Tel. 02625/4359, Fax 02625/959234
56753 Mertloch, Burgstraße 19 – Tel. 02654/7122, Fax 02654/7972

>>> Wir sind für Sie vor Ort <<<

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

Alten- und Pflegeheim	11, U4	Patientenverfügung,	
Ambulante Pflege	13, 15	Vorsorgevollmacht	U3
Augenarzt	18	Pflegedienste	13
Banken und Sparkassen	4, 21	Reha-Maßnahmen	U2
Bestattungsinstitut	4	Restaurant	4
Betreuungsrecht	U3	Seniorenbeirat	3
Ergotherapie	18	Seniorenbetreuung	13
Essen auf Rädern	15	Seniorenheime	11, 13, U4
Fitnessstudio	U2	Seniorenzentrum	13
Hof-Café	8	Taxiunternehmen	U3
Hofladen	8	Textilpflege	4
Hotel	4	Trauerbewältigung	19
Innen- und Außenputz	5	Verbandsgemeinde Maifeld	3
Krankenfahrten	U3	Volkshochschule	5
Krankengymnastik	18	Wäscherei	4
Lebensberatung	19	Zahnarzt	19
Malerarbeiten	5	Zahnersatz	19
Mobiler Sozialer Dienst	13		
Partei	U3		

U = Umschlagseite



moderne - Textilpflege

Wir sorgen für das Wohl ihrer Textilien

Tobias Hermes

Kehrstraße 49
56751 Polch
Telefon 0 26 54 / 67 20
Telefax 0 26 54 / 880 49 84
www.textilpflege-hermes.de

- Textilreinigung
- Lederreinigung
- Teppichreinigung
- Mietberufskleidung
- Mangelwäsche
- Wäscherei

Schreinerei - Bestattungsinstitut



Gründel

Wir bieten Ihnen eine reichhaltige Produktpalette:



Fenster, Türen,
Holztreppe,
Restaurationen,
Schränke,
Einzelmöbel
Bodenbeläge

Wir beraten Sie gerne persönlich und unverbindlich zum Thema der Bestattungsvorsorge. Alle wichtigen Informationen haben wir für Sie in unserer Infomappe zusammengefasst.

Inh. Ralf Gründel, Herrenstr. 10, 56294 Münstermaifeld
Tel. 02605/4437 oder 0173 5968117 – Fax. 84119

2. Bildung, Freizeit, Kultur

Was Hänschen nicht lernt, lernt Hans. Weiterbildung ist keine Frage des Alters. Denn viele Menschen haben erst im Alter die Zeit und die Muße, sich schon lang erwünschtes Wissen anzueignen. Sei es das Hobby zu perfektionieren oder etwas zu lernen, was man schon immer können wollte. Mit Gleichgesinnten zu lernen, bringt nicht nur neue menschliche Kontakte, sondern auch die Herausforderungen, die zur sinnvollen Beschäftigung anreizen und somit zu mehr Zufriedenheit führen.

Volkshochschule

Unstrittig ist, dass unsere Gesellschaft immer älter wird. Die Zahl derer, die nicht bis zum offiziellen Renteneintrittsalter arbeiten, wächst von Jahr zu Jahr. Eine Herausforderung für die Einrichtungen der Weiterbildung wie die VHS, die spezielle Programme für Senioren anbietet. Das Angebot ist umfangreich: Gesundheitsvorsorge, Sprach- und Computerkurse, Kreativkreise, Besichtigungen, usw. Die Verbandsgemeindeverwaltung erstellt halbjährlich eine VHS-Infobroschüre, in der die aktuellen Kursangebote abgedruckt sind. Einmalig werden diese auch in den Maifelder Nachrichten abgedruckt. Jede Woche wird auf beginnende VHS-Kurse in den Maifelder Nachrichten hingewiesen. Im Internet erhalten Sie unter www.maifeld.de, Rubrik Aktuelles, VHS im Maifeld, nähere Informationen zur Volkshochschule.



Burg Eltz

Kontakt:

Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld
Petra Schneewolf
Marktplatz 4-6
56751 Polch
Telefon: 02654 9402-239
E-Mail: petra.schneewolf@maifeld.de

- **Innen- und Außenputz**
- **Maler- und Stuckarbeiten**
- **Wärmedämm-Verbundsysteme**



KMR GbR
Kizy & Maurer
Hadelwies 15 • 54552 Üdersdorf
Tel.: 0 65 96 / 16 00 43 • Mobil: 01 60 / 96 43 25 90
E-Mail: mauvnv@t-online.de



Informationen und Anmeldungen für die Kurse der Volkshochschulen (VHS) auf dem Maifeld bei

Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld, Marktplatz 4-6,
56751 Polch, Zimmer 209, Petra Schneewolf,
Telefon: 02654/9402-239, Fax: 02654/9402-70239,
E-Mail: vhs@maifeld.de

Zusätzlich für Kurse der VHS Ochtendung, Tel. 02625/4577
Nutzen Sie auch die Online-Anmeldung unter: www.maifeld.de.

Senioren erobern die Bühne: Kaum jemand weiß, dass der kulturelle Konsum von Senioren in den letzten zehn Jahren dramatisch gestiegen ist und dass Senioren für viele Veranstaltungen inzwischen das größte Publikum stellen. Kultur vermittelt nicht nur Wissen. Sie ist der Ausdruck einer Gesellschaft und somit Bestandteil unseres Lebens. Viele Menschen nutzen die kulturellen Angebote nach dem aktiven Berufsleben wieder stärker. Man hat einfach mehr Zeit und Muße, um interessante Ausstellungen zu besuchen, ins Theater oder Konzert zu gehen oder auch eine Varietévorstellung zu besuchen.

Sehenswürdigkeiten des Maifeldes

Besuchen Sie auch die Sehenswürdigkeiten des Maifeldes:



Ein Traum wird wahr

Wer hat als Kind nicht die Märchen und Geschichten von Königen, Burgen und Rittern geliebt? Und wer könnte sich dem Reiz entziehen, diese versunkene Welt leibhaftig mit eigenen Augen zu sehen?

Burg Eltz

Im Maifeld ist das möglich, denn eine der unbestritten schönsten Burgen der Welt wurde hier vor 850 Jahren erbaut: Burg Eltz, der Inbegriff aller Burgen.

Mitten in unberührter Natur liegt sie auf einem steilen Felsen über dem Elzbach und wurde als eines von ganz wenigen Bauwerken in Europa niemals zerstört. So ist die ganze Pracht ihrer Architektur noch heute unversehrt und erzählt mit Kellergewölben, Jagdzimmern, Rittersaal, Waffenhalle und original hergerichteten Wohnräumen vom spannenden Leben der Edlen Herren und Grafen von und zu Eltz, die seit dreißig Generationen hier mit den Geschichten des Maifeldes eng verbunden sind. Gotische Malereien, feinste Rokokomöbel, farbintensive Gobelins oder die Goldschmiede- und Glaskunst in der Schatzkammer bezeugen die Lebenskunst der Burgbewohner, Rüstungen und martialische Waffen zugleich auch die Gefahren, denen sie ausgesetzt waren.

Wer die Burg Eltz heute besucht, der kann sich zu einer anschaulichen und garantiert friedlichen Führung ganz entspannt an den Delikatessen erfreuen, die in zwei originalgetreu eingerichteten Ritter-Restaurants gereicht werden.

Burg Pymont

Nicht nur das Ambiente, sondern auch die Speisen sind auf der wenige Kilometer entfernten Burg Pymont dem mittelalterlichen Leben entlehnt: Gruppen ab 25 Personen können dort schlemmen wie die Noblen früherer Zeiten.

Mit regelmäßigen Brunches und kulinarischen Weinproben unter dem Motto „Rebensaft & Gaumenschmaus“ ist die Burg aus dem 10. Jahrhundert eine erstklassige Adresse für



Burg Pyrmont

Leckermäuler unserer Zeit. Vom 25 Meter hohen Turm der wuchtigen Anlage, die ebenfalls über das urwüchsige Elzbachtal wacht, ist der Ausblick atemberaubend über die wie ein Märchenland da liegenden Eifel- und Hunsrückberge. Einen besseren Rahmen für romantische Hochzeiten kann es kaum geben – in der Tat, hier kann man zum Herzenswunsch Ja sagen. Doch nicht nur verliebte Paare finden hier ihren Traum erfüllt, mit Ritterspielen werden auch kindliche Gemüter selig. Die Burg kann für Feiern und Events aller Art angemietet werden, aber auch für eine Besichtigung oder als Ausgangspunkt wundervoller Wanderungen ist sie ideal geeignet. Und wer den leichten Grusel mag, dem sei ein Blick in die Folterkammer, ins Verlies oder in den unendlich tiefen Burgbrunnen empfohlen.

Burgruine Wernerseck

Ein kürzeres Leben hatte die Burg Wernerseck auf einem von der Nette umflossenen Felsgrat bei Ochtendung. Sie wurde ab 1401 von einem Trierer Kurfürst als Schutz gegen Kurköln erbaut und war – anders als ihre älteren Schwestern – schon auf den Einsatz von Feuerwaffen



DB BAHN

Ausflüge im BurgenBus 1. Mai – 31. Oktober
an Wochenenden
und Feiertagen

Linie 330: Zahlreiche Freizeit-Aktivitäten von Treis-Karden – Burg Pyrmont – Burg Eltz – Münstermaifeld – Hatzenport.
Mehr Infos unter www.rhein-mosel-bus.de

Rhein-Mosel-Bus

ausgerichtet. Heute ist sie nur noch als malerische Ruine mit mächtigem Mauerwerk zu bewundern, das von einem gedungenen Bergfried überragt wird. In dem allerdings ließ es sich behaglich wohnen: Kamin und Holzvertäfelung machten es in dem von Erkern umkränzten Wohnturm für die Ritter regelrecht gemütlich.

Benutzen Sie auch den neuen Burgenbus!

Nicht nur das Mittelrheintal, auch das Moselland ist burgenreich. Deshalb pendelt seit diesem Jahr von Mai bis Oktober an Wochenenden und Feiertagen der neue Burgenbus, die Linie 330, durch das Tal der Mosel und zu den schönsten Burgen der Region.

Mit dem Bus, der von Treis über Karden Bahnhof weiter in die Eifel zur Burg Pyrmont, zur Burg Eltz, über Münstermaifeld wieder hinunter zur Mosel nach Hatzenport (mit Bahnhof) und im Anschluss die gleiche Strecke wieder zurückfährt, sind zahlreiche, attraktive Freizeit-Ziele erreichbar. Also: Schnüren Sie die Wanderstiefel und besichtigen Sie die mittelalterlichen Festungen und andere, an der Burgenbus-Strecke gelegenen Ausflugsziele.

Per Pedal durch das Maifeld

Man muss nicht tauglich für die Tour de France sein, wenn die sanften Hügel des Maifelds die Lust am Radfahren wecken.

Der Maifeld Radwanderweg ist bestens ausgebaut und ausgeschildert. Er sorgt auf einer ehemaligen Bahntrasse mit nur sanften Gefäll- und Steigungsstrecken für unbeschwertere Radelfreude, auch für weniger Trainierte oder Kinder. Die verschiedenen Routenabschnitte mit angenehmen 20 Kilometern Gesamtlänge hin und zurück sind die gemütlichste Art, die abwechslungsreiche Landschaft zwischen Münstermaifeld, Polch, Mayen und Ochtendung an der frischen Luft und zugleich in Bewegung zu genießen. Schutz vor Seitenwinden gibt es immer wieder dank üppiger Hecken, in denen zahlreiche Singvögel ihr Zuhause haben. Besondere Akzente bietet der Maifeld Radwanderweg mit einem 40 Meter hohen Viadukt über das Nettetal und mit zwei beleuchteten Tunnels, die 250 und 500 Meter lang sind. Nicht nur Drahtesel-Treter finden hier ihre ideale Teststrecke, auch Inline-Skater, Jogger und Nordic- Walker kön-



Radwanderweg



Alois und Martina Loch
St. Georgenstraße 34
56751 Polch
Tel.: 02654 6171
Kontakt:
info@bauernschmause.de

Besuchen Sie uns auch auf unserer Homepage:
www.bauernschmause.de

Öffnungszeiten: Mittwoch bis Samstag von 14:00-19:00 Uhr Sonntags von 14:00-18:00 Uhr

Entdecken Sie den Charme der

Kleinen Bauernschmause in Polch

Das gemütliche Hofcafé gilt als Geheimtipp und ist ein beliebter Anlaufpunkt in der Region.




Genießen Sie das besondere Flair und Ambiente. Verbringen Sie gemütliche Stunden am Kamin oder im Schatten des Nussbaums auf unserer Gartenterrasse.

nen dank der gepflegten Radwege-Piste völlig entspannt ihren Sport treiben und dabei weite Panoramablicke bis hin zu den Vulkankegeln der Eifel genießen. Für kulinarische Pausen zwischendurch sorgt das gastronomische Angebot entlang der Route, das vom herzhaften Imbiss bis zur modernen Landhausküche variiert.

Nutzen auch Sie den Maifeld Radwanderweg!

3. Service und Dienstleistungen

3.1 Alten- und Pflegeheime

Alten- und Pflegeheim	Adresse	Kontakt
Alten- und Pflegeheim St. Martin	Heinrich-Heine-Straße 7-11, 56299 Ochtendung	Telefon: 02625 95870 E-Mail: webservice@altenheim-st-martin.de Internet: www.altenheim-st-martin.de
Seniorenzentrum St. Josef Münstermaifeld	Obertorstraße 35, 56294 Münstermaifeld	Telefon: 02605 98060 E-Mail: info.st-josef@bb-saffig.de Internet: www.bb-saffig.de
St. Stephanus Seniorenzentrum	Vormaystraße 2-8, 56751 Polch	Telefon: 02654 964190 E-Mail: polch@franziskus-hospital.de Internet: www.sanktstephanus-polch.de
Privates Pflegehaus St. Josef	Jahnstraße 4, 56751 Polch	Telefon: 02654 94010 E-Mail: info@stjosefpflegehaus.de Internet: www.stjosefpflegehaus.de

Das Alten- und Pflegeheim St. Martin

Das Alten- und Pflegeheim St. Martin wurde im November 2000 eröffnet und befindet sich im Zentrum von Ochtendung. Durch einen großen Park verbunden mit dem Ochtendunger Gemeindezentrum und Kindergarten, ist auch der Ortskern mit seinen Geschäften, Apotheke und Banken schnell und leicht zu erreichen. Zugleich ist das Haus St. Martin auch menschlich mitten im Leben. Unsere Einrichtung mit seiner gelungenen Cafeteria und dem abwechslungsreichen Programm ist innerhalb kurzer Zeit ein lebendiger Treffpunkt für viele Einwohner der Gemeinde Ochtendung geworden. Natürlich sind auch Angehörige, Freunde, Bekannte und Gäste jederzeit herzlich willkommen.

Unsere Einrichtung bietet in 75 Einzel- und 31 Doppelzimmern für insgesamt 137 ältere Menschen in der Kurzzeit- und Dauerpflege ein neues Zuhause. Seit Anfang 2009 gibt es auch das Angebot der Tagespflege, sodass pflegende Angehörige für ein paar Stunden des Tages mal ausspannen können.

Alle Einrichtungen der Zimmer und Gemeinschaftsräume erfüllen auch die Ansprüche an behindertenfreundliches Wohnen.



Alten- und Pflegeheim St. Martin

Als klassisches Alten- und Pflegeheim bieten wir drei verschiedene Leistungspakete an:

Vollstationäre Pflege

Kurzzeitpflege

Tagespflege

Im Einzelnen basieren diese Leistungspakete auf drei elementaren Säulen:

- Pflege und Betreuung
- Hauswirtschaftliche Versorgung
- Seelsorge und Ethik

Pflege und Betreuung

Neben der Professionalität der *Pflege* gehört auch die *soziale Betreuung* zu einem fundierten Leistungsspektrum. Umfangreiche Angebote zur Tagesgestaltung und kulturelle Angebote sorgen im Alltag unseres Hauses für Abwechslung, Unterhaltung und Kurzweil.

Im Bereich der *Hauswirtschaft* steht natürlich ein abwechslungsreiches Speisenangebot im Vordergrund.

Seelsorge und *Ethik* sind Begriffe, die gelebt sein wollen – deshalb werden unsere Mitarbeiter nicht nur regelmäßig geschult; es bestehen darüber hinaus intensive Kontakte und eine konstruktive Zusammenarbeit mit den Geistlichen der hiesigen Pfarrgemeinden. Gottesdienste in der haus-eigenen Kapelle runden diesen Dialog ab.

Seniorenzentrum St. Josef in Münstermaifeld

Senioren, die sich den Anforderungen der Haushaltsführung nicht mehr gewachsen fühlen und pflegerische Hilfe benötigen, können bei uns ihren Lebensabend verbringen. Wir bieten älteren Menschen dauerhafte Unterkunft, Verpflegung, Pflege, Therapie und Betreuung in einem Seniorenzentrum, das inmitten der Stadt Münstermaifeld liegt. Bevor Sie sich dazu entschließen, können Sie uns besuchen, einen Probetag verbringen oder auch einige Wochen zur Probe bei uns wohnen.

Zur vorübergehenden Versorgung und Pflege für eine Dauer von bis zu vier Wochen (wenn pflegende Angehörige auf-

grund von Urlaub oder Krankheit die Betreuung nicht wahrnehmen können) haben wir Plätze zur Kurzzeitpflege eingerichtet. Tages- und Nachtpflege ergänzen unsere Angebotspalette.

Sowohl in der Dauer- als auch in der Kurzzeitpflege nehmen wir ältere Damen und Herren aller Pflegestufen und Kostenträger auf. Die Konfession spielt dabei keine Rolle. Informationen und Beratung zur Aufnahme sowie Hilfe bei der Erledigung anfallender Formalitäten sind für uns selbstverständlich. Weitere Informationen: Heimleiterin Sabine Schwab, Telefon: 02605 9806-103

Seniorenzentrum St. Stephanus in Polch

Das St. Stephanus Seniorenzentrum ist eine Einrichtung der Franziskus Seniorendienste gGmbH, hinter der wiederum der Orden der Franziskanerinnen von der Heiligen Familie steht.

Individualität, Selbständigkeit und Selbstverantwortung der Bewohnerinnen und Bewohner sind im St. Stephanus Seniorenzentrum Grundlage des Pflegekonzeptes, welches die Bedürfnisse und Wünsche der Bewohner achtet und respektiert.

Qualifizierte Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter versorgen die im Haus lebenden Bewohner ganzheitlich aktivierend im Rahmen einer individuellen Pflege- und Betreuungsplanung. Diese ist darauf ausgerichtet, dass sich die Bewohner bei



Seniorenzentrum St. Josef in Münstermaifeld



Seniorenzentrum St. Stephanus in Polch

uns geborgen und zufrieden fühlen. Freie Arzt- und Apothekenwahl ist selbstverständlich.

Das St. Stephanus Seniorenzentrum erfüllt die Voraussetzungen zur Abrechnung mit allen Pflege- und Krankenkassen.

Das St. Stephanus Seniorenzentrum geht speziell auf die individuellen Wünsche und Anforderungen der Bewohner ein. Die Gestaltung der Pflege ist so ausgelegt, dass der persönliche Lebensstil bewahrt, die Privatsphäre geschützt und die Eigenständigkeit gefördert wird. Die Erhaltung und Unterstützung der Fähigkeiten eines jeden Einzelnen gelten als erklärte Ziele aller Mitarbeiter. Angehörige und persönliche Beziehungen werden in das Pflegekonzept (angelehnt an das Pflegemodell von Monika Krohwinkel) mit einbezogen. Das Haus unterteilt sich in 2 Wohngruppen.

Privates Pflegehaus St. Josef in Polch

Unser 1995 erbautes Haus in ruhiger zentraler Lage der Stadt ist offen für alle Menschen. Die Einrichtung bietet heimatnahe Langzeit-, Kurzzeit- und Tagespflege, für 34 Seniorinnen und Senioren, die nicht mehr in ihrem gewohnten Umfeld leben können oder vorübergehend professioneller Hilfe bedürfen.

Der familiäre Charakter der Hausgemeinschaft steht bei uns im Mittelpunkt. Feste werden dem Anlaß und der Jahreszeit entsprechend gefeiert. Ein aktivierendes Gruppenangebot

nach Plan bieten wir neben Einzelbetreuung fünfmal wöchentlich an. Besuche durch Vertreter der katholischen und evangelischen Kirche stehen genauso auf dem Programm wie die Organisation von Ausflügen. Geborgenheit, eine angenehme Wohnatmosphäre und jederzeit ein offenes Ohr, das unseren Bewohnern zu schenken, sind wir bestrebt.

Folgende Leistungen bieten wir an:

- Aktivierende Grundpflege, Behandlungspflege
- Betreuungs- und Beschäftigungsangebote sowie Einzelbetreuung durch geschulte Betreuungskräfte
- Beratung unserer Bewohner und ihrer Angehörigen
- Ein-, Zwei- und Dreibettzimmer
- Mitnahme von Kleinmöbeln ist möglich
- Drei gemütliche Gemeinschaftsräume, Begegnungsecken und Raucherraum
- Examinierendes Pflegepersonal in jeder Schicht
- Festangestellte Reinigungskräfte
- Qualifiziertes Hauswirtschaftspersonal, appetito Verpflegungssystem, alle Diäten
- Unsere rund 40 Mitarbeiter werden regelmäßig fortgebildet
- Wir arbeiten zusammen mit externen Koordinationspartnern wie: Ergotherapie, Logopädie, Krankengymnastik, Fusspflege, Friseur, Apotheken, Sanitätshäuser, Wäscherei, Ernährungsberatung
- Freie Arztwahl

Privates St. Josef Pflegehaus



www.stjosefpflegehaus.de

Ansprechpartnerinnen:

Antje Spurzem

Maria Schlimbach

Hier bin ich zu Hause!

St. Josef Pflegehaus Polch

3.2 Ambulante Dienste, Sozialstationen, Pflegestützpunkte

Ambulante Dienste/Sozialstationen	Adresse	Kontakt
Mobiler Sozialer Dienst (MSD) Maifeld	Raiffeisenplatz 1, 56299 Ochtendung	Telefon: 02625 5255 E-Mail: msd_maifeld@web.de
Caritas Sozialstation Ambulantes Hilfezentrum	Bachstraße 19, 56751 Polch	Telefon: 02654 960454 E-Mail: a.fisker@sst-polch.de
Ambulante Pflege Maifeld Udo Ziegelmeier	Bergstraße 1, 56295 Rüber	Telefon: 02654 2140 Internet: www.ambulantepflegemaifeld.de
Ambulanter Alten- und Krankenpflegedienst Martin & Görg	Mayener Straße 14, 56753 Welling	Telefon: 02654 1714 E-Mail: info@betreutepflege.de Internet: www.betreutepflege.de
Gute Pflege – Ambulanter Pflegedienst	An der Laufenburg 12, 56294 Münstermaifeld	Telefon: 02605 84949-0 E-Mail: susanne_kauermann@hotmail.de

Pflegestützpunkte

Durch das zum Juli 2008 in Kraft getretene Pflegeweiterentwicklungsgesetz wurde erstmals ein Anspruch auf Pflegeberatung gesetzlich verankert. Seit Januar 2009 steht allen Pflegeversicherten in Rheinland-Pfalz ein flächendeckendes Netz von 135 Pflegestützpunkten zur Verfügung.

Dort erhalten hilfe- oder pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen trägerübergreifende und neutrale Auskunft, Beratung sowie Fallmanagement rund um das Thema Pflege. Ziel der Beratung ist es, Menschen zu unterstützen und ihnen so lange wie möglich ein selbstständiges Leben im vertrauten Umfeld zu ermöglichen. Die Beratung ist kostenlos und vertraulich. Sie erfolgt bei Bedarf auch zu Hause.

Durch die Weiterentwicklung der bisherigen Beratungs- und Koordinierungsstellen zu Pflegestützpunkten wird die pflegerische Infrastruktur vor Ort erheblich gestärkt.

Hier erhalten Sie weitere Informationen:

Pflegestützpunkt Maifeld

Martina Pickhardt und Katrin Urbanek

Bachstraße 19, 56751 Polch

Telefon: 02654 960489

E-Mail: pickhardt-m@sst-polch.de

katrin.urbanek@rp.aok.de

Internet: www.caritas-rhein-mosel-ahr.de



**Ambulanter Alten-
und Krankenpflagedienst** *pflügen mit*  Martin
& Görg

56753 Welling Mayener Straße 14 Tel. 02654/1714 Fax 02654/961223
info@betreuepflege.de www.betreuepflege.de

MSD – Unser Mobiler Sozialer Dienst Maifeld
hilft Ihnen, im Alter selbstständig zu bleiben.

Wir erledigen auch als Partner der Sozialversicherungen alle hauswirtschaftlichen Arbeiten. Wir kooperieren mit der Caritas Sozialstation in Polch, die sich auf dem Maifeld um die häusliche Krankenpflege kümmert.

Informationen in unserer Geschäftsstelle
Mobiler Sozialer Dienst Maifeld, Raiffeisenplatz 1,
Rathaus 1. Stock, 56299 Ochtendung, Tel.: 02625 5255



**Zuhause in
Münstermaifeld**

- Wohn- und Pflegeplätze in Einzel- und Doppelzimmern
- Kurzzeitpflege für eine zeitlich begrenzte Betreuung



Seniorenzentrum St. Josef | Obertorstraße 35 | 56294 Münstermaifeld
Tel.: 0 26 05/98 06-0 | www.bb-saffig.de

Gute Pflege.

DER AMBULANTE DIENST AM EULENTURM

Wir nehmen uns Zeit für Sie!

Susanne Kauermann
Tel: 0 26 05 • 8 49 49-0



DAHEIM...

... fühlt sich der Mensch am wohlsten!

- Mobile Kranken- und Seniorenpflege
- Familienpflege und Hauswirtschaftsdienste
- Betreuung dementer Menschen
- Entlastungsangebote für Angehörige
- Hausnotrufsysteme
- Rollstuhlgerechte Beförderung

*...und Ihr Wohl
ist Mittelpunkt
unserer Arbeit!*

3.3 Seniorentreffs

Seniorentreff Gemeinde	Zeit	Ort	Ansprechpartner
Gering/Kollig	im monatlichen Wechsel	Dorgemeinschaftshaus Gering (Elztalstraße 17) oder Kollig (Schulstraße)	Termin erfragen bei Margret Steffes (02654 873141) oder Renate Durben (02654 7558)
Kalt	jeden zweiten Dienstag im Monat von 15 Uhr bis 18 Uhr	Dorftreff am Dorfplatz	Ortsbürgermeister Willi Probstfeld
Mertloch	jeden ersten Donnerstag im Monat ab 14.30 Uhr	Pfarrheim (Stiftsstraße)	Rosemarie Brummer
Ochtendung	Montag und Mittwoch 14 Uhr bis 17 Uhr	Rathaus, Sitzungssaal II (Raiffeisenplatz)	Elisabeth Löhndorf
Rüber	einmal im Monat 15 Uhr	Haus der Gemeinde (St. Margarethenstraße 13)	Katholische Frauengemeinschaft Rüber
Welling	jeden Donnerstag 15 Uhr bis 17 Uhr	Gemeindehaus (Schulstraße 1)	Rudolf Rühle

3.4 Wohlfahrtsverbände

Bezeichnung	Ansprechpartner	Adresse	Telefon
Arbeiterwohlfahrt (AWO) Ortsverein Ochtendung	Jürgen Lehnigk-Emden	Mohlenweg 21, 56299 Ochtendung	02625 957280
Arbeiterwohlfahrt (AWO) Ortsverein Polch	Michael Walo	Finkenstraße 10, 56751 Gering	02654 987800
Caritas Verband für die Region Rhein-Mosel-Ahr e.V.		Brückenstraße 7, 56727 Mayen	02651 9869-0
Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Kreisverband Mayen-Koblenz		Westbahnhofstraße 7, 56727 Mayen	02651 70080

3.5 Mittagsangebote

„Auf Rädern zum Essen“ nach Obermendig

Seit über 10 Jahren gibt es das Angebot der Caritas Sozialstation Polch „Auf Rädern zum Essen“. Jeden Mittwoch treffen sich ca. 15 Seniorinnen und Senioren, die zum gemeinsamen Mittagessen und gemeinsamen Plausch in die Aula des Marienstiftes in Obermendig gebracht werden. Die Senioren werden auf Wunsch zwischen 11.30 Uhr und 11.45 Uhr zu Hause abgeholt und nach dem Essen auch wieder nach Hause gebracht.

Das Mittagessen kostet 3,85 Euro. Der Preis für das Abholen und Bringen beträgt 1 Euro.

Engagierte Ehrenamtliche machen das Angebot der Caritas Sozialstation Polch in Kooperation mit den Caritas-Zentren Mendig-Mayen und dem Marienstift Mendig möglich.

Interessierte Seniorinnen und Senioren können sich gerne anmelden bei: Caritas Sozialstation Polch, Bachstraße 9, Polch, Telefon 02654 960454.

Mittagstisch in Ochtendung

Seit dem 6. Oktober 2010 findet einmal wöchentlich, immer dienstags, um 12 Uhr ein Mittagstisch für Seniorinnen und Senioren im Alten- und Pflegeheim St. Martin in Ochtendung statt.

Das Angebot umfasst aber nicht nur den Mittagstisch: Um 11 Uhr findet in der Kapelle des Alten- und Pflegeheimes ein Gottesdienst statt, zu dem alle Senioren sehr herzlich eingeladen sind.

Gerne werden Interessierte aus Ochtendung und der näheren Umgebung zwischen 10.30 Uhr und 10.45 Uhr zu Hause abgeholt und zum Gottesdienst gefahren.

Die Anmeldung für das Mittagessen und den Fahrdienst nimmt bis zum jeweiligen Vortag (also immer bis montags) das Altenheim St. Martin entgegen. Weitere Angebote sind für das nächste Jahr auch in Polch und Münstermaifeld geplant.

Nähere Auskünfte erteilen Margot Herzog-Sauer (02625 95870) und Martina Pickhardt (02654 960489).

Mittagstisch in Münstermaifeld

In Münstermaifeld können Seniorinnen und Senioren von montags bis sonntags am Mittagstisch teilnehmen, indem sie eine Essensmarke für 3,40 Euro erwerben.

Die Anmeldung für das Mittagessen nimmt das Seniorenzentrum St. Josef in Münstermaifeld entgegen. Hier erhalten Sie auch weitere Auskünfte:

Seniorenzentrum St. Josef Münstermaifeld, Obertorstraße 35, 56294 Münstermaifeld, Telefon 02605 9806-0

Caritas-Sozialstation Polch

Pflege und mehr
im Raum Maifeld und Mendig

Unsere Angebote:

*Pflege
Beratung*

- Grund- & Behandlungspflege
 - Wundtherapie
 - Hauswirtschaftliche Hilfen
 - Begleitung & Betreuung
 - Familienpflege
-
- Auf Rädern zum Essen
 - EVA Entlastungsdienst für verwirrte Menschen und ihre Angehörigen
 - Palliativpflege
 - Schulungen, Pflegekurse und Gesprächskreise für Angehörige

**Für die von uns betreuten Menschen sind wir
rund um die Uhr erreichbar !**

Sie finden uns im Alten Krankenhaus
Bachstr. 19 | 56751 Polch
Tel.: 0 26 54 / 96 04 54
www.sozialstation-polch.de

Caritasverband
Rhein-Mosel-Ahr e.V.



3.6 SKM

Sozialdienst Katholischer Männer für Mayen und Umgebung e.V.

für die Bereiche Stadt Mayen und die Verbandsgemeinden Maifeld, Mendig und Vordereifel

Wir sind eine Einrichtung von Ehrenamtlichen für Ehrenamtliche.

Aufgaben

Betreuungsrecht

- Beratung und Information für Betreute, Angehörige, Interessierte
- Gewinnung von ehrenamtlichen Mitarbeitern als Betreuer
- Schulungen, Fortbildungen, Erfahrungsaustausch für ehrenamtliche Betreuer
- Vermittlung von ehrenamtlichen Betreuungsverhältnissen
- Versicherung der ehrenamtlichen Mitarbeiter bei deren Tätigkeit als Betreuer



Rapsblüte



*Ansprechpartner bei
Betreuung und Vorsorge.*

Betreuungsvermeidung durch private Vorsorgemöglichkeiten

- Vollmacht anstelle Betreuung
- Betreuungsverfügung
- Patientenverfügung

Vorträge zu diesen Themen, Information und Beratung hierzu, Informationsmaterial und Handreichungen zu diesen Themen

Weitere Aufgaben

Netzwerkarbeit
Weiterleitung von Ratsuchenden
Hilfestellung durch Aufzeigen anderer Dienstleister
Vermittlung an andere beratende oder soziale Dienste
Möbellager
Altenfahrten
Weihnachtsaktion

Kosten

unsere Leistungen erfolgen kostenlos.

Kontakt: Robert Müller

SKM für Mayen und Umgebung e.V., Schillerstr. 14,
56727 Mayen
Telefon: 02651 947275, Fax: 02651 947277,
www.skm.bistum-trier.de

Bürozeiten / Sprechstunde

Dienstags 16.00 – 17.00 Uhr, Mittwochs 8.00 – 12.30 Uhr,
Donnerstags 16.00 -17.45 Uhr und selbstverständlich nach
telefonischer Vereinbarung

4. Gesundheitliche Versorgung

4.1 Apotheken

Apotheke	Inhaber	Adresse	Kontakt
Maifeld-Apotheke	Andreas Kluge	Bahnhofstraße 3, 56294 Münstermaifeld	Telefon: 02605 952145 E-Mail: service@maifeld-apotheke.de
Marien-Apotheke	Jörg Meyer-Schaar	Hauptstraße 6, 56299 Ochtendung	Telefon: 02625 7300 Internet: www.adler-apotheke-mendig.de
Apotheke am Markt	Ralf Schubert	Marktplatz 15, 56751 Polch	Telefon: 02654 960530 E-Mail: apotheke-am-markt-polch@t-online.de
Schwanen-Apotheke	Susanne Ilgen	Klöppelstraße 34, 56751 Polch	Telefon: 02654 2001 E-Mail: mail@schwanen-apotheke-polch.de Internet: www.schwanen-apotheke-polch.de

4.2 Ärzte

Praxis	Name	Adresse
Allgemein-/Sportmedizin	Prof. Dr. med. Peter Billigmann Dr. Thomas Schäfer	Mörikestraße 11, 56751 Polch
Gemeinschaftspraxis Allgemein-/Sportmedizin	Dr. med. Michael Schmidt Dr. E. Schreiber	Mörzer Konn 9, 56294 Münstermaifeld
Allgemeinmedizin	Tamara Müller-Panichi	Marktplatz 15, 56751 Polch
Allgemeinmedizin	Dr. med. Hans-Peter Simon	Im Grüngürtel 12 a, 56294 Münstermaifeld
Allgemeinmedizin	Michael Kaefer	Welschtalweg 2, 56299 Ochtendung
Allgemeinmedizin	Dietmar Thurm	Hospitalstraße 10, 56299 Ochtendung
Gemeinschaftspraxis Allgemeinmedizin	Dr. med Horst Dieter Siepmann Dr. med. A. Maisant-Gehrke	Weiberbornstraße 27, 56751 Polch
Gemeinschaftspraxis Allgemeinmedizin/Innere Medizin	Dr. med Agnes Sattel Dr. med. Werner Sattel	Pastorstraße 18, 56751 Polch
Allgemeinmedizin/Naturheilverfahren	Johann Holbach	Schulstraße 12, 56753 Mertloch
Augenarzt	Dr. med. Stefan Pfennigsdorf	Marktplatz 13, 56751 Polch
Ergotherapie	Peter Biehl	Trevererstraße 2 - 4, 56294 Münstermaifeld
Ergotherapie	Thomas Koll	Dümmelsweg 21, 56299 Ochtendung
Ergotherapie, Krankengymnastik, Logopädie	Therapiezentrum Maifeld	Raiffeisenstraße 2, 56294 Münstermaifeld
Gynäkologin/Homöopathie/Akupunktur	Dr. med. Eva Wadkien	Marktplatz 13, 56751 Polch
Hals-/Nasen-/Ohrenarzt	Michael Sippmann	St. Georgenstraße 59, 56751 Polch

Praxis	Name	Adresse
Haut- und Geschlechtskrankheiten/Allergologie	Dr. med Cornelia Wuppinger	Finkenweg 30, 56299 Ochtendung
Heilpraktiker	Peter Hermann	Pfarrer-Leismann-Straße 13, 56751 Polch
Heilpraktiker	Pierre Schröder	Maifeldstraße 25, 56294 Münstermaifeld
Heilpraktiker	Arnd Göbel	Römerweg 3, 56753 Pillig
Heilpraktiker	Alexander Krey	Polcher Straße 26, 56295 Rüber
Heilpraktikerin	Veronika Siepmann	Weiberbornstraße 27, 56751 Polch
Heilpraktikerin	Renate Schmitt	Am Michelshof 8, 56753 Mertloch
Heilpraktikerin	Anke Altmeyer	Aspelstraße 29, 56294 Kalt
Heilpraktikerin	Sandra Maus	Elztalstraße 9, 56751 Gering
Heilpraktikerin	Heidi Schäfer	Am Hennengärtchen 4, 56751 Kollig
Heilpraktikerin	Barbara Steffens	Bergstraße 10, 56751 Polch-Kaan
Heilpraktikerin	Beate Junker	Auf dem Hostert 42, 56753 Trimbs
Gemeinschaftspraxis Internist/ Pneumologie	Dr. med. Erik Hain Dr. med. Werner Klein	Mörikestraße 13, 56751 Polch
Kinderärztin/Allgemeinmedizin	Manuela Bennewitz	Saalgang 6 a, 56299 Ochtendung



Dr. med. Stefan Pfennigsdorf

Augenarzt



Marktplatz 13
56751 Polch
Tel.: 02654-964515
Fax.: 02654-964516

Ihre Augenarztpraxis auf dem Maifeld
Vorsorge altersbedingter Augenerkrankungen
Laserbehandlungen – kosmetische Eingriffe



Therapiezentrum-Maifeld

Ergotherapie
Physiotherapie
Lymphdrainage

Inh. Georg Laser
Ergotherapeut
Raiffeisenstraße 2
56294 Münstermaifeld
Tel. 0 26 05/95 35 90
Fax 0 26 05/95 35 92



Senja Beeger

Spenden für Deutschland

»Auch in Deutschland brauchen Menschen Hilfe. Unterstützen Sie den BSK mit Ihrer Spende. Danke.«

Spenden: Bank für Sozialwirtschaft
BLZ 601 205 00 | Kto. 19 55



**Bundesverband
Selbsthilfe
Körperbehinderter e.V.**
BSK
Info: 0180 5000 314 (12 ct / min)

Praxis	Name	Adresse
Krankengymnastik	Regina Schäfer	Moselstraße 16, 56294 Münstermaifeld
Krankengymnastik	Agnes Molitor-Schäfer	St. Georgenstraße 53, 56751 Polch
Krankengymnastik / Physiotherapie	Veronika Ostermann-Sigl	Bahnhofstraße 34 (im Maifeldcenter), 56294 Münstermaifeld
Krankengymnastik / Physiotherapie	Steffi Fuhrmann-Gärtner	Pfarrer-Leismann-Straße 16, 56751 Polch
Krankengymnastik/Physiotherapie	Siw Böttcher	Polcher Straße 1, 56299 Ochtendung
Logopädie	Tanja Berkessel	Trevererstraße 2 - 4, 56294 Münstermaifeld
Massagepraxis	Michael Neumann	Pilligertorstraße, 56294 Münstermaifeld
Massagepraxis	M. Martin	St. Georgenstraße 59, 56751 Polch
Massagepraxis	Roggendorf	Oberpfortstraße 18, 56299 Ochtendung
Massagepraxis/Krankengymnastik	Stefan Wilbert	Saalgangstraße 6a, 56299 Ochtendung
Psychologische Praxis	Elisabeth Schneid	Kaaner Weg 3, 56295 Kerben
Psychotherapie	Dipl. Psych. Ingrid Autenrieth	Laßportstraße 12, 56751 Polch
St.-Elisabeth-Krankenhaus		Siegfriedstraße 20-22 56727 Mayen
Zahnarztpraxis	Andreas Martin	Kalter Straße 1, 56294 Münstermaifeld
Zahnarztpraxis	Dr. med. dent. Klaus Roth	Münsterplatz 4, 56294 Münstermaifeld
Zahnarztpraxis	Dr. med. dent. Georg Bernhard	Hospitalstraße 10, 56299 Ochtendung
Zahnarztpraxis	Dr. Yvonne Weyer	Koblenzer Straße 1, 56299 Ochtendung
Zahnarztpraxis	Dr. med. dent. Andreas Gödeke	Klöppelstraße 30 -32, 56751 Polch
Zahnarztpraxis	Dipl.-Stom. Katrin Lautenbach	Viedelstraße 3, 56751 Polch
Zahnarztpraxis	Dr. med. dent. Hartmut Wehle	Ackerstraße 1, 56751 Polch



Cornelia M. Artner

– Diplom-Sozialpädagogin –

- allgem. Lebensberatung
- geistliche Begleitung
- Sterbebegleitung
- Entspannungstechniken

- Biographiearbeit
- Sinnfindung
- Trauerarbeit
- Fantasiereisen

Erlenweg 4
56299 Ochtendung

Tel. 026 25 / 95 93 53
artner.cm@gmail.com

www.lebensberatung-artner.de



Dipl.-Stom.
Katrin Lautenbach
Viedelstraße 3
56751 Polch
Tel.: 0 26 54 / 96 08 40

Unsere Sprechzeiten:

Mo. – Fr. 7.30 – 12.00 Uhr
Di 14.00 – 19.00 Uhr
Do 14.00 – 18.00 Uhr

www.zahnarztpraxis-lautenbach.de

5. Kirchen und Pfarrgemeinden

Es gehört zur Tradition, dass die Kirchen auf dem Maifeld in der Seniorenarbeit aktiv sind. Sie beraten und begleiten Seniorinnen und Senioren und laden zu Veranstaltungen mit unterschiedlichen Themen ein.

Informationen hierzu finden Sie in den Pfarrbriefen, die wöchentlich in den Maifelder Nachrichten abgedruckt sind. Gerne können Sie sich auch persönlich an die nachfolgenden Ansprechpartner wenden:

Evangelische Kirchengemeinde Maifeld

Pfarrer Ingo Schrooten

Evangelisches Gemeindebüro

Uhlandstraße 9, 56751 Polch

Telefon: 02654 96417-0, Fax: 02654 96417-14

E-Mail: Gemeindeamt@evangelisch-im-maifeld.de

www.evangelisch-im-maifeld.de

Evangelische Kirchengemeinde Plaidt

(zuständig für Kretz, Krufft, Saffig-Andernach/
Miesenheim, Ochtendung und Lonning)

Pfarrer Reinhold Heinemann



Burgruine Wernerseck

Evangelisches Gemeindebüro

Pfarrhaus, Rathenaustraße 16, 56637 Plaidt

Telefon: 02632 6162, Fax: 02632 953675

www.ev-kirchengemeinde-plaidt.de

Dekanat Maifeld – Untermosel

Obertorstraße 8, 56294 Münstermaifeld

Telefon: 02605 96278-0

E-Mail: dekanat-maifeld-untermosel@bgv-trier.de

Pfarreiengemeinschaft Polch – Mertloch – Kollig

Definitor Gregor Mrziglod

Kath. Pfarramt St. Stephanus Polch

Bahnhofstraße 8, 56751 Polch

Telefon: 02654 1067, Fax: 02654 7635

E-Mail: kath.pfarramt.polch@t-online.de

www.pomeko.de

Pfarreiengemeinschaft Ochtendung – Lonning – Welling

Pfarrer Jörg Schuh

Kath. Pfarramt

Hospitalstraße 10, 56299 Ochtendung

Telefon: 02625 4330, Fax: 02625 5643

E-Mail: buerost-st-martin-ochtendung.de

www.pfarreiengemeinschaft.com

Pfarreiengemeinschaft Münstermaifeld – Pillig – Naunheim – Gappenach

Pfarrer Guido Lacher

Pfarrbüro Münstermaifeld

Münsterplatz 14, 56294 Münstermaifeld

Telefon: 02605 739, Fax: 02605 603497

E-Mail: pfarramtmm@t-online.de

www.maifelder-rad.de

6. Ratgeber

6.1 Rente

Die Rentenversicherung ist ein umfangreiches und schwieriges Rechtsgebiet. Jeder ältere Mensch hat die Möglichkeit, sich in Fragen der gesetzlichen Rentenversicherung beraten zu lassen. Auskünfte zu Rentenangelegenheiten und Hilfe bei der Antragstellung erhalten Sie bei der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld und bei den Rentenversicherungsträgern selbst. Anträge sind im Bürgerbüro der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld erhältlich.

Ansprechpartnerin bei der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld:

Marita Liesenfeld

Marktplatz 4-6

56751 Polch

Telefon: 02654 9402-107

E-Mail: Marita.Liesenfeld@maifeld.de

6.2 Wohngeld

Das Wohngeld ist ein vom Bund und den Ländern getragener Zuschuss zu den Wohnkosten. Es wird an diejenigen gezahlt, die sich Wohnen nicht oder nur teilweise leisten

können. Das Wohngeld soll der wirtschaftlichen Sicherung des angemessenen und familiengerechten Wohnens als „Mietzuschuss“ für Mieter von Wohnraum und als „Lastenzuschuss“ für Eigentümer eines Eigenheims oder einer Eigentumswohnung gezahlt werden.

Um Wohngeld zu erhalten, müssen Sie einen Antrag bei der Wohngeldstelle der Kreisverwaltung Mayen-Koblenz stellen. Die erforderlichen Formulare zum Antrag auf Wohngeld erhalten Sie im Bürgerbüro der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:

Bürgerbüro der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld, Marktplatz 4-6, 56751 Polch, Telefon 02654 9402-0.

6.3 Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung

Die Grundsicherung für ist eine eigenständige Sozialleistung und der Hilfe zum Lebensunterhalt vorrangig.

Sie gibt es seit dem 1. Januar 2003. Seit dem 01. Januar 2005 sind die Vorschriften des Grundsicherungsgesetzes Bestandteil des Sozialgesetzbuch XII. Die Grundsicherung



VR Bank Rhein-Mosel eG

Unsere Raiffeisenmärkte in Ihrer Nähe



56299 Ochtendung
Koblenzer Str. 3-5
Tel.: 02625/930044

56753 Mertloch
St. Martin-Straße
Tel.: 02654/987815

56294 Münstermaifeld
Raiffeisenstraße
Tel.: 02605/952133

56330 Kobern-Gondorf
Römerstraße 1
Tel.: 02607/972006

56253 Treis-Karden
St.-Castor-Straße 107
Tel.: 02672/93730

Haus- u. Gartenartikel
Blumenerden

Bekleidung
Tiernahrung

Feste Brennstoffe
Propangas

Baustoffe
Kies / Sand

Kellereiartikel
und vieles mehr!

Heizöl-Hotline: 08000-202030

ist eine steuerfinanzierte, bedarfsorientierte Basisleistung im Alter und bei Erwerbsminderung auf der Grundlage des sogenannten Grundsicherungsgesetzes. Die Leistung der Grundsicherung soll den grundlegenden Bedarf für den Lebensunterhalt von Menschen absichern, die wegen Alters oder auf Grund voller Erwerbsminderung endgültig aus dem Erwerbsleben ausgeschieden sind und deren Einkünfte für den notwendigen Lebensunterhalt nicht ausreichen. Dadurch soll die Zahlung von Sozialhilfe vermieden werden. Im Gegensatz zur Sozialhilfe wird auf Einkommen der Kinder oder Eltern nicht zurückgegriffen. Anspruchsberechtigt sind Menschen mit gewöhnlichem Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland, die das 65. Lebensjahr vollendet haben oder die das 18. Lebensjahr vollendet haben und - unabhängig von der jeweiligen Arbeitsmarktlage - aus medizinischen Gründen dauerhaft voll erwerbsgemindert sind, wenn sie ihren Lebensunterhalt nicht selbst bestreiten können. Der tatsächliche Bezug einer Alters- oder Erwerbsminderungs-Rente ist nicht notwendig. Ob die Voraussetzungen für den Bezug von Grundsicherungsleistungen vorliegen, prüft in diesen Fällen der zuständige Rentenversicherungsträger im Auftrage der zuständigen Kreis-/Stadt- oder Gemeindeverwaltung.

Ausgeschlossen von den Leistungen der Grundsicherung sind Personen

- wenn das Einkommen der Eltern oder Kinder jährlich einen Betrag von 100.000 EUR übersteigt,
- die ihre Bedürftigkeit in den letzten zehn Jahren vorsätzlich oder grob fahrlässig herbeigeführt haben und
- ausländische Staatsangehörige, die Leistungen nach dem Asylbewerberleistungsgesetz (AsylbLG) erhalten.

Weitere Informationen erhalten Sie bei:
 Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld
 Christina Zimmer und Renate Geisen
 Marktplatz 4-6, 56751 Polch
 Telefon 02654 9402-204 oder 224

6.4 Fernsehen, Rundfunk und Telefon

Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung

Rundfunk und Fernsehen stellen insbesondere für ältere Menschen, deren gesellschaftliches Leben durch Krankheit oder Pflegebedürftigkeit eingeschränkt sein kann, eine wichtige Informationsquelle dar. Wenn Sie zu einem der nachfolgend aufgeführten Personenkreise gehören, können Sie von der Rundfunk- und Fernsehgebührenpflicht befreit werden:

- Blinde oder wesentlich sehbehinderte Menschen
- Hörgeschädigte Menschen
- Menschen mit einer Behinderung, die sie ständig daran hindert, an öffentlichen Veranstaltungen jeder Art teilzunehmen
- EmpfängerInnen von Leistungen nach dem SGB XII
- Personen mit geringem Einkommen

Anträge auf Befreiung von der Rundfunk- und Fernsehgebührenpflicht sind im Bürgerbüro der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld oder unmittelbar bei der Gebühreneinzugszentrale (GEZ) in 50656 Köln, Telefon 0180 5016565 oder im Internet unter www.gez.de zu stellen.

Vergünstigungen beim Telefon

Besitzen Sie einen Anspruch auf Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung, dann ist ebenfalls eine Ermäßigung der Grundgebühren Ihres Telefon-Hauptanschlusses oder ein verbilligter Neuanschluss möglich. Nähere Informationen erhalten Sie im Bürgerbüro der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld und bei Ihrem Telefonanbieter.

6.5 Sicherheit im Alter

(Quelle: <http://www.polizei-beratung.de>)

Die Polizei behandelt alle Themen rund um das Thema Sicherheit, die speziell für Sie und Ihre Angehörigen wichtig sind. In der Broschüre „Der Goldene Herbst“ gibt unser aller

Freund und Helfer Sicherheitstipps für SeniorInnen. Die Broschüre ist zu beziehen unter der Internet-Adresse:

<http://www.polizei-beratung.de/mediathek/kommunikationsmittel/broschueren/>

Wichtig ist insbesondere beim Öffnen der Haustüre, Vorsicht walten zu lassen: Hilfsbereitschaft an der Wohnungstür zahlt sich nicht aus!

Schauspielerisch begabte Diebe und Betrüger an der Haus- oder Wohnungstür lassen sich immer mehr Tricks einfallen: Sie bitten um Hilfe oder eine Gefälligkeit, täuschen Amtspersonen vor oder behaupten, Sie zu kennen. Etliche Täter täuschen auch Notlagen vor und geben sich hilflos.

Dabei verfolgen diese Diebe und Betrüger immer nur ein Ziel: Sie sollen die Tür öffnen, um in Ihre Wohnung gelangen. Lassen Sie es nicht so weit kommen! In Ihren vier Wänden wären Sie mit dem oder der Fremden allein – und Sie können dabei Ihre Augen nicht überall haben.

Mit diesen Aussagen versuchen Trickbetrüger, in Ihre Wohnung zu kommen:

- Kann ich bitte ein Glas Wasser haben? Mir ist so schlecht. Ich habe Durst. Ich muss dringend meine Tabletten nehmen.
- Haben Sie Papier und Bleistift? Der Nachbar ist nicht zu Hause, ich möchte ihm eine Nachricht hinterlassen. Haben Sie vielleicht eine Schreibunterlage? Hier ist das Licht so schlecht – darf ich an Ihrem Tisch schreiben?
- Ich muss schnell telefonieren – ich hatte einen Unfall. Ich benötige einen Arzt. Ich hatte eine Autopanne. Darf ich Ihr Telefon benutzen?
- Darf ich bei Ihnen Blumen (oder Geschenke) für Nachbarn abgeben? – Ich habe sie nicht angetroffen. Darf ich den Blumen in Ihrem Bad Wasser geben? Darf ich selbst das Geschenk in Ihrer Wohnung sicher verwahren?
- Ich habe ein dringendes Bedürfnis. Darf ich (mein Kind) Ihre Toilette benutzen?

– Mein Baby braucht sein Fläschchen. Darf ich es bei Ihnen füttern (wickeln)?

– Erinnern Sie sich nicht mehr an mich! – Damit reden Ihnen die vermeintlichen Bekannten nur ein schlechtes Gedächtnis ein, um Sie in Sicherheit zu wiegen und von Ihnen in Ihre Wohnung gebeten zu werden. Vorsicht vor diesen „Bekanntem“!

Unter Umständen wird ein solcher Besuch zuvor telefonisch angekündigt. Die Anrufer geben sich beispielsweise als Enkel aus und bitten kurzfristig um Bargeld. Häufig wird eine Notlage oder ein finanzieller Engpass vorgetäuscht. Dabei wird der Geldbetrag nie vom Anrufer selbst, sondern von einer fremden Person im Auftrag des angeblichen Verwandten abgeholt. Tricktäter – Männer wie Frauen – rechnen mit Ihrer Hilfsbereitschaft und nutzen Sie schamlos aus! Da bestellen Ihnen wildfremde Menschen Grüße von entfernten Verwandten oder überbringen eine Unglücksnachricht. Dabei haben sie nur ein Ziel. Sie sollen sagen: „Bitte, kommen Sie herein.“

Tipps Ihrer Polizei:

- Vergewissern Sie sich vor dem Öffnen, wer zu Ihnen will: Schauen Sie durch den Türspion oder aus dem Fenster, benutzen Sie die Türsprechanlage.
- Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre (z. B. Kastenschloss mit Sperrbügel).
- Lassen Sie niemals Fremde in Ihre Wohnung.
- Überlegen Sie sich Folgendes, wenn Fremde an der Tür von ihrer Not erzählen: Warum wenden sich diese Leute nicht an eine Apotheke, eine Gaststätte oder ein Geschäft, sondern gerade an mich?
- Seien Sie misstrauisch bei Anrufern, deren Stimme Sie nicht erkennen. Lassen Sie sich den vollständigen Namen, die Adresse und eine Telefonnummer geben, unter der Sie zurückrufen können. Echte Verwandte oder Bekannte werden dafür Verständnis aufbringen.
- Übergeben Sie niemals Geld an Personen, die Sie nicht kennen.

– Lassen Sie sich am Telefon keine Namen oder andere Informationen über Angehörige, Freunde oder Bekannte entlocken.

Auf gute Nachbarschaft

Oft kümmert sich niemand darum, was auf dem Nachbargrundstück oder an der Wohnungstür nebenan vorgeht. Darauf vertrauen viele Betrüger und Ganoven. Könnte es bei Ihnen im Haus und in der Straße nicht ab heute heißen: Auf gute Nachbarschaft? Früher war das doch auch selbstverständlich. Fragen Sie einfach nach. Ein nettes Wort, ein kleiner Plausch im Treppenhaus kann doch nicht schaden. Wer sich kennt, achtet auch mehr aufeinander und spürt, wenn etwas nicht stimmt. Lieber einmal nachfragen, wenn einem etwas komisch vorkommt. Zum Beispiel: ungewöhnliche, laute Geräusche in der Wohnung nebenan, obwohl die Nachbarn verreist sind. Verständigen Sie im Zweifel Ihre Polizei. Scheuen Sie sich nicht, die Nummer 110 zu wählen. Die Polizei kommt lieber zweimal zu oft als einmal zu spät.

Tipps Ihrer Polizei:

Wenn Ihre Nachbarn zum Beispiel in Urlaub fahren möchten, dann bieten Sie ihnen doch an,

- deren Wohnung oder Haus bewohnt erscheinen zu lassen: Leeren Sie den Briefkasten, betätigen Sie die Rollläden, ziehen Sie die Vorhänge auf und zu, schalten Sie Lichter, Radio und Fernseher zu unregelmäßigen Zeiten an und aus.
- Organisieren Sie eine aktive Nachbarschaftshilfe: Sprechen Sie mit den Bewohnern Ihres Hauses und in den Nachbarhäusern über das Thema „Sicherheit“.
- Veranstalten Sie ein Nachbarschaftstreffen mit Vertretern der Polizei und der Gemeindeverwaltung.
- Tauschen Sie mit den Nachbarn im Wohnblock oder in der Straße Telefonnummern und Erreichbarkeit (zum Beispiel: Urlaubsanschriften), vielleicht auch Autokennzeichen aus.
- Halten Sie im Mehrfamilienhaus den Hauseingang auch tagsüber geschlossen. Prüfen Sie, wer ins Haus will, bevor Sie den Türöffner betätigen.

Gerne stehen Ihnen auch die Seniorensicherheitsberater der Verbandsgemeinde Maifeld als Ansprechpartner zur Verfügung. Informationen zu den Seniorensicherheitsberatern erhalten Sie bei der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld, Telefon 02654 9402-0

IMPRESSUM

■ PUBLIKATIONEN ■ INTERNET ■ KARTOGRAFIE ■ WERBEMITTEL

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Verbandsgemeinde Maifeld.

Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verbandsgemeinde Maifeld 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:

Bilder: Gisela Dennig
Pressestelle der Verbandsgemeindeverwaltung Maifeld

mediaprint WEKA
info verlag gmbh
Lechstraße 2
D-86415 Mering
Tel. +49 (0) 8233 384-0
Fax +49 (0) 8233 384-103
info@mp-infoverlag.de

www.mp-infoverlag.de
www.alles-deutschland.de
www.mediaprint.tv

56751057 / 1. Auflage / 2010



mediaprint
infoverlag

7. Wichtige Rufnummern

Bezeichnung	Telefon
Polizei	Notruf 110
Polizeiinspektion Mayen	02651 801-0
Polizeiautobahnstation Kaisersesch	02653 99010
DRK-Rettungsdienst	02651 19222
Feuerwehr	Notruf 112
Giftnotruf	06131 19240
	www.giftinfo.uni-mainz.de
Wasserversorgungs-Zweckverband	02651 8097-0
Notrufnummer außerhalb der Dienstzeiten	02651 8097-60
Erdgasversorgung Energieversorgung	
Mittelrhein GmbH	02651 9868-55
Zentrale Störungsnummer für Stromstörungen	
der RWE Rheinland Westfalen Netz	01802 112244
Apotheken	
Vom Festnetz:	0900 5 258825 + Postleitzahl
(0,25 E/Min.)	
Vom Mobilfunknetz:	0180 5 258825 + Postleitzahl
(Gebühr anbieterabhängig)	www.lak-rlp.de
Sperr-Notruf (Bankkarte)	116 116

CDU Gemeindeverband
Maifeld

CDU CDU CDU CDU CDU CDU CDU

Gemeinsam. Stark. Für unser Maifeld.

Vorsitzender: Gino Gilles, Carl-Benz-Straße 14, 56751 Polch

Stellv. Vorsitzender:
Gerd Raspiller, Peter-Zilliken-Straße 8, 56294 Münstermaifeld

Stellv. Vorsitzender:
Torsten Welling, Im Bergfrieden 29, 56299 Ochtendung

Internet: www.cdu-maifeld.de E-Mail: info@cdu-maifeld.de

CDU vor Ort:

Stadtverband Polch: www.cdu-polch.de

Stadtverband Münstermaifeld: www.cdu-muenstermaifeld.de

Ortsverband Ochtendung: www.cdu-ochtendung.de

CDU CDU CDU CDU CDU CDU CDU

Wir sind gerne für Sie da



Fachdienst für
 · Patientenverfügung
 · Vorsorgevollmacht
 · Betreuungsrecht

SKM Mayen
 Telefon 02651/947275

Taxi ^{0 26 25} 95 80 30

Lothar Loch

Flughafentransfer
Krankenfahrten
Dialysefahrten
Spezialfahrzeuge für
Rollstuhlfahrer
 Abrechnung aller Kassen

Klimatisierte
Fahrzeuge
bis zu 8 Personen

Koblenzer Straße 41 - 43
56299 Ochtendung
www.taxi-loch.de

Hätten Sie einen Wunsch frei ...



www.ctt-trier.de



... so wäre es vielleicht, dass weder Ihre Liebsten noch Sie selbst alleine alt werden müssen. Wie schön wäre es, gut aufgehoben zu sein, bei Bedarf liebevoll gepflegt und mit allem versorgt zu werden, was ein Altern in Würde ermöglicht. Was alleine kaum zu schaffen ist, gelingt mit gemeinsamen Kräften, ganz nach Ihren Bedürfnissen, ob in Langzeit-, Kurzzeit- oder Tagespflege.



Alten- und Pflegeheim **Marienstift**
Schulstraße 2a, 56743 Mendig
Telefon: 02652 9346-0, E-Mail: info@altenheim-marienstift-mendig.de



Alten- und Pflegeheim **St. Martin**
Heinrich-Heine-Str. 7-11, 56299 Ochtendung
Telefon: 02625 9587-0, E-Mail: info@altenheim-st-martin.de