Seniorenwegweiser

Älter werden in Rheinberg

Rheinberg
natürlich niederrheinisch

www.total-lokal.de barrierefrei
mediaprint infoverlag

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de

Wir verbessern Lebensqualität!

Caritas Seniorenzentrum St. Josef

88 vollstationäre Pflegeplätze
mit spezieller Ausrichtung auf
demenziell erkrankte Menschen
Telefon: 02842 929500

St. Hedwig

89 vollstationäre Pflegeplätze
mit spezieller Wohngruppe
für junge volljährige Pflegebedürftige
Telefon: 02842 7040

Kurzzeitpflege Sankt Katharina

14 moderne Appartements
Telefon: 02801 710518

Essen auf Rädern

Wir liefern Ihnen täglich,
7 x die Woche, frisch gekochte Warm-Menüs.
Telefon: 02842 704400

Caritas Sozialstation Rheinberg

Grund- und Behandlungspflege sowie
Haushaltsnahe Dienstleistungen in Ihrer Häuslichkeit
Caritas Sozialstation Rheinberg
Telefon: 02843 9068270

Tagespflege St. Paulus

Sie verbringen gemeinsam
mit älteren Menschen den Tag mit Unterhaltung,
Betreuung, Unterstützung und individueller Pflege.
Fasanenstr. 3 _ Kamp-Lintfort
Telefon: 02842 1239403

Caritas-Senioren-Büro

Telefon: 02841 8804832

Geschäftsstelle:
Caritasverband Moers-Xanten e.V.
Neustr. 35 l 47441 Moers
Telefon 02841 90100

www.caritas-moers-xanten.de

caritas

caritas

Grußwort des Bürgermeisters

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

ich freue mich, dass Sie mit dieser Broschüre eine aktualisierte Ausgabe des bewährten Seniorenwegweisers für die Stadt Rheinberg in den Händen halten. Wenn Sie einen Rat suchen oder Hilfe benötigen, finden Sie hier die richtigen Ansprechpartner. Überdies enthält die Broschüre zahlreiche nützliche Informationen zu den verschiedensten Lebensbereichen, die das Leben im Alter betreffen.

Auch in Rheinberg steigt die Anzahl älterer Menschen kontinuierlich. Sie sind aber keine homogene Gruppe, denn die Unterschiede zwischen den Altersstufen, dem Gesundheitszustand oder dem Lebensstil sind teilweise enorm. 65-Jährige haben vielleicht andere Bedürfnisse als 85-Jährige. Die sogenannten „jungen Alten“ möchten häufig auch nach Eintritt in den Ruhestand weiterhin einen aktiven Lebensstil pflegen, wozu z. B. Sport und Reisen gehören. Der Erhalt der Gesundheit gewinnt mit zunehmendem Alter einen immer höheren Stellenwert. Vielen älteren Menschen ist aber gemeinsam, dass sie bis im hohen Alter in der selbstgewählten Umgebung ihre Unabhängigkeit und Selbstständigkeit beibehalten können. Und damit das so bleibt, gibt es in Rheinberg ein ganzes Bündel an individuellen Hilfsangeboten. Aber auch wenn Sie in Ihrer Lebensplanung zu dem Entschluss kommen, in ein Heim zu ziehen, wollen Sie wissen, wo Sie mit Ihren Ansprüchen und Bedürfnissen am besten aufgehoben sind.

Egal, welches Anliegen Sie haben, welche Hilfe Sie auch brauchen, Sie finden in dieser Broschüre für viele Bereiche die jeweiligen Ansprechpartner und Hilfen. Möchten Sie detaillierte Informationen über diese Broschüre hinaus, setzen Sie sich bitte direkt mit den zuständigen Ansprechpartnern in Verbindung. Besonders weise ich auf die – trägerunabhängige – Pflegeberatung der Stadt Rheinberg hin, bei der die Interessenten und ggf. ihre Angehörige neutral beraten werden, welche Hilfemaßnahmen in Betracht gezogen werden können.

Auch der Seniorenbeirat kümmert sich in Rheinberg in vielfältigen Bereichen darum, dass das Leben auch für die ältere Generation in unserer Stadt weiterhin lebenswert bleibt und zeigt Möglichkeiten auf, die Situation zu verbessern. Diesem ehrenamtlichen Engagement der Mitglieder möchte ich auf diesem Wege meinen herzlichen Dank aussprechen.

Ich wünsche allen Bürgerinnen und Bürgern, dass sie sich auch weiterhin in unserer schönen Stadt wohlfühlen und dass ihnen dieser Wegweiser dabei eine echte Hilfe zur Bewältigung der geänderten Belange im Alter ist. Sofern Sie, verehrte Leserinnen und Leser, Anregungen für die nächste Auflage dieses Wegweisers haben, können Sie diese gerne dem Bereich „Soziales, Familien und Senioren“, dem Sprecher des Seniorenbeirates oder auch mir persönlich zukommen lassen.

Mit herzlichen Grüßen
Ihr

Frank Tatzel
Bürgermeister

ST. BERNHARD-HOSPITAL
KAMP-LINTFORT

Mit gehobener Breitenversorgung sowie spezialisierten Angeboten in Diagnostik und Therapie bieten wir unseren Patienten eine kompetente medizinische und pflegerische Behandlung auf modernstem Stand. Als eine von drei Kliniken in der Region Rheinland gehören wir zur St. Franziskus-Stiftung Münster, einem der größten kirchlichen Krankenhausträger Nordwestdeutschlands.

700 Mitarbeiter sorgen dafür, dass sich in unserem Hospital jährlich rund 14.500 stationäre und 25.000 ambulante Patienten medizinisch optimal versorgt und bestens betreut fühlen.

Unser Leistungsspektrum umfasst:

- Knie- und Hüftendoprothetik
- Wirbelsäulenchirurgie / Schulter- und Fußchirurgie
- Unfallchirurgie
- Konservative Orthopädie / Spezielle Orthopädische Schmerztherapie
- Allgemein- und Viszeralchirurgie / Spezielle Tumorchirurgie
- Gefäß- und endovaskuläre Chirurgie / Phlebologie
- Kardiologie, Elektrophysiologie, Lungenheilkunde, Schlafmedizin
- Gastroenterologie, Endokrinologie, Onkologie
- Anästhesie, Intensivmedizin
- Diagnostische Radiologie
- Dermatologie (Belegabteilung)
- Palliativmedizin
- Betreuung und Beratung durch eine primäre Pflegefachkraft
- Physikalische Therapie (Salvea)
- Seelsorgliche Begleitung
- Beratung durch Ethik-Komitee
- Schule für Gesundheits- und Krankenpflege
- Gesundheitszentrum (Kurse und Veranstaltungen)

St. Bernhard-Hospital
Kamp-Lintfort GmbH

Bgm.-Schmelzing-Str. 90
47475 Kamp-Lintfort
Servicezentrale: (0 28 42) 70 80

info@st-bernhard-hospital.de
www.st-bernhard-hospital.de

ST. BERNHARD-HOSPITAL
KAMP-LINTFORT

Eine Einrichtung der St. Franziskus-Stiftung Münster

Inhaltsverzeichnis

Grußwort des Bürgermeisters	1
Branchenverzeichnis	5
Impressum	5
Seniorenbeirat der Stadt Rheinberg	6
Pflegeberatung	8
Seniorenberatung	8
Gemeindeorgane	9
Weitere Ansprechpartner, Behörden und Einrichtungen im Stadtgebiet	11
Aktivität im Alter	13
Kulturelle Einrichtungen	15

Zur Sicherheit!
Der Johanniter-Hausnotruf.

Zu Hause in vertrauter Umgebung leben und im Falle eines Falles rund um die Uhr schnelle Hilfe bekommen. Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne.

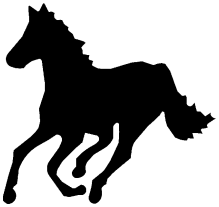
Servicenummer:
0800 8811220 (gebührenfrei)

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben

TAXI - GARDEMANN

☎ 02843/
2121 o. 2122

- Kurierfahrten
- Rollstuhlfahrten
- Krankenfahrten (sitzend), Dialyse, Bestrahlungs- und Fahrten zur Chemotherapie
- 1–8 Personen
- Flughafentransfer
- Lieferservice
- Zugelassen für alle Krankenkassen



Orsoyerstraße 23 · 47495 Rheinberg · kontakt@taxi-gardemann.de · www.taxi-gardemann.de

Begegnungsstätten und Treffpunkte 17

Haus der Generationen Rheinberg 20

Beratungen im Haus der Generationen 20

Bewegung und Freizeit 21

Gesundheitswesen 22

Die Pflegeversicherung im Überblick 27

Die Pflegeleistungen 29

Leistungen bei stationärer Pflege 30

Papiere und Urkunden 31

Seniorenheime und Pflegedienste 33

Kirchengemeinden 40

A bis Z (Stichwort) 42

Der Bürgerbus in Rheinberg 42

NOTFALL-Karte – Notruf 112 – 48

Unser neuer Bargeldservice – Ihr Geld kommt zu Ihnen

Bestellung und weitere Details unter 02841 206-2244 oder auf www.sparkasse-am-niederrhein.de.

Sparkasse am Niederrhein

Die Bestellung der gewünschten Bargeldmenge und -stückelung erfolgt telefonisch oder über unsere oben genannte Internetseite. Möglich sind Auszahlungsbeträge zwischen 100 und 1000 Euro. Die Barauszahlung zu Hause, im Krankenhaus oder Pflegeheim ist jeweils am 5. und 20. eines jeden Monats bzw. am folgenden Werktag innerhalb unseres Geschäftsgebietes zwischen Moers und Xanten möglich. Servicekosten pro Auftrag 4,95 Euro*. Wir freuen uns auf Ihre Bestellung. **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.** *ggf. zusätzlich 0,30 Euro Buchungskosten

Logopädische Praxis
Stefan Koch

staatl. anerkannter Logopäde • Mitglied im dbl

Behandlung von Sprach-, Sprech-, Stimm- und Schluckstörungen
Lerntherapie
Xantener Straße 22 • 47495 Rheinberg
Telefon: 0 28 43 / 8 64 64 • info@logopaede-online.de
Haus- und Heimbesuche

Branchenverzeichnis

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

Branche	Seite
Altenheime	32, 33
Augenoptik	25
Begegnungsstätte	17
Betreuungsverein	16
Bildhauer	45
Ergotherapie	26
Feiern	17
Geldinstitut	4
Haushaltshilfen	39
Hausmeisterservice	39
Hausnotruf	3, 37
Hörakustik	25
Krankenhäuser	2, U 4
Logopädie	4
Mietwagen	3
Pflegeberatung	36
Protetik	23
Rettungsdienst	3, 37
Seniorenzentrum	U 2
Sozialdienst	16
Sozialstation	U 2
Sparkasse	4
Sprachreisen	14
Sprachschule	14
Sprachtherapie	4
Steinmetz	45
Taxiunternehmen	3
Unfallchirurgie	U 4
Verkehrsbetriebe	15
24-Stunden-Pflege	36
Volkshochschule	14
Wohnungsgenossenschaft	47
Zahnärzte	22
Zahnarztpraxis	23

U = Umschlagseiten

IMPRESSUM

total-lokal
Regional. Multimedial. Genial.

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

in Zusammenarbeit mit:
Stadt Rheinberg, Kirchplatz 10, 47495 Rheinberg

Redaktion:
Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt: Stadt Rheinberg, Kirchplatz 10, 47495 Rheinberg
Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint info verlag gmbh – Goran Petrasevic

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

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:
Fotoschmiede Meulmann, 47495 Rheinberg
Luja, Rheinberg
Weitere Bildnachweise siehe Quellenangaben bei den jeweiligen Bildern.

47495057/5. Auflage/2016

Druck:
Media-Print Informationstechnologie GmbH
Eggertstraße 28
33100 Paderborn

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

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

Seniorenbeirat der Stadt Rheinberg

Allgemeiner Hinweis:

Der Rat der Stadt hat erstmalig 1995 die Einrichtung eines Seniorenbeirates beschlossen, der am 09.11.1995 seine Arbeit aufgenommen hat. Der Seniorenbeirat besteht aus Mitgliedern, die von verschiedenen Interessengemeinschaften vorgeschlagen wurden. Der Seniorenbeirat vertritt die Interessen aller Seniorinnen und Senioren dieser Stadt. Er hat die Aufgabe, den Rat und die Verwaltung in allen altersrelevanten Fragen zu beraten. Die Mitglieder stehen den älteren Menschen in Rheinberg als Ansprechpartner zur Verfügung.
Ende 2012 wurde der Seniorenbeirat neu gebildet. Dieser hat Anfang 2013 seine Tätigkeit aufgenommen. Sprecher des aktuellen Seniorenbeirates ist Herr Klaus Oesterwind, seine Vertreterin ist Frau Giesela Ingenpaß.

Zu den Schwerpunktthemen des neuen Seniorenbeirates gehören die Bereiche Barrierefreiheit und das Thema Pflege.

Den Seniorenbeirat erreichen Sie unter Rheinberg-Seniorenbeirat@t-online.de oder persönlich über die Mitglieder:

Name	Telefon
Bente, Wolfgang	02843 50524
Braun, Annegret	02844 1500
Gessner, Wolfgang	02843 50208
Ingenpaß, Gisela (stellv. Sprecherin)	02802 8999420
Kemper, Peter	0152 29283842
Oesterwind, Klaus (Sprecher)	02843 6267
Wehling, Erich	0172 5380084

Runder Tisch Ältere Menschen

Der „Runde Tisch Ältere Menschen im Kreis Wesel“ hat die Aufgabe, die Verwaltung und die politischen Gremien des Kreises von Weisungen unabhängig, überkonfessionell, überparteilich und verbandsunabhängig zu unterrichten und zu beraten. Er tagt in nicht öffentlicher Sitzung. Ziel ist es, die Interessen der älteren Generationen zu vertreten und die Entscheidungsgremien des Kreises Wesel im Sinne der älteren Menschen zu beeinflussen. Der Seniorenbeirat der Stadt Rheinberg ist hier ebenfalls vertreten.

Geschäftsstelle:
Frau Heide Westrich
Tel.: 0281 207-3355
Fax: 0281 207-673355
E-Mail: heide.westrich@kreis-wesel.de

Anschrift:
Kreis Wesel
Fachdienst 56 – Besondere soziale Leistungen
Geschäftsstelle Runder Tisch Ältere Menschen im Kreis Wesel
Reeser Landstr. 31, 46483 Wesel

Pflegeberatung

Seit Jahren wird durch die Stadt eine trägerunabhängige Pflegeberatung durchgeführt.

Die Aufgaben der Beratungsstelle sind:
- Beratung in allen Fragen des Alters;
- trägerunabhängige Beratung gem. § 4 Landespflegegesetz NRW;
- Beratung über die Leistungen des Pflegeversicherungsgesetzes SGB XI;
- Beratung gem. § 71 SGB XII/Altenhilfe;
- Beratung über die Leistungen des SGB XII bzgl. ambulanter und stationärer Leistungen;
- Beratung über das Angebot an komplementären, ambulanten, teilstationären und stationären Einrichtungen im Beratungsbezirk, d. h. Information über das Angebot an hauswirtschaftlichen Hilfen, ambulanten Pflegediensten, Tagespflege, Kurzzeitpflege und stationärer Pflege

Wir beraten:
- Pflegebedürftige
- von Pflegebedürftigkeit Bedrohte
- Angehörige dieser Personenkreise

Seniorenberatung

Wir informieren und vermitteln:
über alle altersrelevanten Fragen, z. B.
- Betreuung für Senioren
- Wohnen im Alter/Hilfen und Pflege in der eigenen Wohnung
- Pflegeversicherung
- ambulante Pflegedienste
- Pflegeheimaufnahmen

Im Bedarfsfall werden gerne weitere Gespräche oder Termine für Sie (z. B. in Rentenangelegenheiten, Rundfunkgebührenangelegenheiten, Schwerbehindertenangelegenheiten, Grundsicherung und Barrierefreiheit) vereinbart.

Mehr soziales Engagement!
So lautet die Forderung vieler Fachleute bei der Diskussion um den Rückgang des traditionellen Ehrenamtes. Diese Forderung haben wir für die Seniorenarbeit in Rheinberg aufgegriffen.
Wir wollen die Menschen erreichen, indem wir über Initiativen und Projekte informieren, Hilfen anbieten und Beratung vermitteln.

... Auch Sie können helfen!

Bitte wenden Sie sich an den
Seniorenbeirat der Stadt Rheinberg

Herr Oesterwind
Tel.: 02843 6267

oder

Frau Ingenpaß
Tel.: 02802 8999420

Gemeindeorgane

Stadtrat

CDU
www.cdu-rheinberg.de
E-Mail: cdu-fraktion@rheinberg.de

SPD
www.spd.de
E-Mail: spd-fraktion@rheinberg.de

Die Grünen
www.gruene-rheinberg.de
E-Mail: gruene-fraktion@rheinberg.de

FDP
www.fdp-rheinberg.de
E-Mail: h.becker-rheinberg@t-online.de

Die LINKE
Rheinberg-Alpen
E-Mail: peter-h.kemper@web.de

Ortsvorsteher

Rheinberg-Mitte
Heinz-Wilhelm Coopmann
Berkevoortshofstr. 45, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 60018

Rheinberg-Borth/Ossenberg
Klaus Helmes
Dammstraße 21, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 6931

Rheinberg-Orsoy
Heide Mischke
Siedlerweg 32, 47495 Rheinberg
Tel.: 02844 2125

Rheinberg-Budberg
Ursula Kuhlmann
Von-Büllingen-Str. 54, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 2858

Ratsfraktionen

Die Fraktionsbüros befinden sich im Stadthaus (Tel.: 02843 1710) und sind telefonisch wie folgt erreichbar:

CDU-Fraktion	Tel.: 02843 171155
SPD-Fraktion	Tel.: 02843 171154
Fraktion Bündnis 90/die Grünen	Tel.: 02843 171153
FDP-Fraktion	Tel.: 02843 171157
Die Linke	Tel.: 02843 171-0

Seniorengemeinschaften in politischen Parteien

Zur Wahrnehmung der politischen Interessen der Senioren im Stadtgebiet bieten einige Parteien Seniorengemeinschaften an.

SPD
Arbeitsgemeinschaft „60 plus“
Ansprechpartner: Siegfried Zilske
Tel.: 02843 8355

CDU
Senioren-Union
Ansprechpartner: Ulrich May
Tel.: 02843 16197
E-Mail: ulrich.may@cdu-rheinberg.de

Bündnis 90/Die Grünen
Seniorengemeinschaft „Älter und mobil“
Ansprechpartner: Jürgen Bartsch
Tel.: 02843 1384
E-Mail: krause-bartsch@gmx.de

© Getty Images

Weitere Ansprechpartner, Behörden und Einrichtungen im Stadtgebiet

Behindertenbeauftragte
Monika Echstenkämper
Kapellenweg 4, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 97023
E-Mail: monika.echstenkaemper@t-online.de

Haben Sie oder ein Angehöriger eine Behinderung und haben Sie Fragen hierzu? Die Behindertenbeauftragte steht Ihnen zur Beantwortung Ihrer Fragen gerne zur Verfügung und hilft Ihnen auch bei der Auseinandersetzung mit Behörden und anderen Institutionen, z. B. bei der Formulierung von Anträgen und Widersprüchen.

Weiterhin hält sie Informationen zur Freizeit- und Lebensgestaltung für Sie bereit. Sollten Sie auf Barrieren stoßen, sprechen Sie Frau Echstenkämper an.

Die Beratung erfolgt gerne auch telefonisch. Falls Frau Echstenkämper nicht erreichbar sein sollte, sprechen Sie bitte auf den Anrufbeantworter. Sie ruft zurück!

Besuchen Sie auch die Homepage des Landesbehindertenbeauftragten: www.lbb.nrw.de

Informationen zum Feststellungsverfahren nach dem Schwerbehindertenrecht

Kreis Wesel
Fachdienst 55 (Schwerbehindertenausweise)
Reeser Landstr. 31, 46466 Wesel
Servicebüro Raum 044
Tel.: 0281 2074982

Stadt Rheinberg
Frau Barbara Nowak
Dienststelle Orsoyer Str. 18
47493 Rheinberg
Zimmer 26
Tel.: 02843 171-328

Gericht
Amtsgericht Rheinberg
Rheinstr. 67, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 1730

Polizei, Überfall, Verkehrsunfall
Notruf: 110

Polizeiwache Rheinberg
Kirchplatz 2, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 92760

© contrastwerkstatt - Fotolia

Post
Postfiliale Rheinberg (Stadtmitte)
Orsoyer Str. 3, 47495 Rheinberg

Postfiliale Rheinberg-Annaberg
Römerstr. 48, 47495 Rheinberg

Postfiliale Rheinberg-Millingen
Jahnstr. 2, 47495 Rheinberg

Postagentur Rheinberg-Borth
Wallacher Str. 9, 47495 Rheinberg

Postagentur Rheinberg-Orsoy
Kuhstr. 14, 47495 Rheinberg

Schiedsmänner
Rheinberg
Hermann Bergs
Am Kanal 21, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 160332

Orsoy + Borth
Lothar Schmalz-Brückner
Egerstr. 2, 47495 Rheinberg
Tel.: 02844 4259920

Budberg
Hans Broens
Am Alten Graben 56, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 1590

Aktivität im Alter

„Jetzt, wo ich den beruflichen Stress nicht mehr habe, würde ich mich gerne weiterbilden. Ich möchte Fremdsprachen lernen oder mich mit anderen Wissensgebieten beschäftigen …“

Dieser Wunsch muss kein Traum sein. Jetzt haben Sie die Chance, Ihren Interessen nachzugehen. Informieren Sie sich und beginnen Sie vielleicht zuerst mit einem Kurs an der Volkshochschule. Der nächste Schritt kann Sie dann schon weiterbringen.

38 Prozent der über 60-Jährigen halten Weiterbildungsmaßnahmen auch im fortgeschrittenen Alter für sinnvoll. Wer bereits in früheren Jahren im Berufsleben an Weiterbildungsaktivitäten teilgenommen hat, zeigt sich für solche Angebote besonders aufgeschlossen.

Für manch einen mag sogar ein reguläres Universitätsstudium infrage kommen.

An vielen Universitäten gibt es bereits Studiengänge für Seniorinnen und Senioren.

Bleiben wir aber zunächst einmal in Rheinberg und suchen aus den Angeboten in unserer Stadt und der Umgebung etwas heraus.

Volkshochschule Rheinberg
Seit mehr als 35 Jahren ist die Volkshochschule Rheinberg mit ihren erfahrenen Mitarbeitenden und einem handlungsorientierten Dozententeam ein Garant für ein teilnehmerorientiertes Programmangebot, das durch seine speziellen Angebote in den Bereichen Gesundheit und Bewegung, Fremdsprachen und Computer gezielt die Generation 55plus ansprechen will. Ein Beispiel hierfür ist der vom Bundesministerium für Wirtschaft und Technologie ausgezeichnete „VHS-Seniors-Club“, in dem Seniorinnen und Senioren die Möglichkeiten des Internets kennenlernen und soziale Kontakte knüpfen, pflegen und ausbauen. Informationen zu allen Angeboten finden Sie im Programmheft, das im August erscheint und kostenlos bei Banken, Sparkassen, öffentlichen Einrichtungen, im Buchhandel und bei der VHS erhältlich ist.

Volkshochschule Rheinberg
Volkshochschule
Geschäftsstelle: Lützenhofstr. 9 (Konvikt), 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 90740-0
Fax: 02843 90740-12

vhs Alpen Rheinberg Sonsbeck Xanten
Volkshochschulzweckverband · Alpen-Rheinberg-Sonsbeck-Xanten
Lützenhofstraße 9 · 47495 Rheinberg · Telefon: 02843/90740 0
www.vhs-rheinberg.de · www.vhs-seniors-club.de

Englischkurse für Senioren

Es gibt genug Gründe, um auch im Alter noch Englisch zu lernen. Manch einer hat im Alltag oder in der Freizeit englische Kontakte, andere sind oft und gern auf Reisen. Entsprechend vielfältig sind die Gruppen des Kursangebots „English for You“ bei Mortimer English Club in Rheinberg-Budberg.

Mortimer achtet bei der Zusammensetzung der Gruppen darauf, dass Alter, Englisch-Niveau und Ziele der Schüler zusammenpassen. So gibt es spezielle Kurse für Senioren, in denen die Sprache etwas langsamer vermittelt wird. Im Mittelpunkt des Unterrichts steht das Verstehen der Sprache und das freie Sprechen. Alltagsbezogene Rollenspiele festigen das Erlernte mit viel Spaß. Ergänzt wird das Angebot der Sprachschule durch gesellige Abende und organisierte Sprachreisen.

Weitere Informationen sowie Terminvereinbarung für ein kostenloses Beratungsgespräch unter: 0 28 44/9 00 97 94

Warum nicht noch Englisch lernen?

Mortimer English Club

- Englisch für die Reise
- Englischkurse speziell für Senioren

Wir bringen Sie zum Sprechen!

www.mortimer-rheinberg.de
☎ 0 28 44/9 00 97 94

Kulturelle Einrichtungen

„Ich möchte schon mal wieder etwas anderes sehen und hören, als nur immer in die Flimmerkiste ...“

Gute Idee!

Ob Theater, Museum oder Bibliothek, Sie werden staunen, wie viel es in Ihrer Umgebung zu entdecken gibt. Sie müssen vielleicht auch mal einen Ausflug in Ihre Nachbarstadt oder -gemeinde machen.
Veranstaltungskalender finden Sie in Sparkassen, Begegnungsstätten oder in den Tageszeitungen. Es werden auch Veranstaltungen speziell für ältere Menschen angeboten.

Theater

Die Stadt Rheinberg bietet in der Stadthalle eine Reihe von Theateraufführungen an. In Verbindung mit einem Abonnement besteht auch die Möglichkeit, Aufführungen im Stadttheater Krefeld zu besuchen.

Informationen erhalten Sie beim Kulturbüro unter
Tel.: 02843 171-270.

Die Musikalische Gesellschaft Rheinberg bietet ebenfalls in der Stadthalle Rheinberg einige Konzerte an.
Ansprechpartnerin Frau Rabe
Tel.: 02843 5428, www.musikalische-gesellschaft.de

Kultur

Kult(o)ur-Fenster Orsoy
Altes Rathaus

Das Netzwerk für Kunst, Kultur und Tourismus
Historische Stadtführungen, Ausstellungen von und mit Künstlern der Region.
Termine nach Vereinbarung.
Ansprechpartner: Petra Platzek
Tel.: 02844 382
E-Mail: platzek@kultourfenster-orsoy.de

Büchereien/Bibliotheken

In den öffentlichen Büchereien in Rheinberg steht Ihnen ein großes Spektrum zur Verfügung: Bücher zu den verschiedensten Wissensgebieten, Hobbys, aktuellen Themen, Unterhaltung, kirchlichen und politischen Themen. Insbesondere für ältere Menschen bieten einige Büchereien Bücher mit großem Druck, Literaturkassetten zum Hören, Bücher und Informationen zu Aspekten, die mit dem Älterwerden zusammenhängen.

Stadtbibliothek der Stadt Rheinberg

Lützenhofstr. 9
Tel.: 02843 5122

Öffnungszeiten (bitte aktuelle Informationen beachten):

Di. u. Mi.	11.00 – 13.00 Uhr
und	15.00 – 18.30 Uhr
Do.	11.00 – 13.00 Uhr
Fr.	11.00 – 17.00 Uhr
Sa.	10.00 – 12.00 Uhr

Bücherei Orsoy (Leselust Orsoy e.V.)

Kuhstr. 1 – 7
Tel.: 02844 2582
Ansprechpartner: Klaus Geldermann

Öffnungszeiten:

Di.	16.00 – 18.00 Uhr
Do.	17.00 – 19.00 Uhr
Fr.	10.00 – 12.00 Uhr

Öffentliche Bücherei St. Evamarus Borth

Pastor-Wilden-Str. 2
Tel.: 02802 2551

Öffnungszeiten:

Di.	18.00 – 19.00 Uhr
Mi.	15.00 – 17.00 Uhr
So.	10.30 – 12.00 Uhr

SKM Betreuungsverein

Gut vertreten -
bei Krankheit,
Behinderung
oder im Alter

Wir leisten kompetente Hilfe im Rahmen gesetzlicher Betreuung unabhängig von Konfession, Geschlecht und Nationalität!

Sozialdienst
Katholischer
Männer
Moers-Xanten e.V.

Information und Beratung:
Ostring 1 _ 47441 Moers
Telefon: 02841 9010800
www.skm-moers-xanten.de

Rheinberg
natürlich niederrheinisch

Begegnungsstätten und Treffpunkte

Es gibt auch in Rheinberg eine Vielzahl von Einrichtungen für Senioren. Wenn Sie Anregungen für eine aktive Gestaltung Ihrer Freizeit und Kontakte zu anderen Menschen wünschen, haben Sie hierzu in den zahlreichen Treffpunkten Gelegenheit. Das gesellige Miteinander in gemütlicher Atmosphäre mit unterschiedlichen Programmen und Aktivitäten, wie z. B. Gesprächsrunden, Feste, Vorträge und Ausflüge, bietet für jeden Menschen eine Abwechslung. Schauen Sie sich die Treffpunkte in Ihrer Nachbarschaft doch einmal an.

Begegnungsstätte „Altes Zollhaus“
der kath. Kirchengemeinde Orsoy
Rheindamm 4
Tel.: 02844 1358 oder 2028

Öffnungszeiten:
Mo., Mi. u. Fr. 15.00 – 18.00 Uhr

© spuno - Fotolia

Seniorentreff Rheinberg

Die Veranstaltungen im Seniorentreff Rheinberg, Gelderstraße 50, wurden auf verschiedene Räumlichkeiten im Stadtgebiet ausgelagert. Bei Nachfragen hierzu wenden Sie sich bitte an die Stadt Rheinberg, Frau Cornelißen, Tel. 02843 171321

Begegnungsstätte im DRK-Heim Budberg

Leiterin: Frau Christel Ohletz
Rheinkamperstr. 7
Tel.: 02843 86097

Öffnungszeiten: Mi. 14.00 – 17.00 Uhr

Senioren-Treff Borth, Pastor-Wilden-Straße 2 (Pfarrheim)

Gisela Ingenpaß
Borther Str. 199
Tel.: 02802 8999420
E-Mail: gisela.ingenpass@gmail.com

Treffen:
jeden 3. Mittwoch 15.00 – 17.30 Uhr
Seniorengymnastik
jeden Mittwoch 10.00 – 10.45 Uhr

© Robert Kneschke – Fotolia

Ev. Kirchengemeinde Wallach-Ossenberg-Borth
Ev. Frauenhilfe
im Ev. Gemeindehaus Wallach
Wilhelmstr. 26, 47495 Rheinberg
Kontakt: Pfarrerin Thölke
Tel.: 02802 2656
Treffen:
3. Donnerstag im Monat 14.30 – 16.30 Uhr

Seniorenclub
St. Mariä Himmelfahrt
Ossenberg (Josefshaus)
Günter Meyer
Tel.: 02843 6719
Treffen:
4. Mittwoch im Monat 15.00 – 17.00 Uhr
im Josefshaus

Senioren-Treff Millingen
Maria Becker
Saalhoffer Str. 190
Tel.: 02843 50177
Treffen:
jeden Mittwoch 15.00 – 17.30 Uhr
im Ulrich Haus
Alpener Straße 365 a

Begegnungsstätte Reichelsiedlung Rheinberg
– Seniorentreff –
Eschenstr. 28
Tel.: 02843 80424
Treffen:
jeden 1. und 3. Montag 15.00 – 17.00 Uhr

Haus der Generationen Rheinberg

Grote Gert 50
47495 Rheinberg
Tel.: 02843 50159
kontakt@haus-der-generationen.eu
www.haus-der-generationen.eu
Bürozeiten sind montags, mittwochs, donnerstags und freitags 9.30 Uhr – 12.00 Uhr
Träger: Ev. Kirchengemeinde

Café Böhnchen
Jeden Sonntag 14.00 Uhr – 17.00 Uhr
Treffpunkt für alle – offenes Café

Böhnchen am Morgen
Einmal monatlich am ersten Donnerstag jeden Monats von 9.00 Uhr bis 11.30 Uhr laden wir zu einem reichhaltigen Frühstücksbuffet ein.

Böhnchen am Mittag
Jeden Mittwoch von 12:30 bis 13:30 Uhr wird ein Drei-Gänge-Menü zur Auswahl angeboten.
Bestellungen bis 9:30 Uhr am Tage unter 02843 50159 erbeten.

Demenzcafe – Café Augenblicke
Mit Angebot für demenziell Erkrankte und ihren Angehörigen
Jeden Mittwoch 9.30 Uhr – 12.30 Uhr

Seniorensport Fit im Alter
In geselliger Runde wird durch gezielte Übung die Fitness gestärkt und die Mobilität erhalten
Montag, Mittwoch 10.00 Uhr – 11.00 Uhr

Handarbeitskreis
Jeden ersten und dritten Mittwoch im Monat 14.30 Uhr

Bastelkreis
Jeden zweiten und vierten Dienstag im Monat 14.30 Uhr

Evangelische Frauenhilfe
Jeden zweiten und vierten Mittwoch im Monat um 15.00 Uhr
Ökumenisches Frauenfrühstück
Jeden letzten Dienstag im Monat um 9.30 Uhr

Beratungen im Haus der Generationen

Patientenverfügung und Vorsorgevollmacht
In einer kleinen Gruppe werden alle Fragen rund um dieses wichtige Thema beantwortet und Hilfestellung beim Ausfüllen eines Vordrucks gegeben.

Beistand und Hilfe
Ehrenamtliche Seniorenberatung
In Rentenfragen, durch Senioren – Kümmerer, Senioren-Wohnberatung, bei Demenzerkrankungen von Angehörigen. Haben Sie Fragen zu einem dieser Problemkreise oder benötigen Sie Hilfe? Dann nehmen Sie mit uns Kontakt auf. Wir versuchen Ihnen kompetent zu helfen.

© Getty Images

Bewegung und Freizeit

„Ich habe nie aktiv Sport getrieben, das kostete zu meiner Zeit viel zu viel Geld, außerdem hatten wir gar keine Zeit dafür, wir mussten immer lange arbeiten.

Heute im Alter soll ich damit noch einmal anfangen? Wo finde ich denn hier Anregungen und Sportmöglichkeiten, die meinem Alter und Gesundheitszustand entsprechen?“

Das Angebot in Rheinberg ist so groß. Fragen Sie doch einfach beim Stadtsportverband oder Sportamt nach. Dort erhalten Sie weitere Informationen! Bei der Vielzahl von Kursangeboten ist es leider nicht möglich, Termine und Veranstaltungsorte zu nennen.

Ansprechpartner und Telefonnummern sind im Internetauftritt der einzelnen Vereine und des Stadtsportverbandes (www.stadtsportverband-rheinberg.de) sowie beim Sportamt zu erhalten (Telefon 02843 171-118).

Hinweis:
Unter Umständen erstatten die Krankenkassen die Kosten für Sport-, Reha- und Gesundheitskurse. Lassen Sie sich also nicht gleich von der Kostenbeteiligung abschrecken und sprechen Sie mit Ihrer Krankenkasse.

Gesundheitswesen

Durch den medizinischen Fortschritt werden heute in einem noch vor wenigen Jahren kaum vorstellbaren Umfang Krankheiten verhindert und geheilt. Doch mit den Jahren kann die Häufigkeit der Krankheiten auch zunehmen. Ganz wichtig dafür, ob wir als ältere Menschen gesund bleiben und uns gesund fühlen, ist unsere Einstellung zum Leben. Wer Anteil nimmt am Leben, Kontakte und Freundschaften pflegt, die vielfältigen Möglichkeiten nutzt, Sinnvolles und Nützliches zu tun, sich zu engagieren und auch schöne Dinge und Erfahrungen des Lebens jeden Tag zu genießen, der ist weniger anfällig für Krankheiten bzw. wird schneller wieder gesund.

Und noch etwas ganz Wichtiges:
Lassen Sie nie den Kontakt zu Freunden, Bekannten und Nachbarn abreißen. Wenn Sie Hilfe brauchen, sind freundliche Menschen in erreichbarer Nähe, die Sie gerne unterstützen.

Notdienst-Zentrale
Tel.: 0180 5044 100

Krankentransporte
Tel.: 0281 19222

Zahnärzte
Dr. H. Peter Houcken
Anja Kukkonen-Houcken
Gemeinschaftspraxis
Rheinberger Str. 82
47495 Rheinberg
Ruf 02843-1244
Fax 02843-1255
Öffnungszeiten: Mo., Di. u. Do. 8.00 – 12.00 Uhr u. 14.00 – 18.00 Uhr
Mi. 8.00 – 12.00 Uhr
Fr. 8.00 – 13.00 Uhr
oder nach Vereinbarung
Barrierefreier Zugang • Aufzug im Haus

Gesunde Zähne in der zweiten Lebenshälfte
Wir Menschen werden zunehmend gesundheitsbewusster. Der Trend, gesund und attraktiv bis ins hohe Alter zu sein, ist ungebrochen. Dazu gehört auch ein hohes Maß an Mundgesundheit. Bei der zahnmedizinischen Betreuung von Menschen in der zweiten Lebenshälfte gibt es einige Besonderheiten zu beachten. Für die eigene Gesundheit kann jeder eine Menge tun.
Zunächst ist ein Verständnis für die Entstehung von Krankheiten in der Mundhöhle sinnvoll. Uns Menschen plagen nach wie vor die beiden Erkrankungen Karies und Parodontitis. Ursache hierfür ist der Angriff von Bakterien auf unsere Zähne und den Zahnhalteapparat. Die meisten, vor allem ältere Patienten schätzen den eigenen Behandlungsbedarf nicht korrekt ein. Viele Erkrankungen in der Mundhöhle fangen zunächst harmlos und schmerzfrei, also unbemerkt an. Immer mehr wissenschaftliche Ergebnisse zeigen zudem einen Zusammenhang zwischen Erkrankungen in der Mundhöhle und Erkrankungen an anderen Organen des Körpers. Auch wenn Sie selbst nicht das Gefühl haben, zum Zahnarzt gehen zu müssen, bitte vereinbaren Sie zweimal pro Jahr einen Termin zur Vorsorgeuntersuchung.

Vorsorge vor Karies und Parodontitis
Viele wissenschaftliche Studien belegen die Möglichkeit, durch wirksame Maßnahmen eine effektive Vorbeugung vor Krankheiten in der Mundhöhle zu erreichen. Der beste Schutz für unsere Zähne und den Zahnhalteapparat besteht aus richtiger Ernährung, einer optimalen häuslichen Mundhygiene und den regelmäßigen professionellen Zahnreinigungen beim Zahnarzt. Zu Hause werden morgens und abends für jeweils drei Minuten die Zähne geputzt. Zusätzlich sollten die Zahnzwischenräume mit Zahnseide oder Zwischenraumbürstchen gepflegt werden. Ist herausnehmbarer Zahnersatz vorhanden, sollte dieser ebenfalls zweimal pro Tag, am besten nach der Pflege der Mundhöhle, geputzt werden. Das geschieht mit einer normalen Zahnbürste oder einer speziellen Prothesenbürste.

Professionelle Zahnreinigung
In den allermeisten Fällen werden trotz guter Motivation und richtigen Mundhygieneartikeln nicht alle Bakterien entfernt. In versteckten Nischen vermehren sich die Erreger. Daher ist eine professionelle Zahnreinigung in regelmäßigen Abständen ein Muss. Für die meisten Menschen ist dies zweimal pro Jahr ausreichend, in einigen Fällen, z.B. beim Vorhandensein von Implantaten, umfangreicher Prothetik oder Fehlstellungen der Zähne sollte die professionelle Zahnreinigung alle drei Monate erfolgen. Ohne professionelle Hilfe ist die Wahrscheinlichkeit, an Karies und Parodontitis zu erkranken, sehr hoch.
Stetig steigt die Zahl der Menschen, die dieses Konzept verstanden haben. Durch funktionierende Maßnahmen in der Vorsorge vor Karies und Parodontitis konnte in den letzten Jahren die Zahl der zahnlosen älteren Menschen gesenkt werden. Greifen alle Maßnahmen, können die Zähne bis ins hohe Alter behalten werden.
Auch herausnehmbarer Zahnersatz sollte regelmäßig professionell gepflegt werden. In einem zahntechnischen Labor wird der Zahnersatz in einem speziellen Gerät grundgereinigt, danach durch einen Zahntechniker der Zahnersatz poliert und Übergänge geglättet.

Zahnersatz
Fehlende Zähne gehören bei den meisten Menschen in der zweiten Lebenshälfte jedoch noch immer zur vorherrschenden Situation im Mund. Nach wie vor ist der herausnehmbare Zahnersatz in der Gruppe der über 70-Jährigen am häufigsten anzutreffen. Bei der Planung und Durchführung der Therapie mit Zahnersatz sollte stets die Erhaltung der noch vorhandenen Zähne im Vordergrund stehen. Der neue Zahnersatz soll möglichst lange halten. Wichtige Kriterien bei der Planung sind die Pflegbarkeit, Reparierbarkeit und Erweiterbarkeit. Selbstverständlich kann jeder Zahnersatz perfekt und gesund aussehen.

Implantate
Fehlen Zähne, baut sich in diesen Bereichen der Mundhöhle der Kieferknochen stetig ab. Für Menschen, bei denen seit vielen Jahren Zahnlosigkeit besteht, wird es immer schwieriger, eine Totalprothese zum Halten zu bekommen. Dies ist vor allem im Unterkiefer problematisch. In den meisten Fällen hilft das Einsetzen von zwei oder vier künstlichen Zahnwurzeln (Implantate). Nach Abschätzung der allgemeinmedizinischen Situation kann eine Implantation auch bei Menschen über 80 Jahre sanft und problemlos erfolgen. Die lockere Prothese gehört dann der Vergangenheit an.

Betreuungskonzept
Häufig hören wir in der Praxis den Satz: „Die Zähne gehen mit dem Alter doch sowieso verloren." Das muss nicht sein. Wenn Sie den Wunsch haben, mit hoher Wahrscheinlichkeit alle oder viele Ihrer eigenen Zähne bis ins hohe Alter zu erhalten oder Zahnersatz zu tragen, der Ihnen Sicherheit und Kauvermögen vermittelt, dann geht es nicht ohne ein Betreuungskonzept. Die Bausteine für eine sichere Erhaltung Ihrer Mundgesundheit sind: regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen alle sechs Monate beim Zahnarzt, regelmäßige und effektive Mundhygiene durch Sie selbst zu Hause und regelmäßige professionelle Zahnreinigungen beim Zahnarzt.

Dr. med. dent. Markus Tosse MSc
Praxis für Zahnheilkunde und Oralchirurgie
am St. Marienhospital Rheinberg-Orsoy

Gesundheitsvorsorge: Was zahlt die Krankenkasse?
Gesundheitsvorsorge ist eine der Strategien, um den zukünftigen Kosten des Gesundheitssystems entgegenzuwirken. Deshalb investieren die Krankenkassen und auch der Gesetzgeber viel Geld in die Durchführung von Vorsorgeuntersuchungen. Nach dem Motto „Vorbeugen ist günstiger als heilen“, werden ab einem bestimmten Alter und bei bestimmten individuellen Voraussetzungen Gesundheitsuntersuchungen durch die Krankenkasse übernommen. Ab einem Alter von 35 Jahren können alle gesetzlich Krankenversicherten alle zwei Jahre eine allgemeine Gesundheitsuntersuchung durchführen lassen. Hierbei liegt der Fokus auf der Früherkennung von chronischen Erkrankungen, wie zum Beispiel der Zuckerkrankheit (Diabetes mellitus) sowie bestimmte Herz- und Kreislauferkrankungen, wie zum Beispiel der Koronaren Herzkrankheit (KHK). Für Frauen besteht ab dem 30. Lebensjahr jährlich die Möglichkeit, zur Früherkennungsuntersuchung zur Vorbeugung von Brustkrebs zu gehen.

Im Alter von 50 bis 70 Jahren können Frauen zudem alle zwei Jahre das sogenannte Mammografie-Screening durchführen lassen. Männer können einmal jährlich ab dem 45. Lebensjahr zur Prostatakrebsvorsorge gehen. Zudem besteht die Möglichkeit, ab dem 35. Lebensjahr, alle zwei Jahre das Hautkrebs-Screening beim Dermatologen durchführen zu lassen. Ab dem 55. Lebensjahr können zwei Darmspiegelungen im Abstand von jeweils zehn Jahren zur Früherkennung von Darmkrebs durchgeführt werden. Ab dem 60. Lebensjahr können Sie zudem die kostenlose Grippeschutzimpfung in Anspruch nehmen. Daneben sind auch Impfauffrischungen für Tetanus, Masern und Diphtherie obligatorisch.

Gesundheitsinformationen im Netz

Im Internet lassen sich zahlreiche Informationsquellen für Ihre eigene Gesundheit ausfindig machen. Aufgrund des großen Angebots an Treffern bei der Eingabe in die Suchmaschine kann man oft nur schlecht herausfiltern, welche Informationen sinnvoll und welche eher dem Verkauf von diversen Gesundheitsleistungen dienen. Grundsätzlich empfiehlt sich die Seite des Bundesgesundheitsministeriums. Diese enthält zahlreiche Verweise auf nahezu alle Themen des Gesundheitsbereichs sowie zum Thema Pflege. Die Internetseite ist über folgende Adresse im Internet-Browser erreichbar: www.bmg.bund.de. Ebenfalls empfehlenswert ist die Internetseite des Spitzenverbandes der gesetzlichen Krankenversicherung.

© Getty Images/iStockphoto

Krankenhäuser

Wenn ein Krankenhausaufenthalt erforderlich wird, sollten Sie diesen mit Ihrem Arzt gemeinsam planen. Dabei werden Sie ein Haus aufsuchen, in dem Ihr Leiden sachkundig und gut behandelt werden kann.

Die örtliche Lage des Krankenhauses sollte so sein, dass Ihre Angehörigen Sie besuchen können, wann sie es wollen.

Vergessen Sie nicht über alle wichtigen Dinge, wie z. B. über Ihre persönlichen Unterlagen, Vollmachten und Patientenverfügung, mit Ihren Angehörigen zu sprechen. Vor der Rückkehr aus dem Krankenhaus sollte Ihre Wohnung vorbereitet und Ihren Bedürfnissen entsprechend angepasst werden.

Optimal

hören, sehen + aussehen

mit 1A-Qualität, optimalem Service und günstigen Preisen

Brillen & Contactlinsen
Wiesner
• präzise Augenprüfung
• Gleitsicht-Spezialisten
• vergrößernde Sehhilfen
• Bildschirmlesegeräte
• Senioren-Telefone

Auch bei eingeschränkter Mobilität
Hausbesuchs-Service
Wir kommen zu Ihnen mit unserer mobilen Mess-, Anpass- und Montagetechnik.

Hörgeräte-Fachinstitut
Wiesner
Neueste digitale Hörgerätetechnik
für Ihr bestes Verstehen

Wiesner
Kamp-Lintfort Moerser Str. 268 Tel. 02842/91530
Rheinberg Bahnhofstr. 10 Tel. 02843/3555
Moers-Repelen Lintforter Str. 105 Tel. 02841/74141

St.-Josef-Krankenhaus Moers – Betriebsstelle Rheinberg:
St. Nikolaus/Abt. Psychiatrie
Orsoyer Str. 55
Tel.: 02843 179-0

St. Nikolaus Hospital Rheinberg
Gerontopsychiatrische Beratungsstelle
Orsoyer Str. 55
Ansprechpartnerin: Frau Bettina Schilling
Tel.: 02843 179-148

Krankenhaus Bethanien Moers
Freie gemeinnützige Stiftung mit Altenkrankenheim
Bethanienstr. 21
Tel.: 02841 200-0

St.-Bernhard-Hospital Kamp-Lintfort
Bürgermeister-Schmelzing-Str. 90
Tel.: 02842 7080

St.-Josef-Hospital Xanten
In der Hees 4
Tel.: 02801 7100

Die Ergotherapie
Anna Neuhaus
Ergotherapie für alle Altersgruppen
Anna Neuhaus
Staatl. geprüfte Ergotherapeutin
Telefon: 0 28 43 / 9 03 90 37
Telefax: 0 28 43 / 9 03 90 47
▪ *Therapie nach Schlaganfall, bei Rheuma, Arthrose, Schwindel, Parkinson, Demenz u. a., sowie Angehörigenberatung.*
▪ *Termine Mo.–Fr. nach Vereinbarung (auch Hausbesuche möglich)*
Hubert-Underberg-Allee 8 ▪ 47495 Rheinberg
E-Mail: praxis@die-ergotherapie.com ▪ Web: www.die-ergotherapie.com

Apotheken-Notdienst

In jeder Apotheke ist der nächstliegende Bereitschaftsdienst ausgehängt. Die Bereitschaft im Notdienst dauert von 18.30 bis 8.00 Uhr. Fragen Sie Ihren Apotheker nach dem Notdienstkalender!

Krankenkassen (Auswahl)

AOK
Allgemeine Ortskrankenkasse
Bahnhofstr. 5
Tel.: 02843 178-0

DAK
Deutsche Angestellten Krankenkasse
Neustr. 37 a
47441 Moers
Tel.: 02841 886040

BEK
Barmer Ersatzkasse
Mühlenstr. 20
47441 Moers
Tel.: 0800 332060680

TK (Duisburg)
Techniker Krankenkasse
Schifferstr. 166
Tel.: 0203 9924-0 oder 0800 2858585

Knappschaft
Moerser Str. 221
47475 Kamp-Lintfort
Tel.: 02842 921

Die Pflegeversicherung im Überblick

Seit dem 01.04.1995 finanzieren die Pflegekassen Leistungen im häuslichen und teilstationären Bereich. Leistungen für die stationäre Pflege gibt es seit Juli 1996.

Die für Sie zuständige Pflegekasse ist bei Ihrer Krankenversicherung eingerichtet. Mitglied der Pflegeversicherung werden Sie ohne einen besonderen Antrag. Wenn Sie in einer privaten Krankenversicherung versichert sind, beispielsweise als Beamtin oder Beamter, sind Sie nicht Mitglied der sozialen Pflegeversicherung, sondern der privaten Pflegeversicherung.

Die Pflegereform

Durch die zweistufige Pflegereform möchte das Bundesgesundheitsministerium die pflegerische Versorgung deutlich verbessern. Bereits seit dem 1. Januar 2015 wurden die Leistungen für Pflegebedürftige und deren Angehörige deutlich ausgeweitet. Das zweite Pflegestärkungsgesetz soll voraussichtlich 2017 inkraft treten. Durch das Gesetz wird der individuelle Unterstützungsbedarf jedes Einzelnen in den Fokus gestellt.

Die Pflegestufen

Die Pflegebedürftigen werden je nach Grad der Pflegebedürftigkeit einer von drei Pflegestufen zugeordnet.
Menschen mit Demenz haben eine so genannte „eingeschränkte Alltagskompetenz". Zwar gibt es keine eigene Demenz-Pflegestufe, doch es stehen Ihnen im Falle von Demenz weitere Leistungen seitens der Pflegekasse zu. Diese wurden zum Januar 2013 durch das Pflege-Neuausrichtungs-Gesetz festgelegt.

Pflegestufe 0
Durch das Pflege-Neuausrichtungs-Gesetz haben seit Januar 2013 erstmals Personen mit der Pflegestufe 0 einen Anspruch auf Pflegegeld und Pflegesachleistungen. In die Pflegestufe 0 fallen Patienten, die keinen oder einen nur sehr geringen Pflegebedarf haben, ihren Alltag jedoch trotzdem nicht selbstständig bewältigen können.

Pflegestufe I (erheblich Pflegebedürftige)
Darunter fallen alle Personen, die bei der Körperpflege, beim Essen oder Bewegen für wenigstens zwei Verrichtungen aus einem oder mehreren Bereichen mindestens einmal täglich Hilfe benötigen und zusätzlich mehrfach in der Woche bei der hauswirtschaftlichen Versorgung unterstützt werden müssen.

Pflegestufe II (Schwerpflegebedürftige)
Dazu zählen alle Personen, die bei der Körperpflege, beim Essen oder Bewegen mindestens dreimal täglich zu unterschiedlichen Tageszeiten Hilfe brauchen und zusätzlich mehrfach in der Woche bei der hauswirtschaftlichen Versorgung unterstützt werden müssen.

Pflegestufe III (Schwerstpflegebedürftige)
Hier sind alle Personen zugeordnet, die täglich rund um die Uhr, auch nachts, Hilfe bei der Körperpflege, beim Essen und Bewegen brauchen und zusätzlich mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen.

Für die sogenannte Grundpflege (Körperpflege, Toilettengänge, Kleiden, Nahrungsaufnahme) müssen folgende Zeiten aufgewendet werden:

Pflegestufe I	46 Minuten
Pflegestufe II	120 Minuten
Pflegestufe III	240 Minuten

Leistungen der ambulanten/häuslichen Pflege

	(Leistungen monatlich)	
	Sachleistung	**Geldleistung**
Pflegestufe I – erheblich pflegebedürftig:	468,– Euro	244,– Euro
Pflegestufe II – schwer pflegebedürftig:	1.144,– Euro	458,– Euro
Pflegestufe III – schwerstpflegebedürftig:	1.612,– Euro	728,– Euro
in Härtefällen:	1995,– Euro	

... pflegebedürftig?
Im Dienstgebäude Orsoyer Straße 18 (über Takko und Rossmann) in Rheinberg erreichen Sie die Pflegeberatung unter folgenden Rufnummern:

· Frau Schünke, Tel.: 02843 171-318
· Frau Brey, Tel.: 02843 171-320

Sprechen Sie bitte einen Termin zur Beratung telefonisch ab. Auf Wunsch erfolgt die Beratung auch bei dem Betroffenen zu Hause.

Die Pflegeleistungen

Pflegegeld und Pflegesachleistungen können auch kombiniert werden. Sollten Sie sich als Pflegebedürftige/Pflegebedürftiger vorübergehend im Ausland aufhalten, z. B. um eine Urlaubsreise zu machen, ist eine Weitergewährung von Pflegeleistungen bis zu sechs Wochen im Jahr möglich. Nähere Auskünfte hierzu erteilt Ihnen Ihre Pflegekasse. Pflegehilfsmittel werden übernommen, wenn sie die Pflege erleichtern, die Beschwerden des Pflegebedürftigen lindern oder eine selbstständigere Lebensführung ermöglichen, allerdings nur dann, wenn sie nicht bereits von der Krankenkasse gestellt werden.

Zuschüsse bis zu 4000,– Euro pro Gesamtmaßnahme können die Pflegekassen für Maßnahmen zahlen, die das individuelle Wohnumfeld verbessern. Damit kann z. B. eine Wohnung rollstuhlgerecht umgebaut werden o. Ä.

Tages- oder Nachtpflege

Eine teilstationäre Pflege soll finanziert werden, wenn die häusliche Pflege nicht ausreichend gewährleistet werden kann. Dafür gelten dann die für die Pflegesachleistungen festgelegten Höchstsätze.

Pflegestufe I	468,– Euro
Pflegestufe II	1144,– Euro
Pflegestufe III	1612,– Euro

Die Kurzzeitpflege, eine kurzzeitige vollstationäre Pflege, kann in Anspruch genommen werden, wenn die häusliche Pflege zeitweise nicht im erforderlichen Umfang geleistet werden kann. Sie beschränkt sich auf vier Wochen im Kalenderjahr.

Kann die Pflegeperson wegen Krankheit, Erholungsurlaub oder in sonstigen Krisensituationen die Pflege nicht durchführen, werden die Kosten für eine Ersatzpflegekraft (Verhinderungspflege – kann auch stationär erfolgen) für längstens vier Wochen im Kalenderjahr übernommen.

Für Pflegepersonen werden auf Antrag Beiträge zur Rentenversicherung gezahlt und sie sind in der gesetzlichen Unfallversicherung versichert, soweit bestimmte Voraussetzungen erfüllt sind.

Leistungen bei stationärer Pflege

Pflege in Heimen
Seit dem 1. Juli 1996 erhalten auch die Pflegebedürftigen in Heimen Leistungen der Pflegeversicherung. Dadurch werden viele der bisher auf Sozialhilfe angewiesenen Bewohner unabhängig von dieser Hilfeleistung.

Diese sogenannten stationären Pflegeleistungen sind bei Ihrer Kranken-/Pflegekasse zu beantragen, auch dann, wenn schon eine Einstufung für die häusliche Pflege vorgenommen wurde.

Die Entscheidung darüber, ob jemand heimpflegebedürftig oder heimbedürftig ist, trifft der Medizinische Dienst der Krankenkassen (MdK). Erst wenn diese Entscheidung vorliegt, kann ein Umzug in ein Heim erfolgen.

Die Leistungen der Pflegekasse beinhalten die Kosten der Grundpflege, die soziale Betreuung und die medizinische Behandlungspflege. Sie gliedern sich in drei Pflegestufen:

Für Pflegebedürftige

der Pflegestufe I	monatlich 1064,– Euro
der Pflegestufe II	monatlich 1330,– Euro
der Pflegestufe III	monatlich 1612,– Euro
in Härtefällen	monatlich 1995,– Euro

Reichen die Leistungen der Pflegekasse und die eigenen Einkünfte nicht aus, um die Heimkosten zu decken, besteht die Möglichkeit, über das Heim ein Pflegewohngeld zu beantragen oder aber die Leistungen der Sozialhilfe in Anspruch zu nehmen.

© Getty Images/Monkey Business

Papiere und Urkunden

Da Sie bestimmte Urkunden, Bescheinigungen und Dokumente immer wieder vorweisen und vorlegen müssen, um z. B. Leistungen beantragen zu können oder Vergünstigungen zu erhalten, ist es sinnvoll, die einzelnen Papiere zusammengefasst an einem bestimmten Ort aufzubewahren.

Dies geschieht am besten in der Weise, dass Sie einen Ordner für Ihre Papiere anlegen, der folgenden Inhalt haben sollte:

- Geburtsurkunde, Heiratsurkunde, Familienstammbuch
- Sparbücher, Bankdepot
- Versicherungs- und Sterbegeldpolicen
- Sozialversicherungsunterlagen
- Rentenbescheide
- Mietvertrag, Mietbücher, Mietquittungen
- bei Hausbesitz:
  Grundbuchauszug und andere Unterlagen
- Abonnementsverträge
- Testament
- Vermögensverzeichnis
- Anschriftenverzeichnis der näheren Angehörigen und Freunde
- sonstige wichtige persönliche Papiere
- Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung

Betreuungsverfügung und Vorsorgevollmacht

Die Betreuung umfasst alle Tätigkeiten, die erforderlich sind, um im zugewiesenen Aufgabenkreis die Angelegenheiten des Betreuten rechtlich zu besorgen. Damit wird verdeutlicht, dass es nicht zum Aufgabenbereich der Betreuungsperson gehört, fürsorgerische oder soziale Tätigkeiten wahrzunehmen, die anderen Diensten obliegen oder sich ausschließlich im kreativen Bereich bewegen.
Mit dieser Grenzziehung wird allerdings der Anspruch des Betroffenen auf persönliche Betreuung nicht einge-

Seniorenstift Bethanien

In guter Gesellschaft

Das Seniorenstift Bethanien betreut und pflegt 206 Menschen, auch kurzzeitig, rund um die Uhr. Ein umfangreiches Freizeitangebot bietet viele Möglichkeiten der Abwechslung.
Die Nähe zum Krankenhaus Bethanien gewährleistet jederzeit eine zuverlässige medizinische Versorgung.
Wir informieren und beraten Sie gern.

Das Seniorenstift in Zahlen

- 206 Betten
- 172 Zimmer
- 138 Einzelzimmer
- 34 Doppelzimmer

Seniorenstift Bethanien
Wittfeldstraße 31
47441 Moers
Tel.: 02841/200-2101
Fax: 02841/200-2150

seniorenstift@bethanienmoers.de
www.bethanien-moers.de/seniorenstift

BETHANIEN

schränkt. Die rechtliche Betreuung hat nach den Wünschen und Vorstellungen des Betroffenen zu erfolgen. Zur rechtlichen Besorgung seiner Angelegenheiten gehört deshalb nicht nur das eigentliche rechtsgeschäftliche Handeln für den Betroffenen, sondern auch alle dieses Handeln vorbereitenden Maßnahmen. Bei der Betreuungsverfügung/Vorsorgevollmacht wird eine Person Ihres Vertrauens allgemein oder beschränkt bevollmächtigt, einzelne Angelegenheiten in Ihrem Sinne zu erledigen, wenn Sie selbst dazu nicht in der Lage sind.

Grundsätzlich hat die Betreuungsverfügung/Vorsorgevollmacht Vorrang vor dem amtlich bestellten Betreuer.

Bei Fragen zu diesem Thema wenden Sie sich an:

Kreis Wesel – Betreuungsstelle
Herr Scholz
Reeser Landstr. 31, 46483 Wesel
Tel.: 0281 207-2448

Amtsgericht
Rheinstr. 67, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 1730

Stadt Rheinberg – Fachbereich Soziales, Schule und Sport
Orsoyer Str. 18, I. Etage
– Pflegeberatung –
Frau Brey, Zimmer 8
Tel.: 02843 171-320

Frau Schünke, Zimmer 10
Tel.: 02843 171-318

Seniorenheime und Pflegedienste

Die meisten Menschen wollen und sollen auch so lange wie möglich in den eigenen vier Wänden leben. Jeder ältere Mensch sollte sich jedoch so früh wie möglich mit der Frage beschäftigen, unter welchen Umständen ein Umzug in ein Heim angeraten und sinnvoll ist.

Schauen Sie sich möglichst frühzeitig verschiedene Altenheime an, damit Sie Vergleichsmöglichkeiten haben. Die meisten Altenheime bieten auch Pflege an.

Wenn Ihre Rente und eventuelle Leistungen aus der Pflegeversicherung für die Heimkosten nicht reichen, haben Sie Anspruch auf Sozialhilfe. Informationen erhalten Sie beim Sozialamt. Altenheime sind für ältere Menschen gedacht, die zu einer selbstständigen Lebensführung, auch mithilfe von ambulanten Diensten, nicht mehr in der Lage sind, aber keiner besonderen Pflege bedürfen.

Bei neueren Altenheimen gehört zu den Bewohnerzimmern ein eigener Sanitärbereich mit Toilette und Dusche. Alle Altenheime haben daneben eine Reihe von Gemeinschaftsräumen. In diesen Räumlichkeiten bieten die Heime vielseitige Möglichkeiten zur Freizeitgestaltung an: Gymnastik, Lesegruppen, Basteln, Gesang, Sprachkurse, Schwimmen und vieles mehr.

In Pflegeheime werden Menschen aufgenommen, die wegen Krankheit oder Behinderung für längere Zeit oder dauernd umfassende Betreuung und qualifizierte Pflege benötigen. Pflegeheime sind nach Bau, Ausstattung und Personalbesetzung so gestaltet, dass Sie die Pflegebedürftigen sowohl versorgen als auch darüber hinaus deren

Privates
Alten- und Pflegeheim
»Am Kattewall GmbH«

47495 Rheinberg
Telefon (0 28 43) 45 00
E-Mail: aph.gmbh@arcor.de

Ansprechpartner: Jan Noordam

Evangelisches Pflegeheim
Orsoy

Begegnung von
Mensch zu Mensch

Evangelisches Alten- und Pflegeheim Orsoy gGmbH
Ostwall 2 • 47495 Rheinberg
Telefon 02844 94-0 • www.altenheim-orsoy.de

Diakonie

verbliebene Kräfte durch eine aktivierende Pflege und durch Rehabilitationsmaßnahmen verbessern können.

In Rheinberg bestehen die meisten Heime für ältere Menschen aus einer Kombination von Alten- und Pflegeheimplätzen, sodass Nutzer von Altenheimplätzen auch bei Eintritt der Pflegebedürftigkeit nicht in ein anderes Heim überwechseln müssen. Wer Pflichten hat, der hat natürlich auch Rechte. Als Heimbewohner haben Sie spezielle Rechte, die Ihnen das Heimgesetz garantiert. Es räumt Ihnen ein Mitwirkungsrecht in allen Angelegenheiten des Heimbetriebes ein. Diese Mitwirkung erfolgt durch einen Heimbeirat, der alle zwei Jahre zu wählen ist. Er soll die Interessen der Heimbewohner vertreten.

Wegen der besonderen Schutzbedürftigkeit älterer pflegebedürftiger Personen hat der Gesetzgeber eine Heimaufsicht vorgeschrieben. Wenn Sie glauben, berechtigten Grund zur Klage zu haben, und Gespräche mit der Heimleitung nicht weiterführen, können Sie sich unmittelbar an die Heimaufsicht wenden.

Senioren- und Pflegeheime in Rheinberg

Ev. Alten- und Pflegeheim GmbH
Ostwall 2, 47495 Rheinberg/Orsoy
Tel.: 02844 94-0

St.-Thekla-Haus
Alten- und Pflegeheim
Am Park 11, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 926-0

Alten- und Pflegeheim
Am Kattewall
Orsoyer Str. 36, 47495 Rheinberg
Tel.: 02843 4500

Pflegezentrum Niederrhein GmbH & Co. KG
Filiale Pflegezentrum Am Wiesenhof
Xantener Str. 5, 47495 Rheinberg
Ansprechpartner: Brigitte Kiesendahl
Tel.: 02843 922-100

Kurzzeitpflege

Für den Bedarf einer Pflege auf Zeit kann es mehrere Gründe geben, z. B.:

- Abwesenheit oder Erkrankung der pflegenden Angehörigen
- vorübergehender Bedarf nach einem Krankenhausaufenthalt oder während einer schweren Erkrankung

Bitte sprechen Sie infrage kommende Heime direkt an.

© Getty Images/iStockphoto

Ambulanter Pflegedienst

Ambulante Dienste wie Sozialstationen, private gewerbliche Pflegedienste und mobile soziale Dienste unterstützen, wenn Hilfe und Pflege in der häuslichen Umgebung gebraucht werden.

Die ambulante Pflege wird von geschultem Personal geleistet. Pflegerinnen und Pfleger helfen beim:
- Aufstehen, Umbetten, Bettenmachen
- Essen und Trinken
- An- und Entkleiden, Körperpflege

Entsprechend der ärztlichen Verordnung kann die ambulante Pflege auch umfassen:
- Verbandwechsel
- Vorbeugung und Behandlung des Wundliegens, Injektionen, Blutdruckmessen, Gymnastik, Inhalation und andere krankenpflegerische Maßnahmen

Unter bestimmten Voraussetzungen werden die Kosten von Ihrer Krankenkasse ganz oder teilweise übernommen. Nähere Auskünfte bekommen Sie bei den Sozialstationen oder Ihrer Krankenkasse.

Caritasverband Moers-Xanten
Rheinberg, Grote Gert 44
Tel.: 02843 9068270

Grafschafter Diakonie gGmbH
Rheinberg, Rheinstr. 65,
Tel.: 02843 4640

Deutsches Rotes Kreuz Rheinberg
Rheinberg, Melkweg 3
Tel.: 02843 90630

Nina & Ralf GbR
Rheinberg, Rheinstr. 19
Tel.: 02843 901539

24h-Betreuung

PROMEDICA PLUS
Die Betreuung und Pflege daheim, wird seitens der Pflege und Krankenkasse, mit bis zu 929,50 Euro pro Monat bezuschusst*
24h Betreuung und Pflege zu Hause
• Fürsorglich
• In hoher Qualität
• Zu fairen Preisen

* Beispielrechnung, abhängig von der Pflegestufe
Beratung und Information:
Tel. 02064 – 970 88 66

PROMEDICA PLUS Region-Kreis-Wesel
ehemals pflegeagenturplus - Dinslaken
Inhaber: Paul Fülbrandt
pflegeagenturplus
Steigerstr. 13 | Büro im Ledigenheim Lohberg
46537 Dinslaken
info@region-kreis-wesel.promedicaplus.de
www.region-kreis-wesel-promedicaplus.de

Gerade für das Wohlbefinden im Alter hat die eigene Wohnung ganz besondere Bedeutung. Oft ist das Leben in den eigenen vier Wänden sehr beschwerlich und kann nur mit geeigneten Hilfsmitteln aufrechterhalten werden. Pflegehilfsmittel wie Krankenbetten, Rollstühle, Toilettenstühle und anderes erleichtern die Pflege und Versorgung älterer Menschen.

Mahlzeitendienst

Essen auf Rädern wird in Rheinberg von allen ambulanten Pflegediensten (Kontaktdaten s. ambulante Pflegedienste) angeboten und organisiert. Ältere, behinderte und kranke Menschen, die sich nicht selbst eine warme Mahlzeit zubereiten möchten, können sich Essen auf Rädern bringen lassen. Das Essen kann wöchentlich im Voraus nach einem Speiseplan bestellt werden und wird in Folie verpackt geliefert.

Hausnotruf

Es gibt verschiedene Notrufsysteme, die bei plötzlich auftretenden Notfällen über eine Zentrale direkt Hilfe herbeirufen.

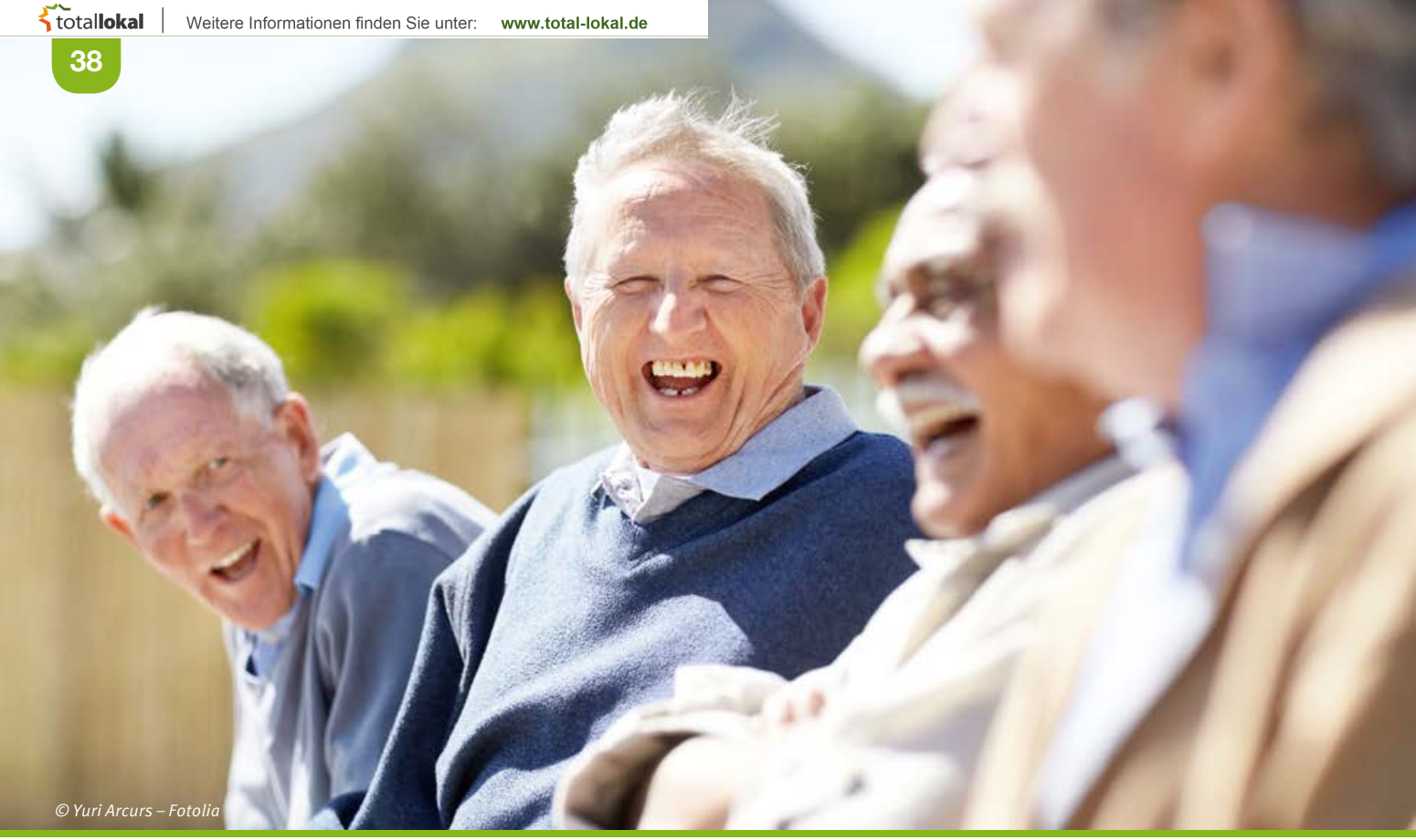
© Dan Race - Fotolia

Schutzengel auf Knopfdruck!
Der Johanniter-Hausnotruf.

Schnelle Hilfe unserer Schutzengel am linken Niederrhein.
Für die Städte Moers, Kamp-Lintfort, Neukirchen-Vluyn,
Rheinberg und Rheurdt.

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.
Regionalverband Niederrhein
Tel. 02066 4026040
hausnotruf.moers@johanniter.de
www.johanniter.de/niederrhein

DIE JOHANNITER
Aus Liebe zum Leben



© Yuri Arcurs – Fotolia

Die von Ihnen gewünschten Ansprechpartner (z. B. Angehörige oder Nachbarn) werden schnell informiert.

Alle in Rheinberg ansässigen ambulanten Pflegedienste bieten den Hausnotruf – auch Funkfinger genannt – an (Kontaktdaten finden Sie unter ambulante Pflegedienste).

Was tun bei Demenz?

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.

Folgende Institutionen bieten kostenlose Demenzberatung an:

Demenz-Servicezentrum Niederrhein
St. Bonifatius-Haus, Franz-Etzel-Platz 15, 46483 Wesel,
Tel.: 0281 34178-23
Fax: 0281 34178-13
E-Mail:
demenzservicezentrum-niederrhein@caritas-wesel.de

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle
St. Nikolaus Hospital Rheinberg
Frau Schilling
Tel.: 02843 179-148
Fax: 02843 179-202
E-Mail: rh.schilling@st-josef-moers.de

⇨ Deutsche Alzheimer-Gesellschaft
Über die Service-Nummer 01803 171017 oder im Internet unter www.deutsche-alzheimer.de können Sie sich als Betroffener, Angehöriger und Ratsuchender bundesweit von der Deutschen Alzheimer-Gesellschaft für 9 Cent pro Minute – aus Handynetze nicht erreichbar – qualifiziert beraten lassen.

Rechtliche Vorschriften
Zum 01. Juli 2008 ist das Gesetz zur Weiterentwicklung der Pflegeversicherung (PfWG) in Kraft getreten, das den Betreuungsaufwand für Demenzkranke und andere Menschen mit besonderen Betreuungsbedarfen stärker berücksichtigt. Seit dem 01.01.2015 ist das I. Pflegestärkungsgesetz (PSG I) in Kraft getreten, welches die Pflege zu Hause verstärkt und die Pflegestufen mit und ohne Demenz berücksichtigt sowie die pflegenden Angehörigen unterstützt. Ab 2017 soll das II. Pflegestärkungsgesetz (PSG II) rechtswirksam werden.

© Ingo Bartussek - Fotolia

Die Hausfeen
Die Hausfeen
Setzen Sie auf Qualität und Vertrauen
Die Hausfeen
www.diehausfeen.de
info@diehausfeen.de
Ramona Spörkel & Thomas Mürmann GbR
Pastoratstraße 37
47506 Neukirchen-Vluyn
0162-7928053
02845-3096699

Kirchengemeinden

Wenn Sie Anregungen für eine aktive Gestaltung Ihrer Freizeit und Kontakte zu anderen Menschen wünschen, helfen Ihnen die ehrenamtlichen Kräfte dieser Einrichtungen. Erkundigen Sie sich doch einmal in Ihrer Kirchengemeinde (Hauptpastor für vier Gemeinden).

Evangelische Kirchen

Ev. Kirchengemeinde Rheinberg
Innenwall 89
Tel.: 02843 2204 und Tel.: 02843 2923

Ev. Kirchengemeinde Orsoy
Gemeindehaus, Egerstr. 13
Tel.: 02844 2764

Ev. Kirchengemeinde Alpen
Vorburg 2, Tel.: 02802 4140
für Millingen und Alpsray

Gemeindezentrum Grote Gert
Grote Gert 50
Tel.: 02843 80721

Ev. Kirchengemeinde Budberg
Eversaeler Str. 45
Tel.: 02843 96507

Gemeindezentrum Rheinstraße
Innenwall 5, Rheinstr. 44
Tel.: 02843 2204

Gemeindezentrum
Bischof-Roß-Str. 7
Tel.: 02843 16262

Ev. Kirchengemeinde Wallach-Ossenberg
Wilhelmstr. 28
Tel.: 02802 2656

Gemeindezentrum Ossenberg
Kapellenfeld-Landwehrstr. 7
Tel.: 02843 6880

Katholische Kirchen

Kath. Kirchengemeinde St. Peter, Rheinberg
Kirchplatz 8
Tel.: 02843 2238

Gemeinde St. Peter
mit den Filialen
St. Marien, Budberg
St. Anna, Annaberg
St. Nikolaus, Orsoy
mit der Filiale St. Hermann-Josef, Eversael

Begegnungsstätte Altes Zollhaus
Rheindamm 4
Tel.: 02844 2028 oder 1358

Pfarrheim St. Anna
An der St.-Anna-Kirche 3
Tel.: 02843 2238

Pfarrheim Budberg
Marienplatz

Pfarrheim St. Peter
Kirchplatz 7

Gemeindezentrum
mit Altentagesstätte und Bücherei
Pastor-Wilden-Str. 2
Tel.: 02802 2865

Kath. Kirchengemeinde
St. Mariä Himmelfahrt, Ossenberg
Kirchstr. 62
Tel.: 02843 6604

Kath. Kirchengemeinde
St. Evermarus, Borth
Pastor-Wilden-Str. 4
Tel.: 02802 2175

Sonstige Kirchen

Zeugen Jehovas
Königreichsaal Rheinberg
Grote Gert
Tel.: 02843 60610

Neuapostolische Kirche Rheinberg
Alpener Str. 57
Tel.: 02843 6140

A bis Z (Stichwort)

Beratung für ausländische Mitbürgerinnen und Mitbürger
Wenn ältere ausländische Arbeitnehmer nach Beendigung ihres Arbeitslebens nicht in ihre Heimatländer zurückkehren, brauchen sie häufig Beratung und Hilfe in Rentenfragen und bei der Gestaltung ihres Alltags im Alter. Zunehmend übernehmen die Wohlfahrtsverbände diese Aufgaben. Es entstehen Frauengruppen, Gesprächsgruppen, Klubs und Beratungsstellen für unterschiedliche Nationalitäten.

Wichtige Themen sind unter anderem:
- Rentenberatung
- Ausländergesetz
- soziale und psychologische Beratung
- Gesundheit, Ernährung, Vorsorge
- Frauenfragen
- Barrierefreiheit, z. B. Umbau

© Gina Sanders – Fotolia

Der Bürgerbus in Rheinberg

Mehr Mobilität für alle
Die Erschließung mit öffentlichem Nahverkehr in Ortsteilen mit geringem Verkehrsangebot wird durch die Einrichtung des Bürgerbusses verbessert. Herzstück des Bürgerbusses ist der Bürgerbus-Verein, der einen Linienverkehr mit einem Kleinbus für bis zu acht Personen betreibt. Dieser – und das ist das Besondere – wird nach dem Motto „Bürger fahren für Bürger“ ausschließlich von ehrenamtlichen Fahrerinnen und Fahrern gelenkt. Der Bus verfügt über eine Niederflurtechnik, damit auch Fahrgäste mit Kinderwagen, Rollatoren oder Rollstühlen bequem ein- und aussteigen können.
Weitere Informationen insbesondere zum Fahrplan und den Fahrpreisen und Bilder finden Sie unter:
www.buergerbus-rheinberg.de

Ansprechpartner ist der Bürgerbus-Verein Rheinberg e. V.
Vorsitzender: Karl-Heinz Lochen
Tel. 02844-900501 oder mobil: 0160 96229444
E-Mail-Adresse: kontakt@buergerbus-rheinberg.de

Ehrenamtliche Arbeit
Aus der langjährigen Tradition der Wohlfahrtsverbände ergibt sich auch, dass zu ihren vielseitigen sozialen Aufgaben auch die Vertretung der Interessen der älteren Menschen gehört. Sie können die Erfahrungen und Leistungen der Wohlfahrtsverbände unterstützen und von ihnen profitieren, indem Sie sich entschließen, ehrenamtlich aktiv in einem Wohlfahrtsverband oder in einer seiner Einrichtungen mitzuwirken. Fragen Sie bei den Verbänden nach, man wird Sie mit offenen Armen aufnehmen. Ohne ehrenamtliche Helfer stünde es um unser Gemeinwohl sehr schlecht.

Ehrungen
Die Ortsvorsteherin bzw. der Ortsvorsteher gratulieren Ihnen zum 80. und 85. Geburtstag. Zum 90. und 95. Geburtstag besucht Sie die Bürgermeisterin mit einem kleinen Geschenk. Für Ehrungen zur goldenen, diamantenen, eisernen und kupfernen Hochzeit ist die Stadt Rheinberg auf Meldungen angewiesen. Bringen Sie bitte zur Meldung Ihr Familienbuch mit und melden Sie sich beim Standesamt im Stadthaus. Sie erhalten zu Ihrem Ehrentag ein Geschenk von der Stadt Rheinberg und vom Kreis Wesel.

Gesprächskreise für pflegende Angehörige
Personen, die die Pflege und Versorgung kranker und hilfsbedürftiger Familienangehöriger übernommen haben, sind oft starken körperlichen und seelischen Belastungen ausgesetzt. Aussprachen und Austausch mit Menschen, die gleiche Erfahrungen und Probleme haben, können eine Hilfe sein. Gesprächskreise für pflegende Angehörige bieten diese Hilfe. Sie werden von unterschiedlichen Institutionen angeboten, wie z. B. Wohlfahrtsverbänden, VHS und Krankenkassen.

Hospiz
Siehe unter Sterbebegleitung und Hospiz.

Notrufe	*Telefon*
Polizei	110
Rettungswagen	112
Feuerwehr, Notarzt	112
Polizei Rheinberg	02843 92763622
Ärztlicher Notfalldienst	116 117

© gunnar3000 - Fotolia

Rechtshilfe
Personen mit geringem Einkommen haben aufgrund des Beratungshilfegesetzes die Möglichkeit, sich bei Rechtsstreitigkeiten beim Amtsgericht kostenlos rechtlich beraten zu lassen. Die Beratung wird von Rechtsanwälten geleistet. Sie brauchen sich nicht anzumelden, müssen aber Ihren Einkommensnachweis vorlegen, damit Sie eventuell Prozesskostenhilfe bekommen.

Selbsthilfegruppen
Bei der Mitarbeit in einer Selbsthilfegruppe steht meist das Interesse im Vordergrund, mit eigenen Problemen besser umgehen zu können oder Interessen gemeinsam mit anderen zu vertreten. In Nordrhein-Westfalen gibt es

zahlreiche Selbsthilfegruppen für ältere Menschen. Sie sind in vielen Bereichen und zu unterschiedlichen Themen tätig. Informationen über diese Gruppen bekommen Sie beim Sozialamt und bei den Wohlfahrtsverbänden und Krankenkassen.

Selbsthilfe-Kontaktstelle Kreis Wesel
Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband
Hanns-Albeck-Platz 2
47441 Moers
Ansprechpartnerinnen: Ludgera Geldermann und Sandra Tinnefeld
Tel.: 02841 90000
E-Mail: selbsthilfe-wesel@paritaet-nrw.org
www.selbsthilfenetz.de

Sie erreichen uns in Moers

Montag	09.00 – 12.00 Uhr und 16.00 – 18.00 Uhr
Donnerstag	13.00 – 16.00 Uhr
Freitag	10.00 – 13.00 Uhr

Sprechstunden in Dinslaken und Wesel nach telefonischer Vereinbarung

Die Selbsthilfe-Kontaktstelle vermittelt in 345 bestehende Selbsthilfegruppen im gesamten Kreis Wesel.

Wohngeld (Mietzuschuss bzw. Lastenzuschuss)
Wohngeld ist ein staatlicher Zuschuss zu den Wohnkosten (Mietwohnung, Einfamilienhaus, Eigentumswohnung), der nur auf Antrag gewährt wird.
Auskunft erteilt Herr van Gember, Dienststelle Orsoyer Str. 18 (über Takko/Rossmann), Zimmer 5, Tel.: 02843 171332.

Sozialhilfe
Viele ältere Menschen leben in Armut. Menschen, deren Einkommen nicht ausreicht, ihren Lebensunterhalt zu bestreiten, haben Anspruch auf Hilfen zum Lebensunterhalt. Nach dem Sozialgesetzbuch XII (SGB XII) ist es Aufgabe der Stadt als örtlicher Träger der Grundsicherung, bei ungenügenden finanziellen Mitteln den Lebensunterhalt von Hilfebedürftigen sicherzustellen.

Die Grundsicherung gliedert sich in zwei große Bereiche:

1. Die Hilfe zum Lebensunterhalt. Dieser Bereich umfasst die Kosten für den notwendigen Lebensunterhalt wie z. B. Ernährung, Körperpflege, Miete, Heizkosten, Bekleidung, Wäsche usw.
2. Die Hilfe in besonderen Lebenslagen. Diese Hilfe greift ein, wenn besondere Lebensumstände, wie z. B. Krankheit, Behinderung, Pflegebedürftigkeit, Alter, Aufwendungen erforderlich machen, die aus eigenem Einkommen und Vermögen nicht bezahlt werden können.

Grundsicherung erhält, wer alle anderen Hilfsmöglichkeiten, zum Beispiel Versicherungsansprüche oder Hilfe durch nahestehende Angehörige (Eltern, Kinder, Ehegatten), ausgeschöpft hat. Unterhaltspflichtige Kinder, Ehegatten oder auch geschiedene Ehegatten werden bei Leistungsfähigkeit vom Sozialamt in Anspruch genommen. Nähere Auskünfte erhalten Sie im Sachgebiet Soziale Dienste.

Renten
Bei Fragen zur Rente und Rentenantragstellung wenden Sie sich an Frau Nowak, Dienststelle Orsoyer Str. 18 (über Takko/Rossmann), Zimmer 26, Tel.: 02843 171328.

Schwerbehindertenausweis
Personen, die dauernd körperlich, geistig oder seelisch beeinträchtigt sind, können einen Antrag auf Feststellung des Grades der Behinderung stellen. Der Fachdienst Schwerbehindertenausweise beim Kreis Wesel entscheidet über den Grad der Behinderung. Für Auskünfte und Anträge wenden Sie sich bitte an Frau Nowak, Dienststelle Orsoyer Str. 18 (über Takko/Rossmann), Zimmer 26, Tel.: 02843 171-328.

Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung
Wenn in Ihrem Schwerbehindertenausweis das Merkzeichen „RF“ eingetragen ist, haben Sie Anspruch auf eine Gebührenbefreiung. Der Bezug von Grundsicherungs-/Sozialleistungen kann ebenfalls einen Anspruch auf Gebührenbefreiung rechtfertigen.
Bei Fragen zur Rundfunk- und Fernsehgebührenbefreiung informieren Sie sich bitte an Frau Nowak, Dienststelle Orsoyer Str. 18, Zimmer 26, Tel.: 02843 171328.

Sterbebegleitung und Hospiz
Sterbebegleitung umfasst Hilfen von Fachleuten und Laien beim Sterben in und außerhalb von Institutionen. Zwar ist es heute noch so, dass die Mehrzahl der Menschen in Krankenhäusern oder Pflegeheimen stirbt, die meisten Menschen wünschen sich aber, zum Sterben in der vertrauten Umgebung bleiben zu können, zu Hause und umgeben von Angehörigen und Freunden.

Stationäres Hospiz Haus Sonnenschein
Orsoyer Straße 55
47495 Rheinberg
Tel.: 02843 179180

Ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst
Hospiz Haus Sonnenschein
Orsoyer Straße 55
47495 Rheinberg
Koordinatorin: Frau Sabine Lucht
E-Mail: hospiz.lucht@st-josef-moers.de
Tel.: 02843 179-180 oder 0170 7339199

Was ist ein ambulanter Hospiz- und Palliativberatungsdienst?
Menschen mit schweren und unheilbaren Erkrankungen wünschen sich oft eine Betreuung in der vertrauten häuslichen Umgebung. Mit dem Begriff „Hospiz“ werden alle Angebote bezeichnet, die den Betroffenen und ihren Familien Unterstützung anbieten. Dazu gehören vor allem eine

STEINMETZ- & BILDHAUERMEISTER
KNOP NATURSTEINE
WERKSTÄTTE FÜR NATURSTEINGESTALTUNG
Heinz-Dieter Knop
Römerstarße 81, 47495 Rheinberg
Telefon 02843/60718
info@Knop-Natursteine.de
www.Knop-Natursteine.de

© tinadefortunata - Fotolia

einfühlsame psychosoziale Begleitung sowie die „palliativpflegerische Beratung“, bei der umfassend über lindernde Maßnahmen im Verlauf einer schweren Erkrankung informiert wird.
Wir bieten Schwerkranken und Sterbenden sowie ihren Angehörigen Unterstützung, Entlastung, Begleitung und palliativpflegerische Beratung in ihrem häuslichen Umfeld.

ALPHA Rheinland
Ansprechstelle im Land Nordrhein-Westfalen zur Palliativversorgung, Hospizarbeit und Angehörigenbegleitung
Heinrich Sauer Str. 15, 53111 Bonn
Tel.: 0228 746547

In Nordrhein-Westfalen gibt es inzwischen eine Reihe von Initiativen und Gruppen, die sich dafür einsetzen, das Sterben in der gewohnten häuslichen Umgebung zu ermöglichen, z. B. indem sie den Sterbenden und seine Angehörigen unterstützen.
Die Unterstützung umfasst z. B. Gesprächskreise und Seminare für pflegende Angehörige, lnformationen, Trauerbegleitung für Angehörige usw.

Die Sozialstationen, Kirchengemeinden und Ärzte vermitteln die Ansprechstellen.

Testament
Niemand denkt gern ans Sterben. Hat man aber kein Testament gemacht oder ist das Testament ungültig, so wird die Erbschaft nach der gesetzlichen Erbfolge verteilt. Niemand ist verpflichtet, seine Verwandten als Erben einzusetzen. Allerdings sieht das Gesetz für die nächsten Angehörigen einen Pflichtteil vor. Der Pflichtteil ist ein reiner Geldanspruch, der grundsätzlich nicht entzogen werden kann.

Ein Testament kann man bei einem Notar machen oder man kann seinen letzten Willen auch selbst, eigenhändig geschrieben, hinterlegen. Ein Testament kann man beim Nachlassgericht hinterlegen, wenn man sicherstellen will, dass es bald nach dem Tode geöffnet wird. Denken Sie daran, dass nur der erbt, der den Erbfall auch erlebt. Benennen Sie deshalb auch einen Ersatzerben. Sie können im Übrigen Ihr Testament oder einzelne Verfügungen jederzeit widerrufen.

Wohnberatung
Die Bedürfnisse und Möglichkeiten der Lebensgestaltung verändern sich mit zunehmendem Alter. Wenn Sie so lange wie möglich in Ihren vier Wänden leben möchten, sollten Sie Ihre Wohnung frühzeitig entsprechend verändern. Unfallquellen müssen beseitigt werden, vieles sollte bequemer für Sie werden. Oft sind es nur Kleinigkeiten, die verändert werden müssen. Der handwerkliche und finanzielle Aufwand für eine altersgerechte Wohnungsanpassung ist viel geringer, als Sie denken. Aber auch größere Maßnahmen lohnen sich.

Wohnungsanpassungen machen vielleicht einen Umzug ins Altersheim überflüssig. Darüber hinaus gibt es die sogenannten altengerechten Wohnungen, die aus Mitteln des Landes Nordrhein-Westfalen gefördert werden. Sie befinden sich in Mietshäusern im Erdgeschoss oder im ersten Obergeschoss. Diese Wohnungen haben zwar nicht alle Merkmale einer reinen Altenwohnung, sind aber auf die Bedürfnisse älterer Menschen zugeschnitten.

Die richtigen Adressen für Ihre Fragen zur Wohnungsanpassung:
- Stadt Rheinberg, Sachgebiet Soziale Dienste
- Wohnungsamt
- Wohlfahrtsverbände
- Kranken- und Pflegekassen

Wohnberatungsstelle für den Kreis Wesel
Caritasverband für die Dekanate Dinslaken und Wesel in Kooperation mit dem Caritasverband Moers – Xanten

Die Wohnberatungsstelle hilft bei kleinen Problemen und größeren Maßnahmen, damit behinderte und/oder ältere Menschen möglichst lange in ihrer eigenen Umgebung wohnen können. Die Beratungen sind kostenlos.

Ansprechpartnerin:
Frau Petroff
Neustr. 54, 47441 Moers
Tel.: 02841 880483-2
Fax: 02841 880483-7
E-Mail: dominique.petroff@cartas-moers-xanten.de

Ansprechpartner:
Frau Füting
Frau Testroet
Herr Saddeler
Tel.: 0281 34178-25
Fax: 0281 34178-22
E-Mail: wohnberatungsstelle@caritas-wesel.de

Wohnungsgenossenschaft eG Rheinberg
Gemeinnütziges Wohnungsunternehmen

Fossastraße 5
47495 Rheinberg
Ansprechpartnerinnen Frau Weber / Frau Worm
Telefon 0 28 43/95 93 90
Telefax 0 28 43/95 93 922
E-Mail info@wohnungsgenossenschaft-rheinberg.de
Internet www.wohnungsgenossenschaft-rheinberg.de

NOTFALL-Karte – Notruf 112 –

Name	
Vorname	
Geburtstag	
Straße	
PLZ, Wohnort	
Telefon	

Hausarzt	
Tel.-Nr. des Arztes	
Krankenkasse	
Versicherungsnr.	
Pflegedienst o. Ä.	

Zu benachrichtigende Person		
alternativ		
Patientenverfügung	ja	nein
Bevollmächtigte Person oder gesetzl. Betreuer (Name und Tel.-Nr.)		

Grunderkrankungen

Aktuelle Medikamente (bitte alle regelmäßig eingenommenen Medikamente eintragen)	morgens	mittags	abends	nachts

Besondere Medikamente			
Marcumar		Heparin	
Cortison		Insulin	

Besonderheiten			
Herzschrittmacher		Verwirrtheit	
MRSA		HIV	
Weglauftendenz			

Allergien/Unverträglichkeiten

Vorhandene Hilfsmitel			
Hörgerät		Zahnprothese oben	
Sehhilfe		Zahnprothese unten	
Gehilfe			

Andere Hilfsmittel

Weitere Anmerkungen

Letzter Krankenhausaufenthalt	
Name	
Krankenhaus	
Abteilung	
Ort, Datum	

aktualisiert (Datum, Unterschrift

Diese Daten werden nur im Notfall verwendet. Ich bin damit einverstanden, dass die Daten in einer Notfallsituation an den Rettungsdienst weitergegeben werden dürfen. (Datum, Unterschrift)	

Verwendungshinweise: Eine Notfallkarte sollten Sie immer bei sich tragen, eine zweite befestigen Sie bitte in Augenhöhe innen direkt neben Ihrer Wohnungstür

© Robert Kneschke – Fotolia

totallokal | Weitere Informationen finden Sie unter: www.total-lokal.de

St. Josef Pflege GmbH

www.st-josef-moers.de

Ambulanter Pflegedienst am St. Josef Krankenhaus Moers
Josefstr. 27-29
47441 Moers
Tel. 02841 107-4000

Haus Mariengarten Tages- und Kurzzeitpflege
Josefstr. 30
47441 Moers
Tel. 02841 107-4100

St. Thekla Haus Altenwohnheim
Am Park 11
47495 Rheinberg
Tel. 02843 926-0

Hospiz Haus Sonnenschein
Orsoyer Str. 55
47495 Rheinberg
Tel. 02843 179-180

Gerontopsychiatrische Beratungsstelle
In Moers, Rheinberg und Xanten
Tel. 0160 8890655

Beratung zur Altenpflegeausbildung wird in allen Einrichtungen der St. Josef Pflege GmbH angeboten.

PFLEGEBERUFE HABEN ZUKUNFT!

- **ALTENPFLEGEAUSBILDUNG**
- **PRAKTIKA IN DER ALTENPFLEGE**

Die St. Josef Pflege GmbH bietet Praktika (Jahrespraktikum und kurzfristige Praktika) und Ausbildungsplätze an.

St. Josef Pflege GmbH, eine Einrichtung der St. Josef Krankenhaus GmbH Moers
Asberger Straße 4 • 47441 Moers • Tel. 02841 107-1