



## Älter werden in Kappeln

mediaprint  
WEKA info verlag  
[alles-deutschland.de](http://alles-deutschland.de)



# Seniorenwegweiser



### Margarethen-Residenz

- Vollstationäre Pflege
- Tagespflege ab Frühsommer 2009
- Anbindung an die Margarethen-Klinik (Chirurg. Ambulanz, Fachmedizinisches Versorgungszentrum, Anlaufpraxis des Ärztlichen Notdienstes)

Margarethen-Residenz  
Konsul-Lorentzen-Str. 3a  
24376 Kappeln

Heimleitung  
Klaus Drückler  
Tel.: 0 46 42/5 25 25

Pflegedienstleitung  
Dieter Cieplin  
Tel.: 0 46 42/5 25 01  
Fax.: 0 46 42/5 23 84

### Mühlen-Residenz

- Vollstationäre Pflege
- Kurzzeitpflege
- Urlaubs- bzw. Verhinderungspflege
- unmittelbare Nähe zur Fußgängerzone
- ruhige Lage hinter der Mühle „Amanda“
- Cafe an der Mühle

Mühlen-Residenz  
Schleswiger Str. 3c  
24376 Kappeln

Heimleitung  
Ingrid Jung  
Tel.: 0 46 42/5 24 10

Pflegedienstleitung  
Andrea Pröter  
Tel.: 0 46 42/5 24 67  
Fax.: 0 46 42/5 24 04



# Grußwort

**Liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger,  
sehr geehrte Damen und Herren,**

der Seniorenbeirat der Stadt Kappeln hat mit viel Engagement dazu beigetragen, dass der Ihnen vorliegende Wegweiser für Senioren herausgegeben werden konnte.

Diese Broschüre enthält umfassende Hinweise und Tipps speziell für unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger.

Es werden Ihnen Informationen an die Hand gegeben, die bei der Lösung mancher Alltagsfragen behilflich sein können und Ihnen Anregungen für eine aktive Lebensgestaltung geben.

Wir wünschen Ihnen eine schöne und aktive Zeit in unserem idyllischen Kappeln.

Mit freundlichen Grüßen



Jürgen Seemann  
Bürgervorsteher



Roman Feodoria  
Bürgermeister



*Jürgen Seemann*



*Roman Feodoria*

# Inhaltsverzeichnis

<b>Grußwort</b> .....	1	2.6 Essen auf Rädern .....	18
<b>Vorwort</b> .....	3	2.7 Eingerichtete Bürgertelefone / Gebührenfrei .....	18
<b>Branchenverzeichnis</b> .....	4	2.8 Die neue Sozialhilfe.....	18
<b>Der Seniorenbeirat Kappeln</b> .....	6	2.9 Ärzte – Stadt Kappeln .....	00
<b>Kappeln an Schlei und Ostsee</b> <b>staatlich anerkannter Erholungsort</b> .....	7	2.10 Margarethen Klinik .....	00
<b>1. Aktiv im Alter</b> .....	8	<b>3. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit</b> .....	19
1.1 Treffpunkte/Begegnungsstätten .....	8	3.1 Hilfen bei Alzheimer – Demenz .....	20
1.2 Volkshochschule .....	9	3.2 Die Pflegeversicherung .....	20
1.3 Bibliothek.....	9	3.3 Arten der Pflege und Leistungen .....	21
1.4 Musik und Kultur .....	10	<b>4. Wohnen im Alter</b> .....	24
1.5 Museen .....	10	4.1 Betreutes Wohnen und Senioren- und Pflegeheime .....	24
1.6 Reisen im Alter.....	12	<b>5. Vorsorge, Testament und Todesfall</b> .....	26
1.7 Sport und Bewegung.....	12	5.1 Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung.....	26
1.8 ... und was es sonst noch gibt .....	12	5.2 Testament.....	27
1.9 Ernährung im Alter.....	12	5.3 Hospizgruppe.....	27
<b>2. Beratung und Hilfe</b> .....	13	5.4 Todesfall.....	28
2.1 Kirchengemeinden .....	13	<b>Notruftafel</b> .....	<b>U3</b>
2.2 Beratungsgespräche.....	13	<b>Impressum</b> .....	<b>U3</b>
2.3 Ambulante Pflegedienste.....	15		
2.4 Pflegehilfsmittel .....	16		
2.5 Selbsthilfegruppen.....	16		

**M. Szymkowiak**  
*(Facharzt für Chirurgie)*  
**Dr. med. J. Spahr**

**chirurgische**  
**Gemeinschaftspraxis**

ambulante Operationen  
stationäre Operationen  
Unfallchirurgie  
D-Arzt  
endoskopische Chirurgie



Konsul-Lorentzen-Str. 3  
i. d. Margarethen-Klinik  
24376 Kappeln

Tel. 04642-91410  
Fax 04642-914118

e-mail: [anmeldung@chirurgie-kappeln.de](mailto:anmeldung@chirurgie-kappeln.de)  
[www.chirurgie-kappeln.de](http://www.chirurgie-kappeln.de)

# *Wort des Vorsitzenden des Seniorenbeirates*

**Liebe Mitbürgerinnen,  
liebe Mitbürger,**

die Anzahl der Menschen über 60 Jahre in der Gesamtbevölkerung steigt stetig, in unserer Stadt Kappeln ist fast jede dritte Person älter als 60 Jahre.

Mit dem Älterwerden tauchen häufig Fragen und Probleme auf und es ist oft schwierig, sich einen Überblick über die vielfältigen Angebote und Leistungen in unserer Stadt zu verschaffen.

Mit dem vorliegenden Wegweiser will der Seniorenbeirat den Mitbürgern im dritten Lebensabschnitt in und um Kappeln eine Orientierungshilfe geben.

Dieser Seniorenwegweiser erhebt keinen Anspruch auf Vollständigkeit; es ist aber der Versuch, Sie so weit wie möglich mit Informationen zu versorgen. Um unser Vorhaben zu vervollständigen, brauchen wir Ihre Unterstützung und Anregungen.

In der Hoffnung, mit unserer Broschüre ein wenig Hilfe gegeben zu haben, wünsche ich Ihnen alles Gute.



Horst Albrecht  
Vorsitzender des Seniorenbeirates



*Horst Albrecht*



# Branchenverzeichnis

Liebe Leser! Hier finden sie eine wertvolle Übersicht 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](http://www.alles-deutschland.de).

Altenheime.....	22, 24, 27	Reinigung.....	23
Ambulante Pflege.....	25	Reisebüro.....	12
Ärzte.....	19	Reisedienst.....	11
Bad & Wärme.....	8	Restaurant.....	11
Betreutes Wohnen.....	27	Sanitätshaus.....	4
Betreuungsverein.....	13	Sauna.....	11
Bücherei.....	9	Schwimmbad.....	11
Chirurgische Gemeinschaftspraxis.....	2	Seniorenheime.....	22, 24, 27
Deutsches Rotes Kreuz.....	13	Seniorenresidenz.....	U 2, 21
Essen auf Rädern.....	5	Seniorenstift.....	26
Friseur.....	10	Seniorenwohnanlage.....	26
Haushaltshilfe.....	23	Stadtbücherei.....	9
Haustechnik.....	U 3	Urologe.....	19
Hörgeräte.....	19	Versicherungen.....	22
Immobilien.....	U 3	Zahngesundheit.....	19
Massage.....	19	Zahnheilkunde.....	19
Orthopädie- und Reha-Technik.....	4		

U= Umschlagseite

Ihr Sanitätshaus  
**Hildebrandt**  
*kompetent und einfühlsam*

**Orthopädie- und Reha-Technik**

Lebensqualität verbessern -  
mit Produkten aus Ihrem Sanitätshaus.

## Unsere Leistungen ...auf einen Blick

[www.sanitaetshaus-hildebrandt.de](http://www.sanitaetshaus-hildebrandt.de)

### Produktion

Sonderanfertigungen  
von Hilfsmitteln in  
unserer Meisterwerkstatt

- Prothesen • Orthesen
- Kinder-Orthopädie
- Spez. Diabetikerversorgung  
mit elektr. Fußdruckmessung
- Rumpfstützmieder
- Einlagen in bes. Frästtechnik

### Reha-Technik

Bereitstellung von Hilfsmitteln  
- auch leihweise -

- **Falt-Rollstühle**
- **E-Rollstühle**
- **E-Mobile**
- **Rollatoren**
- **Badewannenlifter**
- **Pflegebetten**
- **Sauerstoffversorgungen**

### Sanitätshaus

Großes aktuelles Angebot, u.a.

- **Bequemschuhe für lose Einlagen**
- **Kranken-Pflegeprodukte**
- **Kompressionsstrümpfe  
mit moderner Meßtechnik  
- berührungslos**
- **Bandagen • Wellnessartikel**
- **Blutdruckmessgeräte**



**KAPPELN**

**Schmiedestr. 31-33 • Tel. 04642-910910**

# Essen auf Rädern

Wir  
wünschen  
Ihnen



einen  
guten  
Appetit !

## Unsere Dienstleistungen auf einen Blick:

- Wir kochen 365 Tage im Jahr frisch für Sie !
- Sie gehen keinerlei Vertragsbindung ein !
- Sie können Ihre Bestellung telefonisch oder beim Fahrer aufgeben.
- Ihr Mittagessen wird garantiert heiß bei Ihnen angeliefert.
- Das Mittagessen wird in einer Warmhaltebox geliefert, die wir Ihnen leihweise und kostenlos zur Verfügung stellen !
- Sie können entscheiden, wie oft Sie in der Woche essen !

### Preise:

bei Lieferung 4,90 Euro

bei Selbstabholung 4,50 Euro

Ein Dienstleistungsangebot des:

St. Nicolaiheim Sundsacker e.V.

- Kappelner Werkstätten -  
Mehlbydiek 21/23

24376 Kappeln

[www.kappelner-werkstätten.de](http://www.kappelner-werkstätten.de)



St. Nicolaiheim  
Sundsacker e.V.

**Ansprechpartner:**  
Montag – Donnerstag  
13.30 Uhr bis 15.30 Uhr

Herr Scheuern & Herr Konietzka

Tel.: 0 46 42/91 44 19

## Der Seniorenbeirat Kappeln

Seit November 1992 gibt es in Kappeln einen Seniorenbeirat. Der Seniorenbeirat gehört zur Gemeindeverwaltung. Gewählt wird der Seniorenbeirat alle 4 Jahre durch Briefwahl von allen wahlberechtigten Bürger/Innen, die in dem Wahljahr das 60. Lebensjahr vollendet haben.

Der Seniorenbeirat hat 5 Mitglieder, ist unabhängig, konfessionell und parteipolitisch neutral. Die Mitglieder des Seniorenbeirates sind ehrenamtlich tätig. Der Seniorenbeirat vertritt die ältere Generation gegenüber der Stadt Kappeln und dem Amt Kappeln-Land sowie der Öffentlichkeit. Er nimmt an Stadtvertreter- und Ausschusssitzungen teil und hat hier Antrags- und Rederecht.

Es werden vom Seniorenbeirat keine Feierlichkeiten veranstaltet. Für Fahrten und Feste hat die Stadt Kappeln genügend Vereine und Interessengruppen, die diese Tätigkeiten übernehmen.

Der Seniorenbeirat stellt Anträge und gibt Anregungen an die Stadtvertretung, an die Ausschüsse und an die Stadtverwal-

tung, die die Gruppe der Seniorinnen und Senioren in der Stadt Kappeln und Umgebungen betreffen.

Um hier auch wirklich effektiv arbeiten zu können, ist Ihre Hilfe gefragt. Geben Sie Ihre Anregungen und Kritiken an den Seniorenbeirat (mündlich oder schriftlich) weiter. Er wird versuchen, Lösungen zu finden.

Nutzen Sie also Ihre Einflussmöglichkeiten und informieren Sie den Seniorenbeirat.

### Hier die Möglichkeiten:

Vorsitzender	Horst Albrecht	Tel. 04642 81410
Vertreter	Werner Barz	Tel. 04642 4120
Schriftführerin	Ute Müller	Tel. 04642 3433
Beisitzer	Rolf Martensen	Tel. 04644 348
Beisitzer	Waltraud Lenz	Tel. 04642 925988



*Kappelner St. Nicolai-Kirche*



*Blick von der Mühl*



*Die Schlei ist ein Super-Segelrevier*



## Kappeln an Schlei und Ostsee *staatlich anerkannter Erholungsort*



*Kappeler Silhouette von Ellenberg gesehen*

Die idyllische Hafenstadt Kappeln ist unter anderem bekannt durch die ZDF-Serie „Der Landarzt“, die seit Jahren ein Dauerbrenner im Vorabendprogramm ist. Auch 2009 entstehen hier neue Folgen rund um das Örtchen „Deekelsen“ hinter dem sich u.a. auch die Stadt Kappeln verbirgt.

Die Ferienregion rund um Kappeln ist zu jeder Jahreszeit eine Reise wert. Neben der landschaftlichen Vielfalt und Schönheit laden stilvolle Bauten, beschauliche Straßen, Cafés sowie kleine und große Geschäfte zu einem Stadtbummel und zum Verweilen ein. Sehenswert sind zum Beispiel der Museumshafen mit seinen liebevoll restaurierten Oldtimer-Schiffen oder die Mühle „Amanda“, die die Tourist-Information und das stadesamtliche Trauzimmer der Stadt Kappeln beherbergt.

Die reizvolle Landschaft kann man besonders gut durch ausgedehnte Radwanderungen entdecken oder während einer Schifffahrt auf der Schlei. Von Kappeln aus verkehren regelmäßig Ausflugsschiffe Richtung Schleswig oder Schleimünde.

Kappeln verfügt über einen eigenen Ostseestrand, den Weidefelder Strand. Im Sommer wacht hier die DLRG über die Sicherheit der Badegäste. Das Strandvergnügen wird durch einen Kinderspielfeldplatz und das Strandrestaurant abgerundet. Am Weidefelder Strand wird ein Abschnitt für FKK-Anhänger bereit gehalten.

Hunde sind ebenfalls herzlich willkommen. Für das Strandvergnügen dieser Vierbeiner ist ein separater Abschnitt ausgewiesen.

Segler und Motorbootfahrer sind in Kappeln besonders gut aufgehoben. Im Juni 2005 wurde der neue moderne Gästehafen der Stadt Kappeln mit 36 Liegeplätzen fertiggestellt und eingeweiht.

Unmittelbar am Gästehafen befindet sich die „Hafenmeile“ mit einer außergewöhnlichen gastronomischen Vielfalt. Als Wassersportzentrum an der Schlei verfügt Kappeln über alle Versorgungseinrichtungen sowie über ein umfassendes Service-Angebot, u.a. ist ein kostenloser WLAN-Internetzugang im Hafengebiet möglich. Für Kurzweil in Kappeln sorgen die unterschiedlichsten Veranstaltungen, die über das Jahr verteilt angeboten werden.

Mehr über Kappeln, seine Gastgeber und Veranstaltungen:

### **Tourist-Information Mühle „Amanda“**

Schleswiger Str. 1, 24376 Kappeln

Tel. 04642 4027, Fax 04642 5441

Mail [touristinfo@kappeln.de](mailto:touristinfo@kappeln.de)

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



*Rathaus der Stadt Kappeln*

# 1. Aktiv im Alter

„Wer rastet, der rostet“. Rüstige Senioren, die im Schwimmbad beständig ihre Bahnen ziehen, Hundertjährige, die auf das tägliche Glas Rotwein schwören, und Großeltern, die die Kinder im Kopfrechnen besiegen. Bis ins Alter aktiv zu bleiben, ist kein Hexenwerk. Wer Anteil nimmt am Leben ringsum, wer Kontakte und Freundschaften pflegt und auch die schönen Dinge und Erfahrungen zu genießen versteht, der bleibt innerlich jung und ist weniger anfällig für Altersbeschwerden und Krankheiten. Ausgehend von diesen Erfahrungen gibt es in unserer Stadt/unserem Landkreis viele Angebote. Diese reichen von Beratungsangeboten über Angebote zur Freizeitgestaltung bis hin zu Begegnungsstätten und Klubs, die allen interessierten Senioren offen stehen.



„Die schöne Schwedin“ der Angler Dampfeisenbahn



**koslowski**

**Bad & Wärme**



**Wassermühlenstraße 20 · 24376 Kappeln**  
**Tel.: 04642/4600 · Fax: 4697**  
**E-mail: [info@koslowski.de](mailto:info@koslowski.de)**

## 1.1 Treffpunkte/Begegnungsstätten

Gemütlich zusammensitzen und reden, Kaffee trinken und Neues erfahren - wer wünscht sich das nicht? Von freien Verbänden, Kirchengemeinden und Senioreneinrichtungen wird eine Vielzahl von Veranstaltungen und Aktivitäten angeboten. Die Gruppen bieten Kontakt zu Gleichgesinnten. Oft finden sich dort neben Gemütlichkeit auch Partner für Spiel und Unterhaltung.

### Landfrauenverein Kappeln, Anne Thom

Holzweg 2, 24376 Kappeln  
 Tel. 04642 81698



Konies auf der Birk

# 1. Aktiv im Alter

## Kappeler Skatfreunde, Gerhard Rösler

Neukappeln 6, 24376 Kappeln  
Tel. 04642 81021

## Schachclub Schleispringer, Max Marquardt

Memeler Str. 9, 24376 Kappeln  
Tel. 04642 923392

## Begegnungsstätte Ellenberg, Helmut Schulz

Wassermühle 2a, 24376 Kappeln, Tel. 04642 921915

## Bridge Spieler in der Schleibrücke

### Marie-L. Asmussen

Fegetaschhof, 24376 Kappeln, Tel. 04642 1640

## 1.2 Volkshochschule

Was Hänchen nicht lernt, lernt Hans nimmermehr....

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.

## VHS Kappeln – Kontaktbüro

Schmiedestr. 15  
24376 Kappeln  
Tel. 04642 965828

Öffnungszeiten: Di + Do 14.30 – 18.00 Uhr  
Sa 10.00 – 13.00 Uhr

## 1.3 Bibliothek

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



## Stadtbücherei Kappeln

Stadtbücherei  
zum

- Menschen treffen
- Bücher lesen
- Informationen finden

Schmiedestr. 15  
24376 Kappeln  
Tel.: 0 46 42 – 16 97

[www.stadtbuecherei-kappeln.de](http://www.stadtbuecherei-kappeln.de)

# 1. Aktiv im Alter

## Kappeler Stadtbücherei

Schmiedestr. 15, 24376 Kappeln

Tel. 04622 1697

Öffnungszeiten: Mo, Di, Do, Fr 9.30 – 12.30 Uhr und  
14.30 – 18.00 Uhr  
Sa 10.00 – 12.00 Uhr

## Jazz Club, Gerhard Heiselmeier

Tel. 04621 306969

## Folk Club Angeln

## Förderschule, Manfred Kerl

Tel. 0171 3689120

## 1.4 Musik und Kultur

Kaum jemand weiß, dass Senioren verstärkt Angebote annehmen im Bereich Kunst und Kultur, weil sie einfach mehr Zeit haben, diese Angebote finden Sie unter anderem im ...

## Quartettverein Kappeln 1842, Ulrich Binder

Schlachterstr. 21, 24376 Kappeln, Tel. 04642 4871

## Schleiorchester Kappeln e.V., Uwe Kornienko

Auf der Höhe 8, 24351 Damp, Tel. 04352 2855

## Mandolinclub „Zugvögel“, Karl Plaumann

Dorfstr. 21, 24398 Dörphof, Tel. 04644 401

## 1.5 Museen

## Museumshafen e.V.

Hospitalstr. 2, 24376 Kappeln

Tel. 01577 5396234

## Museumsverein Kappeln e.V.

Bernard-Liening-Str. 3, 24376 Kappeln

Tel. 04642 82228

## Kunsthau Hänisch e.V.

Schmiedestr. 53, 24376 Kappeln

Tel. 04642 5058

## Angeler Dampfeisenbahn, Iver Andreas Schiller

Schwennastr. 1, 24960 Glücksburg

Tel. 04631 2095

## Lüttes Museum Karany

Schwackendorf 17, 24376 Hasselberg

Tel. 04642 6423

## Naturkundliches Infozentrum mit Vogelmuseum

Dorfstr. 21, 24398 Dörphof, Tel. 04644 401



Das Ellenberger  
Friseurteam

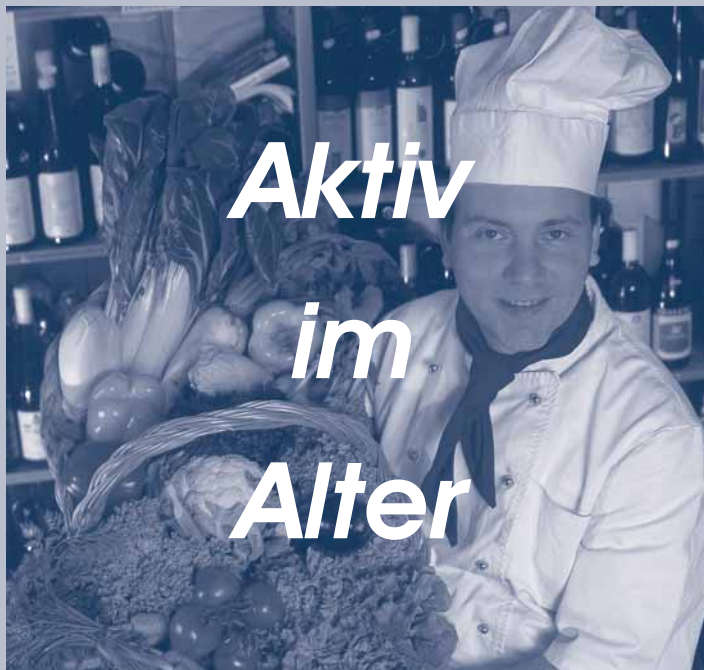
Wir denken mit!  
Mi. & Do. Seniorentage

Haarschnitt für  
Damen 10,00 Euro  
Herren 8,00 Euro

Jöns Hof Passage 2  
24376 Kappeln  
Tel. 0 46 42/8 29 19







**Aktiv  
im  
Alter**

*Schöne Stunden genießen....*

**Schiffsrundfahrten auf der Schlei  
mit dem Raddampfer Schlei Princess**



Reisedienst Gerda Müller  
Bürgermeister Lass-Weg 16,  
24376 Kappeln/Rabel  
Tel. 04642 - 6532

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

**Hotel • Restaurant  
Alte Schiffsgalerie**



Flensburger Str. 17

24376 Kappeln

Tel.: 0 46 42 / 91 15-0

[www.alte-schiffsgalerie.de](http://www.alte-schiffsgalerie.de)

**Kein Ruhetag durchgehend warme Küche**

## Seniorenschwimmen

mit freundlicher, fachkundiger Betreuung im angenehmen 28,5 °C warmen Wasser. Alle die sich die Freude am Schwimmen und an Geselligkeit erhalten haben, sind bei uns herzlich willkommen.



Das Schwimmen mit seinen vielfältigen Bewegungsformen ist nicht nur eine hervorragende Therapie zur Kräftigung des Körpers, sondern trägt zur Steigerung des Wohlbefindens und der Gesundheit bei. Schwimmen kann vielmehr problemlos bis ins hohe

Alter betrieben werden. Der Stoffwechsel wird allgemein verbessert und das Herz-Kreislaufsystem erfährt bei richtig dosierter Anstrengung eine Stärkung.

Für Seniorinnen und Senioren bieten wir hierfür speziell konzipierte Kurse in Wassergymnastik und Aqua-Fit. Auch Saunafreuden steht nichts entgegen. Bei gemäßigter Temperatur, Tauchbad, Ruheraum und Saunagarten lässt es sich herrlich entspannen.

  
**SCHWIMMBAD  
KAPPELN**

Cone Sport- und Freizeiteinrichtung  
Kappeln GmbH  
Barbarastraße 7  
24376 Kappeln  
T: 04642 - 92 41 43  
E: [info@cone-kappeln.de](mailto:info@cone-kappeln.de)  
I: [www.cone-kappeln.de](http://www.cone-kappeln.de)

*Das Schwimmbadteam  
freut sich auf  
Ihren Besuch!*



# 1. Aktiv im Alter



Die kompetenten Ansprechpartner in Ihrer Nähe!

Wir beraten Sie gern  
und unterstützen Sie bei Ihrer Urlaubsplanung, z. B. für:

- Bus- und Bahnreisen
- Kreuzfahrten und Langzeiturlaub
- Kur-, Städte- und Studienreisen
- Pauschal- und Individualreisen

*Lernen Sie unseren umfassenden Service kennen!*

Claudia Stuckmann	Schmiedestr. 39
Reisebüro Stuckmann	24376 Kappeln
Tel. 0 46 42/92 02 73	Fax 0 46 42/92 02 71



**Arnisser Segel Club e.V.**, Tel. 04642 1097  
**Schützenverein Kappeln von 1880 e.V.**, Tel. 04642 2121  
**Tokaido Kappeln e.V.**, Tel. 04642 8555  
**DLRG Kappeln**, Tel. 04642 3167

## Schwimmen

**Cone Sport- und Freizeiteinrichtung Kappeln GmbH**  
Barbarastraße 7, 24376 Kappeln/Ellenberg, Tel. 04642 924143

## Seniorentanz

**Tanzclub Kappeln**, Tel. 04642 81428  
**Ostangeliter Volkstanz- und Trachtengruppe**  
Tel. 04642 3325

## 1.6 Reisen im Alter

Die örtlichen Reisebüros beraten Sie gerne.

## 1.7 Sport und Bewegung

„Das A und O ist Bewegung“.

In Kappeln gibt es zahlreiche entsprechende Angebote.

### Sportvereine

**TSV Kappeln von 1876 e.V.**

Jönshofpassage 2, 24376 Kappeln, Tel. 04642 7150

**Rudervereinigung im TSV Kappeln v. 1876 e.V.**

Tel. 04642 7150

**Sportverein Kopperby e.V.**, Tel. 04642 81177

**TSV Rabenkirchen Faulück e.V.**, Tel. 04642 4943

**Kappeler Tennisclub e.V.**, Tel. 04642 5541

## 1.8 ... und was es sonst noch gibt

**Kleingärtnerverein Kappeln e.V. von 1814**, Tel. 04642 3048

**Kleingärtnerverein Mehlby-Kappelholz**, Tel. 04642 82789

**Kleingärtnerverein Kopperby e.V.**, Tel. 04642 964958

**Verein Deutsche Schäferhunde**, Tel. 04642 1378

**Brieftauben-Reisevereinigung Kappeln e.V.**, Tel. 04642 2024

**Tierschutzverein Angeln Schwansen e.V.**, Tel. 04642 987121

**Verschönerungsverein Kappeln**, Tel. 04642 911612

## 1.9 Ernährung im Alter

Eine gesunde und ausgewogene Ernährung ist nicht nur im Alter wichtig.

Spezielle Ernährungstipps erhalten Sie bei Ihrer Krankenkasse, Ihrem Hausarzt und in den Apotheken.

## 2. Beratung und Hilfe

Es gibt viele Stellen, die Familien mit behinderten Menschen helfen und beraten. Das richtige Angebot zu finden, kann allerdings schwierig sein. Deshalb ist es wichtig, für die eigenen Fragen und Probleme die richtige Anlaufstelle zu wissen. Dabei wollen wir Sie unterstützen, indem wir die unterschiedlichen Beratungsstellen und Hilfsangebote vorstellen.

### 2.1 Kirchengemeinden

#### Ev. Kirchengemeinde Kappeln

Schmiedestr. 45, 24376 Kappeln  
Tel. 04642 2812  
[kappeln@kirchenkreis-angeln.de](mailto:kappeln@kirchenkreis-angeln.de)  
[www.kirchengemeinde-kappeln.de](http://www.kirchengemeinde-kappeln.de)

#### Kath. Kirchengemeinde St. Marien Kappeln

Gartenstr. 3, 24376 Kappeln  
Tel. 04346 1582  
[Pfarrei@katholische-kirche-kappeln.de](mailto:Pfarrei@katholische-kirche-kappeln.de)  
[www.katholische-kirche-kappeln.de](http://www.katholische-kirche-kappeln.de)

### 2.2 Beratungsgespräche

#### Brücke Schleswig e.V.

Reeperbahn 4, 24376 Kappeln, Tel. 04642 964792

#### Ambulante Pflegezentrale

Schmiedestr. 18, 24376 Kappeln, Tel. 04642 24412

#### Freie Pflegezentrale

Schmiedestr. 18, 24376 Kappeln, Tel. 04642 9192-0



**Deutsches  
Rotes  
Kreuz – OV Kappeln**

**...gehen Sie Blutspenden,  
denn jeder Tropfen Blut  
rettet Leben!**

**[www.drk-kappeln.de](http://www.drk-kappeln.de)**



Betreuungsverein Rendsburg-Eckernförde e. V.  
Kieler Str. 23, 24340 Eckernförde, ☎ 04351 – 72 60 94  
[www.betreuungsverein-eckernfoerde.de](http://www.betreuungsverein-eckernfoerde.de)



Betreuungsverein Schleswig und Umgebung e. V.  
Lutherstr. 2, 24837 Schleswig, ☎ 04621 – 99 68 0  
[www.betreuungsverein-schleswig.de](http://www.betreuungsverein-schleswig.de)

**Sie helfen anderen** als rechtlicher Betreuer für Ihren Angehörigen oder als ehrenamtliche rechtliche Betreuerin?  
**Wir helfen Ihnen** wenn Sie Fragen haben, nicht mehr weiter wissen oder wenn Sie Hilfe und Unterstützung benötigen!

Persönlich und telefonisch in Eckernförde und Schleswig oder jeden 1. und 3. Dienstag von 15:30 – 18:30 Uhr in Kappeln.

## 2. Beratung und Hilfe

### **FRANKA Freie Alten und Nachbarschaftshilfe e.V.**

Grüne Str. 30, 24376 Kappeln, Tel. 04642 3340

### **Senioren Förderverein Kappeln e.V.**, Tel. 04641 970215

### **Sozial Forum e.V.**, Tel. 04642 921080

### **Frauenzimmer e.V. Kappeln**, Tel. 04642 7294

### **Hospizgruppe**

Bei der Hospizarbeit geht es darum, Schwerstkranke, Sterbende und Angehörigen in dieser Zeit des Abschiedes zu begleiten und ihnen beizustehen. Die ehrenamtlichen Hospizhelfer unterliegen der Schweigepflicht und sind offen für alle Menschen – unabhängig von Weltanschauung und religiöser Überzeugung. Sie sind kein Ersatz für die ambulanten Pflegedienste, sondern eine Ergänzung zu anderen sozialen Diensten.

Nähere Informationen:

### **Hospizgruppe Kappeln und Umgebung e.V.**

Helga Brusgatis, Bahnhofsweg 32

24376 Kappeln

Tel.: 04642 920763

Handy: 0171 9148280

E-Mail: [hospizgruppe-kappeln@t-online.de](mailto:hospizgruppe-kappeln@t-online.de)

Sprechstunde: 14-tägig mittwochs 10.00 – 11.00 Uhr

Gesprächskreis für trauernde Angehörige:

Jeden 2 Freitag im Monat von 17.30 – 19.00

im „Haus der Diakonie“ Reeperbahn 4, Kappeln

### **SOVD – Sozialverband Deutschland**

Ehem. Reichsbund, gegr. 1917

Ortsverband Kappeln und Umgebung

Der Sozialverband Deutschland (SoVD), Ortsverband „Kappeln und Umgebung“, ist mit über 400 Mitgliedern der drittgrößte im Kreisverband Schleswig-Flensburg. Neue ehrenamtliche Vorstandsmitglieder sowie weitere Helfer kümmern sich um die gut 400 Mitglieder. Unter dem Motto „Gemeinsam statt einsam“ organisieren sie Veranstaltungen – von Informationsnachmittagen bis zu geselligen Veranstaltungen unterschiedlichster Art. In der Kreisgeschäftsstelle in Schleswig sowie im Christophorus-Haus in Kappeln beraten kompetente und erfahrene Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter die Mitglieder in allen Fragen des Sozialrechts, helfen bei der Antragsstellung und Durchsetzung von Ansprüchen gegenüber den Behörden, vor allem im Rahmen der Renten-, Kranken-, Unfall-, Pflege- und Arbeitslosenversicherung, des sozialen Entschädigungsrechts sowie in allen Angelegenheiten des Schwerbehindertenrechts. Der Verband übernimmt auch die Vertretung der Mitglieder gegenüber Ämtern und vor den Sozialgerichten.

Nähere Informationen gibt es beim

### **SoVD, Kreisverband SL-FL**

Stadtweg 49, 24837 Schleswig

Tel. 04621 23567, Fax: 04621 22094

oder

### **Ortsverband Kappeln und Umgebung**

Günther Bauer

Borkumerstr. 2, 24376 Kappeln

Tel. und Fax: 04642 82443

### **Ambulante Pflege Angeln – Diakonisches Sozialzentrum**

Reeperbahn 4, 24376 Kappeln

Tel. 04642 9213390

## 2. Beratung und Hilfe

Die Ambulante Pflege Angeln (APA) ist ein Pflegedienst, der gemeinsam von der Diako und dem Kirchenkreis Angeln getragen wird. Was als ein Zusammenschluss einzelner Sozialstationen begann, hat sich mit dem zukunftsweisenden Konzept „Leben im Alter zu Hause“ längst durchgesetzt. Wir möchten, dass pflegebedürftige Menschen individuelle Betreuung und Unterstützung vor Ort erhalten, so dass sie weiterhin in ihrer gewohnten Umgebung leben können – egal, wie entlegen sie auch wohnen mögen. Um zu helfen, ist uns kein Weg zu weit, denn die APA und ihre Mitarbeiter stehen in der Tradition der Diakonissen, deren Leitspruch bis heute lautet: „Christus spricht: Was ihr getan habt einem meiner geringsten Brüder, das habt ihr mir getan.“ Von unserer Kappeler Zentrale im Haus der Diakonie aus betreuen unsere gut ausgebildeten Pflegeteams hilfebedürftige Menschen sowohl in der Stadt als auch in ihrem Umland. Um gut versorgt zuhause leben zu können, braucht es jedoch mehr als nur die rein körperliche Pflege. Das wissen wir und bieten Ihnen gern auch Hilfe in der Hauswirtschaft und viele weitere Dienstleistungen an. So sorgt zum Beispiel ein Haus-Notrufsystem zusammen mit unserer 24-Stunden-Rufbereitschaft für ein hohes Maß an Sicherheit und Selbständigkeit in Ihren eigenen vier Wänden. Wir kommen gern zu Ihnen, um Sie und Ihre Angehörigen individuell und zugeschnitten auf die Gegebenheiten Ihres Zuhauses zu beraten. Diese Beratung ist für Sie selbstverständlich kostenfrei. Wir freuen uns auf Ihren Anruf und versprechen Ihnen: Bei uns sind Sie in guten Händen.

### 2.3 Ambulante Pflegedienste

**Ambulante Pflege Angeln Diakonisches Sozialzentrum**  
Reeperbahn 4, 24376 Kappeln  
Tel. 04642 9213390



*Die APA-Mitarbeiterinnen kommen gerne zu Ihnen nach Hause!*

### 2.4 Pflegehilfsmittel

#### **Sanitätshaus Hildebrand**

Schmiedestr. 18, 24376 Kappeln, Tel. 04642 910910

#### **Sanitätshaus Thiel & Scheld**

Arnisser Platz, 24376 Kappeln, Tel. 04642 7355

#### **Rieger Orthopädietechnik**

Mühlenstr. 24, 24376 Kappeln  
Tel. 04642 965888

### 2.5 Selbsthilfegruppen

#### **Multiple Sklerose Süderbrarup-Kappeln**

Frau Wöhlk, Tel. 04642 2669

## 2. Beratung und Hilfe

**Deutsche Rheumaliga Arbeitsgemeinschaft, Horst Loreth**  
Espernisstr. 13 a, 24376 Kappeln, Tel. 04642 964476

**Herzsportgruppe im TSV Kappeln, Herr Kornienko**  
Tel. 04642 164

**Sehbehinderung – Pro Retina, Monika Heuermann**  
Tel. 04642 910587

### 2.6 Essen auf Rädern

**Diakonisches Werk des Kirchenkreises Angeln**  
Mühlenstr. 34, 24392 Süderbrarup, Tel. 04642 929224  
**Kappeler Werkstätten**, Tel. 04642 91440



*Segeln vor Winnemark*



*Heringszaun*



*Hochlandrind auf der Birk*

### 2.7 Eingerichtete Bürgertelefone – Gebührenfrei

Fragen zur Rente	0800 151515-0
Informationen für Behinderte Menschen	0800 151515-2
Fragen zur Pflegeversicherung	0800 151515-8
Fragen zur Krankenversicherung	0800 151515-9
Anfragen zu allen Themen per SMS	0163 7673425
Mo – Do von 8.00 – 20.00 Uhr außer an Feiertagen	
Rentenversicherungsservicetelefon	0800 10004800

**FRANKA Kappeln**, Tel. 04642 1608

**Stadt Kappeln und Kappeln Land Stadtverwaltung**  
Tel. 04642 183-0



## 2. Beratung und Hilfe

Wohlfahrtsverbände bieten allen Menschen, unabhängig von Alter, Geschlecht, Nationalität oder Religionszugehörigkeit, soziale Hilfen und Beratung an.

### **Arbeiterwohlfahrt, Ortsverband Kappeln**

Schmiedestr. 49, 24376 Kappeln, Tel. 04642 3808

### **Sozialverband Deutschland OV Kappeln und Umgebung**

Tel. 04642 82443

**DRK Ortsverein Kappeln e.V.**, Tel. 04642 4374

### **DRK Ortsverein Olpenitz, Inga Pantel**

Olpenitzer Dorfstr. 6 a, 24376 Kappeln  
Tel. 04621 82908

## 2.8 Die neue Sozialhilfe

Personen, die nicht in der Lage sind, ihren Lebensunterhalt aus eigenem Einkommen oder Vermögen zu bestreiten, haben Anspruch auf Sozialhilfe.

Im Jahr 2003 wurde das Sozialhilferecht grundlegend reformiert. Dabei wurden die Arbeitslosenhilfe und die Sozialhilfe zur neuen Leistung Arbeitslosengeld II zusammengeführt.

Das Arbeitslosengeld II nennt man umgangssprachlich Hartz IV. Auskünfte zur Berechtigung erteilt

### **Sozialzentrum Kappeln**

Wassermühlenstr. 8, 24376 Kappeln  
Tel. 04642 9245-0

## 2.9 Ärzte – Stadt Kappeln

### **Allgemeinmedizin**

**Dr. Jan Braun**, Hohlweg 1, Tel. 2444

**Dr. Bettina Dehn, Thomas Hesselmann**

Konsul-Lorenzen-Str. 9, Tel. 1404

**Frank Henning, Dr. Edit Windgassen**

Flensburger Str. 3, Tel. 1524

**Dr. Michael von Hobe**, Kirchstr. 11, Tel. 91300

**Birte Kugler**, Kirchstr. 9, Tel. 4040

### **Augenarzt**

**Or. Kaus J. Paul**, Mühlenstr. 24, Tel. 2324

### **Chirurgen**

**Dr. Jürgen Spahr, Marek Szymkowiak**

Konsul-Lorenzen-Str. 3, Tel. 91410

### **Frauenärzte**

**Dr. Dr. Jutta Göhren**, Kirchstr. 9, Tel. 4040

**Dr. Annette Hildebrand**

**Dr. Reinhold Hildebrand**

Konsul-Lorenzen-Str. 3, Tel. 1012

**Christian Sellig**, Mühlenstr. 19, Tel. 5666

### **Hals-, Nasen-, Ohrenarzt**

**Dr. Christian Lang**, Mühlenstr. 24, Tel. 1444

## 2. Beratung und Hilfe

### Haut und Geschlechtskrankheiten

**Dr. Angelika Ernst-Plörer**, Schleswiger Str. 3, Tel. 2234

### Internisten

**Dr. Matthias Gloge**, Konsul-Lorenz-Str. 9, Tel. 1404

**Dr. Claus Lübbert**, Poststr. 18, Tel. 1070

**Dr. Volker Sprotte**, Schmiedestr. 39, Tel. 2424

### Kinderarzt

**Christian Trocha**, Flensburger Str. 3a, Tel. 82425

### Neurologie und Psychiater

**Dr. Rolf Lange, Janne Hecht**, Konsul-Lorenzen-Str. 3, Tel. 4012

### Orthopäden

**Dr. Gerhard Axt**, Bahnhofsweg 38, Tel. 4341

**Dr. Gerhard Weygandt**, Flensburger Str. 3, Tel. 5066

### Urologe

**Dr. Frank Ahrweiler**, Bahnhofsweg 38, Tel. 1001

### Zahnärzte

**Peter-Görries Hard**, Schmiedestr. 35, Tel. 1500

**Dr. Horst Lauenstein**, Kirchstr. 12, Tel. 1010

**Dr. Claus-Hermann Matzen**, Sylter Str. 19, Tel. 8557

**Dr. Gero Neumann-Lezius, Bettina Raab**

Kirchstr. 4–6, Tel. 4081

**Klaus Olbrich**, Poststr. 18, Tel. 4777

**Marion Padberg**, Wassermühlen Str. 5, Tel. 1447

**Dr. Uwe Pautke**, Ellenberger Str. 4, Tel. 81111

**Eckhard Wülbers**, Flensburger Str. 3, Tel. 2205

### 2.10 Die Margarethen Klinik

Die Margarethen Klinik, gegründet am 15. Januar 1956, vereint unter ihrem Dach Belegärzte aus der Stadt Kappeln in den Fachrichtungen:

- Chirurgie, Unfallchirurgie, Gynäkologie, Innere Medizin, Urologie, Psychiatrie / Neurologie, Anästhesie

Diese Fachärzte stellen gemeinsam mit den Mitarbeitern der Klinik und der angeschlossenen Praxen eine ortsnahe, umfassende medizinische Versorgung der Bevölkerung in Kappeln und des ländlichen Umfeldes sicher. Dazu ist die Klinik mit mehreren Operationssälen, einer Radiologie und einem eigenen Labor ausgestattet. Darüber hinaus bietet eine angeschlossene Physiotherapie in den Räumen der Klinik viele Angebote der Krankengymnastik und Massage im Rahmen einer sehr engen Zusammenarbeit an. Die qualitativ hochwertige Behandlung der Patienten im ambulanten und stationären Sektor wird durch die Kooperation mit dem Diakonissenkrankenhaus in Flensburg als Schwerpunktkrankenhaus der Akutversorgung für die Region ergänzt. Unterstützend wirken die weiteren Angebote, die sich inzwischen an der Margarethen Klinik etabliert haben. Dazu gehören u.a. die Anlaufpraxis der Kassenärztlichen Vereinigung und das durch das DRK koordinierte Notarztsatzfahrzeug, wodurch eine sehr schnelle notärztliche Versorgung in der Region sicherstellt wird.

**Dr. med.  
Frank Ahrweiler**  
Facharzt für Urologie

Bahnhofsweg 38  
24376 Kappeln  
Tel.: 04642-1001  
Fax: 04642-1004

**Zusatzqualifikationen:**

Andrologie  
Med. Tumorthherapie  
Urologische Laser  
Spez. Urologische Chirurgie

**Leistungsspektrum:**

Ambulante Operationen  
Belegarzt  
Brachytherapie  
Krebsvorsorge  
Inkontinenzbehandlung  
Steintherapie (ESWL)  
Urodynamik

Sprechstunden:

Mo. – Fr.: 8.00 – 12.00 Uhr, Nachmittags nach Vereinbarung



**Praxis für  
Zahngesundheit**  
Sylter Straße 19  
24376 Kappeln  
Telefon: 04642 - 85 57  
Telefax: 04642 - 85 96  
Email:  
info@dr-matzen-kappeln.de  
Web:  
www.dr-matzen-kappeln.de

Dr. med. dent.  
**Claus  
Matzen**  
Lasierzahnheilkunde  
Prophylaxe  
Ästhetik

barrierefrei • Hausbesuche möglich



**Massagepraxis  
Kirchner-Föh**

„Hände die helfen“  
barrierefrei · Hausbesuche möglich

Michael Kirchner & Peter Föh  
Sylterstr. 5 · 24376 Kappeln/Ellenberg · Tel.: 0 46 42/8 10 55  
[www.massagepraxis-kirschner-foeh.de](http://www.massagepraxis-kirschner-foeh.de)



**Für Ihre  
Gesundheit**

**Fachübergreifendes Ärztezentrum**

**Dr. med. Matthias Gloge**  
Facharzt für Innere Medizin  
Diabetologie  
Naturheilverf., Physik, Therapie  
Diabetes-Schmerzambulanz  
Belegarzt in der Margarethenklinik Kappeln

**Aktiv mit Diabetes**

**Dr. (Uva. Fernstud.) Bettina Dehn  
und Thomas Hesselmann**  
Fachärzte für Allgemeinmedizin  
Hausärztliche Versorgung  
Homöopathie, Akupunktur, TCM

Konsul-Lorentzen-Straße 9 · 24376 Kappeln  
Tel. 0 46 42 - 14 04 · Fax. 0 46 42 - 92 04 04  
[www.gloge-kappeln.de](http://www.gloge-kappeln.de)



**Hörkompetenzzentrum**  
Mühlenstr. 17  
24376 Kappeln  
Tel.: 04642 / 96 46 02  
Fax: 04642 / 96 46 12

zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

**MEHR Hörkompetenz  
MEHR Hörgeräteservice  
MEHR Qualität**

**1a - Das Hörgeräteabo**  
Bequeme Raten  
Null Zinsen  
sofort ganz Ohr

**KERSTEN**  
Das Hörgeräteabo  
Das trifft den Ton der Zeit

## 3. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit

Die gestiegene Lebenserwartung ermöglicht es immer mehr Menschen, nach dem aktiven Berufsleben noch Dinge zu tun, die Spaß machen und ein erfülltes Leben ermöglichen. Mit höherem Alter sind viele Menschen aber auch auf Hilfe und Pflege angewiesen. Die Leistungen der Pflegekassen sind vielfältig und umfangreich. Bei der Beurteilung der jeweiligen Pflegebedürftigkeit ist eine Einzelfallprüfung unumgänglich. Deshalb ist es nicht möglich, alle Fälle aufzuführen. Bitte wenden Sie sich deshalb immer im Einzelfall an Ihre Pflegekasse.

### Wer ist pflegebedürftig?

Pflegebedürftig sind Personen, die wegen einer körperlichen, geistigen oder seelischen Erkrankung oder Behinderung für die gewöhnlichen und regelmäßig wiederkehrenden Verrichtungen im Alltag für längere Zeit oder auf Dauer in erheblichem Maße Unterstützung benötigen.

**Für diese Fälle gibt es vielfältige Unterstützung und Hilfsangebote.**



Polizei



Mühle „Amanda“



### 3. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit

Am 1. April 2008 übernahm die DIAKO Soziale Einrichtungen GmbH (DSG) die bestehenden Pflegeheime Margarethen- und Mühlenresidenz in Kappeln.

Beide Einrichtungen verfügen jeweils über 54 Einzelzimmer und 3 Doppelzimmer, also 60 Pflegeplätze, verteilt auf 3 Etagen. Die zentral gelegenen Häuser mit ansprechenden Räumen zeichnen sich durch eine wohnliche Atmosphäre aus. Mit viel Liebe zum Detail bieten sie alten Menschen ein gemütliches Zuhause, in dem sie ein selbstbestimmtes Leben führen können.

Die Pflege und Betreuung wird an den Wünschen und Bedürfnissen der Senioren ausgerichtet. In Zusammenarbeit mit ehrenamtlichen



Kräften, wie den Hausbesuchsdienst, dem Hospizverein Kappeln e.V. der Kirchengemeinde Kappeln, musikpädagogischer Begleitung und anderen engagierten Mitbürgern wird pflegebedürftigen und altersdementen Menschen ein möglichst abwechslungsreiches Leben geboten. Ein hauseigener und rollstuhlgerechter Bus rundet das Angebot ab.

#### **Wollen wir uns kennen lernen?**

Dann rufen Sie uns an. Selbstverständlich stehen Ihnen gerne für ein unverbindliches Beratungsgespräch oder einen Hausbesuch zur Verfügung.

mediaprint  
WEKA info verlag gmbh

www.photocase.de

**Starke Partner für eine starke Zielgruppe.**

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



## 3. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit



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

Flensburger Str. 5, 24376 Kappeln  
Tel.: 04642 - 91 47 0 oder Fax: 04642 – 91 47 77  
Email [info@oab.de](mailto:info@oab.de)

**Schützen Sie Ihr Erspartes  
für den Fall der Fälle:  
Pflegebedürftigkeit.**

Das belastet Generationen -  
seelisch und finanziell.  
Schützen Sie Ihr Vermögen  
und das Ihrer Kinder!

**Wir beraten Sie gerne –  
persönlich, umfassend,  
kompetent!**



*Bei uns sind Sie in guten Händen*

### 3.1 Hilfen bei Alzheimer – Demenz

Altern in Würde: Viele ältere Menschen machen sich Sorgen, wenn das geistige Leistungsvermögen bei sich selbst oder einem Angehörigen scheinbar immer mehr nachlässt. Sind es bereits Anzeichen einer Alzheimer-Demenz, wenn man sich Telefonnummern nicht mehr so gut merken kann? Wenn man Menschen begegnet, aber der dazugehörige Name will einem einfach nicht mehr einfallen? Wenn man sich in einer neuen Umgebung nicht mehr ganz so problemlos zurechtfindet wie früher?

Was bedeutet es, wenn sich ein geselliger Mensch mehr und mehr aus dem Freundeskreis zurückzieht oder ein einst liebevoller Mensch zum veränderten mürrischen Menschen wird? Es ist wichtig, sich rasch Klarheit zu verschaffen. Der erste Weg sollte immer zum Hausarzt oder Neurologen führen.

Diese können mit einfachen Tests feststellen, ob die Sorge vor Alzheimer begründet ist. Doch ist hier oft die Initiative des Angehörigen gefordert, denn der Betroffene selbst schiebt meist gute Gründe für seine Veränderungen vor und weicht dem Arztbesuch aus.

ALTEN- UND PFLEGEHEIM

HAUS AN DER BIRK

INH. FAM. MENDE

NIEBYWESTERFELD 3 · 24395 NIEBY  
TEL. 04643 - 2311 · [WWW.HAUSANDERBIRK.DE](http://WWW.HAUSANDERBIRK.DE)



SIE WOLLEN SICH WOHLFÜHLEN?



SIE SOLLEN SICH WOHLFÜHLEN!

## 3. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit

### 3.2 Die Pflegeversicherung

Mitglieder der Pflegeklasse (Krankenkasse) erhalten bei Vorliegen einer voraussichtlichen sechsmonatigen Pflegebedürftigkeit, was durch den med. Dienst der Pflegekassen festgestellt wird, Leistungen der Pflegekasse. Diese Leistungen der Pflegeversicherung müssen durch die Versicherten bei der Pflegekasse beantragt werden. Hier werden die Pflegestufen festgelegt.

#### Pflegestufe 0

Auch Personen mit erheblich eingeschränkter Alltagskompetenz, die noch nicht die Voraussetzungen für eine Einstufung in die Pflegestufe I erfüllen, haben mit Inkrafttreten der Pflegereform einen Anspruch auf einen Betreuungsbetrag. Man spricht hier von der so genannten „Pflegestufe 0“.

#### Pflegestufe I – Erhebliche Pflegebedürftigkeit

Erhebliche Pflegebedürftigkeit liegt vor bei einem mindestens einmal täglich erforderlichen Hilfebedarf bei mindestens zwei Vorrichtungen aus einem oder mehreren Bereichen der Grundpflege (Körperpflege, Ernährung oder Mobilität). Zusätzlich muss mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigt werden. Der wöchentliche Zeitaufwand muss im Tagesdurchschnitt mindestens 90 Minuten betragen, wobei auf die Grundpflege mehr als 45 Minuten entfallen müssen.

#### Pflegestufe II – Schwerpflegebedürftigkeit

Schwerpflegebedürftigkeit liegt vor bei einem mindestens dreimal täglich zu verschiedenen Tageszeiten erforderlichen Hilfebedarf bei der Grundpflege (Körperpflege, Ernährung oder Mobilität). Zusätzlich muss mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigt werden. Der wöchentliche Zeitaufwand muss im Tagesdurchschnitt

mindestens drei Stunden betragen, wobei auf die Grundpflege mindestens zwei Stunden entfallen.

#### Pflegestufe III – Schwerstpflegebedürftigkeit

Schwerstpflegebedürftigkeit liegt vor, wenn der Hilfebedarf so groß ist, dass er jederzeit gegeben ist und Tag und Nacht anfällt (Rund-um-die-Uhr). Zusätzlich muss die pflegebedürftige Person mehrfach in der Woche Hilfe bei der hauswirtschaftlichen Versorgung benötigen. Der wöchentliche Zeitaufwand muss im Tagesdurchschnitt mindestens fünf Stunden betragen, wobei auf die Grundpflege (Körperpflege, Ernährung oder Mobilität) mindestens vier Stunden entfallen müssen.

Kostenlose Auskunft zur Pflegeversicherung erhalten Sie über das Bürgertelefon: **0800 1919190** montags bis donnerstags von 8.00 – 20.00 Uhr

### 3.3 Arten der Pflege und Leistungen

#### Pflegekassen

Die Pflegekassen sind bei den Krankenkassen angesiedelt und arbeiten eng mit ihnen zusammen. Die Pflegeversicherung erbringt folgende Leistungen:

#### Mobiler Haushaltsservice

Angelika Bessey  
Hauswirtschaftsmeisterin

Norderstraße 29  
24972 Steinberg

Tel.: 0 46 32 – 16 82  
[www.bessermitbessy.de](http://www.bessermitbessy.de)



#### Wir sind für Sie da damit Sie mehr Zeit für...

- spontane kurzfristige Unterstützung bei Engpässen
- ein Fest in Ruhe genießen
- sportliche Aktivitäten
- das vernachlässigte Hobby

## 3. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit

### Pflegegeld

Pflegegeld wird gezahlt, wenn Pflegebedürftige in einer häuslichen Umgebung z. B. von Angehörigen in geeigneter Weise gepflegt werden.

### Pflegesachleistungen

Die Pflegesachleistung wird durch ausgebildete Pflegekräfte erbracht, die bei ambulanten Pflegeeinrichtungen (Sozialstationen, private häusliche Krankenpflege, usw.) angestellt sind. Die Pflegeeinrichtung muss mit der jeweiligen Pflegekasse einen Versorgungsvertrag abgeschlossen haben.

### Verhinderungspflege

Die Pflege kann sehr belastend für pflegende Angehörige sein. Umso wichtiger ist es, Urlaub von der Pflege machen zu können. Damit dies nicht nur ein Wunsch bleibt, bietet die Pflegeversicherung die so genannte Ersatz- bzw. Verhinderungspflege an. In der Regel übernimmt dann eine Ersatzpflegekraft die Pflege im häuslichen Bereich der pflegebedürftigen Person. Ersatzpfle-

ge kann entweder von einer professionellen Pflegekraft – beispielsweise einer Krankenschwester oder einem Krankenpfleger – oder von einem Verwandten oder einer sonstigen Person aus dem Umfeld des älteren Menschen übernommen werden.

Verhinderungspflege stellt neben der Kurzzeitpflege eine weitere Möglichkeit dar, um den Ausfall eines pflegenden Angehörigen durch Urlaub, Krankheit oder Kur zu überbrücken.

### Tages- und Nachtpflege

Wenn die Pflege zu Hause nicht in ausreichender Form möglich ist, besteht ein Anspruch auf teilstationäre Pflege. Dies kann auch bei kurzfristigem erhöhtem Pflegebedarf möglich sein. Die Leistungshöhe ist nach dem Grad der Pflegebedürftigkeit gestaffelt.

### Kurzzeitpflege

Falls vorübergehend weder die häusliche noch eine teilstationäre Pflege realisierbar ist, besteht die Möglichkeit der vorübergehenden Unterbringung in einer vollstationären Pflegeeinrichtung (Pflegeheim).

Die Kosten dafür übernimmt die Pflegekasse für maximal 4 Wochen unter Berücksichtigung der jeweils festgelegten Pflegestufe.

### Vollstationäre Pflege

Reichen häusliche, teilstationäre oder Kurzzeitpflege nicht mehr aus, kann die pflegebedürftige Person in einem Pflegeheim untergebracht werden. Um einen Heimplatz müssen sich die Angehörigen allerdings selbst bemühen. Der Antrag zur Heimaufnahme muss direkt bei dem betreffenden Alten- und Pflegeheim erfolgen.



*...inmitten einer  
ländlichen Idylle...*

**OSTANGLER  
SENIORENRESIDENZ**

Senioren- und Pflegeheim      Vogelsang 10 · 24409 Stoltebüll  
Tel. 0 46 42- 22 90 · Fax 16 83      [www.ostangler-seniorenresidenz.de](http://www.ostangler-seniorenresidenz.de)

# Leben zu Hause

## - in Ihrer vertrauten Umgebung



### Ambulante Pflege Angeln

DIAKONISCHES SOZIALZENTRUM

- **Hauswirtschaft**
- **Betreuung**
- **Begleitung**
- **Diakonische Leistungen**
- **Zusatzdienste auf Anfrage**
- **Pflegeleistungen (alle Pflege- u. Krankenkassen)**



Ev.-Luth.  
Kirchenkreis





## 4. Wohnen im Alter



Fischmarkt



Mühle „Amanda“

Für ältere Menschen ist eine angenehme Wohnatmosphäre besonders wichtig, da sie viel Zeit in ihrer Wohnung verbringen. Wer bis ins hohe Alter in der lieb gewonnenen und gewohnten Umgebung wohnen bleiben möchte, tut gut daran, sein Wohnumfeld rechtzeitig an die individuellen Bedürfnisse und Defizite anzupassen.

### 4.1 Betreutes Wohnen und Senioren- und Pflegeheime

Das Betreute Wohnen wird für ältere noch rüstige Menschen immer mehr zur interessanten Alternative. Spezielle altersgerechte Wohnanlagen ermöglichen ein selbstbestimmtes Leben in der eigenen Wohnung. Darüber hinaus werden vom Betreiber der Anlage verschiedene Grund- und Wahlleistungen wie die Vermittlung und Organisation von Hilfe und Pflege, von Freizeit- und Beschäftigungsangeboten, Erledigung von Besorgungen, usw. angeboten. Wenn die notwendige Pflege zu Hause nicht mehr möglich ist, bleibt nur der Weg in ein Altenpflegeheim. Dort wird eine umfassende Betreuung gewährleistet. Grundsätzlich kann jeder ältere Mensch in ein Altenpflegeheim ziehen. Doch nur wer die Voraussetzungen für



**SENIORENSTIFT DES  
DIAKONIEWERKES  
KAPPELN**



**Haus der Diakonie  
Diakoniewerk gGmbH  
Kappeln**

Reeperbahn 4  
24376 Kappeln  
Tel.: 0 46 42/92 20 43





## 4. Wohnen im Alter

Pflegebedürftigkeit erfüllt, hat einen Anspruch auf Leistungen aus der Pflegeversicherung. Die Feststellung der Pflegebedürftigkeit erfolgt durch den Medizinischen Dienst der Krankenkassen.

### Senioren und Pflegeheime in Kappeln und Umgebung Norddeutsche Diakoniedienste „Johanna Göbell Haus“

Lange Str. 45, 24399 Arnis, Tel. 04642 91591-0

### „Seniorenstift“

Reeperbahn 4, 24376 Kappeln, Tel. 04642 82751

### Alten- und Pflegeheim „Haus Maja“

Eckernförder Str. 49/51, 24376 Kappeln Kopperby  
Tel. 04644 96000

### Pflegeheim und betreutes Wohnen „Margarethenresidenz“

Konsul Lorenzen Str. 3 a, 24376 Kappeln, Tel. 04642 52300

### Pflegeheim und betreutes Wohnen „Mühlen Residenz“

Schleswiger Str. 3, 24376 Kappeln, Tel. 04642 5240

### Seniorenresidenz Ostseeblick

Brodersbyer Str. 5, 24398 Hömark Brodersby, Tel. 04644 1331

### Ostangler Seniorenresidenz

Vogelsang 10, 24409 Stoltebüll, Tel. 04642 2290

### Altenpflegeheim Nieby

Niebywesterfeld 3, 24395 Nieby, Tel. 04643 2311

### Residenz Geltinger Bucht

Suterballig 35, 24395 Gelting, Tel. 04643 185914



*Neue Brücke*



*Strand bei Schleimünde*

Langzeitpflege - Urlaubspflege - Kurzzeitpflege - Betreutes Wohnen

**SENIORENZENTRUM**  
*3 Wellen*

Hier kennt man noch  
seine Nachbarn

Florianweg 12, 24351 Damp  
**Telefon: 0 43 52 / 30 80**  
Internet: [www.seniorenzentrum-damp.de](http://www.seniorenzentrum-damp.de)

**FREIHEIT**  
erkennen  
**UNABHÄNGIGKEIT**  
erhalten  
**GEBORGENHEIT**  
erfahren

## 5. Vorsorge, Testament und Todesfall

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

### 5.1 Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

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



*Konies auf der Birk*

#### Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung

In einer Vorsorgevollmacht werden eine oder mehrere Personen benannt, die im Bedarfsfall handeln sollen. Die Vollmacht gilt nur für die Angelegenheiten, die in ihr genannt werden. Sie ermöglicht ein hohes Maß an Selbstbestimmtheit. Neben rechtlichen und finanziellen Angelegenheiten kann zum Beispiel für den Fall einer Betreuungsbedürftigkeit eine Person vorgeschlagen werden, die die Betreuung übernehmen soll.

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

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

Weitere Informationen gibt es unter [www.sen-info.de](http://www.sen-info.de).

#### Patientenverfügung

Die Patientenverfügung gibt den Willen einer Person wieder, wie im Krankheitsfall von den Ärzten mit so genannten lebensverlängernden Maßnahmen umgegangen werden soll.

Nachdem der Verzicht auf lebensverlängernde Maßnahmen eine schwerwiegende Entscheidung ist und diese Verfügungen umstritten sind, sollte man sich die Formulierungen genau überlegen und möglichst mit seinen Ärzten abstimmen.

Die Patientenverfügung ist an keine besondere Form gebunden. Vertrauenspersonen sollten darüber informiert sein.

## 5. Vorsorge, Testament und Todesfall



Nordhafen mit Ausflugsdampfer

### 5.2 Testament

#### Notariell aufgesetztes Testament

Das öffentliche, vor einem Notar mündlich erklärte, gebührenpflichtige Testament bietet den Vorteil, dass der Notar sachkundig berät und über die Konsequenzen der geplanten Verfügungen aufklärt.

Das Testament wird beim Amtsgericht hinterlegt. Zweifel darüber, ob überhaupt ein Testament vorliegt, ob es echt ist oder wie es zu verstehen ist, können in der Regel nicht aufkommen.

### 5.3 Hospizgruppe

Bei der Hospizarbeit geht es darum, Schwerstkranke, Sterbende und deren Angehörigen in der Zeit des Abschiedes zu begleiten und ihnen beizustehen.

Die ehrenamtlichen Hospizhelfer unterliegen der Schweigepflicht und sind offen für alle Menschen – unabhängig von

Weltanschauung und religiöser Überzeugung. Sie sind kein Ersatz für die ambulanten Pflegedienste, sondern eine Ergänzung zu anderen sozialen Diensten.

Nähere Informationen:

#### Hospizgruppe Kappeln und Umgebung e.V.

Helga Brusgatis, Bahnhofsweg 32, 24376 Kappeln

Tel. 04642 920763, Handy 0171 9148280

eMail: [hospizgruppe-kappeln@t-online.de](mailto:hospizgruppe-kappeln@t-online.de)

Sprechstunde: 14-tägig mittwochs 10.00 – 11.00 Uhr

Gesprächskreis für trauernde Angehörige:

Jeden 2. Freitag im Monat von 17.30 – 19.00

im „Haus der Diakonie“ Reeperbahn 4, Kappeln

#### Eigenhändiges Testament

Ohne Kosten kann man auch selbst ein Testament aufsetzen. Hierfür muss der gesamte Text eigenhändig niedergeschrieben werden.

Das Schriftstück muss mit Ort, Datum versehen und mit Vor- und Zunamen unterschrieben werden. Das Testament kann zu Hause verwahrt oder sicherheitshalber bei einem Notar oder Amtsgericht hinterlegt werden.

#### Gemeinsames Testament von Ehegatten

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

# Notizen

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---





## 5. Vorsorge, Testament und Todesfall



*Mühle Charlotte*



*Ausflugsdampfer*



*Bronzefischer*

### 5.4 Todesfall

Bei einem Todesfall macht es die persönliche Trauer oft schwer, klare Gedanken über die zu erledigenden Formalitäten zu fassen.

#### Die nachfolgenden Hinweise können dabei helfen:

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

# Bildergalerie



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

## IMPRESSUM

Herausgegeben in Zusammenarbeit mit der Trägerschaft. Änderungswünsche, Anregungen und Ergänzungen für die nächste Auflage dieser Broschüre nimmt die Verwaltung oder das zuständige Amt entgegen. Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen sind –auch

auszugsweise – nicht gestattet. Nachdruck oder Reproduktion, gleich welcher Art, ob Fotokopie, Mikrofilm, Datenerfassung, Datenträger oder Online nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages.

### Quellenverzeichnis:

Ab Seite 6, Fotos von W.Barz

24376057/1. Auflage/2009



mediaprint  
WEKA info verlag

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

WEKA info verlag gmbh

Lechstraße 2

D-86415 Mering

Tel. +49(0)82 33 384-0

Fax +49(0)82 33 384-103

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

# Notruftafel

Polizei	110
Feuerwehr	112
Ärztlicher Notdienst Schleswig Holstein	01805 119292



*...denn wir haben die Spezialisten!*

**Beratung** **Verkauf** **Service**  
**Planung** **Installation** **Gewährleistung**

**Peteresen**  
Haustechnik GmbH  
Elektre • Einbaoküchen • Sanitär • Heizung • Lüftung

**Wassermühlenstr. 14 24376 Kappeln**  
Telefon 04642 - 9 18 10 Fax 31 05  
Notruf-Hotline: 04642 - 9 18 112

Parkplätze am Hause

provisionsfreie  
Wohnungsvermietung



# (04642) 98 75 21



**Krüger Immobilien GmbH**  
**Wohnen und Vermieten**  
Mürwiker Str. 16 - 24376 Kappeln

[www.krueger-vermietung.de](http://www.krueger-vermietung.de)

