



OLDENBURGER SENIORENWEGWEISER

5. Auflage



Für ein eigenständiges Leben im Alter ist eine angemessene Wohnung von großer Wichtigkeit. Die Stadt, der Stadtteil mit seinen Geschäften, Ärzten und Einkaufsmöglichkeiten und der Wohnbereich sind das Umfeld, in dem Sie sich wohl fühlen.

Hier können Sie Kontakte knüpfen und kleine Hilfen für den Alltag bekommen. Jeder kann so selbstständig wie möglich leben und dabei so viel Hilfe wie nötig in Anspruch nehmen.

Bei uns in den Alexanderhöfen leben Sie in Ihrem gewohnten Umfeld und können zusätzlich die Vorteile eines altersgerechten Wohnens nutzen.

Sie können weiterhin Ihre familiären und sozialen Kontakte pflegen und somit ein zufriedenes und entspanntes Leben genießen.

Durch frei wählbare Hilfsdienste ermöglichen wir Ihnen eine eigenverantwortliche Lebens-

Fußgängerzone weist zahlreiche alte Baulichkeiten auf: Das beeindruckende Staatstheater genießt einen besonderen Ruf weit über die Stadtmauern hinaus. Als architektonischer Höhepunkt gilt das großherzogliche Schloss mit seinem wunderschönen Schlossgarten und der Botanische Garten, das Alte Rathaus und der schöne Marktplatz mit seinen zahlreichen Cafés sind nur eine kleine Auswahl an Sehenswürdigkeiten dieser schönen Stadt.

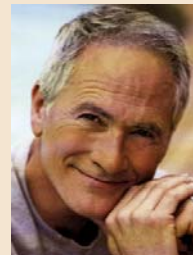
Die Alexanderhöfe befinden sich im Oldenburger Innenstadtbereich und die Fußgängerzone ist fußläufig erreichbar.

Bei der neu erstellten, modernen Wohnanlage handelt es sich um insgesamt 22 moderne, seniorengerechte Wohnungen. Im Erdgeschoss der Anlage befinden sich eine Bäckerei mit Café und ein Orthopädischer Schuhmacher.

Stilvolle Seniorenresidenzen

Alexanderhöfe

Sicher bis ins hohe Alter!



Die öffentlichen Nahverkehrseinrichtungen in unmittelbarer Nähe der Anlage sind bequem zu Fuß zu erreichen.

Wir würden uns freuen, Sie in den Alexanderhöfen begrüßen zu dürfen und stehen Ihnen selbstverständlich für weitere Fragen und Informationen zur Verfügung.

und Haushaltsführung, immer mit der Sicherheit unserer Helfer im Rücken.

Die Stadt Oldenburg bietet mit ihrem besonderen Charme den idealen Rahmen für Ihre Ansprüche. Sie ist bekannt für eine hohe Lebensqualität und verbindet wirtschaftliche und kulturelle Angebote gleichermaßen.

Die gemütliche, autofreie

Unsere Leistungen:

- 24-Stunden-Notfallbereitschaft
- Schlüsseldienst auf Wunsch, Aufbewahrung eines Wohnungsschlüssels für Notfälle
- allgemeine regelmäßige Sprechzeiten
- Beratung in persönlichen Angelegenheiten
- Hilfestellung bei der Bewältigung und Klärung von Behördenangelegenheiten
- Vermittlung pflegerischer Versorgung in der Wohnung
- Vermittlung sinnvoller physiotherapeutischer Angebote
- Vermittlung handwerklicher Hilfsdienste
- Möglichkeit der Teilnahme und Mitgestaltung aller kulturellen und gesellschaftlichen Angebote in dem gegenüberliegenden Alten- und Pflegeheim
- und noch vieles mehr ...



Torsten Helmers GmbH & Co. KG
Alexanderstraße 49-53 · 26121 Oldenburg
Tel. 0441.95 50 50 · Fax 0441.955 05 10
E-mail: helmers-immobilien@ewetel.net

GRUSSWORT

Nie zuvor waren unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger so aktiv wie heute. Das gilt gleichermaßen für die selbständige Erledigung alltäglicher Angelegenheiten, das Einkaufen und die Nutzung verschiedenster Einrichtungen wie für die Gestaltung der Freizeit. Weitgehende Selbstbestimmung und Teilhabe an der Vielfalt des modernen Lebens auch im Alter – das sind Ziele, die sich viele Seniorinnen und Senioren, oft in der Gemeinschaft mit anderen, verwirklichen.

Dazu bedarf es aber nicht nur der Lebensfreude und der Eigeninitiative, sondern vor allem auch der Anregung und der Information. Deshalb freue ich mich sehr, dass wieder einmal eine Neuauflage des seit langem bewährten Seniorenwegweisers gelungen ist. Er vermittelt einen Überblick über das breit gefächerte Angebot in Oldenburg, das für ältere Menschen von Interesse ist, und gibt Auskunft über das Was, Wo und Wann. Man kann aus der Broschüre auf verständliche Art erfahren, welche hilfreichen und attraktiven Möglichkeiten auf zahlreichen Gebieten unsere Stadt auch und gerade für die fortgeschrittene Generation bereithält.

Der neue Seniorenwegweiser ist auf dem Weg zu mehr Lebensqualität ein kenntnisreicher und zuverlässiger Begleiter. Ich danke ganz herzlich allen, die mit Engagement und Tatkraft an seiner Erstellung beteiligt waren, und wünsche seinen Leserinnen und Lesern eine ebenso informative wie anregende Lektüre.



Prof. Dr. Gerd Schwandner
Oberbürgermeister



INHALTSVERZEICHNIS

Grusswort	1	1.4. Reisen	14
Seniorenvertretung	6	1.5. Sport und Bewegung	15
1. Aktiv im Alter	10	1.6. Ernährung im Alter	15
1.1. Treffpunkte/Begegnungsstätten	10	1.7. Soziales Engagement	15
1.2. Bildung	11	2. Beratung und Hilfe	15
1.3. Kultur	12	2.1. Seniorenberatung	16



Wohnen im Grünen

und doch am Puls der Stadt

24 h Notaufnahme ☎ 04 41 / 96 99 11 99

Pflege:

- ★ 8 Pflegeapartements 40 bis 50m²
- ★ 90 Einzelzimmer
- ★ Klimaanlage
- ★ Kurzzeitpflege
- ★ Dementenbetreuung
- ★ Probewohnen
- ★ Kultur- u. Freizeitangebote

Direkt im Domicil:

- ★ Physiotherapie ★ Friseursalon ★ Café
- ★ Wellnessbad ★ Kosmetik ★ Maniküre/Pediküre



Service-Wohnen:

- ★ 71 Eigentumswohnungen
60 bis 125 m²
- ★ gehobene Ausstattung
- ★ barrierefrei
- ★ 24 Std. Notruf
- ★ Tiefgaragenstellplätze
- ★ Miete und Kauf
- ★ bevorzugte Wohnlage

Lassen Sie sich jetzt von uns

ausführlich und unverbindlich beraten!

Pflegeberatung:

Frau Inge Holsten

Tel. 04 41 / 9 69 91 -600

Mr. Zuhause im Alter
Domicil

Beratung betreutes Wohnen:

Herr Helmuth Will

Tel. 04 41 / 9 69 91 -48

Drögen-Hasen-Weg 1 **Seniorenwohnpark** 26129 Oldenburg

INHALTSVERZEICHNIS

2.2. Rentenberatung	17	4. Hilfen bei Pflegebedürftigkeit	23
2.3. Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe	17	4.1. Hilfen bei Alzheimer – Demenz	26
2.4. Die Grundsicherung	17	4.2. Arten der Pflege und Leistungen	27
2.5. Die Sozialhilfe	18	5. Vorsorge, Testament und Todesfall	28
3. Hilfen im Alltag	18	5.1. Testament	30
3.1. Wohnraumberatung	20	5.2. Hospiz und Hospizgruppen	30
3.2. Betreutes Wohnen	20	5.3. Todesfall	31
3.3. Altenpflegeheime	20	Notizen	32

ERSTKLASSIGES PFLEGEANGEBOT

Domicil Seniorenwohnpark und Private Altenpflege Oldenburg kooperieren

Der Gedanke des „Betreuten Wohnens“ hat in den letzten Jahren immer mehr ältere Menschen überzeugt. Vor allem der gebotene Service und natürlich eine 24-Stunden-Notfallbereitschaft bieten ausreichend Sicherheit, um den letzten Lebensabschnitt entspannt genießen zu können. Unter dem Motto „Wohnen im Grünen – und doch am Puls der Stadt“, bietet der Domicil Seniorenwohnpark nach dem Um- und Neubau im Jahr 2008 im Drögen-Hasen-Weg in Oldenburg genau dieses Konzept an.

71 Eigentumswohnungen in einer Größe von 60 bis 125 m² stehen in einer gehobenen Ausstattung und natürlich barrierefrei zur Miete oder zum Kauf zur Verfügung, sowie 106 Pflegeplätze in ausschließlich Einzelzimmern incl. acht Pflegeappartements in einer Größe von 40 bis 50 m². Aber nicht nur das Konzept des Domicil Seniorenparks überzeugt – auch bei den Serviceleistungen baut man auf die Erfahrung und Qualität der renommierte Privaten Altenpflege Oldenburg (PAO). Neben der erstklassigen Versorgung liegt der Nutzen der Kooperation schon in der Tatsache, dass jeder, der sich über das Pflegeangebot informieren will, dieses im eigens dafür bereitgestelltem Beratungsbüro im Domicil auch tun kann. Freundlich, erfahren, zuverlässig und pünktlich, sind wichtige Attribute der Geschäftsführung. „Das Ziel des Domicil Seniorenwohnparks ist es, den Menschen einen schönen Lebensabend zu bieten.“ Wer Fragen hat, kann sich unverbindlich an Frau Holsten, Telefon 0441/9 69 91-600 oder Frau Waller-Stade, Telefon 0441/69 7 69 wenden.

BRANCHENVERZEICHNIS

BRANCHENVERZEICHNIS

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

Alten- und Pflegeheim	2, 3, 5, 21, U3, U4	Orthopädie	13
Altenpflege	10, 21, 28	Pflegedienste	2, 3, 10, 21, 23, 25, 28, U4
Altersvorsorge	31	Rentenversicherung	31
Ambulanter Pflegedienst	2, 3, 21, 25, U4	Sanitätshaus	13
Barrierefreies Wohnen	9	Schuhgeschäft	13
Beerdigungsinstitut	32	Schuhreparatur	13
Bestattungen	32	Seniorenresidenzen	U2, 17, 21
Betreutes Wohnen	U2, 2, 3, 17, 21	Seniorenzentren	5, 9, 21
Betten	4	Sozialpolitik	29
Essen auf Rädern	21, 23, U3	Sozialrecht	29
Gesetzliche Unfallversicherung	31	Sozialstation	22, 25
Häusliche Krankenpflege	28	Sozialversicherungsträger	31
Hausnotruf	21, 22	Tagespflege	22
Matratzen	4	Treppenlifte	9
Mobiler Hilfsdienst	22		

U = Umschlagseite

Sie müssen gar nicht weit fahren, wenn Sie zu den Besten wollen.



Tim Heintzen Kay Heintzen

Oder wir kommen ganz einfach zu Ihnen, wenn Sie in Zukunft besser sitzen, liegen oder schlafen möchten. Nutzen Sie unseren Hausberatungs-Service und lassen sich unverbindlich und kompetent von einem der Herren Heintzen bei sich zu Hause beraten. Rufen Sie an unter 0441-9508717 und vereinbaren einen Termin. Wir freuen uns auf Ihren Anruf.

Hausberatungstermine
unter 0441-9508717

Hauptstr. 109, Oldenburg, 0441-950870
Familia-Center, Oldenburg, 0441-794299
Am Wall 165-167, Bremen, 0421-327307

www.bettenhaus-heintzen.de



Gut schlafen – Besser leben.

erlebenswert

Große Feste und hohe Geburtstage werden bei uns gern gefeiert.
Menschen erleben ihren Lebensabend in Gemeinschaft.
Und es geht ihnen gut dabei.

www.oldenburger-senioren.de

Rufen Sie uns an:
0441-2100111



Diakonie 

Da sind Sie Zuhause.

Büsingstift · Elisabethstift
Friedas-Frieden Stift
Ev. Altenzentrum Bischof Stählin
Ev. Seniorenzentrum Schützenweg

SENIORENVERTRETUNG

Warum gibt es die Seniorenvertretung?

Die Stadt Oldenburg hat sich zum Ziel gesetzt die aktive Teilnahme ihrer älteren Einwohnerinnen und Einwohner am gesellschaftlichen, sozialen kulturellen und politischen Leben zu stärken und zu fördern. Zu diesem Zweck bildete sie am 01.04.1999 eine Seniorenvertretung als offizielle Einrichtung der Stadt Oldenburg. Diese ist unabhängig parteipolitisch neutral und konfessionell nicht gebunden.

Alle in der Altenarbeit in Oldenburg tätigen Organisationen sind durch ihre Delegierten an der Wahl der Seniorenvertretung beteiligt.



Die Delegierten der Altenarbeit Oldenburg.



Welche Aufgaben übernimmt die Seniorenvertretung?

Sie nimmt die Belange aller Oldenburger Einwohnerinnen und Einwohner ab 60 Jahre wahr.

Sie informiert, berät und unterstützt die älteren Menschen bei der aktiven Lebens- und Freizeitgestaltung mit dem Ziel, Aktivitäten und Selbständigkeit zu fördern und solange wie möglich zu erhalten.

SENIORENVERTRETUNG

Sie berät durch Anregungen, Empfehlungen und Stellungnahmen den Rat sowie die Verwaltung der Stadt Oldenburg und informiert die Öffentlichkeit über die Möglichkeiten und Entwicklungen der Altenhilfe und -politik mit der Zielsetzung, ältere Mitbürgerinnen und Mitbürger zur aktiven Mitarbeit und Vertretung der eigenen Interessen anzuregen.

Wo und wann finden Sprechstunden statt?

Stadtmitte, Neues Rathaus

26121 Oldenburg, Pferdemarkt 14
Am ersten Montag im Monat 11.00 – 12.00 Uhr
Herr Lübben

Stadtteiltreff Dietrichsfeld

26127 Oldenburg, Alexanderstraße 331
Am dritten Donnerstag im Monat 15.30 – 16.30 Uhr
Herr Hellemann/Herr Domsky

Bloherfelde/Eversten

26129 Oldenburg, Bloherfelder Straße 173
Am ersten Mittwoch im Monat 11.00 – 12.00 Uhr
Frau Fiedler/Herr Borgert

Kreyenbrück

26133 Oldenburg, An den Vossbergen 58
Am ersten Montag im Monat 11.00 – 12.00 Uhr
Herr Borgert



Die Seniorenvertretung Oldenburg.

Kulturzentrum Rennplatz

26125 Oldenburg, Kurlandallee 4
Am dritten Freitag im Monat 15.30 – 16.30 Uhr
Frau Reinhold/Herr Rieper

Bümmersteder Seniorenservice und Beratungszentrum

26133 Oldenburg, Erikaweg 13
Am ersten Dienstag im Monat 10.00 – 11.00 Uhr
Frau Bollerslev/Herr Borgert





Paritätischer Wohlfahrtsverband und Beratungszentrum

26121 Oldenburg, Ziegelhofstraße 125 – 127
Jeden Montag 11.00 – 12.00 Uhr
Frau Reinhold

SENIORENVERTRETUNG

Wer gehört zur Seniorenvertretung?

	Christina Reinhold, Vorsitzende 26123 Oldenburg Donnerschweer Straße 192 Tel.: 3 29 14
	Rainer Rieper, Stellvertr. Vorsitzender 26123 Oldenburg Schwalbenstraße 9 Tel.: 4 08 16 25
	Helmut Domsy, Schriftführer 26127 Oldenburg Glatzer Straße 4 Tel.: 6 15 67
	Werner Lübben, Kassenwart 26129 Oldenburg Erlenweg 2 Tel.: 7 44 80
	Maria Bollerslev 26133 Oldenburg Lärchenring 25 Tel.: 4 81 48

	Michael Borgert 26131 Oldenburg Brandsweg 26B Tel.: 59 27 26
	Ursula Fiedler 26131 Oldenburg Heinrich-Brockmann-Straße 30
	Werner Hellemann 26121 Oldenburg Frankenstraße 18 Tel.: 8 70 15
	Peter Meißner 26131 Oldenburg Von-Thünen-Straße 23 Tel.: 50 87 62

GERNE FÜR SIE DA!

Die Seniorenvertretung ist ab sofort im Neuen Rathaus, Pferdemarkt 14, Zimmer-Nr. 126 A, Tel.: 235-22 49.

URLAUBSPFLEGE

Erholung für Senioren und ihre Angehörigen

Oldenburg – Wenn andere in den Urlaub fahren, bleiben Angehörige von unterstützungsbedürftigen Senioren zu Hause. Gezwungener Maßen, so denken viele. „Wir können Vater doch nicht allein lassen. Er braucht doch jeden Tag ein wenig Hilfe,“ sagt die Tochter. Inzwischen war sie schon drauf und dran, sich auch im dritten Jahr die Auszeit zu versagen, als ihr jemand von der Möglichkeit zur „Kurzzeit-Pflege“ in den Oldenburger Seniorenhäusern der Diakonie erzählte.

Besonders das Büsingstift sei dafür gut geeignet. Schließlich bietet das Haus mit seiner einzigartigen Lage direkt an der Fußgängerzone den Senioren leichten Zugang zu einer Fülle an Angeboten im Haus und in der Stadt. Die notwendige Pflege und Unterstützung erhalten die Urlaubsgäste im Haus für Senioren diskret und zuverlässig. Bis zu vier Wochen im Jahr wird die Kurzzeitpflege großenteils von der zuständigen Pflegekasse finanziert.

Die Höhe der Zuzahlung richtet sich nach der jeweiligen Pflegestufe und der Dauer des Aufenthaltes. Auch das Land Niedersachsen steuert einen Beitrag zur Kurzzeitpflege bei. Damit sind die Investkosten gedeckt.

Grundgedanke bei der Subvention von Urlaubspflege ist die zeitweise Entlastung von Angehörigen. Auch wenn Verwandte wegen Krankheit oder aus anderen Gründen verhindert sind, tritt die Kurzzeitpflege ein. Sollte sich der alte Herr im Anschluss an seinen Urlaub im Seniorenstift entschließen, ganz dort einzuziehen, ist das auch kein Problem. Dann wird das neue Zuhause noch mit persönlichen Möbeln, Erinnerungsstücken und dem Lieblingssessel ausgestattet. Auch im Pflegezentrum am Schützenweg, im Friedas-Frieden-Stift und im Ev. Altenzentrum Bischof Stählin ist Urlaubspflege möglich.



AantePortas

Treppenlifte für
barrierefreies Wohnen





AantePortas-Lift

Gerhard M. Lang
Scheveninger Straße 12 · 28259 Bremen
tel. 0421 / 579 53 33 · fax 0421/579 53 55
www.AantePortas.de · info@AantePortas.de

Oldenburgs schnellster Treppenlift
AantePortas- LIFT beschreibt fünf Ziele, die man mit einem Treppenlift erreichen kann:

1) Lebensqualität: Jeder Mensch entscheidet sich täglich wann und wohin er gehen will. Voraussetzung dafür ist, dass er sich bewegen kann; Das heißt: ohne physische Bremsen oder ohne Schmerzen. Geht das z. B. durch einen Schlaganfall mit Hemiplegie (Halbseiten-Lähmung) nicht, fällt es einem sehr schwer z.B. das oben liegende Bad oder Bett zu erreichen. Die Folge kann sein, dass man sich unten irgendwie häuslich einrichtet mit allen Entbehrungen (z.B. Körperhygiene, Kleiderschrank oben). Aber der Lebenspartner hat natürlich weiterhin oben sein Bett und man schläft nicht mehr nebeneinander. Lebensqualität heißt hier angstreif und sicher die Treppe - ohne eine Stufe steigen zu müssen - weiter benutzen zu können und dieses selber entscheiden zu können.

2) Mobilität: Aktivierende Pflege ist die Hauptaufgabe der Pflegedienste. Nehmen wir mal an, ein Patient hatte einen Unfall und er wird nach der Kur oder Anschlussheilbehandlung ins häusliche Umfeld (z.B. Reihenhäuser) entlassen. Die Angehörigen erwarten vom Pflegedienst, dass die Mobilisation im Haus, also auch über die zwei wichtigsten Etagen stattfindet. Pflegedienste stellen sich nun häufig die Frage: Was passiert, wenn wir den Patienten die Treppe rauf und runter begleiten und es kommt zu einem Sturz. Wer haftet für . . .

a) . . . die Folgen des Sturzes beim Patienten
b) . . . den Personalausfall für das Pflegepersonal?

Diese Situation ist unangenehm für die Angehörigen und den Pflegedienst. Hier ist beiden Parteien geholfen, wenn sie vorher die Situation auf der Treppe bzgl. eines Treppenliftes vom Fachmann begutachten lassen.

3) Transport: Treppenhäuser sind ein Grauel für Krankentransporte und Rettungsdienste. Teilweise sind die Treppenhäuser so schmal oder steil, dass die betreffende Person auf der Treppe festgeschmalt werden muss und dadurch Schmerzen entstehen. Wenn es die Situation zulässt sind hier vorher installierte Treppenlifte ein geeignetes und von den Krankentransportdiensten unterstütztes Hilfsmittel, mit dem man sog. Sitzende-Transporte durchführen kann. Treppenlifte werden ganz weit an die Seite der Treppe auf die Treppe montiert. Somit bleibt genug Platz für andere Personen, die die Treppe normal nutzen.

4) Mehr Zeit: Oftmals haben Menschen, die seit längerer Zeit ein Gehprobleml plagen, schon mal daran gedacht, sich mit dem Thema Treppenlift zu beschäftigen. „Ach irgendwie geht das ja noch . . .“ und „Wenn die Treppe nur nicht wäre . . .“ sind Sätze, die ich dann oft gehört habe. Nachdem dann, aus den Folgen eines Sturzes, der Anruf mit der

Bitte für eine Beratung erfolgte, kam dann der Satz: „Sch. . . . nun ist es doch passiert. Hätten wir früher unser Geld für den Treppenlift sinnvoll ausgegeben, dann wäre uns das nicht passiert“. Wenn es dann nach der Beratung zum Erwerb eines Liftes kommt, dann soll der Lift am besten „gestern“ eingebaut werden. AantePortas- LIFT kann Ihnen hier sehr entgegen kommen und z.B. für einen geraden Treppenlift bis 4,5 mtr. Modell JAMES SG/MK eine Lieferzeit nach Auftrag von 24 Std. versprechen. Der nötige Einbau kann, wenn es nicht anders geht (z.B. berufstätige Kinder), ebenfalls innerhalb von 24 Std. geschehen – also auch am Wochenende!. Dieses ist eine beachtliche Leistung, die nicht mal die Marktführer in Deutschland hinbekommen.

5) Ersparnisse: Wenn man mit dem Lift eine Verlegung in ein Pflegeheim verhindern kann, so ist die Rechnung sehr einfach. Ein guter gerader Treppenlift bis 5 Meter kostet ca. 4.500,- bis 7.000,- Euro. Ein Heimplatz fängt bei ca. 2900,- Euro an – pro Monat wohlgeheimt! Sie können sich selbst ausrechnen, dass sich nach ca. drei Monaten der Kauf eines Treppenliftes amortisiert, also gelohnt hat. Hier zeigt sich: Geiz ist nicht geil! Oftmals gibt es, bei bestehender oder beantragter Pflegestufe, von der Pflegekasse nach SGB XI Zuschüsse bis zu 2557,- Euro. Bei der korrekten Beantragung ist AantePortas - LIFT gerne behilflich.

Für die Angehörigen stellt sich oft die Frage: „Lohnt sich das noch?“ Auch hier hilft eine einfache Rechnung: Der Heimplatz wird – solange der Betroffene zahlen kann – vom ihm selber gezahlt. Alles Ersparte wird dabei angerechnet und aufgebracht. Ergebnis: Sozialhilfe.

Für eigene Immobilien des Betroffenen wird das Amt für Soziale Dienste „eine Art Hypothek“ aufnehmen – so lange, bis kein Kapital mehr vorhanden ist. Somit ist alles Ersparte und Eigenes für den Heimplatz verbraucht. Das Ergebnis ist, dass vom vermeintlichen Erbe nichts! oder nur sehr wenig überbleibt!

Wenn es die Kinder mit ihren Eltern wirklich gut meinen zeigt sich, dass es sich mit einem Treppenlift lohnt, den eigenen Eltern, den Punkt 1) Lebensqualität: zu belassen oder sogar wieder zu ermöglichen. Schließlich haben die Eltern sie ja auch in sehr schwierigen Zeiten (Krieg und Wiederaufbau) groß gezogen! Lebensqualität heißt hier vor Allem: Wohnqualität. Mit allen Vorteilen: man kennt die Nachbarn, den Weg zur Apotheke und Hausarzt, die Wege zum Einkauf und man bleibt – wie es sich doch jeder wünscht – in seinen gewohnten eigenen vier Wänden.

Und ein altes Sprichwort trifft hier auch wieder zu: „Einen alten Baum verpflanzt man nicht!“



*Häusliche Pflege / Krankenpflege, Betreuung
Demenzkranker, Verhinderungspflege,
Portversorgung, Beratung, 24 Stunden Ruf-
bereitschaft und vieles mehr*

Inh. **Silvia Geckle**
Clausewitzstraße 1
26125 Oldenburg

Tel **0441/800 884 - 0**
Fax 0441/800 884 - 29
s.geckle@amadeus-pflege.de
www.amadeus-pflege.de

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 viele Angebote. Diese reichen von Beratungsangeboten über Angebote zur Freizeitgestaltung bis hin zu Begegnungsstätten, die allen interessierten Senioren offen stehen.

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.

<u>inForum, Peterstr. 3 (Stadt Oldenburg)</u>	Tel.: 2 35-27 81
<u>AWO, Wilhelm-Krüger-Straße 12</u>	Tel.: 9 25 83 21
<u>DRK, Bergstraße 6</u>	Tel.: 77 93 40
<u>Caritas, Bauordenstraße 46 a</u>	Tel.: 9 44 03 10 13
<u>Mehrgenerationenhaus Cloppenburg Straße 9</u>	Tel.: 2 51 22
<u>Begegnungsstätte „Propeller“ für psychisch kranke und seelisch behinderte Menschen, Auguststraße 90</u>	Tel.: 77 68 00
<u>DRK Betreuungscafe, Hilfen für Menschen mit Demenz, Bergstraße 6</u>	Tel.: 7 79 35 10

AKTIV IM ALTER

DRK Betreuungscafe, Gemeinwesentreff Bloherfelder Straße 173	Tel.: 5 60 11 65
Gemeinwesenarbeit Stadtteiltreff Kreyenbrück, An den Voßbergen 58	Tel.: 48 67 36
Gemeinwesenarbeit Kulturzentrum Rennplatz, Kurlandallee 4	Tel.: 38 14 24
Bümmersteder Seniorenservice und Beratungszentrum Gemeindehaus Bümmerstede, Erikaweg 13	Tel.: 36 11 98 46
Wir für Hier – Beratung und Kontakte nicht nur für Ältere Paritätischer Oldenburg-Ammerland Ziegelhofstraße 125 – 127	Tel.: 7 79 00 32
Interkulturelles Seniorenbüro DRK, Kennedystraße 15	Tel.: 7 79 33 50
Gemeinwesenarbeit, Treffpunkt Eversten/Bloherfelde, Bloherfelder Straße 173	Tel.: 5 60 11 65
Gemeinwesenarbeit Stadtteiltreff Dietrichsfeld, Alexanderstraße 331	Tel.: 5 70 78 92

In allen Kirchengemeinden werden Seniorentreffs angeboten. Zu erfragen in den Gemeindebüros oder bei den Pastoren.

1.2. Bildung

Was Hänchen nicht lernt, lernt Hans. Weiterbildung ist keine Frage des Alters. Denn viele Menschen haben erst im Alter die Zeit und die Muße, sich schon lang erwünschtes Wissen anzueignen. Sei es das Hobby zu perfektionieren oder etwas zu lernen, was man schon immer können wollte. Mit Gleichgesinnten zu lernen,

bringt nicht nur neue menschliche Kontakte, sondern auch die Herausforderungen, die zur sinnvollen Beschäftigung anreizen und somit zu mehr Zufriedenheit führen.

Bildungseinrichtungen

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 zum Beispiel die VHS oder inForum, die auch spezielle Programme für Senioren anbieten. Das Angebot ist umfangreich: Gesundheitsvorsorge, Sprach- und Computerkurse, Kreativkreise, Besichtigungen, usw.

Adressen:

inForum im PFL, Beratung, Bildung und Freizeit ab 50 Peterstraße 3	Tel.: 2 35 - 27 81
Seniorenstudium Studium generale Universität Oldenburg Ammerländer Heerstraße 114 – 118	Tel.: 798-44 20
Volkshochschule Oldenburg Wallstraße 17	Tel.: 9 23 91-0



PFL – Oldenburg

AKTIV IM ALTER

Ev. Familien-Bildungsstätte

Haareneschstraße 58 a Tel.: 36 11 64 64

Kath. Erwachsenenbildung Oldenburg e. V.

Damm 37 Tel.: 2 43 23

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. Auch ein öffentlicher Zugang ins Internet ist gewährleistet. Viele Bibliotheken laden außerdem regelmäßig zu Veranstaltungen und Ausstellungen ein und organisieren Führungen für Gruppen.



Landesbibliothek Oldenburg

Adressen:

Landesbibliothek Oldenburg,

Pferdemarkt 15 Tel.: 799-28 00

Universitätsbibliothek, Carl von Ossietzky Universität,
Uhlhornsweg 49 – 55,

Ausleihe Wechloy: Tel.: 798-40 53

Zentralbibliothek im PFL, Peterstraße 3 Tel.: 235-30 21

Stadtteilbibliothek Kreyenbrück,
Ewigkeit 20 Tel.: 4 28 03

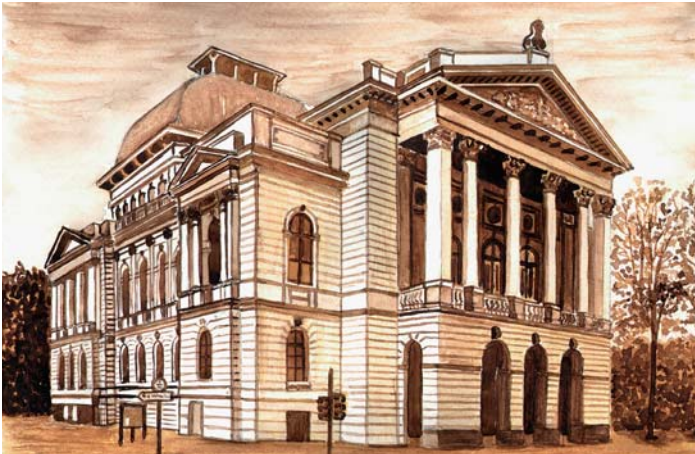
Stadtteilbibliothek Flötenteich,
Hochheider Weg 169 Tel.: 38 14 36

Stadtteilbibliothek Ofenerdiek,
Lagerstraße 39 Tel.: 60 28 77

1.3. Kultur

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

AKTIV IM ALTER



Das Oldenburgische Staatstheater.

werden. Auskunft erteilt auch die Oldenburg Tourismus und Marketing GmbH, Markt 22, 26122 Oldenburg, Tel. 04 41/36 16 13 40 bzw. E-Mail: info@oldenburg-tourist.de

Varomed[®]
DER PERFEKTE SPEZIALSCHUH

auch Hausbesuche
möglich!

Schuh  **Garger**

Überbreiten, großes Volumen, herrlich leicht

Schuhreparaturen im eigenen Meisterbetrieb

Rauhehorst 47 • Oldenburg • Tel. 04 41 / 67 47 5
Bodenburgallee 48 • Oldenburg • Tel. 04 41 / 50 25 17

www.schuh-garger.de



vor den beiden Häusern



Wir bieten Ihnen:

- Rehamittel
- Kranken- und Pflegebetten
- Prothetik / Orthetik
- Kompressionsstrümpfe

- (Sport-) Bandagen
- Sauerstoffversorgung
- elektr. Fußdruckmessung
- Einlagen nach Maß
- Schuhzurichtung
- Krankenpflegeartikel
- Stomaversorgung
- Brustprothesen
- Inkontinenzversorgung
- Gesundheitswäsche
- Wellnessprodukte
- Kühlwesten (z.B. für MS-Pat.)

...und vieles mehr!

Moderne Orthopädie 
SANITÄTSHAUS
KÖRTING 
Reha-Team

26133 Oldenburg, Windmühlenweg 8

Telefon 0441 – 94 50 50

Telefax 0441 – 94 50 525

www.Sanitaetshaus_Koerting.de

Mo. – Fr. 08:30 – 18:00 Uhr

Sa. 09:00 bis 13:00 Uhr

AKTIV IM ALTER



Wandern an der Hunte bei Oldenburg.

1.4. Reisen

Urlaub – die weite Welt lockt: Längst ist Reisen kein Privileg für Wohlhabende und Junge, sondern ein Stück Lebensqualität für jedermann. Überdurchschnittlich häufig fahren inzwischen ältere Menschen in den Urlaub, mit dem eigenen Auto, mit dem Bus oder der Bahn. Auch von Flugreisen wird Senioren nicht mehr abgeraten. Grundsätzlich gilt das Motto: „Wer Treppen steigen kann, darf auch fliegen“.

Öffentlicher Nah- und Fernverkehr

Zwischen dem städtischen Busunternehmen, der regional verkehrenden Nordwestbahn und der Deutschen Bahn, bestehen Verträge dass mit dem Niedersachsen-ticket Fahrzeuge der Gesellschaften genutzt werden können. Der Städtische Busverkehr wird von dem Unternehmen VWG durchgeführt. Das Service-Büro der

VWG und der NordWest Bahn finden Sie zentral an der Hauptumsteigestelle Lappan und eine weitere Verkaufsstelle zentral am ZOB. Beide Kundencenter sind mit allen Linien der VWG erreichbar. Hier erhalten Sie sämtliche Tickets und können sich außerdem ausführlich zu zahlreichen Mobilitätsangeboten beraten lassen. Für einen persönlichen Fahrkartenverkauf außerhalb der Innenstadt sorgen zusätzlich etwa 19 Verkaufsstellen, die Sie oft in Kiosken oder kleineren Geschäften in den Stadtbezirken finden.

Adressen:

VWG-Kundencenter Info-Center am ZOB

Willy-Brandt-Platz 3

Tel.: 9 36 62 55

VWG-Service-Büro am Lappan,

Staulinie 1

E-Mail: service-buero@vwg.de

Auskunft Kundenzentren der VWG, Verkehrsverbund
Bremen/Niedersachsen

Tel.: 0 18 05/82 68 26

Auskunft: NordWest Bahn

Tel.: 0 18 05/60 01 61

DB – Deutsche Bahn AG

Reisezentrum Bahnhof Oldenburg (Oldb) Hbf,

Bahnhofsplatz 12 d

Tel.: 2 22 44 60

Reisen im Alter

Die Gesundheit reist – besonders im Alter – immer mit. Schon die Reisevorbereitungen können – wenn nicht richtig geplant – für den älteren Menschen Stress und Aufregung bedeuten. Durch eine vernünftige zeitliche Planung der vor der Reise zu erledigenden Dinge können unnötige Belastungen vermieden werden. Es gibt immer mehr Reiseunternehmen, die Reisen für ältere

Menschen oder Menschen mit gesundheitlichen Problemen anbieten. Die Reisebüros informieren Sie gern.

1.5. Sport und Bewegung

„Das A und O ist Bewegung“. Die gesundheitlichen Vorteile für Menschen jeden Alters durch Sport, Bewegung und Spiel sind unbestritten. Regelmäßige Bewegung schützt vor zahlreichen Beschwerden – von Bluthochdruck bis Zuckerkrankheit. Dabei muss es sich keineswegs um Leistungssport handeln. Schon der tägliche Spaziergang mit dem Hund oder etwas Gartenarbeit ist hilfreich. Gesundheitsexperten empfehlen jedenfalls, täglich mindestens eine halbe Stunde etwas für die Fitness zu tun. Vorteilhaft für ältere Menschen sind Schwimmen, Walking oder Wandern, Radfahren und Gymnastik, also vor allem Ausdauersportarten mit einer moderaten Belastung.

Auskunft über Sportvereine und Schwimmbäder:

Tourist-Information in der City,
Kleine Kirchenstraße 10, Tel.: 36 16 13 66
E-Mail: info@oldenburg-tourist.de
www.oldenburg-tourist.de

1.6. Ernährung im Alter

Is(s)t im Alter alles anders? Essen und Trinken haben im Alter besondere Bedeutung. Wer richtig isst, hat auch mehr Spaß im Leben, weil er gesünder und damit fröhlicher bleibt. Die Gefahr der Fehlernährung nimmt im Alter wegen des nachlassenden Hunger- und Durstgefühls und wegen des veränderten Energiebedarfs zu.

Spezielle Ernährungs-Tipps zum Beispiel bei Osteoporose, Diabetes, hohem Blutdruck, erhöhtem Cholesterinspiegel etc. erhält man bei den Krankenkassen.

1.7. Soziales Engagement

Bürgerschaftliches Engagement ermöglicht, sich im Alter weiterhin aktiv am gesellschaftlichen Leben zu beteiligen, Einfluss zu nehmen, neue Menschen kennen zu lernen, vorhandene Kompetenzen einzubringen und neue Fähigkeiten zu erwerben.

Wer gerne ehrenamtlich tätig sein möchte, aber noch nicht weiß, welche Art von Tätigkeit in Frage kommen könnte, kann sich an die nachstehende Kontaktadressen wenden:

inForum – Beratung, Bildung und Freizeit ab 50
(Stadt Oldenburg), Peterstraße 3
Tel.: 2 35-27 81/2 35-32 16
Ehrensache – Agentur für freiwilliges Engagement
Tel.: 2 35-23 11/2 35-20 20

2. BERATUNG UND HILFE

Es gibt mehrere Stellen, die Hilfe und Beratung anbieten für unterschiedliche Fragen und Probleme. Deshalb ist es wichtig, für die eigenen Fragen und Probleme die richtige Anlaufstelle zu finden. Dabei wollen wir Sie unterstützen, indem wir die unterschiedlichen Beratungsstellen und Hilfsangebote vorstellen.

2.1. Seniorenberatung

„Beraten, unterstützen, betreuen“: Zielstellung der Beratungsangebote ist, die selbstständige und selbstbestimmte Lebensführung älterer Menschen zu unterstützen und sie bei Problemen kompetent zu beraten.

Angebote:

- Beratung über die Versorgungsmöglichkeiten, Dienstleistungen und Angebote der Altenhilfe, auf Wunsch Vermittlung von Leistungen
- Information über Kostenträger und Leistungen, z. B. der Kranken- und Pflegekassen, Informationen zur Grundsicherung
- Unterstützung bei der Antragstellung und im Umgang mit Behörden
- Vermittlung von weiterführenden Hilfeangeboten und in Gesprächsgruppen für pflegende Angehörige
- Gesprächsmöglichkeiten in persönlichen und familiären Konfliktsituationen und schwierigen Lebenslagen

Ansprechpartner:

Seniorenvertretung der Stadt Oldenburg,
Christina Reinhold, Vorsitzende
26123 Oldenburg,
Donnerschweer Straße 192 Tel.: 3 29 14

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



Hauptverwaltung Oldenburg

Adressen:

- Arbeiterwohlfahrt Bezirksverband Weser-Ems e. V.
Klingenbergstraße 73 Tel.: 48 01-0
- Paritätischer Oldenburg-Ammerland,
Ziegelhofstraße 125 – 127 Tel.: 7 79 00-0
- Deutsches Rotes Kreuz,
Kreisverband Oldenburg Stadt e. V.
Schützenhofstraße 83 – 85 Tel.: 7 79 33-0
- Diakonisches Werk der Ev.-luth. Kirche
in Oldenburg e. V.,
Kastanienallee 9 – 11 Tel.: 2 10 01-0
- Caritasverband Oldenburg-Ammerland e. V.,
Peterstraße 39 Tel.: 9 25 45-0

BERATUNG UND HILFE

2.2 Rentenberatung

Fragen zur Rente sind nicht immer leicht zu beantworten. Deshalb ist kompetente Beratung auf diesem Gebiet besonders wichtig. Seit etlichen Jahren ist der Beruf des Rentenberaters nicht mehr weg zu denken.

Sie kümmern sich um Fragen wie:

- Wann habe ich Anspruch auf Altersrente?
- Kann ich vorzeitig in Rente gehen? Welche Konsequenzen kann das haben?
- Darf ich zur Rente noch hinzuverdienen?
- Was bedeutet eine Teilrente?
- Was ist Altersteilzeit?

Für Auskünfte steht folgende Stelle zur Verfügung:

Deutsche Rentenversicherung Oldenburg-Bremen
Hauptverwaltung Oldenburg
Huntestraße 11, 26135 Oldenburg Tel.: 9 27 25 63

2.3. Rechtsberatung und Prozesskostenhilfe

„Wenn zwei sich streiten ...“: Im Fall eines Rechtsstreites kann einer Person mit geringem Einkommen Prozess-

kostenhilfe gewährt werden. Dazu muss der Antragsteller, über den Anwalt seines Vertrauens, oder direkt an das zuständige Gericht, nach Vorlage des Einkommensnachweises, Kostenhilfe beantragen.

Auskünfte erteilt:

Amtsgericht Oldenburg
Elisabethstraße 8, 26135 Oldenburg Tel.: 220-30 38

2.4. Die Grundsicherung

Menschen über 65 Jahre oder dauernder Erwerbsunfähigkeit haben Anspruch auf Grundsicherung, wenn ihre Rente, Verdienst oder Vermögen nicht für den Lebensunterhalt ausreicht. Es ist keine Sozialhilfe.

Auskünfte zur Berechtigung erteilt:

Sozialamt der Stadt Oldenburg,
Pferdemarkt 14, 26121 Oldenburg Tel: 04 41/235-44 44

Beratung erfolgt auch durch die Wohlfahrtsverbände.



Im Luisenhof finden Sie
Ruhe, aber auch viel Freude
am gemeinsamen Miteinander -
so, wie Sie es möchten!

Luisenhof-Betriebsgesellschaft mbH
Luisenhof 1 · D-26160 Bad Zwischenahn
Tel.: +49 (0) 44 03 / 91 99-0 · Fax: 91 99-20
info@luisenhof-badzwischenahn.de
www.luisenhof-badzwischenahn.de

Wohnpark
LUISENHOF
Service-Wohnen

HILFEN IM ALLTAG

2.5. Die 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 wurde die Arbeitslosenhilfe und die Sozialhilfe zur neuen Leistung Arbeitslosengeld II zusammengeführt. Das Arbeitslosengeld II nennt man umgangssprachlich Hartz IV.

Auskünfte zur Berechtigung erteilt:

Sozialamt der Stadt Oldenburg,
Pferdemarkt 14, 26121 Oldenburg Tel: 04 41/235-44 44

3. HILFEN IM ALLTAG

Es ist der Wunsch der meisten älteren Menschen so lange wie möglich im eigenen Haushalt und der gewohnten Umgebung wohnen zu bleiben. Wenn sich körperliche Beeinträchtigungen einstellen, können sich Probleme ergeben. Es gibt aber verschiedene Möglichkeiten zur Unterstützung:

Haushaltshilfsdienst

Alten- und Pflegeheim Bodenburgallee 51 gGmbH	Tel.: 95 07 57 57
Paritätischer Oldenburg-Ammerland	Tel. 7 79 00 32
Deutsches Rotes Kreuz (DRK)	Tel.: 7 79 35 45
Caritas	Tel.: 92 54 50

evasenio Ev. Seniorenhilfe Eversten/Bloherfelde e. V. (stadtteilbezogen)	Tel.: 59 35 79
Malteser	Tel.: 9 72 80 12

Mobiler Sozialer Hilfsdienst

Arbeiterwohlfahrt (AWO)	Tel.: 93 39 20
Paritätischer Oldenburg-Ammerland	Tel.: 7 79 00 32
Caritas	Tel.: 92 54 50
Malteser	Tel.: 9 72 80 12
Diakonie	Tel.: 9 70 33 30
Johanniter	Tel.: 9 71 90 24
Deutsches Rotes Kreuz (DRK)	Tel.: 7 79 35 11
SeniorenDienste gemeinnützige GmbH	Tel.: 5 09 85 62
Mehrgenerationen-Haus – Nachbarschaftshilfe	Tel.: 2 51 22
evasenio (stadtteilbezogen)	Tel.: 59 35 79

Essen auf Rädern

Alten- und Pflegeheim Bodenburgallee 51 gGmbH	Tel.: 95 07 57 57
Paritätischer Oldenburg-Ammerland	Tel.: 7 79 00 77
Johanniter	Tel.: 9 71 90 24
Malteser	Tel.: 9 72 80 13

Es gibt außerdem Firmen mit entsprechenden Angeboten.

Fahrdienste

Deutsches Rotes Kreuz DRK	Tel.: 7 79 33 11
Malteser	Tel.: 9 72 80 12
Johanniter	Tel.: 9 71 90 00
evasenio (stadtteilbezogen)	Tel.: 59 35 79



Bild Helmut Domschy

HILFEN IM ALLTAG

3.1. Wohnraumberatung

Die Angebote sollen dazu beitragen, dass Senioren so lange wie möglich in der eigenen Wohnung bleiben können. Es werden Möglichkeiten zur Wohnungsanpassung aufgezeigt.

Paritätischer Oldenburg-Ammerland Tel.: 7 79 00 21
GSG Oldenburg Bau- und Wohngesellschaft mbH
 Straßburger Straße 8 Tel.: 04 41/97 08-0

3.2. Betreutes Wohnen

Betreutes Wohnen bietet eine abgeschlossene Wohnung mit der Möglichkeit einen eigenen Haushalt zu führen. Der Begriff ist nicht klar definiert:

- Es handelt sich nicht um ein Angebot mit umfassenden Betreuungs- und Versorgungsleistungen.
- Große Unterschiede gibt es in der Organisationsform und in der Art und dem Umfang der angebotenen Hilfen.
- In der Regel wird zwischen „Grundangeboten“ und „Wahlleistungen“ unterschieden. Es ist ein genauer Vergleich der Leistungen und Kosten erforderlich.

Angebote in Oldenburg: (Weitere Anlagen werden projektiert)

Cura Seniorenzentrum Oldenburg GmbH
 Breewaterweg 20 Tel.: 94 42 20
Cäcilienhof, Uferstraße 2 Tel.: 2 17 90 43
DRK-Seniorenwohnanlage
 Hundsmühler Straße 81 a+b Tel.: 3 61 09 10

Ev. Altenzentrum Bischof-Stählin gGmbH
 Tübinger Straße 1 – 13 Tel.: 3 61 68 80

Seniorenwohnstift Am Küstenkanal
 Kanalstraße 15 Tel.: 9 22 10

Seniorenwohnstift Kreyenbrück
 Fürstenwalder Straße 25 Tel.: 4 80 20

Seniorenwohnstift Ofenerdiek
 Langenweg 152 Tel.: 3 00 20

Seniorenwohnpark Haarenaue
 Drögen-Hasen-Weg 1 – 3 Tel.: 9 69 91 48

Einsiedel & Partner
 Schinkelstraße 2 und Ohmsteder Esch 28
 Tel.: 0 44 82/98 04 80

GSG
 Bloherfelder Straße 173 Tel.: 9 70 81 63

Angelika Gibbins
 Scheideweg 162 Tel.: 3 04 90 89

Helmers
 Alexanderstraße 49 – 53 Tel.: 95 50 50

3.3 Altenpflegeheime

Wenn die notwendige Pflege zu Haus nicht mehr möglich ist, bleibt nur der Weg in ein Altenpflegeheim. Dort wird eine umfassende Betreuung gewährleistet.

Alten- und Pflegeheime

Alten- und Pflegeheim Bodenburgallee 51 gGmbH
 Tel.: 950 750

AWO Wohnen & Pflegen GmbH,
 Haus am Flötenteich,
 Nadorster Straße 298 – 302 (AWO) Tel.: 9 31 80

Einfach menschlich.



Lambertstift Oldenburg

HAND IN HAND

Alten-/Pflegeheim
Dauerpflege
Kurzzeitpflege
Alexanderstr. 62
26121 Oldenburg
Fon 0441.96 99 70
lambertstift@hotmail.com

Wohnen zum Wohlfühlen
und liebevolle Pflege in
einer starken Gemeinschaft
seit 50 Jahren.

In Stadt und Landkreis Oldenburg leisten wir:

- * Mahlzeitendienst
- * Hausnotrufdienst
- * Fahrdienste, auch mit Spezialfahrzeugen für Rollstuhlfahrer
- * Ambulante Krankenpflege
- * Ehrenamtliche Soziale Dienste
- * Ausbildung „Erster Hilfe“ & LSM
- * Schwesternhelferinnen-Aus- und Fortbildungen
- * Katastrophenschutz, SEG & Sanitätsdienste



STIFTUNG WARENTEST	
Malteser:	
SEHR GUT (1,3) für Geräteeinweisung und Installation	GUT (1,6) für Notrufbearbeitung
BEFRIEDIGEND (3,0) für telefonisches Informationsgespräch	GUT (2,2) für persönliche Beratung in der Wohnung
test (7/2003) MIT TEST: Hausnotruf bei 8 Anbietern	
www.test.de	

Bei uns sind Sie richtig!



Malteser

...weil Nähe zählt.

Landkreis Oldenburg Stadt Oldenburg
Tel. 04481-9358 0 Tel.0441-97280-0



Leben wie ich will – in bester Gesellschaft.

Genießen Sie ein harmonisches Miteinander in einer Atmosphäre voller Vertrauen und Fürsorge. Wir bieten Ihnen großzügig geschnittene Einzel- und Doppelzimmer (Langzeit- und Kurzzeitpflege) und individuelle Apartments mit Service im Betreuten Wohnen. Alle Einrichtungen verfügen über schöne und gemütliche Gemeinschaftsräume wie z. B. eine Bibliothek, ein Cafe, Hobby- und Feierräume sowie ein hauseigenes Restaurant. Nahezu täglich bieten wir Ihnen ein abwechslungsreiches Freizeit- und Beschäftigungsangebot. Besuchen Sie uns - wir freuen uns auf Sie !

Einrichtungen der **Hansa-Gruppe**
www.seniorenheime-hansa.de

Seniorenwohnstift Kreyenbrück

Fürstenwalder Straße 25 | 26133 Oldenburg
Telefon 04 41 - 48 02 - 0

Seniorenzentrum am Küstenkanal

Kanalstraße 15 | 26135 Oldenburg
Telefon 04 41 - 92 21 - 0

Seniorenwohnstift Ofenerdiek

Langenweg 152 | 26125 Oldenburg
Telefon 04 41 - 30 02 - 0

HILFEN IM ALLTAG

www.awo-ol.de






Wohnen & Pflegen
Weser-Ems

**Altenwohncentrum
„Haus am Flöteiteich“**
Telefon: 04 41/93 18-0
info@awz-ol.awo-ol.de

**Sozialstation/
Ambulante Dienste**
Telefon: 04 41/9 33 92-0
info@sozst-ol.awo-ol.de

Nadorster Str. 298-302
26125 Oldenburg

Unsere neuen
Dienstleistungsangebote:
**Essen auf Rädern,
Mittagstisch**

www.**Pflegenotaufnahme**.de

0 800/420 420 1

gebührenfrei

- Vollstationäre Langzeitpflege
- Urlaubs- / Kurzzeitpflege
- Sozialstation/
Ambulante Dienste
- Mobiler Hilfsdienst
- Pflegeberatungsbesuche
- Hausnotrufsystem

Zertifiziert nach DIN EN ISO 9001

- Amarita-Senioren-Wohnstift GmbH,
Clausewitzstraße 5 Tel.: 9 33 20
- Diakonisches Werk,
Haus für Senioren Büsingstift gGmbH,
Wallgraben 3 Tel.: 92 55 12
- Caritas-Stiftung „Marienhof“,
Bodenburgallee 40 Tel.: 95 59 15
- Caritas-Stiftung „St. Josef“,
Kolpingstraße 15 Tel.: 94 40 30
- Cura-Seniorencentrum Oldenburg GmbH,
Mittagsweg 34 Tel.: 94 42 10
- Cura-Seniorencentrum Oldenburg GmbH,
Brewaterweg 20 Tel.: 94 42 20
- Domicil Seniorenheim GmbH,
Drögen-Hasen-Weg 1 – 3 Tel.: 96 99 10
- DRK-Schwesternheim,
Bodenburgallee 49 Tel.: 50 34 39
- Ev. Altenzentrum Bischof-Stählin gGmbH,
Tübinger Straße 1 – 13 Tel.: 3 61 68 80
- Diakonisches Werk, Ev. Seniorencentrum,
Schützenweg 34 Tel.: 97 39 40

STETS ZU IHREN DIENSTEN!

Deutsches Rotes Kreuz

Ein Anruf – alle Leistungen





Das DRK arbeitet mit einem
Qualitätsmanagementsystem
das nach DIN ISO 9002 zertifiziert ist.
Reg.-Nr. 62293-01



Tagespflege

Hausnotruf

Dementenbetreuung

Kurzzeitpflege

Langzeitpflege

Betreutes Wohnen

Sozialstation

Seniorenbüro

Physiotherapie

ERLENHOF

Sozial- und Pflegezentrum für die ältere Generation
Vertragspartner aller Krankenkassen sowie Sozialämter
Hörneweg 100 · 26129 Oldenburg
Telefon (0441) 779 35-0 · Telefax (0441) 779 35-35

HILFEN BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT

Friedas Frieden-Stift, Philosophenweg 17	Tel.: 7 70 02 99
Lambertistift, Alexanderstraße 60 – 62	Tel.: 96 99 70
Elisabethstift, Oldenburgisches Diakonissenhaus, Philosophenweg 25	Tel.: 7 70 02 99
Pflegeheim Bloherfelde für psychisch beeinträchtigte Menschen, Schramperweg 108	Tel.: 95 70 80
Pflegeheim Mariannen-Hof Nord, Rankenstraße 31	Tel.: 36 14 79 81
Pflegeheim Stiftung Oldenburger Generalfonds für geistig beeinträchtigte Menschen, Friesenstraße 27 a	Tel.: 98 05 70
Pflegeheim Mariannen-Hof Süd, Brachvogelweg 42 A	Tel.: 3 61 31 72 00
Seniorenheim Hagen GbR, Taubenstraße 17	Tel.: 9 73 96-0
Seniorenwohnstift Kreyenbrück, Fürstenwalder Straße 25	Tel.: 4 80 20
Seniorenwohnstift Ofenerdiek, Langenweg 152	Tel.: 3 00 20
Seniorenzentrum am Küstenkanal, Kanalstraße 15	Tel.: 9 22 10
Sozial-Pflegezentrum Erlenhof, Hörneweg 100	Tel.: 77 93 50

GERNE FÜR SIE DA!

4. HILFEN BEI PFLEGE- BEDÜRFTIGKEIT

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



- Betreut Wohnen zu Hause
- Essen auf Rädern
- Ambulante Pflege/Sozialstation
- Haushaltsservice
- Hausnotruf
- Hilfs- und Betreuungsdienst/Alltagshilfen
- Schuldner-/Insolvenzberatung
- Beratung & Kontakt – nicht nur für Ältere

Paritätischer Wohlfahrtsverband
Oldenburg-Ammerland
Ziegelhofstraße 125 · 26121 Oldenburg
Tel. 04 41/77 900 0

E-Mail: oldenburg@paritaetischer.de
Internet: oldenburg.paritaetischer.de

Tolle Stadt – starker Auftritt



publikationen



internet



kartografie



werbemittel

Attraktiv, erfolgreich, bürgernah und kundenorientiert – so präsentieren Sie sich mit professioneller Unterstützung durch die mediaprint WEKA info verlag gmbh in **Print, Online, Kartografie und Werbemittel**.

Wir rücken Menschen, Macher und Möglichkeiten Ihrer Stadt ins rechte Licht. Mit einer einheitlichen Kommunikationsstrategie, die sich durch alle Veröffentlichungen wie ein roter Faden zieht, geht Ihr Marketing-Konzept auf.

Durch den speziell auf Ihren Bedarf abgestimmten Produkt-Mix von einem Full-Service-Dienstleister mit 40jähriger bundesweiter Erfahrung und Kompetenz wird Ihre Außenwirkung perfektioniert.

HILFEN BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT

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.

Ambulante häusliche Krankenpflege

Sozialstation, Ambulante Dienste, Arbeiterwohlfahrt,
Nadorster Straße 298 – 302 Tel.: 93 39 20

Caritas Sozialstation, Ambulante Pflege
Peterstraße 39 Tel.: 92 54 50

DRK Ambulanter Pflegedienst,
Hundsmühler Straße 81 Tel.: 3 61 09 10

Ambulante Kranken- und Altenpflege



Evangelische
Diakonie-/
Sozialstation
Oldenburg

Nah sein. Da sein!

04 41  8 22 52

Nah sein – Da sein.

von-Berger-Straße 12 · 26121 Oldenburg
Ev-Diakonie-Sozialstation@t-online.de · www.diakoniestation-oldenburg.de



Ambulante Pflege Landdienste

- ✓ Individuelle Pflege und Betreuung
- ✓ kostenlose Schulung und Beratung zu Hause
- ✓ gerontopsychiatrische Pflege
- ✓ Versorgung nach Operation, Wundmanagement
- ✓ Seniorenbetreuung und Begleitung
- ✓ Betreuungsleistungen nach § 45b SGB XI
- ✓ Hilfe im Haushalt und im Garten
- ✓ **NEU: jetzt auch Tagesbetreuung**



Wir versorgen Sie seit 16 Jahren liebevoll und fachgerecht.

Unsere Pflegefachberater stehen Ihnen kostenlos zur Verfügung, gern auch bei Ihnen zu Hause.

In unserer Angehörigenschulung erhalten Sie Hilfe beim Umgang mit demenziell erkrankten Angehörigen. Eine 24-Stunden-Betreuung steht Ihnen zur Verfügung.

Oldenburg • Hauptstraße 28 • ☎ 0441 - 93 38 125

www.landdienste.com

HILFEN BEI PFLEGEBEDÜRFTIGKEIT

Evang. Diakonie Sozialstation, Ambulante Pflege Von-Berger-Straße 12	Tel.: 92 68 54
Sozialstation Paritätischer, Oldenburg-Ammerland Ziegelhofstraße 125 – 127	Tel.: 7 79 00 10
Medus, Schützenweg 10	Tel.: 7 10 01
Private Altenpflege Oldenburg, Donnerschweer Straße 87	Tel.: 6 97 69
Humanitas, Nobelstraße 1	Tel.: 8 39 31
Medico, Alexanderstraße 163	Tel.: 88 47 99
Das Pflegeteam, Nadorster Straße 116	Tel.: 88 42 82
„Ambulant“, Häusliche Kranken-Altenpflege, Cloppenburger Straße 66	Tel.: 1 35 97
Johanniter, Industriestraße 1	Tel.: 9 71 90 24
Malteser, Nadorster Straße 133 a	Tel.: 9 72 80 13
Kreuzwerk, Eichenstraße 19	Tel.: 9 57 09 08
ZAP Zentrum ambulanter Pflege GmbH Donnerschweer Straße 72 – 80	Tel.: 8 16 16
Sanitas, Nadorster Straße 78	Tel.: 36514
Ambulante Kranken- und Familienpflege, „Ambu“ Trommelweg 35	Tel.: 9 33 00 77
Ambulanter Oldenburger Pflegedienst, Cloppenburger Straße 41	Tel.: 9 98 94 50
Nord-West-Pflege OL, GbR Cloppenburger Straße 234	Tel.: 4 08 72 61
Ambet psychiatrische Pflege, Pfauenstraße 14	Tel.: 36 13 92 10
Mildenberger Ambulanter Pflegedienst Osterkampsweg 22 a	Tel.: 36 18 30 12
Rose-Maria Müller-Häusliche Krankenpflege Ofenerdieker Straße 52	Tel.: 7 29 77

„Marienkäfer“ Krankenpflege & Seniorenservice Ofenerdieker Straße 64	Tel.: 9 50 36 50
Landdienste gGmbH OL, Hauptstraße 28	Tel.: 9 33 81 25
Atlantis Psychiatrische Pflege, Von-Schrenk-Straße 45 a	Tel.: 94 91 92 96
Ambulanter Pflegedienst Walter & Reich Alexanderstraße 124	Tel.: 6 78 01
Hansa Ambulante Pflegedienste in OL Cloppenburger Straße 200	Tel.: 9 22 83 25
Ambulanter Pflegedienst „Im Schilf“, Im Schilf 1	Tel.: 4 85 52 94
Ambulant betreute Wohngemeinschaften für demenziell erkrankte Menschen: Wohngemeinschaft Sandweg 85	Tel.: 5 38 17
Wohngemeinschaft Trommelweg 37	Tel.: 4 10 91

4.1. 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.

Adressen:

Sozialpsychiatrischer Dienst,
Stadt Oldenburg – Gesundheitsamt,
Rummelweg 18 Tel.: 235-86 62
Alzheimer Gesellschaft,
Frau Becker (Freitag von 9.00 – 11.00 Uhr)
im Hause Bekos, Lindenstraße 12A Tel.: 9 99 26 55
Verein für menschenwürdiges Leben im Alter e. V.,
Lindenstraße 12A, Tel.: 9 99 26 50,
Fax: 9 99 26 51, www.vermelia.de

4.2. Arten der Pflege und Leistungen

Pflegekassen

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

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.

Pflegekurse

Um soziales Engagement im Bereich der Pflege zu fördern und Pflege und Betreuung zu erleichtern bieten die Pflegekassen kostenfreie Kurse an.

Zuschüsse zur Wohnumfeldverbesserung

Pflegebedürftige können finanzielle Zuschüsse für Maßnahmen zur Verbesserung des individuellen Wohnumfeldes erhalten. Infos erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse.

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. Ersatzpflege 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. Verhin-

VORSORGE, TESTAMENT UND TODESFALL

derungspflege 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, erhöhten Pflegebedarf möglich sein. Die Leistungshöhe ist nach dem Grad der Pflegebedürftigkeit gestaffelt.

tionäre 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 betreffenden Alten- und dem Pflegeheim erfolgen.

Auskünfte erteilen die Pflegekassen der Krankenkassen. Mit Fragen zu den einzelnen Einrichtungen wenden Sie sich bitte an:

Sozialamt der Stadt Oldenburg,

Pferdemarkt 14, 26121 Oldenburg Tel: 04 41/235-44 44

FÜR SIE VOR ORT!

Häusliche
Kranken- und Altenpflege
Rose-Marie Müller



Ofenerdieker Str. 52
26125 Oldenburg
☎ 0441 - 7 29 77

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, teilsta-

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.

Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung

Eine Krankheit oder ein Unfall können jeden in eine

VORSORGE, TESTAMENT UND TODESFALL

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.

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.

Patientenverfügung

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

Weitere Informationen bei der Betreuungsbehörde bzw. bei dem Betreuungsverein:

Stadt Oldenburg, Betreuungsstelle Tel.: 2 35-24 88
in der Betreuungsbehörde sind auch erhältlich

Tel.: 2 35-36 44

Tel.: 2 35-253

■ die Patientenverfügung

Soziale Sicherheit hat eine Lobby

SOZIALVERBAND



NIEDERSACHSEN-BREMEN

Interessenverband der
Behinderten, Rentner,
Sozialversicherten

 **Rat**

 **Hilfe**

 **Rechtsschutz**

für Mitglieder in allen sozialrechtlichen Angelegenheiten
Sozialverband VdK Niedersachsen-Bremen e.V. · Nikolausstraße 11
26135 Oldenburg · Tel. (04 41) 2 10 29 0 · Fax (04 41) 2 10 29 10

www.vdk.de/niedersachsen-bremen

VORSORGE, TESTAMENT UND TODESFALL

■ die Vorsorgevollmacht	Tel.: 2 35-27 53
■ die Betreuungsverfügung	Tel.: 2 35-338
	Tel.: 2 35-27 72
<u>Sozialdienst Kath. Frauen e. V.,</u>	<u>Tel.: 2 50 24</u>

5.1 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.

5.2 Hospiz und Hospizgruppen

Die Hospizdienste begleiten auf Wunsch Kranke, Sterbende oder deren Angehörige. Sie helfen Angehörigen bei der Betreuung Schwerkranker und begleiten Kranke und Sterbende entsprechend deren Bedürfnissen.

Die im Folgenden genannten ambulanten wie stationären Hospiz- und Palliativdienste sind eigenständige Einrichtungen:

Adressen:

Ambulanter Hospizdienst, Zietenstraße 6	Tel.: 77 77 70
Stationäres Hospiz St. Peter, Georgstraße 23	Tel.: 229-13 99/229-1389

Hospiz

Aufnahme im Hospiz St. Peter finden Menschen, deren Lebenszeit durch eine unheilbare, fortschreitende Erkrankung begrenzt ist. Menschen jeden Alters, die im Krankenhaus nicht mehr behandelt werden können oder wollen, die zu Hause nicht oder nicht ausreichend versorgt sind und deren Lebenszeit voraussichtlich nur wenige Tage, Wochen oder Monate ist und deren Krankheit sich zunehmend verschlechtert, können die verbleibende Zeit im Hospiz St Peter (er)leben. Krankheitsbilder, die zu einer Aufnahme führen können sind in der Regel fortgeschrittene Krebserkrankungen, Erkrankungen des Nervensystems im Endstadium, sowie AIDS im Vollbild. Manchmal kann auch eine Rückkehr nach Hause möglich sein, dann unterstützen wir Sie bei den nötigen Vorbereitungen.

Palliativmedizin/Palliativstation

Palliativmedizin ist die ganzheitliche Behandlung von Menschen mit einer nicht heilbaren und fortgeschrittenen Erkrankung mit begrenzter Lebenserwartung. Das Ziel ist die Linderung von belastenden Symptomen wie z. B. Schmerzen, Luftnot, Übelkeit und Angst. Im Mittelpunkt der Arbeit stehen die individuelle Lebensqualität und die Integration der körperlichen, seelischen, sozialen und spirituellen Bedürfnisse.

Die Palliativstation

Die Palliativstation ist der Mittelpunkt des Oldenburger Palliativzentrums. Hier werden schwerstkranke Patienten betreut, die einer akutstationären Behand-

VORSORGE, TESTAMENT UND TODESFALL


lung bedürfen. Im Wesentlichen werden Patienten mit onkologischen, neurologischen und internistischen Krankheiten behandelt.

Palliativzentrum im Evangelischen Krankenhaus
Steinweg 13 – 17 Tel.: 236-767

5.3 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:

- Arzt benachrichtigen, der den Totenschein ausstellt.
- Nächste Angehörige unterrichten.
- Meldung des Todesfalls spätestens am folgenden Werktag beim Standesamt.
- Grabstelle besorgen und beim Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis, die das Standesamt ausstellt, die Beerdigung anmelden.
- Bestattungsinstitut einschalten.
- Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger: Rentenversicherung, Lebensversicherung, Sterbekasse, Krankenkasse.
- Abgabe des Testaments beim Nachlassgericht. ▶



**Deutsche
Rentenversicherung**
Oldenburg-Bremen

**Wir sind Ihr Partner in allen Fragen der
Rentenversicherung und gerne für Sie da!**

Hauptverwaltung Oldenburg
Huntestraße 11, 26135 Oldenburg
Telefon 0441 9272200
Telefax 0441 9272880

montags – mittwochs	08.00 – 15.00 Uhr
donnerstags	08.00 – 18.00 Uhr
freitags	08.00 – 12.00 Uhr

**Ihr heißer Draht zur Deutschen Rentenversicherung
Oldenburg-Bremen!**

Service-Telefon	0800 100048028
montags – donnerstags	09.00 – 17.00 Uhr
freitags	09.00 – 14.00 Uhr

Eine saubere Sache.



Alle Hilfen im Haushalt sind kraft Gesetz gegen Unfall versichert. Das enthebt den Arbeitgeber aber nicht von der Verpflichtung, sie bei uns anzumelden. Geringfügig Beschäftigte sind über die Minijob-Zentrale der Bundesknappschaft anzumelden.

**Wollen Sie mehr wissen?
Rufen Sie uns an?**

**Gemeinde-Unfallversicherungsverband
Oldenburg (GUV)** Gesetzliche Unfallversicherung

Gartenstraße 9 • 26122 Oldenburg • ☎ (04 41) 77 90 940
www.guv-oldenburg.de • info@guv-oldenburg.de



© Sabine Freund



ALTEN- UND PFLEGEHEIM Bodenburgallee 51 gGmbH

Bodenburgallee 51
26131 Oldenburg

www.bodenburgallee.de
info@bodenburgallee.de

Stationäre Pflege

Wir sind eine anerkannte gemeinnützige Einrichtung und verstehen uns als Teil des Gemeinwesens der Stadt Oldenburg und besonders des Stadtteils Eversten.

Schwerpunkte unserer täglichen Arbeit sind:

- ▶ Pflegerische Begleitung
- ▶ Demenbetreuung
- ▶ Therapeutische Arbeit
- ▶ Soziale Betreuung

**Besuchen Sie unser
öffentliches Cafe!**

Mi - So von 14.30 - 17.30 Uhr

Ambulante Pflege

In Kooperation mit dem
DRK Kreisverband
Oldenburg Stadt
bieten wir Ihnen
einen **Ambulanten
Pflegedienst** an.

Tel.: 0441 - 950 750

Der Gewinn für ihr Alter!

Unsere
Gesellschafter

Altenheimstiftung



Deutsches Rotes Kreuz
Landesverband Oldenburg

Hauswirtschaftliche Dienste

Wir kommen zu Ihnen!

Im Rahmen der Altenhilfe unterstützen wir Sie mit individuellem Service und umfassender Versorgung in folgenden Bereichen:

Mahlzeitservice

persönliche Beratung
vielfältige Menüauswahl
tägliche Heißauslieferung
Lieferservice tiefkühlfrisch

Reinigungsservice

nach individuellem Bedarf
Grund / Unterhaltsreinigungen
Wäschereinigung

Hauswirtschaftliche Dienste

nach individueller Absprache
Einkaufsdienste

service@bodenburgallee.de



caritas
Oldenburg



*Sicherheit
und
Geborgenheit*



*Wir pflegen **Menschlichkeit***

**Ambulante Pflege
Haushaltshilfen**
Peterstraße 39
26121 Oldenburg
T.: 0441. 925 450

Altenheim St.Josef
Bümmerstede
Kolpingstraße 15
26133 Oldenburg
T.: 0441. 944 030

Altenheim Marienhort
Eversten
Bodenburgallee 40
26131 Oldenburg
T.: 0441. 955 970

Einzelzimmer - Abendbetreuung

caritas-ol.de (Infofilm)