

**SISKA** STEINHEIM KREIS HÖXTER JOHANNESSTIFTUNG  
AOK HÖXTER KHWE - FAMILIALE PFLEGE

## Senioreninformationsmappe



## **Vorwort / Inhaltsverzeichnis**

Vorwort

## **Notfallnummern**

Notfallnummern

## **Persönliches**

Persönliche Daten  
Vorsorgedokumente  
Vorsorgevollmacht  
Betreuungsverfügung  
Patientenverfügung

## **Sicher zu Hause**

Informationen der Polizei  
Einbruchsicherheit  
Falsche Polizeibeamte am Telefon  
Hausnotruf  
Achtung Sturzgefahr !

## **Freizeitangebote**

Freizeitangebote

## **Beratung- und Hilfsangebote**

Beratung für Pflegebedürftige und deren Angehörige  
Ambulante Hilfsangebote  
Teilstationäre Hilfsangebote  
Wohnmöglichkeiten im Alter  
Auszeiten für pflegende Angehörige  
Begleitung in der letzten Lebensphase  
Finanzierung

## **Ansprechpartner**

Stadt Steinheim  
Kreis Höxter  
sonstige Bundesweite Beratungsstellen

## **Flyer**

# 1. Vorwort

Jede neue Lebensphase und jedes Lebensalter erfordert passgenaue Antworten und Lösungen für mögliche individuelle Herausforderungen und Bedingungen.

In der heutigen Zeit wird es immer schwieriger sich einen Überblick über konkrete Angebote und Ansprechpartner zu verschaffen.

Eine erste Hilfe dazu kann die Senioreninformationsmappe SSKA sein. Diese wurde gemeinsam von dem Kreis Höxter, der Stadt Steinheim, der Johannesstiftung Steinheim und der AOK Nord-West sowie der Familien Pflege der Katholischen Hospitalvereinigung Weser-Egge (KHWE) erarbeitet.

Hier finden Sie Informationen zu Freizeitangeboten und zu verschiedenen Bereichen rund um das Älterwerden sowie auch Hinweise zu pflege-relevanten Themen.

Bei Fragen rund um das Thema Pflege können Sie sich an die Senioren- und Pflegeberatungsstelle des Kreises Höxter wenden (Hotline: 05271/965-3130). Hier können Sie sich zudem über eine mögliche Wohnraumberatung informieren lassen.

## Kooperationspartner und Unterstützer:



# Notfallnummern

## 2. Notfallnummern

Notarzt / Rettungsdienst	112
Polizei	110
Feuerwehr	112
Ärztlicher Bereitschaftsdienst	116 117
Giftnotruf	0228/19240
Telefonseelsorge	0800/1110111
Apothekennotdienst	0800/0022833




**WO** ist es passiert?

**WAS** ist passiert?

**WIE** viele Verletzte/Betroffene gibt es?

**WELCHE** Art der Verletzung?

**WARTEN** auf Fragen!



# Persönliche Unterlagen

Persönliche  
Unterlagen

# 3. Persönliche Daten und Unterlagen

## a. Persönliche Daten

### Besitzer der Senioreninformationsmappe:

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Geburtsdatum u. -ort: \_\_\_\_\_

Straße, Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Familienstand: \_\_\_\_\_

### Kontakt Daten von Angehörigen/Vertrauenspersonen:

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße, Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Bezug (z. B. Tochter): \_\_\_\_\_

Name, Vorname: \_\_\_\_\_

Straße, Nr.: \_\_\_\_\_

PLZ, Ort: \_\_\_\_\_

Telefonnummer: \_\_\_\_\_

Bezug (z. B. Tochter): \_\_\_\_\_

## b. Vorsorgedokumente

Mit Hilfe von verschiedenen Vorsorgedokumenten können Sie frühzeitig regeln, dass im Falle einer Pflegebedürftigkeit, Ihren eigenen Wünschen und Bedürfnisse nachgegangen wird. Musterformular hierzu finden Sie auf den nachfolgenden Seiten.

	vorhanden	beigefügt
Vorsorgevollmacht	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Patientenverfügung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Betreuungsverfügung	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Diese oben genannten Verfügungen und Vollmachten können jederzeit formlos widerrufen werden. Eine Notarin oder ein Notar muss die Dokumente nicht beglaubigen.

## **Vorsorgevollmacht**

Eine Vorsorgevollmacht ist eine private Vereinbarung zwischen Ihnen und einer oder mehreren Personen. Sie benennen die Person(en) Ihres Vertrauens, die bereit sind, für Sie zu handeln, wenn Sie bestimmte Angelegenheiten nicht mehr selbst regeln können.

Durch die Bevollmächtigung wird ein gerichtliches Betreuungsverfahren entbehrlich. Diese Regelung gilt beispielweise für Bank- oder Versicherungsgeschäfte, Behördengänge, Post und Fernmeldeverkehr, Aufenthalts- und Wohnungsangelegenheiten und vor allem für Fragen zur Gesundheitsvorsorge und Pflegebedürftigkeit.

## **Betreuungsverfügung**

In einer Betreuungsverfügung können Sie für den Fall einer gesetzlichen Betreuung Vorschläge zur Auswahl der Betreuerin oder des Betreuers sowie Wünsche zur Wahrnehmung der Betreuung äußern. Auch können Sie angeben, wer keinesfalls eingesetzt werden sollte.

Bei der Auswahl der Betreuerin oder des Betreuers werden Ihre Wünsche durch das Betreuungsgericht i. d. R. berücksichtigt. Das Betreuungsgericht hat Ihre Wünsche zu berücksichtigen, sofern die Person bereit und geeignet ist, diese Aufgabe zu übernehmen.

## **Patientenverfügung**

In einer Patientenverfügung können Sie im Voraus festlegen, ob und wie Sie in bestimmten Situationen medizinisch behandelt werden möchten, wenn Sie nicht mehr entscheidungsfähig sind. Sie legen fest, ob Sie in bestimmte Untersuchungen, Heilbehandlungen oder ärztliche Eingriffe einwilligen oder diese untersagen.

Sinn der Patientenverfügung ist, dass Sie Ihren Willen hinsichtlich der Behandlung von Krankheiten zu einem Zeitpunkt schriftlich niederlegen, zu dem eine solche Entscheidung noch eigenverantwortlich von Ihnen getroffen werden kann. Auf diese Weise wahren Sie Ihr Recht auf Selbstbestimmung, auch wenn Sie zum Zeitpunkt der Behandlung nicht mehr ansprechbar und einwilligungsfähig sind. Es kann sehr sinnvoll sein, in die Patientenverfügung Ihre persönlichen Wertvorstellungen, wie z. B. Ihre Einstellungen zum Leben und Sterben oder Ihre religiösen Anschauungen mit aufzunehmen.

Die neuen gesetzlichen Regelungen sehen vor, dass eine Patientenverfügung schriftlich verfasst wird und eigenhändig von Ihnen unterschrieben werden muss. Es ist empfehlenswert, dass Sie Ihre Patientenverfügung regelmäßig bestätigen und sich im Vorhinein von dem Arzt Ihres Vertrauens beraten lassen.



## Patientenverfügung

Ich ( Name, Vorname, geboren am, wohnhaft in )

---

---

---

---

bestimme hiermit, für den Fall, dass ich meinen Willen nicht mehr bilden oder äußern kann und ich mich unabwendbar im unmittelbaren Sterbeprozess oder im Endstadium einer unheilbaren, tödlich verlaufenden Krankheit befinde durch Ankreuzen Folgendes:

- Ärztliche Begleitung und Behandlung sowie sorgsame Pflege sollen in diesen Fällen auf die Linderung von Beschwerden, wie z.B. Schmerzen, Unruhe, Angst, Atemnot oder Übelkeit, gerichtet sein, selbst wenn durch die notwendigen Maßnahmen eine Lebensverkürzung nicht auszuschließen ist.
- Wenn ich Nahrung auf natürlichem Wege nicht mehr zu mir nehmen kann, wünsche ich keine künstliche Ernährung weder über eine Sonde noch über die Vene. Eine fachgerechte Pflege von Mund- und Schleimhäuten ist mir in diesem Fall sehr wichtig.
- Wenn ich Nahrung nicht mehr auf natürlichem Weg zu mir nehmen kann, wünsche ich, dass eine künstliche Ernährung begonnen oder weitergeführt wird.
- Künstliche Flüssigkeitszufuhr nach ärztlichem Ermessen.

- Wiederbelebungsmaßnahmen sollen unterlassen werden.
- Es soll keine künstliche Beatmung durchgeführt werden bzw. eine schon eingeleitete Beatmung eingestellt werden.
- Es soll keine Dialyse durchgeführt werden bzw. eine schon eingeleitete Dialyse soll eingestellt werden.
- Antibiotika sollen nur zur Linderung meiner Beschwerden verabreicht werden.
- Es sollen keine Antibiotika verabreicht werden.
- Blut-und Blutbestandteile sollen nur zur Linderung verabreicht werden.
- Auf die Gabe von Blut-und Blutbestandteilen soll verzichtet werden.
- Diagnostische Maßnahmen oder eine Einweisung in ein Krankenhaus sollen nur dann erfolgen, wenn sie einer Beschwerdelinderung dienen und ambulant nicht durchgeführt werden können.
- Wenn ich nicht zu Hause bleiben kann, möchte ich in folgendes Krankenhaus/ Hospiz/ Pflegeeinrichtung:

---

- Raum für ergänzende Verfügungen:

---

---

---

---

---

---

---

Sollte ein Arzt/ Ärztin oder das Behandlungsteam nicht bereit sein, meinen in dieser Patientenverfügung geäußerten Willen zu befolgen, erwarte ich dass für eine anderweitige medizinische und/oder pflegerische Behandlung gesorgt wird. Von meiner Vertreterin/Vertreter (z.B. Bevollmächtigte(r)/Betreuer(in) erwarte ich, dass sie/er die weitere Behandlung so organisiert, dass meinem Willen entsprochen wird.

In Lebens- und Behandlungssituationen, die in dieser Patientenverfügung nicht konkret geregelt sind, ist mein mutmaßlicher Wille möglichst im Konsens aller Beteiligten zu ermitteln. Dafür soll diese Patientenverfügung als Richtschnur maßgeblich sein. Bei unterschiedlichen Meinungen über anzuwendende oder zu unterlassende ärztliche/pflegerische Maßnahmen soll der Auffassung folgender Person besondere Bedeutung zukommen:

meiner/meinem Bevollmächtigtem

---

(Name / Vorname / Geburts-Datum)

meiner Betreuerin/ meinem Betreuerin:

---

(Name / Vorname / Geburts-Datum)

der behandelnden Ärztin / dem behandelnden Arzt:

---

(Name / Vorname / Geburts-Datum)

anderer Person:

---

(Name / Vorname / Geburts-Datum)

Diese Patientenverfügung gilt solange, bis ich sie widerrufe.

---

Datum, Unterschrift

# Vollmacht

Ich,  (Vollmachtgeber/in)  
Name, Vorname

Geburtsdatum

Geburtsort

Adresse

Telefon, Telefax, E-Mail

## erteile hiermit Vollmacht an

(bevollmächtigte Person)  
Name, Vorname

Geburtsdatum

Geburtsort

Adresse

Telefon, Telefax, E-Mail

Diese Vertrauensperson wird hiermit bevollmächtigt, mich in allen Angelegenheiten zu vertreten, die ich im Folgenden angekreuzt oder angegeben habe. Durch diese Vollmachtserteilung soll eine vom Gericht angeordnete Betreuung vermieden werden. Die Vollmacht bleibt daher in Kraft, wenn ich nach ihrer Errichtung geschäftsunfähig geworden sein sollte.

Die Vollmacht ist nur wirksam, solange die bevollmächtigte Person die Vollmachtsurkunde besitzt und bei Vornahme eines Rechtsgeschäfts die Urkunde im Original vorlegen kann.

Fortsetzung Seite 2

## 1. Gesundheitspflege/Pflegebedürftigkeit

- Sie darf in allen Angelegenheiten der Gesundheitspflege entscheiden, ebenso über alle Einzelheiten einer ambulanten oder (teil-)stationären Pflege. Sie ist befugt, meinen in einer Patientenverfügung festgelegten Willen durchzusetzen.  ja  nein
- Sie darf insbesondere in eine Untersuchung des Gesundheitszustands, eine Heilbehandlung oder einen ärztlichen Eingriff einwilligen, diese ablehnen oder die Einwilligung in diese Maßnahmen widerrufen, auch wenn mit der Vornahme, dem Unterlassen oder dem Abbruch dieser Maßnahmen die Gefahr besteht, dass ich sterbe oder einen schweren und länger dauernden gesundheitlichen Schaden erleide (§ 1904 Absatz 1 und 2 BGB).  ja  nein
- Sie darf Krankenunterlagen einsehen und deren Herausgabe an Dritte bewilligen. Ich entbinde alle mich behandelnden Ärzte und nichtärztliches Personal gegenüber meiner bevollmächtigten Vertrauensperson von der Schweigepflicht. Diese darf ihrerseits alle mich behandelnden Ärzte und nichtärztliches Personal von der Schweigepflicht gegenüber Dritten entbinden.  ja  nein
- Solange es zu meinem Wohl erforderlich ist, darf sie

  - über meine freiheitsentziehende Unterbringung (§ 1906 Absatz 1 BGB)  ja  nein
  - über freiheitsentziehende Maßnahmen (z.B. Bettgitter, Medikamente u.ä.) in einem Heim oder in einer sonstigen Einrichtung (§ 1906 Absatz 4 BGB)  ja  nein
  - über ärztliche Zwangsmaßnahmen (§ 1906a Absatz 1 BGB)  ja  nein
  - über meine Verbringung zu einem stationären Aufenthalt in einem Krankenhaus, wenn eine ärztliche Zwangsmaßnahme in Betracht kommt (§ 1906a Absatz 4 BGB)  ja  nein

entscheiden.
- 
- 
- 

## 2. Aufenthalt und Wohnungsangelegenheiten

- Sie darf meinen Aufenthalt bestimmen.  ja  nein
- Sie darf Rechte und Pflichten aus dem Mietvertrag über meine Wohnung einschließlich einer Kündigung wahrnehmen sowie meinen Haushalt auflösen.  ja  nein
- Sie darf einen neuen Wohnungsmietvertrag abschließen und kündigen.  ja  nein
- Sie darf einen Vertrag nach dem Wohn- und Betreuungsvertragsgesetz (Vertrag über die Überlassung von Wohnraum mit Pflege- und Betreuungsleistungen; ehemals: Heimvertrag) abschließen und kündigen.  ja  nein
- 

Fortsetzung Seite 3

### 3. Behörden

- Sie darf mich bei Behörden, Versicherungen, Renten- und Sozialleistungsträgern vertreten. Dies umfasst auch die datenschutzrechtliche Einwilligung.  ja  nein

■

### 4. Vermögenssorge

- Sie darf mein Vermögen verwalten und hierbei alle Rechtshandlungen und Rechtsgeschäfte im In- und Ausland vornehmen, Erklärungen aller Art abgeben und entgegennehmen sowie Anträge stellen, abändern, zurücknehmen, namentlich  ja  nein

- über Vermögensgegenstände jeder Art verfügen (**bitte beachten Sie hierzu auch den nachfolgenden Hinweis 1**)  ja  nein

- Zahlungen und Wertgegenstände annehmen  ja  nein

- Verbindlichkeiten eingehen (**bitte beachten Sie hierzu auch den nachfolgenden Hinweis 1**)  ja  nein

- Willenserklärungen bezüglich meiner Konten, Depots und Safes abgeben. Sie darf mich im Geschäftsverkehr mit Kreditinstituten vertreten (**bitte beachten Sie hierzu auch den nachfolgenden Hinweis 2**)  ja  nein

- Schenkungen in dem Rahmen vornehmen, der einem Betreuer rechtlich gestattet ist.  ja  nein

■

- Folgende Geschäfte soll sie **nicht** wahrnehmen können:

■

■

#### Hinweis:

1. Denken Sie an die erforderliche Form der Vollmacht bei Immobiliengeschäften, für Handelsgewerbe oder die Aufnahme eines Verbraucherdarlehens (vgl. Ziffer 2.1.5 der Broschüre „Betreuungsrecht“).
2. Für die Vermögenssorge in Bankangelegenheiten sollten Sie auf die von Ihrer Bank/Sparkasse angebotene Konto-/Depotvollmacht zurückgreifen. Diese Vollmacht berechtigt den Bevollmächtigten zur Vornahme aller Geschäfte, die mit der Konto- und Depotführung in unmittelbarem Zusammenhang stehen. Es werden ihm keine Befugnisse eingeräumt, die für den normalen Geschäftsverkehr unnötig sind, wie z. B. der Abschluss von Finanztermingeschäften. Die Konto-/Depotvollmacht sollten Sie **grundsätzlich** in Ihrer Bank oder Sparkasse unterzeichnen; etwaige spätere Zweifel an der Wirksamkeit der Vollmachtserteilung können hierdurch ausgeräumt werden. Können Sie Ihre Bank/Sparkasse nicht aufsuchen, wird sich im Gespräch mit Ihrer Bank/Sparkasse sicher eine Lösung finden.

### 5. Post und Fernmeldeverkehr

- Sie darf im Rahmen der Ausübung dieser Vollmacht die für mich bestimmte Post entgegennehmen, öffnen und lesen. Dies gilt auch für den elektronischen Postverkehr. Zudem darf sie über den Fernmeldeverkehr einschließlich aller elektronischen Kommunikationsformen entscheiden. Sie darf alle hiermit zusammenhängenden Willenserklärungen (z. B. Vertragsabschlüsse, Kündigungen) abgeben.

ja  nein

### 6. Vertretung vor Gericht

- Sie darf mich gegenüber Gerichten vertreten sowie Prozesshandlungen aller Art vornehmen.

ja  nein

### 7. Untervollmacht

- Sie darf Untervollmacht erteilen.

ja  nein

### 8. Betreuungsverfügung

- Falls trotz dieser Vollmacht eine gesetzliche Vertretung („rechtliche Betreuung“) erforderlich sein sollte, bitte ich, die oben bezeichnete Vertrauensperson als Betreuer zu bestellen.

ja  nein

### 9. Geltung über den Tod hinaus

- Die Vollmacht gilt über den Tod hinaus.

ja  nein

### 10. Weitere Regelungen

- 0

Ort, Datum

 Unterschrift der Vollmachtnehmerin/des Vollmachtnehmers

Ort, Datum

 Unterschrift der Vollmachtgeberin/des Vollmachtgebers

**Sicher zu Hause**

**Sicher  
zu Hause**

## 4. Sicher zu Hause

### a. Informationen der Polizei - Einbruchssicherung

Mit der Kampagne „Riegel vor! Sicher ist sicherer.“ gegen den Wohnungseinbruch schiebt die Polizei in NRW den Tätern - unter Mithilfe der Bürgerinnen und Bürger - einen Riegel vor.

Ein Einbruch kann Ihr Leben verändern. Deshalb „Sichern Sie Ihr Zuhause - damit es Ihr Zuhause bleibt.“ Gegen Einbrecher und für Sicherheit und Geborgenheit in den eigenen vier Wänden. Riegel vor!

Kern der Kampagne ist der dreifache Riegel gegen Einbrecher:

- Achten Sie auf verdächtige Personen/Situationen!
- Rufen Sie im Verdachtsfall sofort die Polizei über 110!
- Lassen sie sich neutral und kostenlos von Ihrer Polizei zum Einbruchschutz beraten!

Jeder Bürger kann durch Aufmerksamkeit einen aktiven Beitrag zur Verhinderung von Einbrüchen leisten. Eine Kultur des Hinsehens und Handelns macht es den Tätern schwerer. Wer seine Umgebung und Nachbarschaft im Auge behält, verdächtige Personen oder Geschehnisse wahrnimmt, sollte sofort die Polizei über 110 informieren.

Sichern Sie mögliche Schwachstellen Ihres Hauses oder Ihrer Wohnung durch den Einbau geprüfter und zertifizierter Sicherheitstechnik. Die technischen Fachberater Ihrer örtlichen Polizeibehörde beraten Sie dazu neutral und kostenlos.

#### **Kreispolizeibehörde Höxter**

Direktion Kriminalität, KK 1  
Bismarckstraße 18  
37671 Höxter  
Tel.: 05271 / 962-1351  
E-Mail: [vorbeugung.hoexter@polizei.nrw.de](mailto:vorbeugung.hoexter@polizei.nrw.de)

## Präventionshinweise zum Thema: Wohnungseinbruch

Die polizeiliche Erfahrung zeigt, dass man sich vor einem Einbruch schützen kann. Über 45 Prozent der Taten bleiben im Versuch stecken - nicht zuletzt wegen technischer Sicherungen an Fenstern und Türen. Das richtige Verhalten und aufmerksame Nachbarn können dabei helfen, Einbrüche zu verhindern.

Sicherheitsbewusstes Verhalten und solide, mechanische Sicherungstechnik (z. B. Schutzbeschläge und Zusatzschlösser) stehen beim Einbruchschutz an erster Stelle und bieten dem Einbrecher Widerstand. Alarmanlagen (sog. Einbruchmeldeanlagen) verhindern keinen Einbruch, sondern melden ihn nur. Einbruchmeldeanlagen ergänzen mechanische Sicherungen, erhöhen das Entdeckungsrisiko für Einbrecher und bieten somit zusätzlichen Schutz.



### So schützen Sie sich vor einem Wohnungseinbruch

- > Sichern Sie mögliche Schwachstellen Ihres Hauses / Ihrer Wohnung durch den Einbau von geprüfter und zertifizierter Sicherungstechnik.
- > Verschließen Sie immer Ihre Haus- / Wohnungstüre, auch wenn Sie nur kurz weggehen.

- > Verschließen Sie ebenso Fenster, Balkon und Terrassentüren, auch wenn Sie nur kurz weggehen – denn gekippte Fenster sind offene Fenster.
- > Vermeiden Sie es, Schlüssel draußen zu verstecken. Halten Sie die Hauseingangstür in Mehrfamilienhäusern tagsüber geschlossen.
- > Prüfen Sie vor dem Drücken des Türöffners, wer ins Haus will.
- > Verschließen Sie stets Türen von Kellern und Dachböden.
- > Sollten Sie Ihren Schlüssel zusammen mit Hinweisen auf ihren Wohnort verloren haben, wechseln Sie unverzüglich den Schließzylinder aus.
- > Sichern Sie Balkontüren auch in den oberen Stockwerken.
- > Sichern Sie Kellerlichtschächte und Kellerfenster.
- > Lassen Sie nur nachts Rollläden herunter, da sonst tagsüber ein unbewohnter Eindruck entsteht.
- > Lassen Sie Ihre Wohnung / Haus bei längerer Abwesenheit bewohnt erscheinen. Briefkasten sollten geleert und beispiels-

weise Rollläden und Beleuchtung unregelmäßig betätigt werden.

- > Informieren Sie Ihre Nachbarn über den Einsatz von Zeitschaltungen beispielsweise für Rollläden und Beleuchtung.
- > Markieren Sie Ihre Wertgegenstände eindeutig und notieren Sie die wichtigsten Daten in einer Wertgegenstandsliste. Fotografieren Sie schwer zu beschreibende Gegenstände.
- > Bewahren Sie besonders Wichtiges oder Wertvolles, das Sie nur selten brauchen, bei Ihrem Geldinstitut im Schließfach auf.
- > Wenn Sie diese Dinge im Haus behalten, verwahren Sie diese in einem geprüften Wertbehältnis.
- > Mechanisch-bauliche Sicherungseinrichtungen können durch Smart-Home-Systeme sinnvoll ergänzt werden. Diese können dabei Video- oder Bildsignale auf Smartphones übertragen. Stellen Sie einen Einbruch fest, dann alarmieren Sie die örtliche Kreispolizeibehörde.

### **Auf gute Nachbarschaft!**

Achten Sie auf unbekannte Personen und/oder auf verdächtige Situationen "nebenan". Alarmieren Sie in Verdachtsfällen sofort die Polizei über 110 oder per Notfallfax<sup>1</sup>.

### **Lassen Sie sich von Ihrer Polizei beraten.**

Die Technischen Fachberater im Kriminalkommissariat für Kriminalprävention und Opferschutz Ihrer örtlichen Polizeibehörde in NRW beraten Sie neutral und kostenlos.

### **Einbau von Sicherheitstechnik**

Lassen Sie einbruchhemmende Produkte fachgerecht von Unternehmen einbauen, die auf dem Adressennachweis<sup>2</sup> des Landeskriminalamts NRW gelistet sind.

---

<sup>1</sup> Ein Notfallfax ermöglicht hör- und sprachgeschädigten Menschen den Zugang zum Notrufsystem. Fax-Vorlagen und Notruf-Faxnummern der Polizeibehörden finden Sie unter:

<https://polizei.nrw/artikel/im-notfall>

<sup>2</sup> <https://polizei.nrw/artikel/technische-praevention-einbruchschutz-und-adressnachweis-errichterliste>



# Präventionshinweise für Bürgerinnen und Bürger

## Thema: Falsche Polizeibeamte am Telefon

Ältere Menschen werden zunehmend von Unbekannten angerufen, die sich als Polizeibeamte ausgeben und hierbei die Rufnummer örtlicher Polizeidienststellen, des BKA oder gar die Rufnummer 110 mit einer Ortsvorwahl im Telefondisplay erscheinen lassen. Die Anrufer manipulieren ihre Opfer, indem sie ihnen überzeugende Geschichten über aktuelle Straftaten erzählen und sie zum vermeintlichen Schutz ihres Eigentums auffordern, Geld oder Wertgegenstände auszuhändigen.

Die falschen Polizeibeamten schildern z. B. die Festnahme ausländischer Einbruchsbanden, bei denen Listen möglicher Einbruchsoffer gefunden wurden. Sie fordern die Opfer auf, Wertgegenstände und Bargeld „vorübergehend“ und nur zum Schutz an einen vermeintlichen Kollegen zu übergeben. Sie geben den Opfern vor, dass diese zur Mithilfe verpflichtet seien, um die „Täter“ festnehmen zu können. In manchen Fällen werden die Opfer dazu gebracht, ihr gesamtes Vermögen von der Bank nach Hause zu holen, da Bankangestellte zu den angeblichen Straftätern gehören sollen.

Durch mehrere, stundenlange und sogar tage-  
lange Telefonanrufe erhöhen die Anrufer den psychischen Druck auf ihre Opfer, damit diese keinen klaren Gedanken mehr fassen können. Die Täter gehen vollkommen skrupellos und erfindungsreich vor, je nach mentaler Verfassung des Opfers und dessen Reaktionen. Sie fordern sie teilweise auf, nur noch über das Handy zu telefonieren. Die Telefonate dauern so lang an, bis Bargeld und Wertgegenstände an der Wohnungstür oder auf der Straße übergeben oder an einem vereinbarten Ort abgelegt wurden.

### Im Telefondisplay erscheint die Nummer der Polizei oder einer anderen Behörde

Über ausländische Telefondienstleister sind die Täter in der Lage, jede beliebige Rufnummer im Display des Angerufenen einzublenden. Die Nummer auf dem Telefondisplay liefert daher lediglich einen Anhaltspunkt, wer der Anrufer sein kann. Sie ist keineswegs eine sichere Identifikationsmöglichkeit.

### Wenn Sie selbst angerufen werden:

- > Falls Sie in Ihrem Telefondisplay die Rufnummer der Polizei (110) ggf. mit einer Vorwahl sehen sollten, dann handelt es sich nicht um einen Anruf der Polizei.
- > Bei einem Anruf der Polizei erscheint nie die Rufnummer 110 in Ihrem Telefondisplay.
- > Gibt sich der Anrufer als Polizeibeamtin oder Polizeibeamter aus, lassen Sie sich den Namen nennen und wählen Sie selbst die 110. Schildern Sie der Polizei den Sachverhalt. Geben Sie unbekanntem Personen keine Auskünfte über Ihre Vermögensverhältnisse oder andere sensible Daten.
- > Öffnen Sie unbekanntem Personen niemals die Tür oder ziehen Sie eine Vertrauensperson hinzu.
- > Übergeben Sie unbekanntem Personen NIEMALS Geld oder Wertsachen, auch nicht Boten oder angeblichen Mitarbeiterinnen oder Mitarbeitern der Polizei, Staatsanwaltschaften, Gerichten oder Geldinstituten.
- > Wenn Sie Opfer eines solchen Anrufes geworden sind, wenden Sie sich in jedem Fall an die Polizei und erstatten Sie eine Anzeige.

**Vorbeugungstipps für ältere Menschen zu weiteren Themen finden Sie auf den Internetseiten des Programms Polizeiliche Kriminalprävention unter:**

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

Ihr Ansprechpartner: Polizei Hagen  
Hotline: 02331-986 1535

## b. Hausnotruf

Ziel der Hausnotrufsysteme ist es, allein stehenden älteren Menschen schnellstmöglich Hilfe zukommen zu lassen. Im Notfall kann jeder Nutzer per Knopfdruck einen Sender aktivieren, welcher am Körper getragen wird, und so einen Alarm auslösen. Dies soll den Nutzern Sicherheit vermitteln und zum Erhalt der Selbstständigkeit beitragen.

Folgende Anbieter gibt es u. a. im Kreis Höxter:

Einrichtungen	Anschrift	Telefon	E-Mail
<b>Anbieter von Hausnotrufsystemen:</b>			
DRK - Kreisverband Höxter e.V.	Moltkestraße 9 37671 Höxter	05271/932150	<a href="mailto:info@hoexter.drk.de">info@hoexter.drk.de</a>
DRK - Kreisverband Warburg e.V.	Landfurt 67 34414 Warburg	05641/2454	<a href="mailto:info@drk-warburg.de">info@drk-warburg.de</a>
Firma medprojekt Birgit Arens	Am Ringelsberg 7	05253/930320	<a href="mailto:arens@hausnotruf-bad-driburg.de">arens@hausnotruf-bad-driburg.de</a>
Johanneswerk Inkontakt Hausnotruf	Schildescher Straße 101 33611 Bielefeld	0521/9117777	<a href="mailto:inkontakt@johanneswerk.de">inkontakt@johanneswerk.de</a>
Johanniter-Unfall-Hilfe – Regionalverband Lippe-Höxter	Wiesenstraße 5 32756 Detmold	05231/20113	<a href="mailto:hausnotruf@juh-lippe-hoexter.de">hausnotruf@juh-lippe-hoexter.de</a>
Vitakt Hausnotruf GmbH	Hörstkamp 32 48431 Rheine	05971/934356	<a href="mailto:info@vitakt.com">info@vitakt.com</a>

## **c. Achtung Sturzgefahr!**

Bis ins hohe Alter hinein möglichst fit und von schweren Verletzungen verschont zu bleiben ist keine Frage des Zufalls. Viel Bewegung, gut trainierte Muskeln und eine gesunde Ernährung gehören dazu. Wer seine Kraft und Ausdauer hingegen nie trainiert, der wird schnell schlapp. Treppensteigen wird auf einmal anstrengend, das Einkaufen immer mühsamer, man fühlt sich schwach. Irgendwann kommt es dann zu einem Sturz – oft mit schlimmen Folgen. Aber auch wenn alles glimpflich ausgeht, setzt sich rasch ein Teufelskreis in Gang: Aus Angst, erneut zu fallen, bewegt man sich immer weniger. So werden die Muskeln schlaff, auch das Gleichgewichtsgefühl sowie die Reaktionsfähigkeit lassen nach.

Doch bedenken Sie: Nur ausreichend Kraft und ein gutes körperliches Balancegefühl können helfen, Stürze zu vermeiden. Außerdem ist auch Ihre Ernährung ein wichtiger Baustein für Ihre Gesundheit. Nur eine ausgewogene Kost sorgt für stabile Knochen und den Aufbau von Muskelmasse. Wer sich bewusst ernährt, beugt vielen Altersbeschwerden vor.

### **Was kann ich tun, um Stürze zu vermeiden?**

Die wichtigste Sturzprophylaxe ist Bewegung. Deshalb sollten Betroffene ihre Bewegungsabläufe beibehalten, auch wenn es manchmal schwer fällt. Überlegen Sie zusammen mit Ihren Angehörigen, was Sie tun können, um Stürze zu vermeiden:

- Benutzen Sie häufiger die Treppe, gehen Sie spazieren. Mit gezielten Übungen können Gleichgewicht, Kraft und Reaktionsfähigkeit behutsam trainiert werden. Es ist nie zu spät, damit zu beginnen – auch für Menschen, die körperlich eingeschränkt sind.
- Sorgen Sie für eine ausgewogene Ernährung und ausreichende Flüssigkeitszufuhr.

- Wichtig ist auch, Stolperfallen im Haushalt zu beseitigen, zum Beispiel wackelige Beistelltische, herumliegende Telefonkabel, lose Teppichkanten.
- Lassen Sie Ihre Brillenstärke vom Augenarzt überprüfen.
- Benutzen Sie Hilfsmittel? Überprüfen Sie deren Funktion, z. B. die Bremse von Rollatoren oder die Gumminoppen von Gehilfen.

**Wir empfehlen Ihnen, über Ihr erhöhtes Sturzrisiko auch mit Ihrem Hausarzt zu sprechen.**

### **In die Balance kommen**

Ein gutes Gleichgewicht sorgt dafür, dass Sie sich sicher auf den Beinen fühlen und nicht schon bei den alltäglichen Aufgaben ins Schwanken geraten.

Das Gleichgewicht besteht aus einem raffinierten Zusammenspiel verschiedener Sensoren, die ihre Informationen an das Gehirn weitergeben. Haut, Augen, Muskeln und Gelenke sind daran beteiligt. Um das Gleichgewicht zu halten, muss der Körper nicht nur Veränderungen wahrnehmen, sondern auch darauf reagieren und gegensteuern. Je passiver Ihr Lebensstil ist, desto schneller verlieren Sie diese Fähigkeiten. Deshalb ist es wichtig, das Gleichgewichtssystem auch im Alter zu fordern und vorbeugend zu trainieren.

Übungen, die Muskelkraft und Balance trainieren, werden oft von der Krankenkasse oder auch von Seniorentreffs angeboten. Es gibt auch Trainingsmöglichkeiten für zu Hause. Oftmals kann auch Physiotherapie oder häusliche Pflege verordnet werden.

**Bitte beachten Sie: Bevor Sie mit einem Training anfangen, ist es wichtig einen Arzt zu Rate zu ziehen.**

## **Ihr Zuhause**

Stürze passieren häufig dort, wo man sich besonders sicher fühlt, nämlich zu Hause. Und meistens in den alltäglichen Situationen, wie zum Beispiel beim nächtlichen Gang zur Toilette. Es sollten im Wohnumfeld ausreichend helle Lichtquellen vorhanden sein. In einigen Fällen können Bewegungsmelder sinnvoll sein, die rechtzeitig für genügend Licht beim Betreten von Räumen sorgen. Auch wenn Sie sich jetzt noch ganz fit fühlen, ist es sinnvoll, die eigenen vier Wände frühzeitig gegen alle Eventualitäten zu wappnen. Hierbei hilft Ihnen auch gerne die Wohnraumberatungsstelle des Kreises Höxter weiter.

## Einfache Maßnahmen zur Verhinderung von Stürzen:

- **Beleuchtung**

Sorgen Sie in Ihrem zu Hause für eine ausreichende Beleuchtung.

- **Hausschuhe**

Schaffen Sie sich sichere Hausschuhe mit rutschfester Sohle an.

- **Stühle**

Verwenden Sie Stühle mit einer Sitzhöhe, aus der Sie leicht aufstehen können.

- **Brille**

Achten Sie darauf, dass Sie die richtige Sehhilfe tragen

- **Hilfsmittel**

Es gibt zahlreiche Hilfsmittel, die das Sturzrisiko senken. Viele werden durch die Pflege- oder Krankenkasse finanziert (z. B. Rollator, Haltegriffe).

Greifzangen können helfen, wenn Sie sich beim Bücken unsicher fühlen und höhenverstellbare Betten und Badewanneneinstiegshilfen unterstützen Ihre Mobilität und erhalten Ihre Selbständigkeit.

- **Wohnraumanpassung**

Es besteht die Möglichkeit ihr Wohnumfeld so anzupassen, dass es zu weniger Stürzen kommt. Stolperfallen wie herumliegende Kabel oder lose Teppiche sollten entfernt werden. Für das Überwinden von Türschwellen gibt es Stufenpodeste oder Rampen.

- **Pflegeberatung**

Lassen Sie sich durch Fachkräfte zur Sturzprävention und zu unterstützenden Hilfsmittel sowie zur Wohnraumanpassung beraten. Hilfsmittel können häufig vom Fachhandel zur Testung ausprobiert werden. Bei einigen muss auch die Handhabung erlernt werden. Wenden sie sich an Ihren Sanitätshandel oder an eine Senioren- und Pflegeberatungsstelle in Ihrer Nähe.

## **Essen und Trinken**

Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen – im wahrsten Sinne des Wortes. Zwar brauchen ältere Menschen weniger Kalorien als junge, doch genauso viele Vitamine und Nährstoffe.

Auch im Alter sollte ein normales Körpergewicht angestrebt beziehungsweise gehalten werden. Das entlastet den Stoffwechsel, Herz und Kreislauf profitieren davon, die Gelenke werden geschont. Die Lebensfreude wird gestärkt.

### **Einige Tipps, um den Appetit anzuregen:**

- Bewegen Sie sich regelmäßig an der frischen Luft.
- Essen Sie möglichst oft in Gesellschaft. Laden Sie Gäste ein oder nehmen Sie an einem Mittagstisch teil.
- Verwenden Sie frische oder tiefgekühlte Kräuter, nutzen Sie Gewürze.

**Wenn Sie dauerhaft keine Lust zum Essen haben, sprechen Sie mit Ihrem Arzt darüber.**

### **Trinken Sie ausreichend?**

Der Organismus älterer Menschen ist besonders anfällig für Störungen im Wasserhaushalt. Doch gerade im Alter lässt das Durstempfinden nach. Trinken Sie deshalb, bevor der Durst kommt. Mindestens 1,5 Liter Flüssigkeit täglich empfehlen Mediziner. Für Menschen z. B. mit Herzschwäche und Nierenerkrankungen gelten geringere Mengen. Geeignete Getränke sind Mineral- oder Leitungswasser, Kräuter- und Früchtetees oder Fruchtsaftschorlen. Auch Suppen, Eintöpfe, Kompott oder wasserreiche Gemüse- und Obstsalate ergänzen die Flüssigkeitszufuhr.

# Freizeitangebote

## 5. Freizeitangebote

Im Folgenden finden Sie Hinweise und Tipps zu regelmäßig stattfindenden Veranstaltungen in Steinheim und den zugehörigen Ortschaften. Die bunte Palette reicht von geselligem Beisammensein, Kreativität und Kultur über Wanderungen in der Natur bis zu Sport- und Bildungsangeboten. Sie entscheiden, was Ihr Interesse weckt! Ihre Teilnahme ist erwünscht! Nehmen Sie Freunde und Bekannte mit oder engagieren Sie sich selbst in einer der vielen Gruppen! Aktivität in der Gemeinschaft bereichert Sie und Ihre Umgebung und sichert Ihnen sozialen Einbezug und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben in Ihrem Ort.

Die Ansprechpersonen in der nachstehenden Tabelle geben Ihnen gerne weitere Informationen und Erläuterungen zu den verschiedenen Angeboten.

### Steinheim

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontaktdaten
Caritassenioren- gemeinschaft Offene Tür	Seniorenachmittag	Mittwoch um 15.00 nach Vereinbarung im katholischen Pfarrheim Steinheim	Mechthild Rüsenberg Tel. 05233/8754
CKD St. Marien	Sonntags-Café	jeden 2.Sonntag im Monat um 15.00 im katholischen Pfarr- heim Steinheim	Gertrud Hornemann Tel. 05233/8187
Evangelische Kirche	Seniorenkaffee	Donnerstag um 14.00 Uhr im Laden, Bahnhofstraße, Steinheim	Gabriele Valentin Tel. 05233/997240 (Pfarrbüro)
Evangelische Kirche	Männerfrühstück	letzter Freitag im Monat im Laden, Bahnhofstraße, Steinheim	Pfarrbüro Tel. 05233/997240
Johannesstiftung GeiSt	Kreativ-Café	Mittwoch um 15.00 Uhr im NBZ am Helene-Schweitzer- zentrum Steinheim	Tel. 05233/70203463

Kolpingfamilie Steinheim	Gymnastik/Walking	Donnerstag 19.30 Uhr in der Turnhalle der FWW-Schule, Steinheim	Uta Lesch Tel. 05233/993878
Kolpingfamilie Steinheim	Seniorennachmittag	2x jährlich in der Kolping-Begegnungsstätte Steinheim	Hildegard Bartkowiak Tel. 05233/6953 Helga Lohre Tel.05233/93919
TV 95 Steinheim	Wirbelsäulengymnastik (Pezzi-Ball)	Montag 18.30-19.30 Uhr 18.45-19.45 Uhr Turnhalle der Grundschule Steinheim	Brigitte Nowatschek Tel. 05233/7766
TV 95 Steinheim	Gymnastik für Frauen ab 50	Mittwoch 18.00 Uhr Turnhalle der Grundschule Steinheim	Rita Wilfert Tel. 05233/1814
TV 95 Steinheim	Gymnastik für Frauen	Mittwoch 20.00 Uhr Turnhalle der Grundschule Steinheim	Doris Nölker Tel. 05233/6733

## Bergheim

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontakt Daten
Frauengemeinschaft der KFD	Seniorenfrühstück	jeden 1. Dienstag im Monat im Pfarrheim, Liboristraße, Bergheim	Annette Nolte Tel.05233/1702 Sabine Quante Tel. 05233/3797
Frauengemeinschaft der KFD	Seniorennachmittag	jeden 2. Dienstag im Monat im Pfarrheim, Liboristraße, Bergheim	Maria Gryga Tel. 05233/8659
Frauengemeinschaft der KFD	Handarbeitsgruppe	Mittwoch 15.00-17.00 Uhr im Pfarrheim, Liboristraße, Bergheim	Maria Gryga Tel. 05233/8659

## Eichholz

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontakt Daten
Dorfgemeinschaft Eichholz	Seniorennachmittag Eichholz	jeden 2. Dienstag im Monat im DGH Eichholz	Angelika Kirchhoff Tel. 05233/7020885

## Grevenhagen

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontakt Daten
Caritas	Seniorenachmittag	alle 2 Monate am letzten Donnerstag im Monat im DGH	Christiana Niggemann Tel. 05238/515
Egge-Gebirgs-Verein	Wanderungen Vereinstreffen	1x monatlich	Gabi Schröder Tel. 05238/2993787

## Hagedorn

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontakt Daten
Dorfgemeinschaft Hagedorn	Seniorencafé Hagedorn	jeden 1. Mittwoch im Monat im DGH Hagedorn	Brigitte Brand Tel. 05284/364

## Ottenhausen

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontakt Daten
Caritas	Seniorentreff der Caritas	jeden 1. Donnerstag im Monat, Bauernburg, Brinkstraße 29, Ottenhausen	Marie-Theres Fengler Tel. 05233/6811

## Rolfzen

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontakt Daten
Schützenbruderschaft St. Georg Rolfzen	Seniorenachmittag	5 x jährlich Donnerstag um 15.00 Uhr im DGH Rolfzen	Jürgen Hansel Tel. 0170/8172550

## Sandebeck

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontakt Daten
Caritas	Seniorenachmittag	1x monatlich im Pfarrheim	Gabriele Otto Tel. 05238/292
Caritas	Ausflugsfahrt	1x jährlich	Gabriele Otto Tel. 05238/292
Caritas	Handarbeitstreff	Mittwochs alle 14 Tage im Pfarrheim	Gabriele Otto Tel. 05238/292
Caritas	Spielenachmittag	1x monatlich im Dorf Café	Cornelia Otto Tel. 05238/996763
Vincenz Haus	Offenes Café Vinczling	jeden Freitag und jeden 2. Sonntag im	Ulla Römer-Stratmann Tel. 05238/241

		Monat 14.30-17.30 Uhr	
Dorf Café Vincenz Haus	Frühstück	jeden 3. Dienstag im Monat 9.00-10.30 Uhr	Renate Blechner Tel. 05238/460
Dorf Café Vincenz Haus	Dämmerschoppen	1x monatlich Dienstag 18.30-21.00 Uhr	Antje Hölscher Tel. 05238/1330
Dorf Café Vincenz Haus	Rückengymnastik	Donnerstag 18.00-19.00 Uhr 19.00-20.00 Uhr (Männer)	Richard Brockmann Tel. 05238/432
Dorf Café Vincenz Haus	Schulungen „Smart Country Side“	Termine über Presse	Ulla Römer-Stratmann Tel. 05238/241
Heimatverein	Fahrradtouren	1x monatlich Mittwoch	Werner Reimann Tel. 05238/336
Egge-Gebirgs- Verein	Wanderungen	1x monatlich	Hans-Josef Niggemann Tel. 05238/763

## Vinsebeck

Veranstalter Organisation	Angebot	Termin	Kontaktdaten
Seniorenkreis Vinsebeck	Seniorenkaffee	jeden 1. Mittwoch im Monat um 14.30 Uhr im Pfarrheim Vinsebeck	Irmgard Gemke Tel. 05233/5022
Volkshochschule	Wirbelsäulen- gymnastik	Montag 19.00-20.00 Uhr Sporthalle Vinsebeck	/

## Seniorenreisen

Neben Reisebüros und kommerziellen Veranstaltern bieten auch Wohlfahrtsverbände, Kirchen und Sozialverbände spezielle Reisen und Tagesausflüge an. Es wird hierbei ein Service angeboten, der auf die Bedürfnisse und Wünsche der älteren Reisenden eingeht. Sowohl ehrenamtlich engagierte Menschen als auch Fachpersonal stehen bei entsprechenden Angeboten den Teilnehmenden mit Rat und Tat zur Seite. Je nach Anbieter und Angebot sind die Reiseziele barrierefrei und entsprechende Hilfsmittel vorhanden. Nutzen Sie die Möglichkeiten und genießen Sie Erholung und Entspannung in einem sicheren Umfeld!

Haben Sie selbst Freude daran, sich an der Organisation einer Reise zu beteiligen oder sich als Reisebegleitung anzubieten? Dann erkundigen Sie sich bei den unten aufgeführten Stellen.

<b>Veranstalter Organisation</b>	<b>Adresse</b>	<b>Kontaktdaten</b>
CVJM Freizeitdienst-Seniorenreisen	Lortzingstraße 4 32756 Detmold	05231/920654
Caritasverband für den Kreis Lippe und die Stadt Bad Pyrmont e.V. - Seniorenreisen	Palaisstraße 27 32756 Detmold	05231/992984
DRK Kreisverband Höxter	Corveyer Allee 29 a 37671 Höxter	05271/9321512
AWO Herford-Seniorenreisen	Hermannstraße 10 32130 Enger	05224/912340 & 05224/9123415
Malteser Wallfahrten Erzdiözese Paderborn	Pleistern12 32839 Steinheim	Josef Markwort Tel. 05233/5360

## **Sport und Bewegung**

Aktiv und gesund älter werden im Kreis Höxter! Es gibt im Kreisgebiet eine Vielzahl von Bewegungsangeboten für die ältere Generation. Ob Wandern, Walken oder Nordic Walking, Gymnastik, Schwimmen, Radfahren oder Entspannungstechniken: Jede Bewegung und Aktivität tut Körper und Seele gut. Hierbei stehen nicht Rekorde und Höchstleistungen, sondern Spaß an der Bewegung, die Abwechslung und die Geselligkeit im Vordergrund. Vielfältige Möglichkeiten dazu gibt es auch in Ihrer Nähe. Die Volkshochschulen, die Wohlfahrtsverbände, lokale Netzwerke und vor allem die Sportvereine vor Ort haben entsprechende Angebote. Informationen über Senioren-Sportangebote erhalten Sie beim Kreissportbund Höxter.

### **Kreissportbund Höxter e.V.**

Moltkestraße 12

37671 Höxter

Tel.: 05271-921902 & 05271-6946/334

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

## **Engagement und Ehrenamt**

Nach dem Ausscheiden aus dem Berufsleben bieten sich viele Möglichkeiten die neu gewonnene Freizeit zu nutzen! Sie können eigene Fähigkeiten weiter ausbauen und diese aktiv einbringen. Vielleicht möchten Sie gerne dazu beitragen anderen zu helfen? Ihr Wissen und Ihre Erfahrung sind dabei unschätzbar wertvoll! Bereiche sich zu engagieren gibt es viele! Nutzen Sie die Möglichkeit Ihre individuellen Kompetenzen einzusetzen und sich zu engagieren. Neben den Kirchen, Wohlfahrtsverbänden und Vereinen vor Ort bietet Ihnen die Johannesstiftung mit ihren Interessengruppen im Rahmen von GeiSt (Gemeinsam in Steinheim) eine Plattform, sich aktiv in der Quartiersarbeit für Ihren Ort zu engagieren. Auch der Kreis Höxter kann Sie über das Thema Ehrenamt informieren. Hier können Sie zudem – wenn Sie die Voraussetzungen erfüllen – die Ehrenamtskarte beantragen, mit der Sie Vergünstigungen in verschiedenen Bereichen erhalten.

### **Johannesstiftung – GeiSt**

Flurstraße 2  
32839 Steinheim  
Tel.: 05233-70203463

### **Kreis Höxter – Bereich Ehrenamt**

Moltkestraße 12  
37671 Höxter  
Tel.:05271-965 9800

# **Beratungs-/ Hilfsangebote**

## **6. Beratungs- und Hilfsangebote**

### **a. Beratung für Pflegebedürftige und deren Angehörigen**

#### **Senioren- und Pflegeberatungsstelle**

Die Senioren- und Pflegeberatungsstelle des Kreises Höxter informiert Pflegebedürftige und ihre Angehörigen kostenlos und unabhängig über die Leistungsangebote im Pflegebereich und unterstützt sie bei der Auswahl einer auf ihre individuelle Situation abgestimmte Pflegeversorgung.

Viele Fragen rund um das Thema Pflege können telefonisch oder - nach Terminvereinbarung - in einem persönlichen Gespräch beantwortet werden. Auch bietet die Beratungsstelle jeden ersten Donnerstag im Monat von 14:00-16:00 Uhr im Steinheimer Rathaus eine Sprechstunde an.

#### **Senioren- und Pflegeberatungsstelle**

Kreis Höxter  
Moltkestr. 12  
37671 Höxter  
Tel.: 05271-965 3130  
Fax: 05271-965 3999  
E-Mail: [pflegeberatung@kreis-hoexter.de](mailto:pflegeberatung@kreis-hoexter.de)  
[www.pflegeberatung.kreis-hoexter.de](http://www.pflegeberatung.kreis-hoexter.de)

#### **Kranken- und Pflegekassen**

Die Kranken- bzw. Pflegekassen haben speziell geschultes Personal für eine Pflegeberatung. Diese kann auch in der Häuslichkeit des Pflegebedürftigen durchgeführt werden. Zudem kann man sich bei ihnen über aktuelle Schulungskurse erkundigen. Diese sollen Fertigkeiten für eine eigenständige Durchführung der Pflege vermitteln bzw. praktische Hilfestellungen zeigen. Sie können auch in der häuslichen Umgebung stattfinden und sind kostenfrei.

## **Wohnraumberatungsstelle**

Durch die Anpassung der Wohnung an das Alter kann man die selbstständige Lebensführung länger erhalten. Schon durch einfache Maßnahmen wie das Anbringen von Haltegriffen im Bad können alltägliche Aufgaben wesentlich erleichtert werden.

Bei Vorliegen eines Pflegegrades kann bei der zuständigen Pflegekasse je Maßnahme ein Zuschuss i. H. v. 4.000,00 € beantragt werden (Stand 01.01.2017). Wichtig ist, dass vor der Durchführung eines Umbaus die Maßnahme beantragt wird.

Bei allen Fragen bzgl. eines altersgerechten Wohnungsbaus bzw. -umbaus oder zu Finanzierungsmöglichkeiten kann die Wohnraumberatungsstelle des Kreises Höxter kostenlos weiterhelfen. Die Beratungen erfolgen meist vor Ort, können aber auch telefonisch durchgeführt werden.

## **Wohnraumberatung**

Kreis Höxter  
Moltkestr. 12  
37671 Höxter  
Tel.: 05271-965 3130  
Fax: 05271-965 3999  
E-Mail: [pflegeberatung@kreis-hoexter.de](mailto:pflegeberatung@kreis-hoexter.de)  
[www.pflegeberatung.kreis-hoexter.de](http://www.pflegeberatung.kreis-hoexter.de)

## **Betreuungsstelle**

Eine Pflegebedürftigkeit bringt es teilweise mit sich, dass rechtsverbindliche Entscheidungen - z.B. das Geld oder den Wohnort betreffend - nicht mehr selbständig getroffen werden können. In dieser Situation darf eine andere Person - auch der Ehepartner oder die Kinder - nur tätig werden, wenn zuvor eine Vollmacht unterschrieben wurde oder die Person vom zuständigen Amtsgericht als Betreuer bestellt wurde.

Mit denen im nachfolgenden beschriebenen Verfügungen können Sie frühzeitig regeln, dass Ihren eigenen Wünschen und Bedürfnisse nachgegangen wird:

- **Vorsorgevollmacht**

Mit einer Vorsorgevollmacht benennen Sie eine oder mehrere Personen Ihres Vertrauens, die in dem von Ihnen festgelegten Umfang für Sie tätig werden.

- **Patientenverfügung**

Mit dieser Verfügung bestimmen Sie schriftlich im Voraus, was medizinisch unternommen werden soll, wenn Sie nicht mehr entscheidungsfähig sind.

- **Betreuungsverfügung**

Durch schriftliche Verfügung bestimmen Sie selbst, wer im Betreuungsfall als gesetzlicher Betreuer für Ihre umfassende rechtliche Vertretung eingesetzt oder keinesfalls eingesetzt werden soll.

Informationen zu den Themen „Rechtliche Betreuung“ und „Rechtliche Vorsorge“ erhalten Sie zudem bei der Betreuungsstelle des Kreises Höxter.

**Betreuungsstelle**

Kreis Höxter

Nebenstelle Warburg

Bahnhofstraße 26

34414 Warburg

Tel.: 05641-7899 67

Fax: 05641-7899 17

E-Mail: [betreuungsstelle@kreis-hoexter.de](mailto:betreuungsstelle@kreis-hoexter.de)

[www.betreuungsstelle.kreis-hoexter.de](http://www.betreuungsstelle.kreis-hoexter.de)

## **Familiale Pflege**

Seit 2004 läuft das Modellprojekt „Familiale Pflege“ der Universität Bielefeld. Im Kreis Höxter haben sich die Katholische Hospitalvereinigung Weser-Egge gGmbH (KHWE) sowie die Gräflichen Kliniken dem Projekt angeschlossen (s. 7. Ansprechpartner).

Es dient der Unterstützung, Bildung und Stärkung von pflegenden Angehörigen im Krankenhaus bzw. in der Reha-Klinik sowie bis zu 6 Wochen nach der Entlassung des Pflegebedürftigen. Ziel ist es, die Herausforderungen beim Übergang in die familiäre Pflege gemeinsam zu meistern und ein Pflege- und Sorgenetzwerk aufzubauen. Dieses soll dazu beitragen, die pflegenden Angehörigen zu entlasten und dem Patienten das Weiterleben in seinem häuslichen Umfeld zu ermöglichen.

Gemeinsam mit zu Pflege Trainern ausgebildeten Pflegefachkräften erhalten die Familien professionelle Unterstützung und können verschiedene Angebote in Anspruch nehmen.

## **Familiale Pflege**

St. Rochus-Hospital  
Nieheimer Str. 34  
32839 Steinheim  
Tel.: 0151/64542542  
E-Mail: [familialepflege@khwe.de](mailto:familialepflege@khwe.de)

Marcus-Klinik  
Brunnenstraße 1  
33034 Bad Driburg  
Tel.: 05253/9530  
E-Mail: [pflegeberatung@graefliche-kliniken.de](mailto:pflegeberatung@graefliche-kliniken.de)

## **Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise für pflegende Angehörige**

Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise können Angehörigen, aber auch Betroffenen, Unterstützung geben und eine Hilfe im Umgang mit der Pflegesituation sein. Sie bieten die Möglichkeit zum persönlichen Erfahrungsaustausch und helfen dabei Informationen zu verschiedenen Themen zu erlangen. Weitere Informationen zu bestehenden Gruppen erhalten Sie beim Selbsthilfe-Büro des Paritätischen Wohlfahrtsverbandes oder in dem umfangreichen Internetportal [www.selbsthilfenetz.de](http://www.selbsthilfenetz.de).

### **Selbsthilfe-Büro Höxter**

Möllingerstraße 5

37671 Höxter

Tel.: 05271/ 6941045

E-Mail: [selbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org](mailto:selbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org)

## **b. Ambulante Hilfsangebote**

Es gibt unterschiedliche Entlastungsangebote, die Sie je nach Ihrer persönlichen Situation und nach dem Grad der Pflegebedürftigkeit sinnvoll nutzen können.

### **Ambulante Dienste**

Ambulante Dienste erbringen sowohl pflegerische als auch hauswirtschaftliche und betreuerische Leistungen in der eigenen Häuslichkeit. Sie greifen dort ein, wo Selbsthilfe nicht ausreicht und gehen der stationären Hilfe vor.

Des Weiteren bieten sie beraten an und vermitteln bei Bedarf Hausnotrufsysteme und Essen auf Rädern. Bei manchen Pflegediensten bestehen auch Entleihungsmöglichkeiten von Hilfsmitteln.

### **Unterstützungsangebote im Alltag**

Zu den Angeboten zur Unterstützung im Alltag zählen Betreuungs- und Entlastungsleistungen. Diese tragen dazu bei, Pflegepersonen stundenweise zu entlasten und helfen Pflegebedürftigen, möglichst lange in ihrer häuslichen Umgebung zu bleiben, soziale Kontakte aufrecht zu erhalten und ihren Alltag weiterhin möglichst selbständig bewältigen zu können.

Für die Inanspruchnahme eines anerkannten Dienstes kann monatlich mit der Pflegekasse ein Entlastungsbetrag von bis zu 125,00 € abgerechnet werden (Stand 01.01.2018).

## **Mahlzeitendienste**

Die Anbieter von Mahlzeitendiensten beliefern die Haushalte der Nutzer entweder täglich mit einem warmen Essen oder stellen tiefgekühlte Fertiggerichte für eine Woche bereit. Sie helfen so dabei die unabhängige und selbstständige Lebensführung von älteren Menschen zu gewährleisten.

## **Ausländische Haushaltshilfen (24-Stunden-Betreuung)**

Es gibt ausländische Agenturen, die Betreuungskräfte vermitteln, welche eine „Rund um die Uhr Betreuung“ anbieten. Diese übernehmen hauswirtschaftliche Leistungen und helfen bei alltäglichen Aufgaben. Unter [www.vhbp.de/mitglieder](http://www.vhbp.de/mitglieder) sind einige Dienstleister zu finden. Zudem sind beispielsweise „CariFair Haushaltshilfen“ der Caritas in Paderborn und die Zentrale Auslands- und Fachvermittlung (ZAV) der Bundesagentur für Arbeit hilfreiche Ansprechpartner.

### **Caritasverband Paderborn e.V.**

Grünebaumstraße 1  
33098 Paderborn  
Tel.: 05251/16195-7380

### **Zentrale Auslands- und Fachvermittlung**

Villemobler Straße 76  
53123 Bonn  
Tel.: 0228/7131313

## **c. Teilstationäre Hilfsangebote**

### **Tagespflege**

Die Tagespflege bietet Pflegebedürftigen an einem oder mehreren Tagen in der Woche die Möglichkeit, gemeinsam mit anderen Menschen zusammen zu sein. Betreuung, Versorgung und Pflege sind so gesichert, das eigene Zuhause bleibt dennoch Mittelpunkt des Lebens.

Zum Leistungsangebot gehören Hol- und Bringdienste, pflegerische Hilfen, Beratung sowie tagsüber Verpflegung, Beschäftigungsangebote und soziale Betreuung.

### **Kurzzeit- und Verhinderungspflege**

Unter Kurzzeit- und Verhinderungspflege versteht man eine von vornherein zeitlich befristete stationäre Pflege und Betreuung einer pflegebedürftigen Person, die sonst ambulant gepflegt wird. Sie soll bei Bedarf die Zeit im Anschluss an eine stationäre Behandlung bis zur Erbringung der häuslichen Pflege überbrücken oder eine vorübergehende stationäre Pflege in einer Krisensituation ermöglichen, wenn z.B. die pflegenden Angehörigen im Urlaub sind oder krankheitsbedingt ausfallen.

Verhinderungspflege kann aber auch zur Entlastung der Pflegeperson in Anspruch genommen werden und muss nicht stationär erfolgen. Hier kann bspw. eine stundenweise Abrechnung mit einem Pflegedienst oder privaten Pflegepersonen (Nachbarn, Bekannte etc.) erfolgen.

Die Kosten für die Kurzzeit- bzw. Verhinderungspflege werden jeweils in Höhe von 1612 € pro Kalenderjahr durch die Pflegekasse übernommen.

## **Geriatrische Tagesklinik**

Die Tagesklinik im St. Rochus Krankenhaus Steinheim ist eine teilstationäre medizinische Einrichtung für Innere Medizin und Geriatrie mit dem Schwerpunkt der medizinischen Behandlung. Die Patienten werden durch ein Team von Ärzten, Pflegekräften sowie Physio- und Ergotherapeuten, Logopäden und Sozialarbeitern versorgt.

Ziel ist die medizinische Behandlung, die Förderung, der Erhalt und die Wiederherstellung von Selbständigkeit sowie der Verbleib in der häuslichen Umgebung.

Eine Einweisung kann u. a. über den Hausarzt oder einen niedergelassenen Facharzt erfolgen. Dadurch soll eine vollstationäre Therapie vermieden bzw. verkürzt werden. Nach einem Krankenhausaufenthalt kann die Therapie zudem ohne Unterbrechung in der Tagesklinik fortgeführt werden.

Die Patienten werden wochentags von 8.30 Uhr bis 15.45 Uhr behandelt. Der Transport wird kostenfrei von der Klinik organisiert.

Voraussetzungen für eine Aufnahme sind:

- medizinischer Behandlungsbedarf
- notwendige Diagnostik und Therapie sind ambulant nicht durchführbar
- hinreichende Belastbarkeit für Transportfahrten (Dauer ca. 35 min)

### **Geriatrische Tagesklinik im St. Rochus Krankenhaus**

Nieheimer Str. 34

32839 Steinheim

Tel.: 05233 / 208-2660

E-Mail: [geriatrie@khwe.de](mailto:geriatrie@khwe.de)

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

## **d. Wohnmöglichkeiten im Alter**

### **Senioren- und Pflegeeinrichtung**

Auch wenn oftmals der Wunsch besteht, in der gewohnten Umgebung zu bleiben, kann der Punkt kommen, an dem dies aus unterschiedlichsten Gründen nicht mehr möglich ist. Wenn dann die Frage nach einer anderen Möglichkeit der Unterbringung und Pflege ansteht, gibt es die Möglichkeit in ein Senioren- und Pflegeheim zu ziehen.

### **Betreutes Wohnen (Servicewohnen)**

Bei Angeboten des betreuten Wohnens ist die Überlassung einer (barrierefreien) Wohnung rechtlich verpflichtend mit der Zahlung eines Entgelts für allgemeine Unterstützungsleistungen wie Leistungen der hauswirtschaftlichen Versorgung, die Vermittlung von Betreuungsleistungen oder Notrufdiensten verbunden. Die über diese Grundleistungen hinausgehenden Leistungen sind von den Nutzern hinsichtlich des Umfangs der Pflege und der Person des Leistungsanbieters frei wählbar.

### **Wohngemeinschaften**

Wohngemeinschaften mit Betreuungsleistungen sind Wohn- und Betreuungsangebote, in denen mehrere ältere oder pflegebedürftige Menschen oder Menschen mit Behinderungen in einer Wohnung mit einem gemeinsamen Hausstand leben und ihnen von einem oder mehreren Anbietern Betreuungsleistungen angeboten werden. Diese Wohngemeinschaften ermöglichen mehr Lebensqualität und Selbstbestimmung für die Bewohner, da die Aufrechterhaltung der Alltagskompetenz gefördert wird.

## **e. Auszeiten für pflegende Angehörige**

### **Urlaubsangebote für Pflegebedürftige und ihre Angehörigen**

Früher war der gemeinsame Urlaub ein fester Bestandteil in der Jahresplanung. Bei den meisten fehlt seit der Erkrankung des Angehörigen jedoch der Mut, sich auf Reisen zu begeben. Verschiedene Veranstalter bieten spezielle Urlaube für Pflegebedürftige an. Für die Angehörigen gibt es unterschiedliche Möglichkeiten, auch eigene Freiräume zu nutzen, und die Pflegebedürftigen werden entsprechend ihrer Bedürfnisse betreut.

Eine Liste mit Urlaubsangeboten und Seniorenreisen finden Sie unter 5. „Freizeitangebote“ sowie unter [www.urlaub-pflege.de](http://www.urlaub-pflege.de) und [www.demenz-service-nrw.de/Urlaub.html](http://www.demenz-service-nrw.de/Urlaub.html).

## **f. Begleitung in der letzten Lebensphase**

Palliativversorgung bedeutet die Versorgung und Pflege von Menschen mit unheilbaren Erkrankungen. Dies umfasst die Betreuung, die Sicherstellung mitmenschlicher Nähe und die Auseinandersetzung mit dem nahenden Tod. Auch Schmerztherapien in der eigenen Wohnung, aber auch in Senioreneinrichtungen und Krankenhäusern, gehören zu diesem Bereich. Patienten werden insbesondere durch Vertragsärzte, Pflegedienste und stationäre Einrichtungen palliativmedizinisch versorgt. Teil dieser Hilfe kann aber auch die Betreuung, Einbeziehung und Schulung von betroffenen Angehörigen und Bekannten sein.

Verschiedene Dienste im Kreis Höxter bieten in dieser Situation Angehörigen Hilfe. Viele der Mitarbeiter arbeiten ehrenamtlichen. Sie sind geschult und werden von Fachkräften bei der Beratung und Begleitung unterstützt. Die Hilfe ist kostenlos und die Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht.

Ziel ist es, den Patienten zu ermöglichen, die verbleibende Lebenszeit mit einer bestmöglichen Lebensqualität zu Hause zu verbringen. Zudem sollen die Angehörigen ein Stück weit entlastet werden.

Nähere Informationen zum Thema Palliativversorgung kann Ihnen das Palliative Care Netz geben.

### **Palliative Care Netz im Kreis Höxter**

Hohehäuser Str. 25

37671 Höxter

Tel.: 0800/6646840

E-Mail: [palliativnetz-hoexter@online.de](mailto:palliativnetz-hoexter@online.de)

## **g. Finanzierung**

Es gibt unterschiedliche Finanzierungsmöglichkeiten von Pflege und Betreuung: Je nach Art der Leistung kommen Pflegekasse, Krankenkasse oder – wenn das eigene Einkommen und Vermögen nicht ausreicht – die Sozialhilfe in Betracht.

### **Beantragung eines Pflegegrads**

Um Leistungen der Pflegeversicherung zu bekommen, muss ein Antrag bei der zuständigen Pflegekasse gestellt werden. Bevor die Pflegekasse über Leistungen entscheidet, wird durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) der Umfang des Pflegebedarfs im Rahmen eines Hausbesuches ermittelt. Dabei interessieren insbesondere die notwendigen Hilfen in den sechs Lebensbereichen:

1. Mobilität
2. kognitive und kommunikative Fähigkeiten
3. Verhaltensweisen und psychische Problemlagen
4. Selbstversorgung (Körperpflege, Ernährung etc.)
5. Umgang mit krankheitsspezifischen/therapiebedingten Anforderungen
6. Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Aus dieser Begutachtung ergibt sich der Pflegegrad. Die hauswirtschaftliche Versorgung ist hierbei von nachrangiger Bedeutung.

Derzeitig unterscheidet man zwischen fünf verschiedenen Pflegegraden:

**Pflegegrad 1** = geringe Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

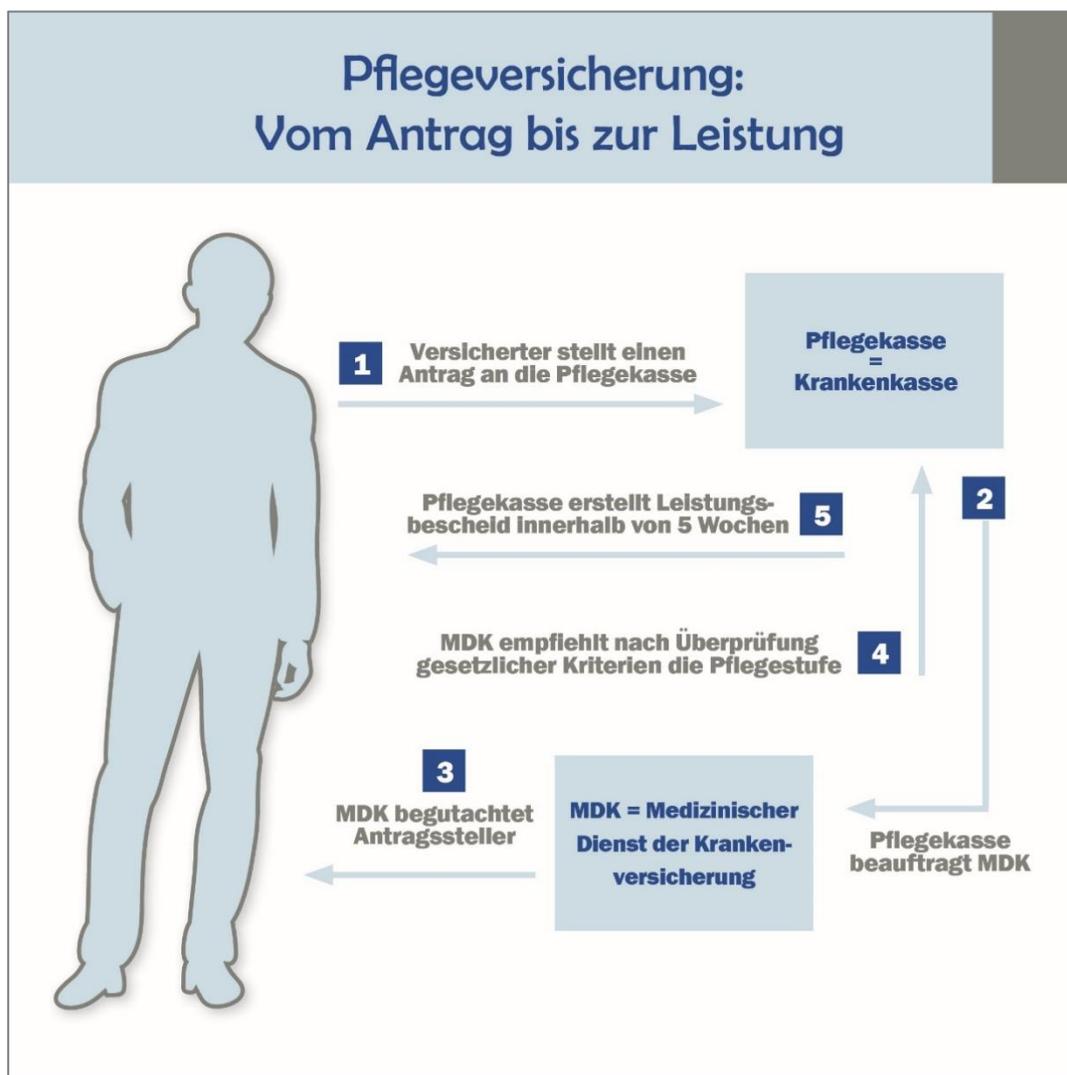
**Pflegegrad 2** = erhebliche Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

**Pflegegrad 3** = schwere Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

**Pflegegrad 4** = schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten

**Pflegegrad 5** = schwerste Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung

Die Pflegeversicherung erteilt dem Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) den Auftrag zur Begutachtung und dieser schlägt eine Festlegung des Pflegegrades oder die Ablehnung des Antrags vor.



Wird kein Pflegegrad anerkannt oder reichen die Leistungen der Pflegekasse nicht aus, können Sie sich an die Senioren- und Pflegeberatungsstelle des Kreises Höxter wenden.

## Leistungen der Pflegeversicherung (Stand 2018)

Die Höhe der finanziellen Leistungen der Pflegeversicherung ist abhängig vom Pflegegrad und der gewählten Versorgungsart. Im Bereich der häuslichen Pflege kann zwischen Pflegesachleistung und Pflegegeld gewählt werden, aber auch eine Kombination der beiden Leistungsarten ist möglich.

	<b>PG 1</b>	<b>PG 2</b>	<b>PG 3</b>	<b>PG 4</b>	<b>PG 5</b>
Kostenfreie Pflegeberatung	✓	✓	✓	✓	✓
Entlastungsbetrag	125 €	125 €	125 €	125 €	125 €
Pflegehilfsmittel	40 €	40 €	40 €	40 €	40 €
Häusliche Pflegehilfe	0 €	689 €	1.298 €	1.612 €	1.995 €
Verhinderungspflege	0 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €
Kurzzeitpflege	0 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €
Tages- und Nachtpflege	0 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €	1.612 €
Stationäre Pflegehilfe	125 €	770 €	1.262 €	1.775 €	2.005 €
Wohnumfeldverbessernde Maßnahmen	4.000 €	4.000 €	4.000 €	4.000 €	4.000 €
Wohngruppenzuschlag	214 €	214 €	214 €	214 €	214 €
Kostenfreie Pflegekurse	✓	✓	✓	✓	✓
Pflegegeld	0 €	316 €	545 €	728 €	901 €

Das Pflegegeld kann in Anspruch genommen werden, wenn eine nahe-  
stehende Person die Pflege übernimmt.

Pflegesachleistungen können für die Inanspruchnahme eines ambulanten Pflegedienstes eingesetzt oder für die Versorgung in einer Tages-  
pflege beansprucht werden.

Die Leistungen der Tages- und Nachtpflege können zudem neben der ambulanten Pflegesachleistung und dem Pflegegeld in vollem Umfang in Anspruch genommen werden. Es gilt die gleiche Höhe der Leistung wie bei der Pflegesachleistung.

Darüber hinaus gibt es das Angebot der Kurzzeit- und Verhinderungspflege. In beiden Fällen werden für Kosten einer notwendigen Ersatzpflege Aufwendungen bis zu je 1.612 € pro Jahr übernommen.

Des Weiteren erhält jeder Pflegebedürftige mit einem anerkannten Pflegegrad einen Entlastungsbetrag i. H. v. 125,00 €. Dieser kann für anerkannte Angebote zur Unterstützung im Alltag sowie für Leistungen der Tages-, Nacht- und Kurzzeitpflege verwendet werden. Zudem ist eine Anrechnung bei nicht körperbezogenen Pflegemaßnahmen sowie hauswirtschaftlichen Tätigkeiten von ambulanten Pflegediensten möglich.

### **Sozialhilfe**

Soweit das Einkommen bzw. Vermögen nicht ausreicht, um den Lebensunterhalt oder die Kosten der Pflege zu bestreiten, kann Sozialhilfe beantragt werden. Hierbei hilft die Senioren- und Pflegeberatungsstelle des Kreises Höxter gerne weiter (Hotline: 05271/965-3130) und benennt Ihnen die Ansprechpartner der Stadt Steinheim oder des Kreises Höxter.

Hier erhalten Sie Anträge zur Grundsicherung im Alter, Hilfe zur Pflege (ambulant oder stationär) sowie Wohngeld oder der Hilfe zum Lebensunterhalt.

**Ansprechpartner**

**Ansprech-  
partner**

# 7. Ansprechpartner

## a. Stadt Steinheim

Einrichtungen	Anschrift	Telefon	E-Mail
<b>Ambulante Pflegedienste</b> (Beratungen nach § 37 Abs. 3 SGB XI):			
„Das Kleeblatt“ Ambulante Alten- und Krankenpflege GbR	Neue Straße 18 32839 Steinheim	05233/99230	<a href="mailto:das-kleeblatt-pflegedienst@t-online.de">das-kleeblatt- pflegedienst@ t-online.de</a>
Caritas Pflegestation Region Nord	Nieheimer Str. 40 32839 Steinheim	05233/99250	<a href="mailto:cps.steinheim@khwe.de">cps.steinheim@ khwe.de</a>
Häusliche Alten- und Krankenpflege Mariental	Richterstraße 2 33039 Nieheim	05274/8736	<a href="mailto:mariental@t-online.de">mariental@ t-online.de</a>
Johanneswerk ambulant	Flurstraße 2a 32839 Steinheim	05233/70203 -200	<a href="mailto:ambulant-steinheim@johanneswerk.de">ambulant-steinheim@ johanneswerk.de</a>
Beratungsbüro Jung & Alt e.V.	Bahnhofsallee 12 32839 Steinheim	05233/9533399	<a href="mailto:bb@ja-pflege.de">bb@ja-pflege.de</a>
<b>Unterstützungsangebote im Alltag:</b>			
SeLMA-mobil	Teutoburger-Wald- Straße 12 32839 Steinheim	05238/1330 & 0151/23316131	<a href="mailto:info@selma-mobil.de">info@ selma-mobil.de</a>
<b>Ausgabe von Lebensmitteln:</b>			
Steinheimer Tisch	Bahnhofstraße 8 32839 Steinheim	05233/70208 -52	<a href="mailto:info@steinheimer-tisch.de">info@steinheimer- tisch.de</a>
<b>Palliativversorgung:</b>			
Hospizgruppe Steinheim	Reiner- Reinecciusstraße 6 32839 Steinheim	05233/93983	<a href="mailto:birgittko@web.de">birgittko@web.de</a>
Ambulanter Hospiz- und Palliativbera- tungsdienst	Danziger Straße 17 33034 Brakel	05272/6071720	<a href="mailto:s.drueke@khwe.de">s.drueke@khwe.de</a>
Palliative Care Netz im Kreis Höxter	Hohehäuser Str. 25 37671 Höxter	0800/6646840	<a href="mailto:palliativnetz-hoexter@online.de">palliativnetz- hoexter@online.de</a>
Palliativpflegedienst - Caritas	Brenkhäuser Str.71 37671 Höxter	05271/663080	<a href="mailto:cps.hoexter@khwe.de">cps.hoexter@ khwe.de</a>
Palliativpflegedienst - Jung & Alt e.V.	Neue Straße 2 37696 Marienmünster	05284/943330	<a href="mailto:info@ja-pflege.de">info@ja-pflege.de</a>
<b>Sanitätshäuser</b>			
Adam Medizintechnik GmbH	Detmolder Str. 19 32839 Steinheim	05233/2094878	<a href="mailto:info@adam-med.de">info@adam-med.de</a>
Sanitätshaus Bierbüs- se GmbH	Schulstraße 25 32839 Steinheim	05233/93668	<a href="mailto:info@sanitaetshaus-steinheim.de">info@sanitaetshaus- steinheim.de</a>

<b>Seniorenbüros:</b>			
Quartiersstützpunkt	Flurstraße 2 32839 Steinheim	05233/70203 -463	<a href="mailto:karola.schmidt@johanneswerk.de">karola.schmidt@johanneswerk.de</a>
Senioreninformationsstelle Steinheim	Marktstraße 2 32839 Steinheim	05233/21-0	<a href="mailto:info@steinheim.de">info@steinheim.de</a>
<b>Sozialmanagement St. Rochus Krankenhaus:</b>			
St. Rochus Sozialdienst	Nieheimer Str. 34 32839 Steinheim	05233/208 -1720 & -3113	<a href="mailto:k.rasche@khwe.de">k.rasche@khwe.de</a>
<b>Kirchenverbände:</b>			
Evangelische Kirchengemeinde Steinheim	Pyrmonter Str. 9 32839 Steinheim	05233/997240	/
Katholische Kirchengemeinde St. Marien	Kirchplatz 1 32839 Steinheim	05233/4372	/
Türkisch-Islamische Gemeinde Steinheim	Höxterstraße 10 32839 Steinheim	05233/5392	/

Einrichtungen	Anschrift	Telefon	E-Mail	Plätze
<b>Betreutes Wohnen:</b>				
Johannesstift Barrierefreies Wohnen	Flurstraße 2a 32839 Steinheim	05233/ 702030	<a href="mailto:hsz@johanneswerk.de">hsz@ johanneswerk.de</a>	28 WE <sup>1</sup>
<b>Senioren- und Pflegeeinrichtungen:</b>				
Helene- Schweitzer-Haus	Flurstraße 2 32839 Steinheim	05233/ 702030	<a href="mailto:hsz@johanneswerk.de">hsz@ johanneswerk.de</a>	48
St. Rochus Seniorenhaus	Nieheimer Straße 40 32839 Steinheim	05233/208 -5000	<a href="mailto:shr@khwe.de">shr@khwe.de</a>	80
<b>Kurzzeit-und Verhinderungspflege<sup>2</sup>:</b>				
Helene- Schweitzer-Haus	Flurstraße 2 32839 Steinheim	05233/ 702030	<a href="mailto:hsz@johanneswerk.de">hsz@ johanneswerk.de</a>	5
St. Rochus Seniorenhaus	Nieheimer Straße 40 32839 Steinheim	05233/208 -5000	<a href="mailto:shr@khwe.de">shr@khwe.de</a>	5
Senioren-Park carpe diem	Caspar-Heinrich- Straße 14-16 33014 Bad Driburg	05253/40470	<a href="mailto:bad-driburg@senioren-park.de">bad-driburg@ senioren-park.de</a>	7
St. Antonius Seniorenhaus	Ostheimerstraße 29 33034 Brakel	05272/37440	<a href="mailto:sha@khwe.de">sha@khwe.de</a>	10
St. Nikolai Seniorenhaus	Grubestraße 23 37671 Hörter	05271/97911 0	<a href="mailto:shn@khwe.de">shn@khwe.de</a>	10
St. Vincentius Altenheim	Kirchstraße 18 34414 Warburg	05642/7010	<a href="mailto:vincentius.scherfede@vka-ev.de">vincentius. scherfede@ vka-ev.de</a>	6
<b>Tagespflege:</b>				
„Das Kleeblatt“	Neue Straße 18 32839 Steinheim	05233/99230	<a href="mailto:das-kleeblatt-pflegedienst@t-online.de">das-kleeblatt- pflegedienst@ t-online.de</a>	12

Apotheken	Anschrift	Telefon
Apotheke im Gesundheitszentrum	Bahnhofsallee 12 32839 Steinheim	05233/702050
Center Apotheke Steinheim	Anton-Spilker-Straße 33 32839 Steinheim	05233/952535
Engel-Apotheke	Marktstraße 1 32839 Steinheim	05233/5232
Markt-Apotheke	Marktstraße 30 32839 Steinheim	05233/950010
St. Rochus-Apotheke	Bahnhofsallee 8 32839 Steinheim	05233/8609

<sup>1</sup> WE = Wohneinheiten

<sup>2</sup> In den Steinheimer Einrichtungen handelt es sich um eingestreute Plätze, die nicht nur für Kurzzeitpflegedienste vorhanden sind. Die aufgeführten Plätze in den anderen Einrichtungen im Kreisgebiet sind feste Kurzzeitpflegeplätze. Es ist wahrscheinlicher bei diesen einen Platz zu bekommen.

Ärzte	Anschrift	Telefon
<b>Allgemeinmediziner:</b>		
Praxis Ulrich Chudoba	Bahnhofsallee 4 32839 Steinheim	05233/8052
Gemeinschaftspraxis Thiele, Dr. Winter, Schill	Bahnhofsallee 12 32839 Steinheim	05233/3838-10, -20 & -30
Praxis Hubertus Postert	Anton-Spilker-Straße 20 a 32839 Steinheim	05233/6677
Praxis Dr. med. Elmar Steinwart	Hospitalstraße 15 32839 Steinheim	05233/8989
Praxis Dr. Susanne Veit	Rochusstraße 36 32839 Steinheim	05233/94190
<b>Zahnärzte:</b>		
Dr. med. dent. Cornelia Düwel-Westphal	Bahnhofsallee 12 32839 Steinheim	05233/702080
Dr. Hans-Bernd Lindemann	Pyrmonter Straße 6 32839 Steinheim	05233/4382
Dr. med. dent. Cornelia Lohe	Marktstraße 43 32839 Steinheim	05233/998998
Walter Pellengahr	Rochusstraße 14 32839 Steinheim	05233/3249
Fachzahnarzt Kieferorthopädie Dr. med. dent. Nikolaus Schmid	Hospitalstraße 6 b 32839 Steinheim	05233/954880
<b>Andere Fachrichtungen:</b>		
Dermatologe Dr. Dr. med. Christiane Ramb-Lindhauer	Rochusstraße 9 32839 Steinheim	05233/93555
Gynäkologe Dr. med. Ingo Palberg	Nieheimer Straße 34 32839 Steinheim	05233/95410
Innere Medizin Dr. Bernhard Nalbach	Bahnhofsallee 12 32839 Steinheim	05233/38380
Innere Medizin und Altersheil- kunde (Geriatric) Tagesklinik im St. Rochus Norbert Pfundtner	Nieheimer Straße 34 32839 Steinheim	05233/2082660
Orthopäde Dr. Matthias Frey	Schulstraße 25 32839 Steinheim	05233/99133
Chirurgische Praxis (im St. Rochus) Gerald Trottenburg	Nieheimer Straße 34 32839 Steinheim	05233/9829671

## b. Kreis Höxter

Einrichtungen	Anschrift	Telefon	E-Mail
<b>Anbieter von Hausnotrufsystemen:</b>			
DRK - Kreisverband Höxter e.V.	Moltkestraße 9 37671 Höxter	05271/932150	<a href="mailto:info@hoexter.drk.de">info@hoexter.drk.de</a>
DRK - Kreisverband Warburg e.V.	Landfurt 67 34414 Warburg	05641/2454	<a href="mailto:info@drk-warburg.de">info@drk-warburg.de</a>
Johanneswerk Inkontakt Hausnotruf	Schildescher Straße 101 33611 Bielefeld	0521/9117777	<a href="mailto:inkontakt@johanneswerk.de">inkontakt@johanneswerk.de</a>
Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. - Regionalver- band Lippe-Höxter	Wiesenstraße 5 32756 Detmold	05231/20113	<a href="mailto:hausnotruf@juh-lippe-hoexter.de">hausnotruf@juh-lippe-hoexter.de</a>
Vitakt Hausnotruf GmbH	Hörstkamp 32 48431 Rheine	05971/934356	<a href="mailto:info@vitakt.com">info@vitakt.com</a>
<b>Heimaufsicht:</b>			
Aufsicht für den Kreis Höxter nach dem Wohn- und Teilhabegesetz (Heimaufsicht)	Moltkestraße 12 37671 Höxter	05271/965 -3122	<a href="mailto:heimaufsicht@kreis-hoexter.de">heimaufsicht@kreis-hoexter.de</a>
<b>Hilfs- und Beratungsangebote:</b>			
Beratung im Quartiersstützpunkt	Flurstraße 2 32839 Steinheim	05233/70203 -463	<a href="mailto:karola.schmidt@johanneswerk.de">karola.schmidt@johanneswerk.de</a>
Betreuungsstelle des Kreises Höxter	Bahnhofstraße 26 34414 Warburg	05641/789967	<a href="mailto:betreuungsstelle@kreis-hoexter.de">betreuungsstelle@kreis-hoexter.de</a>
Kreisseniores-Union	Modexen 34a 33034 Brakel	05272/3768797	<a href="mailto:eissen@hubertus-fehring.de">eissen@hubertus-fehring.de</a>
Malteser in Steinheim	Hospitalstr. 7 32839 Steinheim	05233/8880	<a href="mailto:info@malteser-steinheim.de">info@malteser-steinheim.de</a>
Pflegeberatungsbüro Jung & Alt	Bahnhofallee 12 32839 Steinheim	05233/95333 -99	<a href="mailto:bb@ja-pflege.de">bb@ja-pflege.de</a>
Rentenberatung Stadt Steinheim	Marktstraße 2 32839 Steinheim	05233/21-164	<a href="mailto:g.hansmann@steinheim.de">g.hansmann@steinheim.de</a>
Senioren- und Pflegeberatungsstelle des Kreises Höxter	Moltkestraße 12 37671 Höxter	05271/965 -3130	<a href="mailto:pflegeberatung@kreis-hoexter.de">pflegeberatung@kreis-hoexter.de</a>
Wohnraumberatungsstelle des Kreises Höxter	Moltkestraße 12 37671 Höxter	05271/965 -3121	<a href="mailto:r.wahrenburg@kreis-hoexter.de">r.wahrenburg@kreis-hoexter.de</a>
Wohnungsbauförderung Kreis Höxter	Moltkestraße 12 37671 Höxter	05271/965 -4141	<a href="mailto:s.fickert@kreis-hoexter.de">s.fickert@kreis-hoexter.de</a>

<b>Kurse/Schulungen für pflegende Angehörige und Familiäre Pflege:</b>			
Kinästhetik für pflegende Angehörige	Schlesische Str. 52 37671 Höxter	0151/64542542	<a href="mailto:k.hoeflich@khwe.de">k.hoeflich@khwe.de</a>
Pflegekurse & Familiäre Pflege (Marcus Klinik) - Initialpflegekurs und Kurs mit Schwerpunkt Demenz -	Brunnenstraße 1 33014 Bad Driburg Sommersell 95 33039 Nieheim	0152/57920881	<a href="mailto:pflegeberatung@graefliche-kliniken.de">pflegeberatung@graefliche-kliniken.de</a>
Pflegekurse & Familiäre Pflege (KHWE) - Initialpflegekurs und Kurs mit Schwerpunkt Demenz -	Brenkhäuser Straße 71 37671 Höxter Nieheimer Str. 34 32839 Steinheim	0171/2107315 0151/64542542	<a href="mailto:familialepflege@khwe.de">familialepflege@khwe.de</a>
Pflege und Betreuung von Menschen mit Demenz	Neue Straße 2 37696 Marienmünster	05284/943330	<a href="mailto:frank.moehle@ja-pflege.de">frank.moehle@ja-pflege.de</a>
Umgang mit Menschen mit Demenz	Flurstraße 2 32839 Steinheim	05233/70203 -463	<a href="mailto:karola.schmidt@johanneswerk.de">karola.schmidt@johanneswerk.de</a>
<b>Mahlzeitendienste:</b>			
Essen auf Rädern Nordkreis Höxter	Rodewiekstraße 26 37671 Höxter	05271/97827 -25	<a href="mailto:verwaltung@st-petri-stift.de">verwaltung@st-petri-stift.de</a>
KWE Service GmbH	Nieheimer Str. 30 32839 Steinheim	05233/9517074	<a href="mailto:essenaufraedern@khwe.de">essenaufraedern@khwe.de</a>
<b>Selbsthilfegruppen und Gesprächskreise:<sup>3</sup></b>			
Selbsthilfe-Büro Höxter	Neue Straße 15 37671 Höxter	05271/69410 -45	<a href="mailto:selbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org">selbsthilfe-hoexter@paritaet-nrw.org</a>
Gesprächskreis für pflegende Angehörige im St. Rochus	Nieheimer Str. 34 32839 Steinheim	0151/64542542	<a href="mailto:familialepflege@khwe.de">familialepflege@khwe.de</a>
SHG für Angehörige von Menschen mit Demenz	Bahnhofallee 12 32839 Steinheim	05238/1330 & 0151/233161 -31	<a href="mailto:antje.koenig@t-online.de">antje.koenig@t-online.de</a>

<sup>3</sup> Es gibt im Kreis Höxter über 66 Selbsthilfegruppen. Diese sind unter [www.kreis-hoexter.de/bildung-soziales/beratung-selbsthilfegruppe/index.de](http://www.kreis-hoexter.de/bildung-soziales/beratung-selbsthilfegruppe/index.de) aufgeführt oder es kann beim Selbsthilfe-Büro Höxter nachgefragt werden.

<b>Wohlfahrtsverbände:</b>			
AWO - Kreisverband Höxter e.V.	Caspar-Heinrich-Straße 15 33014 Bad Driburg	05253/935020	<a href="mailto:awo-hoexter@gmx.de">awo-hoexter@gmx.de</a>
Caritasverband für den Kreis Höxter e.V.	Klosterstraße 9 33034 Brakel	05272/37700	<a href="mailto:info@caritas-hx.de">info@caritas-hx.de</a>
Der Paritätische, Kreisgruppe Höxter	Möllingerstraße 5 37671 Höxter	05271/380042	<a href="mailto:hoexter@paritaet-nrw.org">hoexter@paritaet-nrw.org</a>
Diakonie Paderborn-Höxter e.V.	Brüderstraße 7 37671 Höxter und Sternstraße 19 34414 Warburg	05271/2204 & 05641/78880	<a href="mailto:info1@diakonie-pbhx.de">info1@diakonie-pbhx.de</a>
DRK - Kreisverband Höxter e.V.	Moltkestraße 9 37671 Höxter	05271/932150	<a href="mailto:info@hoexter.drk.de">info@hoexter.drk.de</a>

## c. Sonstige bundesweite Stellen

<b>Hilfs- und Beratungsangebote:</b>			
Alzheimer Telefon NRW	Bergische Landstr. 2 40629 Düsseldorf	01803/883355	<a href="mailto:info@alzheimer-nrw.de">info@alzheimer-nrw.de</a>
COMPASS - Private Pflegeberatung	Gustav-Heinemann-Ufer 74c 50968 Köln	0800/1018800	<a href="mailto:info@compass-pflegeberatung.de">info@compass-pflegeberatung.de</a>
Demenz-Servicezentrum OWL	Detmolder Str. 280 33605 Bielefeld	0521/9216456	<a href="mailto:info@demenz-service-owl.de">info@demenz-service-owl.de</a>
<b>Hilfsmittel:</b>			
Versorgungsstelle Pflegehilfsmittel	Am Wolfsbach 3 53229 Bonn	0228/29978-260	<a href="mailto:info@vphm.de">info@vphm.de</a>
<b>Notfalldienst:</b>			
Arztrufzentrale NRW	Friedrich-Wilhelm-Straße 96 47051 Duisburg	116 117	/

