

Leben in unserer Stadt

Ein Ratgeber für die ältere Generation
und Menschen mit Behinderungen





**Ambulanter Pflegedienst
Pflegerberatung
Hauswirtschaftliche Hilfen
Senioren-Tagespflegen
Seniorenwohnanlage
Wohnberatungsstelle Bottrop
Besuchshundediens
Freizeitangebote für Senioren
u.v.a.m.**

**Immer gut versorgt!
Ihr Arbeiter-Samariter-Bund in Bottrop.**

Bottrop, im September 2022



Liebe Bottroperinnen und Bottroper,

die aktualisierte Ausgabe des Ratgebers für die ältere Generation und Menschen mit Behinderungen bietet Ihnen erneut wertvolle Informationen rund um die Themen Wohnen, Betreuung und Pflege, Gesundheit, Freizeit, gesetzliche und soziale Leistungen. Ebenso werden Aspekte wie zum Beispiel Nachteilsausgleiche und frühkindliche Förderung in den Blick genommen, um nur einige zu nennen.

Darüber hinaus finden Sie in der vorliegenden zweiteiligen Broschüre Angebote sowie Ansprechpartnerinnen und Ansprechpartner zu allen Themen, die für Seniorinnen und Senioren sowie Menschen mit Behinderungen in unserer Stadt wichtig und interessant sind.

Zur besseren Übersicht ist eine tabellarische Auflistung der wichtigsten Kontaktadressen sowie ein Stichwortverzeichnis enthalten.

Mein Dank gilt allen, die bei der Erstellung dieses Ratgebers mitgewirkt haben. Ich hoffe, dass die gesammelten Tipps und Anregungen dieser Broschüre, wie bereits in der Vergangenheit, auch in ihrer aktuellen Fassung wieder auf positive Resonanz stoßen.

Ihr

Bernd Tischler
Oberbürgermeister

Bottrop, im September 2022

Liebe Bottroperinnen und Bottroper,

Ich freue mich über eine Neuauflage des Ratgebers „Leben in unserer Stadt“, der sich in den vergangenen Jahren als wertvoller Leitfaden für Seniorinnen und Senioren und Menschen mit Behinderung in Bottrop erwiesen hat.

Bereits im Jahre 2007, als der Ratgeber erstmals für beide Gruppen erschien, war klar, dass es im Alltag von älteren Menschen und Menschen mit Handicap auch in unserer Stadt viele Überschneidungen gibt. So enthält dieser Ratgeber unter Anderem wichtige Informationen über zentrale gemeinsame Themen wie Wohnen, Pflege und den großen Bereich der Freizeitgestaltung sowie Ansprechpartner:innen für die verschiedensten Belange.

Die Stadt Bottrop, der Seniorenbeirat und der Beirat für Menschen mit Behinderung möchten Ihnen somit in enger Zusammenarbeit mit den Kirchen sowie den Sozial- und Wohlfahrtsverbänden ermöglichen, die Teilhabe am täglichen Leben durch viele nützliche Informationen und Kontakte ein wenig leichter zu gestalten.

Ich danke allen, die an der Neuauflage dieses umfassenden Ratgebers beteiligt waren und ich hoffe, er wird auch Ihnen im Alltag ein praktischer Wegbegleiter sein.

Ihre



Karen Alexius-Eifert

Beigeordnete Dezernat Bildung und Soziales



Einleitung

Für ältere Menschen und Menschen mit Behinderungen steht der Wunsch aktiv am Leben teilzuhaben, den Alltag eigenständig und sicher gestalten zu können im Mittelpunkt. Aber genauso wichtig ist es, bei Bedarf die richtigen Hilfsangebote zu kennen und darauf zurückgreifen zu können.

Mit dieser Broschüre liegt ein Nachschlagewerk vor, das die Vielfalt existierender Einzelinformationen übersichtlich zusammenfasst. Der Ratgeber nennt nicht nur Ansprechpartner zu senioren- und behindertenrelevanten Fragestellungen, sondern liefert u.a. auch wichtige Basisinformationen zu Themenbereichen wie Wohnen, Pflege, Hilfe im Alltag, Gesundheit, Freizeit, Fördermöglichkeiten für Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Handicap.

Die Broschüre ist folgendermaßen gegliedert: Kapitel 1. und 2. allgemeine Informationen und Kontaktadressen.

Dann folgt Teil I ... für SeniorInnen und Teil II ... für Menschen mit Behinderungen.

Die einzelnen Themenkreise sind farblich unterschiedlich gekennzeichnet (z.B. Thema Wohnen = BLAU in Teil I und Teil II). Dieses Farbleitsystem dient zur besseren Handhabung und schnelleren Orientierung.

Da viele Inhalte und Ansprechpartner sowohl für die ältere Generation als auch für Menschen mit Handicap gelten, wird in Teil II mit Kapitelverweisen auf Teil I gearbeitet. Außerdem enthält der Ratgeber ein nützliches Stichwortverzeichnis.

Wir bedanken uns bei allen Fachämtern – besonders dem Sozialamt –, den Wohlfahrtsverbänden und allen anderen Beteiligten für die fachliche Unterstützung, das Fotomaterial und die gute Zusammenarbeit.

Idee, Konzept, Gestaltung: Prowiss-Verlag

Text und Redaktion: Dr. Gabriele Bechstein in Kooperation mit der Stadt Bottrop, Layout: C. Beckmann

Fotos: Pressestelle der Stadt Bottrop, Sozialamt, Diakonisches Werk, DRK, private Fotos, www.pixelio.de

Titelfoto: Astrid Götze-Happe/pixelio.de

Druck: Druckhaus Kruse, Bottrop

5. Auflage November 2022. Stand Oktober 2022.

© by **prowiss** - Verlag. Alle Rechte vorbehalten.

Alle Angaben ohne Gewähr.

Dr. Gabriele Bechstein

Bernskamp 11, 45966 Gladbeck

Tel.: 0 20 43 / 4 0 13 402

Email: info@prowiss-verlag.de

Inhaltsverzeichnis

Vorworte
Einleitung

1. Allgemeine Kontaktadressen 8

- 1.1. Zentrale Anlaufstellen
- 1.2. Anlaufstellen der Stadt Bottrop
- 1.3. Zentrale Interessenvertretungen
- 1.4. Wohlfahrtsverbände
- 1.5. Weitere Hilfsorganisationen
- 1.6. Weitere allgemeine Kontaktadressen
- 1.7. Seniorenbeirat und Beirat für Menschen mit Behinderung

2. Gesetzliche und andere Sozialleistungen 22

- 2.1. Rentenangelegenheiten
- 2.2. Sozialhilfe und Grundsicherung
- 2.3. Kriegsopferfürsorge
- 2.4. Wohngeld
- 2.5. Bildung und Teilhabe
- 2.6. Besondere Leistungen
- 2.7. Krankenversicherung
- 2.8. Pflegeversicherung
- 2.9. Stiftungen und soziale Einrichtungen

Teil I ... für SeniorInnen

3. Vollmachten, Patientenverfügung, 40

- 3.1. Patientenverfügung, Vollmachten, gesetzliche Betreuung
- 3.2. Testament
- 3.3. Verfügung zur Bestattung
- 3.4. Hospizgedanke
- 3.5. Was ist zu tun, wenn ein Trauerfall eingetreten ist

4. Wohnen im Alter 56

- 4.1. Wohnraumanpassung
- 4.2. Seniorenwohnungen
- 4.3. Betreutes Wohnen
- 4.4. Stationäre Senioreneinrichtungen
- 4.5. Teilstationäre Pflege und Kurzzeitpflege

5. Pflege und Hilfe im eigenen Zuhause 86

- 5.1. Ambulante Pflege / Pflegedienste
- 5.2. Pflegeleistungen
- 5.3. Komplementäre Dienste
- 5.4. Kuren für pflegende Angehörige

6. Gesundheit im Alter 124

- 6.1. Ernährung im Alter
- 6.2. Sport im Alter
- 6.3. Geistig fit bleiben
- 6.4. Möglichkeiten der Vorsorge
- 6.5. Krank sein im Alter
- 6.6. Alternativmedizin
- 6.7. Krankenhausaufenthalt im Alter

7. Freizeitmöglichkeiten für die ältere Generation 148

- 7.1. Kommunikation und Geselligkeit
- 7.2. Etwas für andere tun – ehrenamtliches Engagement
- 7.3. Kunst und Kultur
- 7.4. Lernen im Alter
- 7.5. Reisen

8. Sicherheitsberatung 170

- 8.1. Schutz vor Kriminalität
- 8.2. Sicherheit im Straßenverkehr

Teil II ... für Menschen mit Behinderungen

1. Fördermaßnahmen für Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene 178

- 1.1. Frühförderung
- 1.2. Autismus
- 1.3. Förderung von Kindern in Tageseinrichtungen
- 1.4. Sonderpädagogische Unterstützung von schulpflichtigen Kindern mit Behinderungen
- 1.5. Berufliche Ausbildung, Eingliederung und Förderung

2. Spezielle Leistungen 196

- 2.1. Schwerbehindertenausweis
- 2.2. Nachteilsausgleiche

3. Vollmachten, Patientenverfügung, Testament und Hospiz 206

- Vgl. Teil I, Kap. 3, S. 40f
Ambulante Kinder- und Jugendhospizarbeit

4. Wohnkonzepte

208

- 4.1. Wohnraumanpassung
- 4.2. Barrierefreies Bauen und Wohnen
- 4.3. Ambulant Betreutes Wohnen
- 4.4. Stationär Betreutes Wohnen

5. Hilfe im Alltag

216

- 5.1. Ambulante Pflege und komplementäre Dienste
- 5.2. Kurzzeitpflege für Kinder
- 5.3. Fahrdienst für Menschen mit Behinderung
- 5.4. Parkausweise / Sondergenehmigungen
- 5.5. Euroschlüssel

6. Bewusste und aktive Lebensführung

224

- 6.1. Ernährung
- 6.2. Bewegung
- 6.3. Krankheiten / Selbsthilfegruppen

7. Freizeitaktivitäten für Menschen mit Behinderungen

228

- 7.1. Spiel, Spaß und Kommunikation
- 7.2. Etwas für andere tun
– ehrenamtliches Engagement
- 7.3. Kunst und Kultur erleben oder selbst aktiv werden
- 7.4. Weiterbildung für ältere Menschen mit Behinderungen
- 7.5. Urlaub und Ferienfreizeiten

Stichwortverzeichnis

1. Allgemeine Kontaktadressen

2. Gesetzliche und andere Sozialleistungen

1. Kontaktadressen für die ältere Generation und Menschen mit Behinderungen



Wer hilft Ihnen weiter, wenn... wichtige Adressen und Telefonnummern auf einen Blick!

Sie möchten wissen, welche gesetzlichen und sozialen Leistungen Sie in Anspruch nehmen können, und wer Sie beraten kann?

Das Thema Wohnen und Wohnraumanpassung interessiert Sie und Sie möchten Tipps, Informationen und Kontaktadressen?

Pflege und Hilfe im eigenen Haushalt – hierzu möchten Sie gerne etwas erfahren?

Sie fragen sich, welche Angebote in den Bereichen Freizeit und Gesundheit in Ihrer Stadt vorhanden sind?

Sie haben keine Lust, die einzelnen Ansprechpartner und Informationen mühsam aus dem Telefonbuch oder Internet herauszusuchen?

Dann nutzen Sie doch diesen neuen Ratgeber, in dem komplexe Informationen kurz und unterhaltsam zusammengefasst sind und der zu jedem Thema die passenden Kontaktpersonen nennt.

In Kapitel 1 werden die wichtigsten übergeordneten Stellen aufgeführt, die Ihnen weiterhelfen können.

Hier finden Sie auch die aktuellen Notrufhinweise, denn gerade im Notfall ist es wichtig, ohne Verzögerung den richtigen Kontakt herstellen zu können.

1.1. Zentrale Anlaufstellen

Notrufnummern

Polizei	110
Notarzt / Feuerwehr	112
Krankentransporte	1 92 22
Notfallpraxis Bottroper Ärzte	116 117
Allgem. Ärztlicher Notfalldienst	0180 / 5 04 41 00
Zahnärztlicher Notfalldienst	0 20 41 / 6 81 86
Informationszentrale gegen Vergiftungen	02 28 / 3 32 11
Knappschaftskrankenhaus	0 20 41 / 15-0
Marienhospital	0 20 41 / 1 06-0
St.-Antonius-Krankenhaus	0 20 45 / 89 10
Sozialpsychiatrischer Dienst (Gesundheitsamt)	0 20 41 / 70 33 34
Telefonseelsorge	0800 / 1 11 01 11
	oder 0800 / 1 11 02 22

Krankenhäuser

Marienhospital

Josef-Albers-Str. 70, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 10 60, Fax: 0 20 41 / 1 06 41 09

St.-Antonius-Krankenhaus

Gartenstr. 17, 46244 Bottrop
Tel.: 0 20 45 / 89 10, Fax: 0 20 45 / 89 12 70



Knappschaftskrankenhaus

Osterfelder Str. 157, 46242 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 15-0, Fax: 0 20 41 / 15 20 02

Nützliche Hinweise für Menschen mit Behinderungen

Notfall-Telefax für Gehörlose

Fax: 0 20 41 / 78 03 35 09



Öffentlicher Nahverkehr

Busse mit Rampe

Tel.: 0 180 6 / 50 40 30

Taxi-Bus

Tel.: 0 23 66 / 18 61 86

Bestellung des Taxi-Busses für Gehörlose
(per Email über Kontaktformular Vestische)

1.2. Anlaufstellen der Stadt Bottrop

Bürgerbüro / Rathaus

Ernst-Wilczok-Platz 1, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 70 38 00
 Fax: 0 20 41 / 70 38 01
 Email: buergerbuero@bottrop.de
 Mo,Di 8.00 - 16.00 Uhr
 Mi,Fr 8.00 - 13.00 Uhr
 Do 8.00 - 18.00 Uhr

Rentenstelle im Rathaus

Erdgeschoss, Zimmer 23
 Tel.: 0 20 41 / 70 35 51 Simon Seiler
 Email: rente@bottrop.de
 Mo,Di 8.00 - 16.00 Uhr; Mi,Fr 8.00 - 13.00 Uhr;
 Do 8.00 - 18.00 Uhr
 Um eine Terminvereinbarung wird gebeten

Wohngeldstelle im Rathaus

Erdgeschoss, Zimmer 018 bis 020
 Tel.: 0 20 41 / 70 32 68 Thorsten Ballhorn
 Fax: 0 20 41 / 70 38 01
 Email: wohngeld@bottrop.de
 Mo,Di 8.00 - 16.00 Uhr; Mi,Fr 8.00 - 13.00 Uhr;
 Do 8.00 - 18.00 Uhr

Die Rentenstelle/ Wohngeldstelle Kirchhellen

gibt es nicht mehr. Herr Seiler bietet einmal monatlich vor Ort eine Rentenberatung (nicht Wohngeld) nach vorheriger Terminvereinbarung an.
 Tel.: 0 20 41 / 70 35 51 Simon Seiler

Bezirksverwaltungsstelle Kirchhellen

Kirchhellener Ring 84-86, 46244 Bottrop
 Mo,Di,Fr 8.00 - 17.00 Uhr; Mi 8.00 - 13.00 Uhr;
 Do 8.00 - 18.00 Uhr

Sozialamt

Berliner Platz 7, 46236 Bottrop
 Mo,Mi,Fr 8.30 - 12.30 Uhr und n.V.

Grundsicherung:

Tel.: 0 20 41 / 70 45 45
 Email: grundsicherung@bottrop.de

Senioren- und Behindertenangelegenheiten:

Geschäftsführung Senioren- und Behindertenbeirat :
 Tel.: 0 20 41 / 70 36 64 Tim Schmidt
 Email: tim.schmidt@bottrop.de

Stiftungen

Tel.: 0 20 41 / 70 36 64 Tim Schmidt
 Email: tim.schmidt@bottrop.de

Hilfe zur Pflege

Tel.: 0 20 41 / 70 45 08 i
 Email: HilfenzurPflege@bottrop.de

Bildung und Teilhabe

Tel.: 0 20 41 / 70 45 07
 Email: BildungundTeilhabe@bottrop.de

Eingliederungshilfe, Fachstelle für behinderte Menschen im Beruf

Tel.: 0 20 41 / 70 38 66 Oliver Bartosch
 Email: oliver.bartosch@bottrop.de

Senioren- und Pflegeberatung

Tel.: 0 20 41 / 70 43 91 Melanie Unruh
 Email: melanie.unruh@bottrop.de

Hilfen für Menschen mit Behinderungen

Tel.: 0 20 41 / 70 35 68 Stefan Bartizal
 Email: stefan.bartizal@bottrop.de

Heimaufsicht

Tel.: 0 20 41 / 70 42 70 Andrea Bartosch

Tel.: 0 20 41 / 70 36 65 Julia Christmann
 Fax: 0 20 41 / 70 36 10
 Email: heimaufsicht@bottrop.de

Gesundheitsamt

Gladbecker Str. 66, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 70 33 34 Dr. Astrid Danneberg
 Email: dr.astrid.danneberg@bottrop.de
 Tel.: 0 20 41 / 70 46 80 Martina Luszowski
 Email: martina.luszowski@bottrop.de

Mobiler Demenzservice

Tel.: 0 20 41 / 70 35 62 Sabine Scherwietes-Nowoczin
 Mobil: 0175 5891668
 Email:sabine.scherwietes-nowoczin@bottrop.de

Gedächtnissprechstunde

Die Gedächtnissprechstunde findet regelmäßig in den einzelnen Stadtteilen statt. Die aktuellen Termine und Orte können der Tagespresse entnommen werden.
 Tel.: 0 20 41 / 70 35 62 Frau Scherwietes-Nowoczin

Fachbereich Schule und Kindertagesbetreuung

Osterfelder Str. 27, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 70 30
 Email: ursula.sommer@bottrop.de

**Fachbereich Schule und Kindertages-
einrichtungen**

Osterfelder Str. 27, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41/ 70 32 19, Fax: 0 20 41 / 70 38 79
Email: schulverwaltungsamt@bottrop.de
Mo - Fr 8.30 - 12.30 Uhr; Do 14.00 - 17.00 Uhr;
Mo,Di,Fr 14.00 - 16.00 Uhr

Kulturzentrum August Everding

Blumenstraße 12-14, 46236 Bottrop

Unter einem Dach befinden sich:
Veranstaltungsbüro, Musikschule, Bücherei,
Archiv, Kulturwerkstatt, Studiobühne, Galerie,
Volkshochschule, Kommunales Kino, Studi-
enzentrum der Fernuniversität Hagen

Kulturamt

Tel.: 0 20 41 / 70 33 08 (Theaterkasse)
Email: theaterkasse@bottrop.de

Stadtarchiv

Tel.: 0 20 41 / 70 37 54
Email: stadtarchiv@bottrop.de

Städtische Musikschule

Tel.: 0 20 41 / 70 33 28
Email: musikschule@bottrop.de

Städtische Galerie

Tel.: 0 20 41 / 70 38 32
Email: amt41@bottrop.de

Stadtbücherei

Wegen Sanierung 2022 geschlossen.
Infos unter www.lebendige-bibliothek.de

Volkshochschule

Böckenhoffstraße 30
46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 70 33 10
Email: vhs@bottrop.de

VHS-Zweigstelle Kirchhellen

Kirchhellener Ring 84-86, 46244 Bottrop
Tel.: 0 20 45 / 96 29 21 Marita Hackfurth
Fax : 0 20 45 / 96 29 34
Mo,Mi 8.30 - 12.30 Uhr; Do 14.00 - 18.00 Uhr

Stadtplanungsamt

Abteilung Wohnungswesen.
Moltkestr. 14-16, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 70 35 80 Christian Holtkötter
Email: christian.holtkoetter@bottrop.de
Mo,Mi,Fr 8.30-12.30 Uhr; Mo 14.00-16.00 Uhr;
Do 14.00 - 17.00 Uhr; Di geschlossen

Straßenverkehrsamt

Kirchhellener Str. 12, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 70 41 27 Frau Schlebach
Tel.: 0 20 41 / 70 41 07 Frau Skirde
Fax: 0 20 41 / 70 41 19
Mo-Fr. 8.00 - 12.00 Uhr; Do 14.00 - 17.30 Uhr

Jobcenter Arbeit für Bottrop (AfB)

Paßstr. 3, 46236 Bottrop
Zentrale Service-Nr: 0 20 41 / 77 64 - 0
Fax : 0 20 41 / 77 64 - 125
Email: jobcenter-bottrop@jobcenter-ge.de

Agentur für Arbeit Bottrop

Prosper Str. 35-37, 46236 Bottrop
Tel.: 02 09 / 15 42 22
Tel:08 00 / 4 55 55 00 (Arbeitnehmer)*
Tel:08 00 / 4 55 55 20 (Arbeitgeber)*
* Dieser Anruf ist kostenfrei
Fax : 0 20 41 / 1 09 63 69
Email: bottrop@arbeitsagentur.de

Referat Migration

Gladbecker Str. 79, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 70 47 60 Thomas Schwarzer
Email: thomas.schwarzer@bottrop.de

Stadt Gelsenkirchen

Referat Soziales
(Antrag Schwerbehindertenausweis)
Vattmannstr. 2-8, 45879 Gelsenkirchen
Email: referat.soziales@gelsenkirchen.de

Polizeipräsidium

Recklinghausen Direktion K
Abteilung Kriminalprävention / Opferschutz
Heilige-Geist-Straße 14
45657 Recklinghausen
Tel.: 0 23 61 / 55 33 43 oder 55 33 47

1.3. Zentrale Interessenvertretungen**Seniorenbeirat**

Vorsitzende: Jutta Pfungsten
Kontakt: Geschäftsführung Sozialamt
Tel. 02041 / 70 36 64 Tim Schmidt
Email: tim.schmidt@bottrop.de

Beirat für Menschen mit Behinderung

Vorsitzender: Peter Nowroth
Kontakt: Geschäftsführung Sozialamt
Tim Schmidt

DBA (Dachvereinigung für Behindertenarbeit)
Benedikt Böhm-Eichholz
c/o DRK KV Bottrop, Siemensstr. 32, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 73 73 110

BSVW (Blinden- und Sehbehindertenverein
Westfalen e.V.)
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Mobil: 0157 / 57328690
Email: bottrop@bsvw.de

Frühförderung Bottrop e.V.
Pestalozzistr. 6 a, 46236 Bottrop
STel.: 0 20 41 / 2 20 43
Email: info@fruehfoerderung-bottrop.de

Autismuszentrum Bottrop
(Therapiezentrum für Menschen mit
autistischer Behinderung gGmbH)
Taeglichbeckstr. 1-3, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 6 99 80
Email: info@a-z-b.de

EUTB
Ergänzende Unabhängige Teilhabe Beratung
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 77 30 600 oder 77 30 601

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe-Büro Bottrop
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 30 19
Email: selbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 30 19
Email:
pflageselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.org

1.4. Wohlfahrtsverbände

Arbeiterwohlfahrt (AWO)
Unterbezirk Gelsenkirchen - Bottrop
Geschäftsstelle
Peterstr. 18, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 70 94 90
Email: info@awo-bottrop.de

Caritasverband für die Stadt Bottrop e.V.
Pfarrstr. 8a, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 16 74 51

Dt. Paritätischer Wohlfahrtsverband NRW e.V.
Kreisgruppe Bottrop
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 30 19

Deutsches Rotes Kreuz (DRK)
Kreisverband Bottrop e.V.
Siemensstr. 32, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 37 30

Diakonisches Werk
Gladbeck-Bottrop-Dorsten e.V.
Beckstr. 133, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 06 28 0
Email: info@diakonisches-werk.de

1.5. Weitere Hilfsorganisationen

Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)
Verein und GmbH
Geschäftsstelle
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 3 75 80 00

Die Johanniter
Ortsverband Bottrop
Osterfelder Str. 25, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 77 33 30

Malteser Hilfsdienst e.V.
Stadtverband Bottrop
Scharfstr. 13, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 97 69 76
Email: info.bottrop@malteser.org

1.6. Weitere allgemeine Kontaktadressen

Betreuungsstelle für Erwachsene
Prosperstr. 71, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 70 35 94 oder 70 41 60

Bottroper Tafel
Partner für Jung und Alt Bottrop e.V.
Gladbecker Str. 108-110, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 37 67 112 und 113
Email: bottropertafel@gelsenet.de

Evangel. Betreuungsverein e.V.
Geschäftsstelle Bottrop
Osterfelder Str. 11, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 31 70 60

Stiftung für Menschen in Not e.V.
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 3 48 47 25 Herbert Schröer

Frauenhaus Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 40 92 03, Fax: 0 20 41 / 76 46 47
 Email: frauenhaus-bot@gelsenet.de

Frauzentrum „Courage“

Essener Str. 13, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 2 041 / 6 35 93, Fax: 0 20 41 / 76 50 45

Ambulante Hospizgruppe Bottrop e.V.

Josef-Albers-Str. 70 II, 46236 Bottrop
 Tel. und Fax: 0 20 41 / 1 06 30 87
 In dringenden Fällen: 0171 / 2 64 50 01

Stationäres Hospiz Bottrop

Gemeinnützige Gesellschaft mbH
 Osterfelder Str. 151a, 46242 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 77 90 50

Sozialdienst katholischer**Frauen Bottrop e.V. (SkF)**

Unterberg 11B, 46242 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 1 86 63 0 oder 1 86 63 63
 Fax.: 0 20 41 / 1 86 63 68

Sozialverband Deutschland e.V. (SoVD)

NRW Kreisverband Gelsenkirchen - Bottrop
 Dickampstr. 7-9, 45879 Gelsenkirchen
 Tel.: 02 09 / 15 52 20
 Email: gelsenkirchen-bottrop@sovd-nrw.de



redsheep/pixelio.de

Sozialverband VdK

Kreisverband Bottrop
 Altmarkt 1, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 2 67 64
 Email: kv-bottrop@vdk.de

Verbraucherzentrale NRW**Beratungsstelle Bottrop**

Horster Str. 6, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 5 67 16 01, Fax: 0 20 41 / 5 67 16 08
 Email: bottrop@verbraucherzentrale.nrw

Mo, Do 9.00 - 13.00 Uhr und 14.00 - 18.00 Uhr
 Mi, Fr 9.00 - 14.30 Uhr

Die Verbraucherzentrale ist ein gemeinnütziger Verein, dessen Mitglieder 31 verbrauchernahe Organisationen sind. Sie informiert VerbraucherInnen unabhängig, berät kompetent, professionell und unterstützt rechtlich.

Die Themenpalette ist breit aufgestellt:

Telekommunikation – Festnetz, Mobilfunk
Energie – Energiesparen, Energierecht, Anbieterwechsel
Finanzen – Versicherung, Geldanlage, Geld und Kredit

Wohnen – Miete, Handwerkerleistungen
Freizeit – Reise, Gewinnspiele, Kaffeefahrten

Grundsätzlich ist die Beratung nicht kostenlos. Eine Rechtsberatung kostet z.B. 20,00 €.

1.7. Seniorenbeirat und Beirat für Menschen mit Behinderung

Seniorenbeirat der Stadt Bottrop

Der Beirat wurde 1993 als Interessenvertretung für die SeniorenInnen in Bottrop gegründet. Er berät den Rat und seine Fachausschüsse in allen seniorenspezifischen Fragen. Er hat gegenüber der Verwaltung ein Recht auf Auskunft und Information. Die Sitzungen des Beirates sind öffent-

lich, d.h. interessierte BürgerInnen können ohne Anmeldung teilnehmen.

Der Seniorenbeirat setzt sich aus 25 ordentlichen Mitgliedern zusammen :

5 Vertretern von Kirchen und Wohlfahrtsverbänden, 3 Vertretern von Selbsthilfegruppen, 7 Vertretern aus Rat und Bezirksvertretung und 10 Vertretern aus Alten- und Rentnergemeinschaften, Altentreffs, Begegnungsstätten und Heimbeiräten. Des Weiteren gehören dem Beirat zurzeit 4 beratende Mitglieder an.



Neben der politischen Arbeit engagiert sich der Seniorenbeirat für eine Reihe von Projekten wie z.B. das Seniorencafé, die Bottroper Tafel und das Projekt EULE.

Der Seniorenbeirat hat im Rahmen seiner Aktivitäten verschiedene Arbeitsgruppen (AG) gebildet: Interessierte BürgerInnen sind übrigens jederzeit willkommen.

Kontakt:

Jutta Pfingsten (Vorsitzende)
Peterstraße 33 d, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 23 21

Sozialamt

Tim Schmidt (Geschäftsführung)
Tel.: 0 20 41 / 70 36 64

Beirat für Menschen mit Behinderung der Stadt Bottrop

„Niemand darf wegen seiner Behinderung benachteiligt werden.“

Dieser Grundsatz ist seit 1994 in Artikel 3 des Grundgesetz verankert.

Zur Umsetzung dieses Benachteiligungsverbot und zur Durchsetzung der berechtigten gesellschaftlichen Teilhabe sind einige Gesetze geschaffen bzw. geändert worden, wie das SGB IX, die Behindertengleichstellungsgesetze des Bundes und der Länder und die UN-Behindertenrechtskonvention.

Sie alle sollen sicherstellen, dass die Persönlichkeiten und Fähigkeiten von Menschen mit Behinderung sich entfalten und entwickeln können und einen gleichberechtigten Teil der Gesellschaft darstellen.

Zur Verwirklichung dieses gesellschaftspolitischen Auftrages können in Bottrop Menschen mit Behinderungen über ihre Organisationen und Interessengemeinschaften an der Arbeit der mit Rehabilitation und Integration betrauten Behörden mitwirken.



Der Beirat für MmB berät den Rat und seine Ausschüsse sowie die Verwaltung in allen Angelegenheiten, die die Belange von Menschen mit Behinderung betreffen.

Der Beirat soll die Öffentlichkeit informieren und durch Abstimmung der Interessen und Vorhaben die Zusammenarbeit fördern. Er regt insbesondere die Verwirklichung sachgerechter Hilfen bei den Entscheidungsgremien an.

So werden in der AG „Behindertengerechte Baumaßnahmen“ Bauprojekte, die behindertenrelevant sind, vorgestellt und erläutert.

Die Vorschläge des Beirates werden so weit wie möglich bei der weiteren Planung und Ausführung berücksichtigt.

Dem Beirat für Menschen mit Behinderung gehören 19 ordentliche Mitglieder an. Davon werden 10 Mitglieder aus der Dachvereinigung für Behindertenarbeit (DBA) sowie 9 Mitglieder vom Rat der Stadt benannt. Des Weiteren gehören dem Beirat zurzeit 6 beratende Mitglieder an.

Kontakt:

Peter Nowroth (Vorsitzender)

Im Scheierbruch 55, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 45 / 65 19

Email: peternowroth@gelsenet.de

Sozialamt

Tim Schmidt (Geschäftsführung)

Tel.: 0 20 41 / 70 36 64

Dachvereinigung für Behindertenarbeit (DBA)

Die DBA ist ein offenes Gremium der Behindertenarbeit, in dem sich sowohl Wohlfahrtsverbände und freie Träger als auch Behindertenorganisationen und Selbsthilfevereinigungen zusammenfinden und über den Beirat für MmB die Behindertenarbeit in Bottrop mitgestalten.

Kontakt:

DBA (Dachvereinigung für Behindertenarbeit)

Benedikt Böhm-Eichholz

c/o DRK KV Bottrop

Siemensstr. 32, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 73 73 110



2. Gesetzliche und andere Sozialleistungen

Wollten Sie schon immer einmal wissen, welche gesetzlichen und sozialen Hilfsangebote Ihre Stadt den BürgerInnen bietet und ob auch Sie davon profitieren können?

Diverse städtische, staatliche, kirchliche und soziale Institutionen bzw. Verbände in Bottrop stellen gerade älteren und / oder hilfsbedürftigen Menschen eine Vielzahl praktischer und finanzieller Sozialleistungen zur Verfügung.



Das nachfolgende Kapitel bietet Ihnen eine Orientierungshilfe im Paragraphen-Dschungel. Sie

erfahren etwas über Umfang, Möglichkeiten und Voraussetzungen für die Inanspruchnahme von Hilfeleistungen.

2.1. Rentenangelegenheiten

Rentenansprüche sind, wie bei jeder anderen Versicherung auch, davon abhängig, dass zuvor Beiträge gezahlt worden und bestimmte persönliche und versicherungsrechtliche Voraussetzungen erfüllt sind.

Welche Arten von Renten gibt es?

Aus der gesetzlichen Rentenversicherung werden grundsätzlich folgende Renten gezahlt.

- Altersrente
- Erwerbsminderungsrente
- Hinterbliebenenrente

Wer kann beim Thema „Rente“ weiterhelfen?

Die Stadt Bottrop erteilt rentenrechtliche Auskünfte und bietet Beratungen im Rentenversicherungs- und Beitragsrecht an. Sie nimmt Anträge auf Leistungen aus der Rentenversicherung für die „Deutsche Rentenversicherung“ entgegen:

- DRV - Bund
- DRV - Westfalen
- DRV - Regional
- DRV - Knappschaft,- Bahn,- See

Die Rentenstelle unterstützt Sie auch dabei, das Rentenverfahren zu ausländischen Verbindungsstellen einzuleiten.

Außerdem können Sie sich die Rentenunterlagen beglaubigen lassen.

Welche Anspruchsvoraussetzungen müssen erfüllt sein, und wann kann der Rentenantrag gestellt werden?

Bei der Regelaltersrente müssen Sie 65 Jahre alt sein und 60 Monate Beitragszeiten nachweisen können. Seit 2012 wird diese Altergrenze stufenweise auf den 67. Geburtstag angehoben.

Was bedeutet das konkret?

Wenn Sie vor 1947 geboren sind, ändert sich nichts. Sie können die Regelaltersrente mit 65 Jahren in Anspruch nehmen.

Sind Sie von 1947 bis 1963 geboren, wird die Regelaltersgrenze stufenweise über den 65. Geburtstag hinaus angehoben.

Fragen zur Rente beantwortet das **Bürgertelefon des Bundesministeriums für Arbeit u. Soziales** - Tel.: 030221911001

Schreibtelefon für Gehörlose u. Hörgeschädigte
Tel.: 030221911016, Fax: 030221911017
Email: info.gehoerlos@bmas-bund.de

Sind Sie 1964 oder später geboren, erreichen Sie die Regelaltersgrenze mit 67 Jahren.

Der Antrag sollte ca. 3 Monate vor Erreichen der Altersgrenze gestellt werden.

Wo können Sie den Antrag stellen?

Generell kann man den Antrag bei einer Auskunftsstelle (Servicezentrum) der jeweiligen Rentenversicherung, bei der Stadt- oder Gemeindeverwaltung, bei einem Versicherungsältesten oder beim zuständigen Versicherungsamt stellen. In Bottrop ist die **Rentenstelle im Rathaus** dafür zuständig.

Für BürgerInnen aus Kirchhellen bietet Herr Seiler einmal monatlich vor Ort eine Rentenberatung nach vorheriger Terminvereinbarung an.
Tel.: 0 20 41 / 70 35 51 Simon Seiler

Welche Unterlagen benötigen Sie für die Antragstellung?

Das hängt vom Einzelfall und der Art der Rente ab, die Sie beantragen möchten. Bitte erkundigen Sie sich bei den jeweiligen AnsprechpartnerInnen.

2.2. Sozialhilfe und Grundsicherung

Das ehemalige Bundessozialhilfegesetz und das Gesetz über eine bedarfsorientierte Grundsicherung im Alter wurden 2005 im Sozialgesetzbuch (SGB) Zwölftes Buch (XII) unter dem Begriff „Sozialhilfe“ zusammengeführt. Seitdem umfasst Sozialhilfe die Hilfe zum Lebensunterhalt, die Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung sowie die Hilfen zur Gesundheit, zur Pflege und in besonderen Lebenslagen.

Hilfe zum Lebensunterhalt

Wer kann diese Hilfeleistung beantragen?

Personen, die den notwendigen Lebensunterhalt nicht oder nicht ausreichend aus eigenen Mitteln (Einkommen und Vermögen) bestreiten können und die nicht leistungsberechtigt nach

dem SGB II sind. Das bedeutet, Personen, die für einen Zeitraum von mehr als 6 Monaten nicht arbeitsfähig (3 Stunden am Tag) sind oder eine Erwerbsminderungsrente auf Zeit beziehen.

Was ist unter „notwendiger Lebensunterhalt“ zu verstehen?

Dazu gehören die angemessenen tatsächlichen Aufwendungen für Ernährung, Unterkunft, Kleidung, Körperpflege, Hausrat, Heizung und die persönlichen Bedürfnisse des täglichen Lebens. Der Bedarf wird nach bestimmten Regelsätzen errechnet.

Die Sozialhilfe wird gezahlt, sobald dem Träger der Sozialhilfe bekannt wird, dass die Voraussetzungen für die Leistungen vorliegen.

Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung (GSA)

Wozu dient die Grundsicherung?

Ziel der GSA ist es, älteren Menschen die Möglichkeit zu geben, ihre Ansprüche geltend zu machen ohne befürchten zu müssen, dass ihre Kinder zu Unterhaltszahlungen herangezogen werden.

Bei voll erwerbsgeminderten Menschen soll die Lebenssituation dauerhaft und deutlich verbessert werden.

Wer kann die Leistungen der Grundsicherung beantragen?

Antragsberechtigte sind alle Personen mit gewöhnlichem Aufenthalt in der Bundesrepublik Deutschland, die

- die Altergrenze erreicht haben.
Die Personen, die vor dem 01.01.1947 geboren sind, erreichen diese mit Vollendung des 65 Lebensjahres.
Bei Personen, die nach dem 31.12.2014 geboren sind, wird die Altersgrenze jährlich angehoben.
- das 18. Lebensjahr vollendet haben, voll erwerbsgemindert im Sinne der Rentenversicherung sind (§ 43 Abs. 2 Sozialgesetzbuch VI) und bei denen unwahrscheinlich ist, dass die volle Erwerbsminderung behoben werden kann.

Der / die AntragstellerIn hat das eigene Einkommen und Vermögen sowie das des/ der nicht getrennt lebenden Ehegatten/ -gattinnen oder Lebensgefährten/- gefährtin anzugeben. Die Unterhaltspflicht von Kindern und Eltern

setzt erst ein, wenn deren jährliches Gesamteinkommen mindestens 100.000 € beträgt.

Wer vorsätzlich bzw. grob fahrlässig seine Bedürftigkeit herbeigeführt hat, erhält keine Grundsicherung.

Was beinhaltet die bedarfsorientierte Grundsicherung?

Die Höhe der Grundsicherung richtet sich nach der für den Antragsteller maßgeblichen Regelbedarfsstufe, den angemessenen tatsächlichen Aufwendungen für Unterkunft und Heizung, besonderem individuellem Mehrbedarf (z.B. bei Personen mit Merkzeichen G im Schwerbehindertenausweis) sowie der Übernahme von Kranken- und Pflegeversicherungsbeiträgen.

Wo kann die Grundsicherung beantragt werden?

Anträge auf Grundsicherung bzw. Sozialhilfe können beim Sozialamt gestellt werden.

Sozialamt

Tel.: 0 20 41 / 70 45 45

Email: grundsicherung@bottrop.de

2.3. Kriegsoferfürsorge

Wann gibt es Leistungen aus der Kriegsoferfürsorge?

In bestimmten Fällen können Beschädigte und Hinterbliebene zur Ergänzung der übrigen Leistungen nach dem Bundesversorgungsgesetz (BVG) Hilfen aus der Kriegsoferfürsorge in Anspruch nehmen.

Die Leistungen werden gewährt, wenn die Beschädigten infolge der Schädigung und die Hinterbliebenen infolge des Verlustes des Ehegatten, Elternteiles oder Kindes nicht in der Lage sind, den Bedarf aus dem eigenen Einkommen und Vermögen zu decken.

Folgende Hilfen können u.a. beantragt werden:

- Ergänzende Hilfen zum Lebensunterhalt
- Hilfe in besonderen Lebenslagen
- Altenhilfe
- Erholungshilfe
- Kfz-Hilfe

Seit dem 1. 1. 2008 ist für diese Aufgaben der Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) zuständig.

LWL-Hauptfürsorgestelle Westfalen

Von-Vincke-Str. 23-25, 48143 Münster

Tel.: 02 51 / 5 91 37 76 Mechthild Odenbach

Email: mechthild.odenbach@lwl.org

2.4. Wohngeld

Wer hat Anspruch auf Wohngeld?

Wohnen kostet Geld – oft zuviel für den, der geringe Einnahmen hat. Deswegen gewährt der Staat in solchen Fällen finanzielle Hilfe: das Wohngeld. Es wird als Zuschuss zur Miete gezahlt und nicht als Zuschuss zum notwendigen Lebensunterhalt.

Wohngeld gibt es als

- Mietzuschuss für den Mieter einer Wohnung oder eines Zimmers,
- Lastenzuschuss für den Eigentümer eines Eigenheims oder einer Eigentumswohnung.

Keinen Anspruch auf Wohngeld haben u.a. BezieherInnen von Arbeitslosengeld II sowie Grundsicherungsleistungen, wenn in den jeweiligen Berechnungen die Kosten der Miete mit berücksichtigt werden.

Wo können Sie Wohngeld beantragen?

Wohngeld erhalten Sie nur auf Antrag und zwar in Bottrop bei der **Wohngeldstelle im Rathaus**.

Welche Unterlagen benötigen Sie zur Antragstellung?

Das hängt vom Einzelfall ab. Bitte erkundigen Sie sich bei den jeweiligen AnsprechpartnerInnen oder auf der Informationsseite der Stadt Bottrop unter: www.stadt-bottrop.de

2.5. Bildung und Teilhabe

Im Rahmen der seit 01.01.2011 geltenden Änderungen des Zweiten und Zwölften Buches Sozialgesetzbuch wurden das Bildungspaket für bedürftige SchülerInnen sowie das Teilhabepaket für bedürftige Kinder und Jugendliche eingeführt.

Bildungspaket

Was beinhaltet das Bildungspaket, und wer kann Leistungen in Anspruch nehmen?

Es umfasst Bedarfe u.a. für die Ausstattung mit Schulbedarf, Schulausflüge, mehrtägige Klassen-

fahrten und Lernförderung. Weiterhin wurden die Mittagsverpflegung und die Kinderbeförderungskosten unter bestimmten Voraussetzungen übernommen.

Bei Kindern in Tageseinrichtungen umfasst das Bildungspaket Bedarfe für Ausflüge, mehrtägige Fahrten sowie gemeinschaftliche Mittagsverpflegung.

Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene aus Familien, die Arbeitslosengeld II, Sozialhilfe, Kinderzuschlag oder Wohngeld beziehen und das 25. Lebensjahr noch nicht vollendet haben, können Leistungen bekommen.

Teilhabetpaket

Was beinhaltet das Teilhabepaket, und wer kann es in Anspruch nehmen?

Das Teilhabepaket umfasst Mitgliedsbeiträge in den Bereichen Sport, Spiel, Kultur und Geselligkeit, Förderung der kulturellen Bildung sowie die Teilnahme an Freizeiten. Dafür steht bei Teilnahme an diesen Aktivitäten pauschal ein Beitrag in Höhe von 15 € monatlich zur Verfügung. Dabei werden nur Kinder und Jugendliche unter 18 Jahren berücksichtigt.

Wo können Leistungen beantragt werden?

Die Leistungen können bei den für die AntragstellerInnen zuständigen Stellen beantragt werden:

- Jobcenter Bottrop
- Sozialamt und Jugendamt
- Bürgerbüro/ Wohngeldstelle

Detaillierte Informationen zu den Leistungen beider Pakete siehe unter www.bottrop.de unter der Rubrik „Formulare & Links“.

2.6. Besondere Leistungen

Es gibt eine Reihe von Ermäßigungen, Zuzahlungen, Sach- und Personalleistungen, die Sie in speziellen Fällen in Anspruch nehmen können.

Welche besonderen Leistungen gibt es, und wann können Sie diese erhalten?

Befreiung von Medikamentenzuzahlungen

Jede/r Versicherte/r, die/ der mehr als 2% des Jahresbruttoeinkommens für Rezeptgebühren ausgibt, kann bei der zuständigen Krankenkasse einen Antrag auf Befreiung von Zuzahlung

stellen. Bei chronisch Kranken gilt dies sogar schon bei 1% des Einkommens.

Die Befreiung von Zuzahlungen gilt auch für Krankenhausaufenthalt, Krankengymnastik und Hilfsmittel.

Die Bewilligung ist jeweils für ein Jahr gültig. Informieren Sie sich bei Ihrer Krankenkasse.

GEZ- Gebührenbefreiung

Wer kann eine Gebührenbefreiung beantragen?

Unter bestimmten Voraussetzungen kann eine Befreiung von den Rundfunk- und Fernsehgebühren beantragt werden. Eine der nachstehenden Unterlagen muss dabei vorgelegt werden:

- Aktueller Sozialhilfebescheid
- Aktueller Bescheid über den Bezug von Grundversicherung
- Aktueller Schwerbehindertenausweis / Merkzeichen „RF“
- Aktueller Leistungsbescheid über den Bezug von Leistungen nach dem Bundesversorgungsgesetz
- Aktueller Bewilligungsbescheid über den Bezug zur Hilfe zur Pflege nach dem Sozialgesetzbuch

Wo können Sie die Anträge einreichen?

Die Anträge liegen im Bürgerbüro der Stadt Bottrop (Rathaus) und müssen von Ihnen selbst ausgefüllt und an die Gebühreneinzugszentrale (GEZ) in 50656 Köln geschickt werden.

Entsprechende Antragsformulare können Sie unter www.gez.de herunterladen. Weitere Informationen erteilt die GEZ:

Service-Tel.: 0185 / 99 95 08 88

Service-Fax.: 0185 / 99 95 01 05

Schwerbehindertenausweis

Zum Thema „Schwerbehindertenausweis“ finden Sie ausführliche Informationen in Teil II, Kap. 2.1.

2.7. Krankenversicherung

Welche Kosten werden durch die gesetzliche Krankenversicherung abgedeckt?

Die gesetzliche Krankenversicherung (Sozialgesetzbuch - SGB - V) sichert Sie und Ihre Familie im Krankheitsfall ab:

Sie kommt für die notwendige medizinische Hilfe auf. Ausgenommen sind hier nur die Leistungen,

die Sie nach einem Arbeitsunfall oder als Folge einer Berufskrankheit in Anspruch nehmen. In diesen beiden Fällen sind Sie über die gesetzliche Unfallversicherung abgesichert.

Sie zahlt ein Krankengeld, wenn Ihr Arbeitgeber Lohn oder Gehalt während einer Arbeitsunfähigkeit nicht weiterbezahlt.

Wann haben Sie Anspruch auf häusliche Pflege?

Wenn durch die ambulante Pflege ein Krankenhausaufenthalt vermieden oder verkürzt werden kann oder so die ärztliche Behandlung gesichert ist (§ 37 SGB V).

Diese wird, bei medizinischer Notwendigkeit, durch Ihren Arzt verordnet und ist in der Regel zeitlich befristet.

Die häusliche Pflege umfasst:

- Maßnahmen der ärztlichen Behandlung, die dazu dienen, Krankheiten zu heilen, ihre Verschlimmerung zu verhüten oder Krankheitsbeschwerden zu lindern und die üblicherweise an Pflegefachkräfte/Pflegekräfte delegiert werden können (Behandlungspflege) wie z.B. Medikamentengabe, Injektionen, Blutzuckermessung

- Grundverrichtungen des täglichen Lebens (Grundpflege: Körperpflege, Ernährung, Ausscheidungen)
- Hauswirtschaftliche Versorgung

Der Versicherte hat nur dann einen Anspruch auf häusliche Krankenpflege, wenn und soweit er die erforderlichen Verrichtungen nicht selbst durchführen oder eine im Haushalt lebende Person den Versicherten in dem erforderlichen Umfang nicht pflegen und versorgen kann. (Vgl. Teil I, Kap. 5.)

Informationen erteilen Ärzte und Krankenkassen.



Gerda Mahmens/pixelio.de

2.8. Pflegeversicherung

Das Risiko pflegebedürftig zu werden, betrifft alle BürgerInnen. Mit der am 01.01.1995 eingeführten Pflegeversicherung (Sozialgesetzbuch - SGB - XI) wurde die Absicherung des Pflegerisikos auf eine neue Grundlage gestellt. Sie versteht sich jedoch nicht als 100 %ige Absicherung!

Die Pflegeversicherung gewährt Leistungen für

- die ambulante, häusliche Pflege
- die stationäre Pflege in einer Einrichtung.

Träger der sozialen Pflegeversicherung sind die Pflegekassen. Bei jeder gesetzlichen Krankenkasse ist eine Pflegekasse errichtet worden. Wenden Sie sich bei Fragen daher an Ihre Pflegekasse

Wer privat pflegeversichert ist, sollte sich mit seinen Fragen zur Pflegeversicherung an sein Versicherungsunternehmen oder an folgende Adresse wenden

compass private Pflegeplanung GmbH

Gustav-Heinemann-Ufer 74 C, 50968 Köln
Tel.: 0800 1 01 88 00, Fax: 02 21/ 93 33 27 48 24
www.compass-pflegeberatung.de

Infos zum Thema Pflege vgl. Teil I, Kap. 5.

2.9. Stiftungen und besondere soziale Einrichtungen

Stiftungen für soziale Belange der Bottroper BürgerInnen

In Bottrop gibt es mehrere Stiftungen, die es ermöglichen, u.a. ältere Menschen in besonderen Notlagen durch verschiedene Hilfsangebote oder Gelder für Einzelfallhilfen (z.B. Sonderausgaben) zu unterstützen.

Die Wilhelm Stottrop-Stiftung

Testamentarisch wurde die Einrichtung der Stiftung von dem Eigener Kaufmann Wilhelm Stottrop verfügt.

Verwaltet wird die Stiftung durch ein Kuratorium, bestehend aus Mitgliedern des Ausschusses für Soziales, Gesundheit und Familie, der Sozialdezernentin und der Vorsitzenden des Seniorenbeirates.

Aufgabe der Stiftung ist es, alten Menschen in besonderen Notlagen (besonders in Krankheitsfällen) zu helfen.

Beratung und Antragstellung sind beim Sozialamt möglich.

Die Ignaz und Maria Lordick-Stiftung

Diese Stiftung wurde von dem Nachlass des Bottroper Ehepaares Ignaz und Maria Lordick auf deren Wunsch gegründet.

Zur Verwaltung dieser Stiftung wurde das Kuratorium der Stottrop-Stiftung um zwei Mitglieder des Jugendhilfeausschusses und der Sozialdezernentin und dem Stadtkämmerer ergänzt.

Die Aufgabenstellung besteht in der Unterstützung bedürftiger Bottroper SeniorInnen, die in Senioreneinrichtungen bzw. Seniorenwohnungen leben. Zusätzlich leistet die Stiftung Hilfe für Kinder und Jugendliche, die Waisen bzw. Halb- oder Sozialwaisen sind.

Beratung und Antragstellung sind im Sozialamt oder Bürgerbüro möglich. Für den Bereich Kinder und Jugendliche ist der Fachbereich Schule und Kindertagesbetreuung zuständig.

Die Schäfers-Ludwig-Stiftung

Diese Stiftung unterstützt Angehörige, Pflegepersonal und Ehrenamtliche, die ihre Kompetenz im Umgang mit Menschen, die an Demenz erkrankt sind, erweitern möchten.

Eigene Erfahrungen haben den Gründern dieser

Stiftung zeigt, wie notwendig umfangreiche und kompetente Unterstützung in der Pflege und Betreuung von Demenzkranken ist. Dies war die Motivation dafür, in Bottrop geeignete Hilfsstrukturen auf- und auszubauen.

Kontakt:
Sozialamt
 Tel.: 0 20 41 / 70 36 64 Tim Schmidt
 Email: tim.schmidt@bottrop.de

Stiftung für Menschen in Not

Mit privaten Spenden wird Menschen geholfen, die sich in ihrer Not an die Stiftung wenden. Dabei wird konkret Hilfe für Menschen in Verarmung, seelischer Vereinsamung und mit geistiger und/oder körperlicher Beeinträchtigung geleistet. Um wirkungsvoll und effizient zu helfen, wird die Aufgabe in Kooperation mit anderen sozialen Einrichtungen und Beratungsstellen angegangen.

Stiftung für Menschen in Not e.V.

Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41/ 3 48 47 25 Herbert Schröer
 (1. Vorsitzender)

Termine nach Vereinbarung

Frauenhaus Bottrop

Das Frauenhaus der Arbeiterwohlfahrt, Unterbezirk Gelsenkirchen/Bottrop, besteht seit dem 1. April 1992.

Für wen ist das Frauenhaus geschaffen worden?
Welche Aufnahmebedingungen gibt es?
Wie kann Ihnen dort weitergeholfen werden?

Das Frauenhaus ist ein Haus für Frauen und Kinder, die psychisch und physisch misshandelt wurden oder von Misshandlung bedroht sind.

Erwachsene Frauen jeden Alters, die Probleme mit dem Ehepartner oder Lebensgefährten bzw. der Ehepartnerin oder Lebensgefährtin haben und sich oft keinem anvertrauen können, werden aufgenommen.

Scheuen Sie sich also nicht, bei Konflikten in der Partnerschaft und mit der Familie das Team des Frauenhauses anzusprechen.

Das Frauenhaus verfügt über 18 Plätze für Frauen und Kinder, unabhängig von gesellschaftlicher und sozialer Lage, Religion und Nationalität. Hier leben Frauen mit anderen Frauen zusammen, die Ähnliches erlebt haben.

Die Mitarbeiterinnen des Frauenhauses arbeiten

parteilich für Frauen und Kinder und bieten fachliche Beratung und Unterstützung bei der Klärung der aktuellen Situation und weiteren Lebensplanung, bei finanziellen Angelegenheiten, im Umgang mit Behörden, Ämtern und bei der Wohnungssuche.

Aufgenommen werden Sie auch ohne eigenes Einkommen. In Notfällen sind die Mitarbeiterinnen auch nachts und am Wochenende erreichbar.

Bringen Sie bitte Ausweis / Pass, Kinderpass, Aufenthaltsgenehmigung, Versichertenkarte der Krankenkasse und sonstige wichtige Dokumente mit.

Weitere Auskünfte erhalten Sie unter:

Tel.: 0 20 41/ 40 92 03

Email: frauenhaus.bottrop@awo-gelsenkirchen.de

Wie können Sie das Frauenhaus unterstützen?

Spenden Sie gut erhaltene

- Damen und Kinderkleidung
- Haushaltswaren
- Bettwäsche und Handtücher
- Spielzeug

Frauenzentrum Courage

Wer kann ins Frauenzentrum kommen und welche Angebote gibt es?

In der Bottroper Innenstadt gibt es ein unabhängiges Frauenzentrum, in dem Frauen jeden Alters und jeder Nationalität Rat und Hilfe erhalten können, z.B. bei häuslicher Gewalt und Folgen sexueller Gewalt in der Kindheit, bei fehlendem Lebensmut, privaten Abhängigkeiten und existentiellen Problemen, Trennung und Scheidung etc.

Die Beratung ist kostenlos und auf Wunsch auch anonym. Beratungen finden nach vorheriger Terminvereinbarung statt.

Bei Bedarf vermittelt das Frauenzentrum Kontakte zur Polizei und anderen Behörden.

Das Frauenzentrum Courage ist nicht nur Beratungsstelle, es ist auch ein Treffpunkt für Frauen, die sich in lockerer geselliger Runde einfach mal mit anderen Frauen austauschen und neue Kontakte knüpfen möchten.

Das Frauencafé kann Mittwoch nachmittags besucht werden.

Dazu ist auch der Second-Hand-Laden täglich

von 9.30 - 13.00 Uhr geöffnet. Hier kann jede Frau günstig Damen- und Kinderbekleidung erwerben. Kleiderspenden werden während der Öffnungszeiten gern entgegengenommen.

Kontakt

Frauzentrum Courage

Essener Str. 13, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 6 35 93, Fax: 0 20 41 / 76 50 45
Email: frauencentrum.courage@t-online.de
www.frauzentrumcourage.de

Öffnungszeiten

Second-Hand-Laden

Mo bis Fr 9.00 - 13.00 Uhr
Mi 15.00 - 17.00 Uhr
und jeden 3. Freitag im Monat 18.00 - 21.00 Uhr

Café

Mi 15.00 - 17.00 Uhr

Beratung nach Vereinbarung.

Mo bis Fr 9.00 - 14.00 Uhr oder per Email

Ansprechpartnerinnen:

Wiltrud Evers, Silke Kutz, Ute Speyer-Lemm,
Margret Kämper

Bottroper Tafel

– Effektive und schnelle Hilfe garantiert !

Was ist die Bottroper Tafel?

Bedürftigen schnell zu helfen - das war das Ziel des Senioren-Partner für Jung und Alt Bottrop e.V. als im Oktober 2002 der „Bottroper Tisch“ (seit 2013 Bottroper Tafel) gegründet wurde.

Durch die Verteilung von Lebensmitteln an Bottroper BürgerInnen mit geringerem Einkommen und an kinderreiche Familien kann wertvolle Hilfe geleistet werden.

Mit fünf eigenen Transportern sammeln die ehrenamtlichen HelferInnen die gespendeten Lebensmittel, die von engagierten Händlern zur Verfügung gestellt werden, ein.

Voraussetzungen um das Hilfsangebot in Anspruch nehmen zu können

Wenn Sie zum ersten Mal kommen, bitte an den Ausgabetagen (Mo, Mi, Fr) zwischen 10.00 - 12.00 Uhr folgende Unterlagen mitbringen:

Hartz IV-Bescheid oder Wohngeldbescheid oder Bescheid über Grundsicherung oder Leistungen nach dem Asylbewerbergesetz



Wo und wann werden die Lebensmittel verteilt?

Die Lebensmittelausgabe findet in den Vereinsräumen **Gladbecker Str. 108 - 110** statt.

Mo 13.00 - 14.00 Uhr u. Mi, Fr 12.30 - 13.30 Uhr

Das Angebot wird von ca. 250 Personen (pro Termin) genutzt.

Mobile Lebensmittelausgabe:

Bottrop Ebel Di 11.30 - 12.00 Uhr

Kirchhellen Di 12.45 - 13.00 Uhr

Bottrop Boy Paul-Gerhardt-Kirche

Do 11.00 - 12.00 Uhr

Wer trägt die Kosten für das Projekt?

Die Bottroper Tafel finanziert sich ausschließlich durch Spenden, auch die Bedürftigen beteiligen sich mit einer Abgabe.

So zahlen Erwachsene 1,00 €, Kinder 0,50 €.

Wenn Sie mehr über die Aktivitäten der Tafel erfahren oder sich selbst als ehrenamtliche(r) HelferIn einbringen möchten, wenden Sie sich bitte an:

Bottroper Tafel

Partner für Jung und Alt Bottrop e.V.

Tel.: 0 20 41 / 37 67 112 und 113



Teil I

für Seniorinnen und Senioren

Herzlich Willkommen

Der Kreisverband Bottrop ist ein Teil des Sozialverbands **VdK**, Landesverband Nordrhein-Westfalen, mit über 395.000 Mitgliedern, der wiederum dem **VdK** Deutschland mit mehr als 2,1 Millionen Mitgliedern im Bundesgebiet angehört. Seit Jahrzehnten setzt sich der **VdK** für soziale Gerechtigkeit, soziale Sicherung und soziale Fortschritte an direkter Stelle ein, sei es auf Landesebene in Verhandlungen mit den Ministerien oder auf Kreisebene mit Abgeordneten und politischen Fraktionen.

Der Kreisverband Bottrop ist gegliedert in fünf Ortsverbänden und ist mit seinen mittlerweile 4.770 Mitgliedern - mit steigender Tendenz - der stärkste Sozialverband in Bottrop.

Der Sozialverband **VdK** hat einen umfangreichen Leistungskatalog und bietet folgende Beratung für seine Mitglieder an :

- im Rehabilitations- und Behindertenrecht,
- im Kriegs- und Wehrdienstopferrecht und in der Kriegsopferfürsorge,
- im Sozialversicherungsrecht und in der Sozialhilfe,
- in Streitverfahren vor allen Instanzen der Sozialgerichtsbarkeit, stellt er Anträge zur Geltendmachung von Ansprüchen bei den zuständigen Behörden,
- in Fragen der Rentenberatung durch drei Versichertenälteste.

In der Rehabilitation und Erholung leistet der **VdK** in Bottrop praktische Arbeit. Aufgrund von Beteiligungen und Träger-schaften misst der **VdK** der Gesundheitsvorsorge und Erholung einen hohen Stellenwert bei.

Das komfortabel eingerichtete, verbandseigene Hotel "Zum Hallenberg" im sauerländischen Bad Fredeburg bietet eine fachmännische Betreuung zu günstigen Konditionen an. Im Internet zu erreichen unter www.hotel-zum-hallenberg

Im Kreisverband Bottrop arbeiten alle Mitarbeiter ehrenamtlich.

Wenn sie uns kennenlernen möchten, nehmen Sie mit uns Verbindung auf.
Wir freuen uns auf jeden Kontakt mit unseren Mitgliedern und auf die, die es werden wollen.

Ihr
Sozialverband **VdK**
Kreisverband Bottrop



Kreisverband Bottrop Altmarkt 1, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 2 67 64
Fax: 0 20 41 / 70 26 77
Email: kv-bottrop@vdk.de
www.vdk.de/kv-bottrop



Ansprechpartner:
Kreisvorsitzender Josef Weiner

Öffnungszeiten Kreisverband

Mo, Mi, Fr 09:00 Uhr – 12:00 Uhr
Beratung in allen sozialen Angelegenheiten
Die Rechtsberatung erfolgt telefonisch
Mo bis Fr 9:00 Uhr – 12:00 Uhr
Kontakt unter Tel.: 0 20 41 / 2 67 64

Wir bieten regelmäßig Veranstaltungen an wie z.B.:

- Tagesausflüge
- Informative Veranstaltungen
- Schulungen
- Weihnachtsfeier
- Urlaub für Seniorinnen und Senioren
Und vieles mehr !!!

Termine der Veranstaltungen bitten wir der örtlichen Presse und unserem Internetportal www.vdk.de/kv-bottrop zu entnehmen.

Für Auskünfte stehen Ihnen folgende
Vorsitzende zur Verfügung:

Ortsverband Eigen

Reinhold Schweiner
Aegidistr. 176, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 9 59 69
Email: r.schweiner@t-online.de



Ortsverband Stadtmitte

Lothar Wanda
Altmarkt 1
46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 67 64



Ortsverband Boy-Welheim

Anne Vignola
Am Heimannshof 51
45968 Gladbeck
Tel.: 0 20 43 / 2 10 36



Ortsverband Beckheide

Barbara Gültzow
Bahnhofstr. 11
46238 Bottrop
Telefon: 0 20 41 / 31 83 28



Ortsverband Kirchhellen

Gabriele Brinkmann
Lippweg 103, 46244 Bottrop
Tel.: 0 20 45 / 41 21 86 (ab 19 Uhr)
Mobil: 01737214535



Unsere Fachleute stehen zur Verfügung:

Rehabilitation und Behindertenrecht:

Hilfe beim Schwerbehindertenantrag • Bei Ablehnung Widerspruch u. ggf. Klage • Berufs- und Fortbildung • Umschulung • Eingliederungshilfen • Arbeitsplatzsicherung • Zusatzurlaub • Kfz-Hilfen • Wohnungshilfen • Ausweis- und Vergünstigungswesen

Versicherungswesen:

Beratung gesetzliche Kranken- und Unfallversicherung Berufsgenossenschaft • Krankenversicherung (med. Rehabilitation) • Hilfe zur Pflege • Beratung gesetzliche und private Pflegeversicherung • Bei Ablehnung Widerspruch u. ggf. Klage

Kriegsopferfürsorge • Kriegs- und Wehrdienstopferversorgung • Opfer von Krieg und Gewalt:

Erziehungsbeihilfen • Wohnungshilfen • Erholungshilfen • Hilfe zum Lebensunterhalt • Beschädigtenrente • Berufsschadensausgleich • Schwerstbeschädigtenzulage • Pflegezulage • Hinterbliebenenrente • Schadensausgleich für Kriegerwitwen • Sozialversicherung (Rehabilitation, Verletztengeld, Pflegegeld, Hinterbliebenenrente) • Rentenversicherung (Rehabilitationsmaßnahmen)

Renten:

Rente wegen Erwerbsminderung • Flexible Altersrente • Hinterbliebenenrente • Grund-sicherung • Sozialhilfe • Eingliederung für Behinderte • Altenhilfe • Hilfe zum Lebensunterhalt •

Streitverfahren: Vertretung vor allen Instanzen der Sozialgerichtsbarkeit

3. Vollmachten, Patientenverfügung, Testament, Hospiz und Trauerfall

Was passiert eigentlich, wenn mir etwas zustößt? Wenn ich plötzlich (durch Unfall oder Krankheit) nicht mehr in der Lage bin, meine eigenen Entscheidungen zu formulieren und durchzusetzen? Wie kann ich sicherstellen, dass eine Person meines Vertrauens in dieser Situation in meinem Sinne entscheidet?

Wie kann ich regeln, wer etwas erben soll?

Wer kümmert sich um meine Bestattung und die Grabpflege? Wer unterstützt meine Angehörigen bei der Durchsetzung meiner Wünsche?

Diese und ähnliche Fragen kommen einem immer dann in den Sinn, wenn man im Freundes-, Bekannten- oder Verwandtenkreis mit den Themen Krankheit und Tod konfrontiert wird. Auch wenn es nicht angenehm ist, so ist es doch sehr sinnvoll, sich rechtzeitig, d.h. solange man körperlich und geistig dazu noch in der Lage ist, damit zu beschäftigen.

Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung, Patientenverfügung und Testament sind wichtige Dokumente, die juristisch korrekt sein müssen, um im Ernstfall böse Überraschungen zu vermeiden.

Im nachfolgenden Kapitel erfahren Sie, was zu beachten ist, und wer Ihnen weiterhelfen kann.

3.1. Patientenverfügung, Vollmachten, gesetzliche Betreuung

Welche Dokumente benötigen Sie, damit im Krankheitsfall Ihre Wünsche und Vorstellungen berücksichtigt werden?

Um optimal vorzusorgen, sollten Sie folgende Dokumente vorbereiten: eine Vorsorgevollmacht inkl. Betreuungsverfügung sowie eine Patientenverfügung. Die Vorsorgevollmacht und Betreuungsverfügung sollten Sie bei der Betreuungsbehörde oder einem Notar beglaubigen lassen.

Die Patientenverfügung

Welche Aufgabe hat eine Patientenverfügung?

Die Patientenverfügung ist für Ihre(n) behandelnde(n) Arzt/ Ärztin bestimmt. Sie legen darin schriftlich für den Fall eigener Entscheidungsunfähigkeit Ihre Wünsche in Bezug auf die medizinische Behandlung im Falle schwerer, hoffnungsloser Erkrankung fest. Die Patientenverfügung ist

vom behandelnden Arzt zu beachten sofern die Befolgung nicht gegen die ärztlichen Grundsätze (z.B. Verbot aktiver Sterbehilfe) verstößt.

Welche Inhalte sollte eine Patientenverfügung enthalten?

Da an dieser Stelle keine konkreten Beispiele gegeben werden können, werden nachfolgend einige Fragen aufgeführt, die Sie sich stellen sollten, wenn Sie eine solche Verfügung verfassen möchten. Davon hängt die Glaubwürdigkeit, die Ernsthaftigkeit und die Durchführbarkeit Ihrer Willensäußerung ab.

- Wird deutlich, dass Sie sich ausführlich mit den existentiellen Fragen des Lebens beschäftigt haben?
- Haben Sie Ihre individuelle Motivation, Ihre Einstellung gegenüber medizinischen Maßnahmen deutlich gemacht?
- Bezieht sich der Text Ihrer Patientenverfügung auf konkrete Krankheitszustände und wird klar, dass Sie sich ausreichend über Behandlungsmethoden, Krankheitsverlauf, Heilungschancen etc. informiert haben?

- Haben Sie voreilige generelle Festlegungen oder Verzichtserklärungen in Ihrer Patientenverfügung getroffen?
Denken Sie daran, dass medizinische und pflegerische Maßnahmen im Ernstfall lebensrettend oder leidensmindernd sein können (z.B. Künstliche Ernährung, Beatmung).
- Haben Sie an das Thema „Sterbebegleitung“ gedacht? Beschaffen Sie sich Informationen über Palliativmedizin, Schmerztherapie und Hospizarbeit.

Welche formalen Bedingungen muss Ihre Patientenverfügung erfüllen?

Sie können mit der Hand schreiben, den PC benutzen oder Vordrucke wählen. Wichtig ist in jedem Fall die eigenhändige Unterschrift mit Datum und Ortsangabe. Empfehlenswert ist die Anwesenheit eines Zeugen, der ggf. bestätigen kann, dass Sie zum Zeitpunkt der Unterschrift geistig und seelisch gesund waren.

Wie lange ist eine Patientenverfügung gültig?

Es gibt derzeit keine rechtlichen Vorschriften zum Alter einer Patientenverfügung. Im Prinzip gilt sie

so lange bis diese schriftlich, mündlich oder durch deutliche Gesten widerrufen wird.

Bedenken Sie, dass sich die eigenen Wünsche und Wertvorstellungen mit zunehmendem Alter und dem Auftreten schwerer chronischer Erkrankung verändern können! Deshalb ist es unerlässlich, über den Inhalt regelmäßig kritisch nachzudenken und ihn der eventuell veränderten Sachlage anzupassen.

Wo soll man die Patientenverfügung aufbewahren?

Es ist empfehlenswert, eine Mappe mit allen wichtigen persönlichen Unterlagen anzulegen, die neben Ausweispapieren, Versicherungsunterlagen, Testament u.a. auch Vollmachten und Patientenverfügung enthält.

Es ist wichtig, dass Sie Angehörige, Freunde und Vertrauenspersonen informieren, wo sich die Mappe befindet.

Die Patientenverfügung kann auch beim Hausarzt hinterlegt werden oder als integrativer Bestandteil einer Vorsorgevollmacht bei der Bundesnotarkammer in Berlin registriert werden.

Wo erhalten Sie Vordrucke und weitere Informationen zum Thema „Patientenverfügung“?

Musterverfügungen liefern wertvolle Anhaltspunkte, sind aber je nach weltanschaulicher und religiöser Überzeugung sehr unterschiedlich gestaltet.

Unter folgenden Internetadressen können Sie z.B. entsprechende Vordrucke herunterladen:

www.ethikzentrum.de

www.bmjv.de

www.ekd.de (gemeinsamer Vorschlag der evangel. und kath. Kirche)

Außerdem erhalten Sie bei der Betreuungsstelle für Erwachsene Vordrucke der Patientenverfügung.

Hinweis

Rechtsanwälte und Notare sind verpflichtet, barrierefreie Ausgaben aller wichtigen Dokumente für Blinde oder Menschen mit Sehbehinderung zur Verfügung zu stellen.

Die Vorsorgevollmacht

Wann wird eine Vorsorgevollmacht benötigt?

Es kann jeden treffen – plötzlich sind Sie durch Krankheit oder Unfall nicht mehr in der Lage, Ihre Interessen wahrzunehmen. In diesem Fall bestimmt das Betreuungsgericht einen Betreuer. Das können Sie verhindern, wenn Sie beizeiten eine Vorsorgevollmacht verfassen, in der Sie einen Bevollmächtigten Ihres Vertrauens bestimmen.

Was beinhaltet eine Vorsorgevollmacht?

Sie gibt Antwort auf die folgenden Fragen:

Wer soll mich vertreten? In welchen Bereichen darf mich der Bevollmächtigte vertreten (z.B. Gesundheitsfragen, Wohnungsangelegenheiten, Vertretung bei Behörden, bei Banken und vor Gericht). Die Vorsorgevollmacht ist eine Vollmacht, die ab einem vorher von Ihnen bestimmten Zeitpunkt (z.B. eigene Entscheidungs- und Handlungsunfähigkeit) gilt und die an die von Ihnen festgelegten Bedingungen und Bereiche gebunden ist. Mit dieser Vorsorgevollmacht können Sie eine Vertrauensperson bevollmächtigen, Ihre Angelegenheiten wunschgemäß für Sie zu erledigen.

Welche formalen Bedingungen muss eine Vorsorgevollmacht erfüllen?

Die Vollmacht sollte unbedingt schriftlich mit eigenhändiger Unterschrift vorliegen, da man nur so nachweisen kann, dass eine Vollmacht erteilt wurde und auf welche Bereiche sie sich konkret bezieht. Mustervordrucke erhalten Sie u.a. bei der Betreuungsstelle für Erwachsene in Bottrop.

Wenn Sie eine Vorsorgevollmacht ausstellen möchten, suchen Sie rechtzeitig und in guten Tagen einen Menschen, zu dem Sie Vertrauen haben, und besprechen Sie sich mit ihm. Fragen Sie ihn, ob die Bereitschaft besteht, im Ernstfall eine Bevollmächtigung für Sie zu übernehmen. Versehen Sie die Vorsorgevollmacht mit Namen, Geburtsdatum und Anschrift der bevollmächtigten Person und überlegen Sie, ob Sie eine weitere Person Ihres Vertrauens bevollmächtigen wollen, sollte die erstgenannte Person verhindert sein.

Eine Beglaubigung ist u.a. für Erbausschlagungen und Grundstücks-/ Eigentumsengeschäfte notwendig.

Die gesetzliche Betreuung

Hilfe durch Betreuung – Betreuungsgesetz - BtG

Wann wird eine gesetzliche Betreuung eingerichtet?

Kann eine volljährige Person auf Grund einer psychischen Krankheit oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung ihre Angelegenheiten nicht selbst besorgen, so bestellt das Betreuungsgericht auf ihren Antrag hin oder von Amts wegen einen Betreuer/ eine Betreuerin. Eine Betreuung kann unter Vorlage eines ärztlichen Zeugnisses beim zuständigen Amtsgericht - Betreuungsgericht beantragt werden.

Welche Aufgabe erfüllt eine Betreuungsverfügung?

Durch eine Betreuungsverfügung kann man für den Betreuungsfall vorsorgen. Aus der Betreuungsverfügung sollte sich z. B. ergeben, wen Sie als BetreuerIn vorschlagen oder wen Sie ablehnen. Sie können darin auch bestimmen, welche Wünsche und Gewohnheiten von Ihrem Betreuer/ Ihrer Betreuerin respektiert werden sollen und wo Sie gepflegt werden möchten, zu Hause oder in einer Senioreneinrichtung.

Wer kann als BetreuerIn eingesetzt werden?

Der Betreuer/ die Betreuerin kann eine dem Betroffenen nahe stehende Person (Wünsche des Betroffenen werden berücksichtigt), eine sonst ehrenamtlich tätige Person sowie ein selbständiger Berufsbetreuer/ eine Berufsbetreuerin sein. Er/ Sie vertritt den Betreuten/ die Betreute ausschließlich in einem ihm/ ihr übertragenen Aufgabenkreis. Er/ Sie ist dem Betreuungsgericht gegenüber zur Rechnungslegung über verwaltetes Vermögen verpflichtet und braucht für „besondere Rechtsgeschäfte“ eine zusätzliche Genehmigung des Betreuungsgerichts.

Welche formalen Bedingungen muss eine Betreuungsverfügung erfüllen?

Die Betreuungsverfügung sollte schriftlich abgefasst und einer Person Ihres Vertrauens ausgehändigt werden. Diese müsste die Verfügung im Betreuungsfall dem Betreuungsgericht übergeben, damit Ihre Wünsche berücksichtigt werden. Sie können die Betreuungsverfügung auch bei Ihren persönlichen Dokumenten aufbewahren. Sie sollten aber sicherstellen, dass sie im Bedarfsfall ge-

funden wird. Sie können sich aber auch bei der Bundesnotarkammer registrieren lassen unter: www.vorsorgeregister.de
Die Betreuungsverfügung muss vom Betreuer/ von der Betreuerin beachtet werden.

Ausnahmen:

- Die Verfügung dient nicht Ihrem persönlichen Wohl.
- Sie haben zwischenzeitlich einen Wunsch erkennbar aufgegeben bzw. die Erfüllung des Wunsches kann Ihrem Betreuer/ ihrer Betreuerin nicht zugemutet werden.

Umfassende Informationen zu den Themen „Patientenverfügung, Vorsorgevollmacht und gesetzliche Betreuung“ erteilen folgende Stellen:

Betreuungsstelle für Erwachsene Sozialdienst katholischer Frauen (SKF) Evangel. Betreuungsverein e.V.

Adressen und Telefonnummern
siehe Seiten 15 und 16

3.2. Testament

Warum ist ein Testament wichtig?

Um Missverständnisse und Streitigkeiten zu vermeiden und zu gewährleisten, dass Ihr letzter Wille in Ihrem Sinne erfüllt wird, ist es unbedingt erforderlich, ein Testament zu verfassen. Damit das Dokument auch gültig ist, gilt es, einige grundsätzliche Regeln zu beachten.

Bei komplizierteren erbrechtlichen Fragen oder falls Sie nicht mehr in der Lage sind eigenhändig zu schreiben, sollten Sie in jedem Fall einen Notar oder Rechtsanwalt aufsuchen. Falls kein Testament vorliegt, gilt automatisch die gesetzliche Regelung.

Welche Arten von Testamenten gibt es?

Man unterscheidet grundsätzlich drei Arten von Testamenten:

Das eigenhändige Testament

Es ist handschriftlich zu verfassen, mit Vor- und Zunamen zu unterschreiben und mit Ort und Datum zu versehen.

Wollen Sie eine neue Regelung, empfiehlt es sich, das Testament neu zu schreiben.

Mit Schreibmaschine oder Computer geschriebene privatschriftliche Testamente sind ungültig. Das eigenhändige Testament hat den Vorteil, dass es bequem und ohne Kosten erstellt werden kann.

Damit das Testament problemlos auffindbar ist, sollten Sie es in der Dokumentenmappe aufbewahren, beim Notar oder zuständigen Amtsgericht in Verwahrung geben (entsprechender Hinweis in Dokumentenmappe).

Das eigenhändige Testament hat den gleichen Rang wie ein notarielles Testament.

Wer nicht lesen und schreiben kann, kann kein eigenhändiges Testament einrichten.

Das notarielle Testament

Die Vorteile sind, dass man rechtskundige Beratung erfährt und dass es in der Regel aussichtslos ist, es anzufechten, da der Notar stets die Testierfähigkeit prüfen muss. Durch die amtliche Verwahrung ist zusätzlich garantiert, dass der Inhalt erst am Tage der Eröffnung bekannt gegeben wird. Die Kosten eines notariellen Testamentes sind im

übrigen erheblich günstiger als angenommen. Entsprechende Auskünfte erhalten Sie bei jedem Notar.

Das gemeinsame Testament

Ehegatten haben die Möglichkeit, ein gemeinsames Testament aufzusetzen, das für den Tod des jeweiligen Ehepartners/ der Ehepartnerin gilt. Es reicht dabei aus, wenn ein Ehegatte/ eine Ehegattin das Testament eigenhändig niederschreibt und der andere Ehegatte/ die Ehegattin nur mit unterschreibt.

Nach dem Tode eines Ehepartners/ einer Ehepartnerin ist das Testament jedoch nicht mehr abänderbar.

Was passiert nach Ihrem Tode mit Ihrem Testament?

Die Testamentseröffnung

Im Sterbefall muss das Testament sofort beim Amtsgericht eingereicht werden. Jeder, der ein Testament findet, ist verpflichtet dazu, es zur Eröffnung zu geben.

Das Gericht lädt zur Testamentseröffnung alle Personen ein, die im Testament bedacht oder nach dem Gesetz erbberechtigt sind.

Warum wird ein Erbschein benötigt?

Der Erbschein gilt als amtlicher Nachweis der Erbberechtigung. Jeder Erbe/ jede Erbin kann diesen beim Amtsgericht beantragen. Da bis zur Erteilung des Erbscheins einige Zeit vergehen kann, ist es sinnvoll dem hinterbliebenen Ehegatten/der Ehegattin bzw. den jeweiligen Erben eine Konto-Vollmacht zu erteilen, damit es nicht zu finanziellen Engpässen kommt.

Diese Vollmacht kann so abgefasst sein, dass sie erst mit dem Tod in Kraft tritt. Die Banken halten entsprechende Vordrucke bereit.

Wenn PartnerInnen bereits zu Lebzeiten ein gemeinsames Konto („Oder-Konto“) hatten, bleibt die Verfügungsgewalt des/ der anderen bestehen.

3.3. Verfügungen zur Bestattung

Wie können Sie sicherstellen, dass Ihre Beerdigung und die Pflege der Grabstätte nach Ihren individuellen Vorstellungen realisiert werden?

Besondere Wünsche bezüglich der Gestaltung Ihrer Bestattung können Sie in einem **Bestattungsvorsorgevertrag** festlegen, den Sie mit einem Bestattungsunternehmen Ihrer Wahl abschließen. Darin wird die Art und Weise sowie die Form der Bestattung festgelegt.

Die endgültigen Preise müssen jedoch verständlicherweise offen bleiben. Zur Absicherung der Zahlung bei Todesfall wird eine bestimmte Summe auf einem Sperrkonto angelegt.

Eine solche Vorsorgeverfügung ist völlig freiwillig. Es besteht genauso gut die Möglichkeit, die individuellen Wünsche schriftlich zu fixieren und eine entsprechende Geldsumme bei der eigenen Bank zweckgebunden zu deponieren.

Grabpflege

Auch für die Grabpflege lässt sich durch Abschluss von Dauerpflegeverträgen (so genannte Legatverträge) Vorsorge treffen. Sie werden entweder mit der Friedhofsverwaltung oder einer Friedhofsgärtnerei Ihres Vertrauens abgeschlossen.

3.4. Hospizgedanke

Die Ambulante Hospizgruppe Bottrop e.V.

Wo finden Sie Hilfe, wenn Sie mit Sterben, Tod und Trauer konfrontiert werden?

„Wann immer das Leben uns braucht...“

Die Ambulante Hospizgruppe Bottrop e. V. ist ein Verein aus hauptamtlichen Koordinatorinnen und ehrenamtlich tätigen, qualifizierten, lebenserfahrenen Frauen und Männern. Seit 1992 betreuen sie schwerstkranke und sterbende Menschen, begleiten sie in der letzten Phase ihres Lebens, unterstützen ihre Angehörigen und Freunde und sind auch in der Trauer für sie da.

Alle Angebote sind für Sie kostenlos und unabhängig von ärztlichen Verordnungen.

Sterbebegleitung

Das Leben bis zuletzt lebenswert gestalten zu können und ein würdevolles Sterben zu ermöglichen – dafür setzt sich die Hospizinitiative ein. Dabei soll zum offeneren Umgang mit dem immer noch schwierigen Thema Sterben, Tod und Trauer ermutigt werden. Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Ambulanten Hospizgruppe

begleiten Menschen zu Hause, in Krankenhäusern, Seniorenheimen, im Hospiz und in Einrichtungen der Behindertenhilfe.

Sie können sich bei uns melden, wenn Sie selber erkrankt sind, als Angehöriger, Freund, Pflegende oder Arzt. In einem Beratungsgespräch können wir die Möglichkeiten der Versorgung zu Haus mit Ihnen besprechen, aber auch Alternativen aufzeigen.

Die Ambulante Hospizgruppe Bottrop arbeitet in einem Netz aus palliativmedizinischem Kosiliardienst (PKD Bottrop), palliativen Pflegediensten und dem stationären Hospiz. Das Angebot besteht unabhängig von Religion, Konfession oder Nationalität.

- Beratung bei schwerer Erkrankung
- Begleitung schwerstkranker und sterbender Menschen
- Gespräche, Zeit und Zuwendung
- Sitzwachen
- Unterstützung der Angehörigen
- Informationen zur Patientenverfügung und Vollmachten



Trauerbegleitung

Mit dem Tod eines nahestehenden Menschen wartet eine neue schwere Aufgabe auf die trauernden Menschen, aber auch der Verlust des Arbeitsplatzes, ein Umzug oder eine Trennung können eine schwere Belastung bedeuten.

Trauer ist ein angeborenes Gefühl und die natürliche Reaktion des Menschen auf einen Verlust – ein Heilungsprozess mit ganz eigenen Strategien und vor allem auch schwerer Arbeit. Die Koordinatorinnen der Ambulanten Hospizgruppe Bottrop sowie ehrenamtlich tätige, in der Trauerarbeit ausgebildete Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter möchten Sie bei dieser Arbeit unterstützen und bieten Ihnen verschiedene Möglichkeiten der Trauerbegleitung:

- Individuelle Trauerbegleitung - Einzelgespräche mit Kindern, Jugendlichen und Erwachsenen als einmaliges oder wiederkehrendes Angebot
- Trauergruppen – regelmäßige Treffen mit festen TeilnehmerInnen über einen bestimmten Zeitraum, jeweils für eine bestimmte Altersgruppe: Kinder, Jugendliche, Erwachsene
- Trauercafé – offenes Angebot, keine Anmeldung erforderlich, am ersten Sonntag im Monat in den Räumen der Ambulanten Hospizgruppe,

am dritten Sonntag im Haus St. Johannes in Kirchhellen

- Einzelangebote – kreative Angebote; Themenabende; Lesungen; Segnungsgottesdienst Hospiz macht Schule; Vorträge und Projekte für Kindergärten, Schulen und Beratungsstellen;
- Letzte Hilfe Kurse – im Krankenhaus, in der Senioreneinrichtung, in Einrichtungen für Menschen mit Behinderung; bei einem Spaziergang

Weitere Angebote

- Beratung zu Patientenverfügung und Vollmacht, einzeln und als Gruppenangebot (auch auf Anfrage)
- Letzte Hilfe Kurse für Angehörige und Freunde als Einstieg für die Versorgung schwerstkranker und sterbender Menschen (auch auf Anfrage für Gruppen und Vereine)
- Vorträge und Fortbildungen
- Lesungen zu unterschiedlichen Themen des Lebens
- Segnungsgottesdienst für trauernde Angehörige und Freunde
- Sternenbasar



Kontakt:

Hospizgruppe Bottrop e.V.

Neustr. 2, 46236 Bottrop

Koordinatorinnen Anja Lenzyk, Christiane Raffel

Tel: 0 20 41 / 76 38 12

Mobil: 0171 / 2 64 50 01

Email: kontakt@hospizgruppe-bottrop.de

www.hospizgruppe-bottrop.de

Stationäres Hospiz Bottrop



Seit dem 03.03.2014 empfängt das stationäre Hospiz in Bottrop sterbensranke und sterbende Menschen und deren Angehörige. Grundsätzlich ist jeder willkommen, unabhängig von Alter, Herkunft, Glauben oder sozialer Stellung.

Die Kosten für den Aufenthalt der Gäste werden durch die Kostenträger und den Eigenanteil des Trägers übernommen.

Das Haus strahlt eine familiäre Atmosphäre aus. Es stehen acht hell und wohnlich eingerichtete

Einzelzimmer zur Verfügung, alle mit Blick auf den anliegenden Garten. Angehörigen und Freunden steht das Haus Tag und Nacht offen.

Die zur Aufnahme erforderlichen Dokumente werden durch die jeweils ambulant behandelnden Ärzte oder die Sozialdienste der Krankenhäuser ausgestellt.

Die medizinische Versorgung im Hospiz erfolgt durch erfahrene Fachpflegekräfte und PalliativmedizinerInnen. Unterstützend wird das multiprofessionelle Team durch TherapeutenInnen, PodologenInnen oder z.B. Friseurinnen.

Kontakt:
Hospiz Bottrop gGmbH
 Osterfelder Str.151a, 46242 Bottrop
 Tel. 02041/779050, Fax 02041/7790529
 Email: info@hospizbottrop.de
 www.hospizbottrop.de

Geschäftsführer: Jürgen Münnich

Hinweis

Informationen über den ambulanten **Kinder- und Jugendhospizdienst Emscher-Lippe** siehe Teil II Kap. 3

Der Wünschewagen

„Der Wünschewagen“ ist ein Projekt des Arbeiter-Samariter-Bundes Regionalverband Ruhr e.V.. Unter dem Motto „Letzte Wünsche wagen“ werden für schwerkranke Menschen, die sich in der letzten Phase ihres Lebens befinden, Fahrten zu individuellen Wunschzielen organisiert. Für die Fahrgäste und ihre jeweiligen Begleitpersonen sind die Wunschfahrten grundsätzlich kostenlos, das Projekt finanziert sich allein aus Spenden, Sponsorenmitteln und ASB-Mitgliedsbeiträgen. In rund sieben Jahren Wünschewagen kann das Team auf mehr als 1000 unvergessliche Wunschfahrten zu den unterschiedlichsten Zielen zurückblicken.

Ob zur Hochzeit der Enkelin, dem Fußballspiel des Lieblingsvereins oder ein Besuch der Oper: die Wünsche sind so verschieden wie die Fahrgäste selbst. Mit Abstand am häufigsten wird sich eine

Fahrt ans Meer gewünscht, was wohl daran liegen mag, dass bereits der Anblick der See und das Rauschen der Wellen eine beruhigende Wirkung auf die Fahrgäste haben.

Das Ziel des Wünschewagens ist es jedoch nicht nur Menschen letzte Wünsche zu erfüllen und damit einen Beitrag zum Erhalt der Würde und Selbstbestimmung zu leisten. Der Wünschewagen sieht sich ebenso als Ergänzung von Hospizen und Pflegeeinrichtungen sowie als Entlastung der Angehörigen. Ganz nebenbei stärkt der Wünschewagen das ehrenamtliche Engagement in der Region.

Kontakt:
Der Wünschewagen Rhein-Ruhr
 Richterstraße 20-22, 45143 Essen
 Tel.: 02 01 / 87 00 -10
 Fax: 02 01 / 87 00 -199
 Email: wuenschewagen@asb-ruhr.info





3.5. Was ist zu tun, wenn ein Trauerfall eingetreten ist?

Wenn ein geliebter Mensch verstorben ist, macht es die eigene Trauer oft sehr schwer im Todesfall die notwendigen Maßnahmen zu ergreifen, dennoch sind die folgenden Dinge umgehend zu erledigen:

- Arzt/ Ärztin benachrichtigen, der/ die den Totenschein ausstellt
- Nächste Angehörige unterrichten

- Meldung des Todesfalls spätestens am folgenden Werktag beim Standesamt
- Totenschein, Geburtsurkunde bei ledigen Verstorbenen, Heiratsurkunde oder Stammbuch, Personalausweis oder Reisepass des/ der Verstorbenen und des/ der Anzeigenden bereithalten.
- Grabstelle bei der Friedhofsverwaltung besorgen und beim Pfarramt unter Vorlage der Beerdigungserlaubnis (wird im Standesamt ausgestellt) die Beerdigung anmelden
- Bestattungsinstitut einschalten
- Todesanzeige aufgeben
- Benachrichtigung der gesetzlichen und privaten Versicherungsträger:
Rentenversicherung, Lebensversicherung, Sterbekasse, Krankenkasse des/ der Verstorbenen
- Abgabe des Testaments beim Nachlassgericht
- Kündigung laufender Verträge, Benachrichtigung von Vereinen, Verbänden und Organisationen, denen der/ die Verstorbene angehörte.

Eine Reihe der oben genannten Formalitäten können natürlich auch vom Bestattungsinstitut erledigt werden.

Wer hilft im Trauerfall?

Feuer-, Anonym- und Erdbestattungen

KARL SCHUMACHER

NIEDRIGE PREISE

Erledigung aller Formalitäten! Kostenlose Vorsorgeregelungen!

Unser Team hilft Ihnen sofort!



Karl-Markus-Schumacher
Bestattermeister

Foto: J. Schumacher

Unser kostenloser Service: Wir kommen zu Ihnen in ganz Bottrop, Kirchhellen und Gladbeck	DAS MEISTGEWÄHLTE BESTATTUNGSINSTITUT IM RUHRGEBIET.
24 stündige Soforthilfe <small>(auch am Wochenende)</small> 2 7 0 8 0 <small>BOT Gladbecker Straße 199</small>	24 stündige Soforthilfe <small>(auch am Wochenende)</small> 6 8 1 6 0 8 <small>GLA Rentforter Straße 11 Gegenüber St. Barbara-Hospital</small>
Erledigung aller Formalitäten!	 Viele Hilfen und Preiskalkulator www.Karl-Schumacher.de

4. Wohnen im Alter

Wie möchten Sie im Alter wohnen?

Mit zunehmendem Alter und abnehmender Mobilität gewinnt ein bequemes, sicheres Wohn- und Lebensumfeld immer mehr an Bedeutung.

Obwohl sich Lebensform und Lebensstil vieler SeniorInnen gegenüber früher erheblich gewandelt haben, verbringen auch heute noch die meisten älteren Menschen (insbesondere ab 70 Jahre) rund 80 % ihrer gesamten Zeit in der eigenen Wohnung.

Die Lebensqualität hängt daher sehr stark von einer angemessenen Wohnsituation ab. Dabei spielen Kriterien wie Barrierefreiheit, soziale Einbindung in die Nachbarschaft, Sicherheit, intakte Infrastruktur, Einkaufsmöglichkeiten, Erreichbarkeit medizinischer Einrichtungen, Kommunikations- und Freizeitangebote und eine funktionierende pflegerische Versorgung eine wichtige Rolle.

Die meisten SeniorInnen wünschen sich, möglichst bis zum Lebensende in der eigenen Wohnung bleiben zu können. Selbst die meisten alleinstehenden SeniorInnen möchten ihre individuelle und autonome Lebensführung nicht aufgeben.

Die Anzahl allein lebender älterer Menschen wächst auch in Bottrop und damit der Bedarf an Ein-Personen-Seniorenwohnungen.

Wenn man aber hilfe- und pflegebedürftig wird und in der eigenen Wohnung bleiben möchte, gibt es inzwischen zahlreiche Möglichkeiten, die Wohnung entsprechend umzugestalten und den geänderten Bedürfnissen anzupassen. Durch ambulante Dienste kann die notwendige Pflege und Betreuung sichergestellt werden. Ein Notrufsystem gibt Sicherheit.

Hauswirtschaftliche Dienstleistungen können durch entsprechende Serviceunternehmen erledigt werden.

Oftmals lassen es die Lebensumstände im Alter nicht mehr zu, in der eigenen Wohnung zu verbleiben. Es ist dann sinnvoll oder notwendig, in eine Einrichtung des Betreuten Wohnens, in eine Senioren- oder Pflegeeinrichtung zu ziehen. Ein gewandeltes Selbstverständnis, höhere Lebenserwartung bei guter Gesundheit, aktiveres Kommunikations- und Konsumverhalten und neue Vorstellungen von Lebensqualität im Alter haben in den letzten Jahren das Bedürfnis nach alternativen Wohnformen für den „dritten Lebensabschnitt“ geweckt.

Altenwohngemeinschaften bieten nicht nur ein Höchstmaß an flexibler, individueller Lebensführung, sie schaffen auch Möglichkeiten, Wohnen und Pflege auf eine neue Weise miteinander zu kombinieren. Auch in Bottrop zeichnet sich inzwischen ein wachsendes Interesse an derartigen Wohnkonzepten ab.

Wollen Sie mehr über die Möglichkeiten gemeinschaftlicher Wohnformen wissen?

Infos über alternative Wohnprojekte erhalten Sie u.a. beim Regionalbüro Westfalen WohnBund-Beratung NRW GmbH
Humboldtstr. 42, 44787 Bochum
Tel.: 02 34 / 90 44 00 und natürlich auch im Internet.

In Bottrop bietet das WoGe-Projekt eine interessante Alternative zu den herkömmlichen Wohnformen für die ältere Generation.

WoGe – WohnGemeinschaft e.V.

Am Trappenhof 22, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41/ 16 29 78 Petra Dorn (1. Vorsitzende)
Email: woge-in-bottrop@gmx.de

Der Verein ist seit 2012 tätig, um auch in Bottrop eine besondere Wohnform im Alter mit einem innovativen Wohnkonzept auf den Weg zu bringen. Das Leben im Alter aktiv gestalten ist das Ziel. Es ist bewusst kein Seniorenheim oder betreutes Wohnen. Es ist eine Gemeinschaft, die mit dem Bewusstsein in ein Wohnhaus zieht, um ihr Älterwerden gemeinsam zu gestalten und sich gegenseitig zu unterstützen, auch im Falle eines Falles sich umeinander zu kümmern und nacheinander zu sehen. Also nach dem Motto: Gemeinsam statt allein leben. Spaß haben, was zusammen unternehmen, füreinander da sein, lange selbstbestimmt in den eigenen vier Wänden leben.

Die Gemeinschaft organisiert sich eigenständig. Das heißt aber auch, jede/ -r Bewohner/-in, sollte sich einbringen. Denn davon wird diese Gemeinschaft leben. Und je mehr sich einbringen, um so bunter wird das Leben.

Gesucht werden MitbewohnerInnen mit Wohnberechtigungsschein, die das Konzept mit Leben füllen und umsetzen wollen. Ab Sommer 2022 soll das Haus an der Böckenhoff Straße neben dem Kulturzentrum bezugsfertig sein.

4.1. Wohnraumanpassung

Wollen Sie gerne in Ihrer derzeitigen Wohnung bleiben?

Die eigenen vier Wänden sind nach wie vor für viele ältere Menschen die bevorzugte Wohnform. Dabei spielen sowohl das vertraute häusliche Umfeld als auch die sozialen Kontakte zur Nachbarschaft eine wichtige Rolle.

Die meisten Wohnungen sind jedoch weder senioren- noch behindertengerecht gebaut.

Veraltete technische Ausstattung, Stolperfallen, schlecht zugängliche, enge Sanitäreinrichtungen, fehlende Haltegriffe, unzuverlässige Möbel usw. machen den Alltag unnötig kompliziert oder sogar gefährlich.

In diesen Fällen ist oft die bauliche Anpassung der Wohnung eine sinnvolle und kostengünstige Maßnahme, um Komfort und Sicherheit und damit die Lebensqualität zu steigern.

Dabei reichen vielfach schon geringfügige bauliche Veränderungen, moderne Technik und der Einsatz spezieller Hilfsmittel aus, um Unfälle zu vermeiden, die Selbständigkeit und Mobilität

der BewohnerInnen zu erhalten und den Umzug in eine Senioreneinrichtung zu umgehen.

Umgestaltung vorhandener Bausubstanz – was ist wichtig?

Nachfolgend einige Aspekte, die bei der (senioren-gerechten / barrierefreien) Umgestaltung der eigenen vier Wände (Wohnung oder Haus) zu beachten sind:

- **Haus- und Wohnungseingang**
Der Zugang zur Wohnung sollte bei Gehbehinderung möglichst ebenerdig bzw. barrierefrei sein. Gute Beleuchtung schafft Sicherheit und gibt Orientierungshilfe. Wenn Fußmatten verwendet werden, sollten sie zumindest rutschfest und stolpersicher sein.
- **Hausflur und Treppenhaus**
Rutschfester Belag der Stufen, Handläufe, Treppenlift oder Aufzug sind wichtig, um sich komfortabel und sicher bewegen zu können.
- **Wohnungsflur**
Beseitigung von Stolperfallen (z.B. Telefonkabel) und Schaffung von genügend Freiraum (unnötige Möbel entfernen) sind hier wichtige Sicherheitsfaktoren.



- **Küche**
Alles sollte gut erreichbar sein (z.B. Hängeschränke, Arbeitsplatte in der richtigen Höhe bzw. variabel), um waghalsige Kletterpartien zu vermeiden.
- **Bad und WC**
Vom Waschbecken mit genügend Beinfreiheit über den verstellbaren Spiegel, bis hin zu stabilen Haltegriffen, Badewannenliften, bodengleichen Duschen und höherem WC-Sitz gibt es im Sanitärbereich viele Möglichkeiten, die Nutzung bequemer und sicherer zu gestalten.

- **Wohnzimmer**
Hier sollte genügend Raum vorhanden sein, um sich (mit Gehhilfe oder Rollstuhl) frei bewegen zu können; instabile Möbel, die umkippen können, sollten entfernt werden.
- **Schlafzimmer**
Senioren- und Pflegebetten, die speziell auf die Bedürfnisse älterer Menschen abgestimmt sind, bieten hier eine sinnvolle Alternative zu herkömmlichen Betten. Licht, Telefon bzw. Hausnotruf sollten im Schlafzimmer vorhanden sein.

Beratung und Informationen zur Wohnraumanpassung – aber wo?

Informationen zum barrierefreien Wohnen im sozialen Wohnungsbau und den neuen Förderprogrammen der Landesregierung (RL Mod.) erhalten Sie beim Stadtplanungsamt, Abteilung für Wohnungswesen.

Kontakt:
Stadtplanungsamt
 Tel.: 0 20 41 / 70 34 99 Martina Babel
 Email: martina.babel@bottrop.de
 Tel.: 0 20 41 / 70 35 13 Nicole Linke
 Email: nicole.linke@bottrop.de

Nutzen Sie außerdem die Chance, sich bei Fachfirmen, die sich auf senioren- und behindertengerechtes Wohnen spezialisiert haben, zu informieren. Dort können Sie Musterbeispiele besichtigen oder sich bei einem Hausbesuch individuelle Lösungskonzepte vorstellen lassen.

Bei der Verbraucherzentrale sind ebenfalls Informationen zum Thema „Wohnen im Alter“ erhältlich.

Welche Möglichkeiten gibt es, um eine Wohnraumanpassung zu finanzieren?

Zur Finanzierung der Umbaumaßnahmen können bei verschiedenen Stellen Zuschüsse bzw. Darlehen beantragt werden.

Die **Krankenkassen** gewähren Hilfsmittel, um eine körperliche Einschränkung auszugleichen. Voraussetzung ist die Verordnung der Hilfsmittel durch den Arzt. Um die Unterstützung zu erhalten, müssen Sie die Verordnung und eine entsprechende Begründung bei Ihrer zuständigen Krankenkasse einreichen.

Auch die **Pflegekassen** geben Kostenzuschüsse (ab Pflegegrad 1 bis zu 4000,00 €) für Wohnumfeld verbessernde Maßnahmen, wenn dadurch die selbstständige Lebensführung eines pflegebedürftigen Menschen wiederhergestellt oder die häusliche Pflege erleichtert werden kann. In diesen Fällen ist ein entsprechender Antrag bei der Pflegekasse zu stellen. Falls ältere und behinderte Menschen nicht selbst über ausreichende finanzielle Mittel verfügen oder die Hilfe anderer Kostenträger (s.o.) bzw. nahe stehender Angehöriger nicht in Anspruch nehmen können, ist es möglich, im Rahmen der Eingliederungshilfe nach dem SGB Leistungen zur Verbesserung der persönlichen Wohnsituation zu erhalten.

Kontakt:

Sozialamt

Tel.: 0 20 41 / 70 38 66 Oliver Bartosch

Email: oliver.bartosch@bottrop.de

Hinweis

Weiterhin fördert das Land NRW die barrierefreie Umgestaltung von Wohnraum durch den Einsatz zinsgünstiger Baudarlehen.

4.2. Seniorenwohnungen

Möchten Sie in einer seniorengerechten Wohnung leben?

Seniorenwohnungen orientieren sich nach Lage, Planung, Größe und Ausstattung an den speziellen Bedürfnissen der älteren Generation. Es handelt sich meist um komplett abgeschlossene Wohnungen mit 1-2 Zimmern, Küche und Balkon, mit barrierefreier Ausrüstung im Eingangs- und Wohnbereich, extra breiten Türen, Halt- und Stützvorrichtungen und behindertengerechten Sanitäreinrichtungen; außerdem sollte eine Hausnotrufanlage vorhanden sein. Zusätzlich muss ein ausreichendes Angebot an Service- und Betreuungsleistungen im Bedarfsfall oder auf Wunsch zur Verfügung stehen, damit die Selbständigkeit der BewohnerInnen gewährleistet ist.

Ebenso wichtig ist das Vorhandensein von Einkaufsmöglichkeiten, Banken, medizinischen Einrichtungen, Apotheken und Haltestellen öffentlicher Verkehrsmittel in der Nähe.

Wer kann eine Seniorenwohnung beziehen?

Um eine Seniorenwohnung beziehen zu können, muss man das 60. Lebensjahr vollendet haben, bei Paaren muss ein Partner / eine Partnerin diese Voraussetzung erfüllen.

Welche Arten von Seniorenwohnungen gibt es?

Bei Seniorenwohnungen unterscheidet man zwischen öffentlich-geförderten und freifinanzierten.

Öffentlich-geförderte Seniorenwohnungen

In Bottrop existieren ca. 1.400 Seniorenwohnungen, von denen etwa die Hälfte mit öffentlichen Mitteln finanziert sind.

Damit unterliegen diese preiswerten Mietwohnungen den Bestimmungen des sozialen Wohnungsbaus und sind nur Personen zugänglich, die einen Wohnberechtigungsschein besitzen, d.h. deren Einkommen eine bestimmte Grenze nicht überschreitet.

Diese liegt z.Zt. für Alleinstehende bei jährlich 19.350 € und für Ehepaare bei jährlich 27.310 €.

Modernes Wohnen im Alter

Genießen Sie die Vorzüge einer barrierearmen oder barrierefreien Wohnung – für mehr Lebensqualität im Alter.

Ihr barrierearmes oder barrierefreies Zuhause

Interesse?

Telefon: 0234/414 700 000
E-Mail: service@vonovia.de
www.vonovia.de

VONOVIA

Zur Beantragung des Berechtigungsscheins müssen Einkommensnachweise, wie z.B. Rentenbescheide und vorhandene Schwerbehindertenausweise bzw. Bescheide über Pflegegrade, vorgelegt werden.

Die Anträge können beim **Stadtplanungsamt**, Abteilung für Wohnungswesen gestellt werden
Tel.: 0 20 41 / 70 34 77 Claudia Budke
Tel.: 0 20 41 / 70 32 47 Stefanie Bräsecke

Nach der Erteilung des WBS hilft Ihnen dann die kommunale Wohnungsvermittlung weiter.
0 20 41 / 70 34 15 Dennis Kappes

Freifinanzierte Seniorenwohnungen

Knapp ein Viertel der Seniorenwohnungen in Bottrop können frei vergeben werden und unterliegen demnach auch nicht den planerischen und baulichen Auflagen der öffentlich-geförderten Wohnungen.

Zielgruppe dieser Einrichtungen (z.B. Seniorenresidenzen) sind gut situierte SeniorInnen, die problemlos die höheren Kosten für Miete und Nebenkosten aufbringen können. Gehobener Komfort, alters- und behindertengerechte Ausstattung, Freizeitangebote und eine Reihe zusätzlicher Serviceleistungen gehören zum Standard.

Wartezeiten einkalkulieren

Selbst bei akuten Notsituationen besteht oft nicht die Chance, sofort in eine Seniorenwohnung umziehen zu können, da momentan in Bottrop nur ein begrenztes Kontingent an geeigneten Objekten zur Verfügung steht. Bei den besonders attraktiven Wohnangeboten geht das Einzugsgebiet über die Grenzen Bottrops hinaus; die Wartelisten sind entsprechend lang. (Wartezeit gegenwärtig ca. 2 Jahre)

4.3. Betreutes Wohnen

„Betreutes Wohnen“, „Wohnen mit Service“, „Wohnen und mehr“, „Wohnen plus“ sind nur einige Bezeichnungen für eine spezielle Art von Seniorenwohnungen, die sich als mögliche Alternative zur Senioreneinrichtung, wachsender Beliebtheit erfreut.

Auch in Bottrop steht eine große Anzahl Wohnungen, die Betreutes Wohnen und Wohnen mit Grund- und Sonderservice anbieten, zur Verfügung.

Die grundsätzliche Idee des Betreuten Wohnens lautet „soviel Selbständigkeit wie möglich, so viel Hilfe wie nötig“. In der Regel handelt es sich um eine Kombination von Wohnraum- und Serviceangeboten. Die erwünschte Autonomie bleibt erhalten, Hilfe kann nach individuellem Bedarf angefordert werden.

DIN-Norm sorgt für mehr Transparenz des Angebotes

Bisher war der Begriff „Betreutes Wohnen“ inhaltlich nicht eindeutig definiert und wurde für die unterschiedlichsten Wohnformen benutzt.

Seit September 2006 legt die DIN-Norm 77.800 die Qualitätsanforderungen einheitlich fest. Die Anbieter von Seniorenwohnungen haben nunmehr die Möglichkeit, ihr Leistungsangebot überprüfen zu lassen und eine Zertifizierung zu erlangen.

Um eine Zertifizierung zu erreichen, werden folgende Schwerpunkte überprüft:

- **Informationsgestaltung/ Transparenz der zu erbringenden Dienstleistungen** (unterschieden nach Grund- und Wahlleistungen)
Dazu gehören neben den allgemeinen Betreuungsleistungen u.a. Haustechnischer Service, Notrufsicherung, Beratungs- und Organisationstätigkeiten, soziale und kulturelle Betreuung.
- **Detailinformationen über das Wohnangebot**
Dazu zählen u.a. Daten zur Wohnanlage wie Träger, Größe, Gemeinschaftseinrichtungen, Barrierefreiheit sowie Angaben zur Wohnungsgröße und -ausstattung, Infrastruktur, Zulässigkeit von Haustieren.
- **Angaben zur Vertragsgestaltung**
Darunter fallen u.a. Miethöhe, Mietnebenkosten, Kosten der monatlichen Grundleistung,

Preisliste der Wahlleistungen und Finanzierungsmöglichkeiten.

- **Qualitätssichernde Maßnahmen**

Dazu zählen Aussagen über das Anforderungsprofil des Betreuungspersonals, die Einrichtung von Gremien, die die Einhaltung der DIN-Norm vorantreiben und überprüfen.

Verschiedene Wohnformen – welche ist die richtige für mich?

Durch die Einführung der DIN-Norm werden die am Markt befindlichen Wohnangebote und Dienstleistungen überschaubarer.

Das DIN-Geprüft-Zertifikat ist zeitlich befristet. Die jeweiligen Einrichtungen werden in regelmäßigen Abständen vor Ort kontrolliert.

Alle diese Maßnahmen tragen dazu bei, dass die Auswahl der passenden Einrichtung für die zukünftigen BewohnerInnen und deren Angehörige leichter und sicherer wird.

Informieren Sie sich rechtzeitig über die verschiedenen Unterbringungsmöglichkeiten, d.h. solange Sie gesundheitlich noch dazu in der Lage sind.

Wenn Sie in eine seniorengerechte Wohnung in Bottrop umziehen möchten, müssen Sie mo-

mentan mit einer Wartezeit von ca. zwei Jahren rechnen. Darum ist es wichtig, sich rechtzeitig anzumelden, damit Sie Ihre persönlichen Wunschvorstellungen realisieren können.

Näheres über Ausstattungsmerkmale, Kosten, Träger usw. erfahren Sie in der Broschüre **"Selbständig wohnen im Alter"**. Kostenlos im Sozialamt erhältlich.



Senioren und Pflege **caritas** bottrop
 Caritasverband für die Stadt Bottrop e. V.



- Häusliche Alten-, Kranken- und Behindertenpflege
- Hauswirtschaft und Betreuung
- Beratungsgespräche
- Verhinderungspflege
- Individuelle Hilfen für dementiell Erkrankte
- HausNotRuf
- Palliativpflege

Sicher und selbstbestimmt Zuhause leben

Sie fühlen sich Zuhause wohl und möchten möglichst lange Ihr vertrautes Leben aufrecht erhalten. Doch ganz ohne Hilfe geht es nicht. Sie möchten Familie und Bekannte nicht zu sehr einspannen?

Dann wenden Sie sich an uns!

Die ambulanten sozial-pflegerischen Dienste der Caritas bieten Ihnen individuelle, fachlich kompetente Pflege und Betreuung sowie Hilfen im Haushalt an. **Wir beraten Sie gerne zu unseren Angeboten.**



Caritas
ambulanter Pflegedienst
 24-Std. Erreichbarkeit

Görkenstraße 40
 46242 Bottrop
TEL 02041 501-180

MAIL pflegedienst@caritas-bottrop.de
www.caritas-bottrop.de

Checkliste für den Umzug in eine Seniorenwohnung



Astrid Götze-Happe/pixelio.de

Definieren Sie Ihre eigenen Wünsche und Vorstellungen.

- Wo möchte ich wohnen (ländlich, zentral, in der Nähe der Kinder, Enkelkinder, in meinem alten Wohnviertel)?
- Wie mobil und flexibel bin ich (geeignete Infrastruktur vorhanden)?
- Welche Ansprüche habe ich (Kulturangebot, Einkaufsmöglichkeiten, Wohnungsausstattung, Umgebung)?
- In welchen Bereichen brauche ich Hilfe?
- Wie sieht es mit meinem persönlichen Finanzspielraum aus (was kann ich mir leisten)?
- Ist die Mitnahme von Haustieren erlaubt?

Vorgehensweise bei der Wohnungssuche

- Nutzen Sie Prospekte, Broschüren, Darstellungen der Einrichtungen im Internet.

- Lassen Sie sich ausführlich beraten (Sozialamt, Senioren- und Pflegeberatung, kirchliche und private Träger).
- Besichtigen Sie mit einer Vertrauensperson die Wohnung und die Umgebung der Einrichtung. (Infrastruktur, Ärzte, Apotheken, Freizeit- und Einkaufsmöglichkeiten, Parkanlagen etc.).
- Unterhalten Sie sich, wenn möglich, mit BewohnerInnen der für Sie in Frage kommenden Anlagen.
- Prüfen Sie, welche konkreten Leistungen pauschal durch den Grundservice abgedeckt sind und welche Zusatzleistungen Sie extra bezahlen müssen.
- Fragen Sie, ob die Möglichkeit besteht, einige Tage zur Probe zu wohnen.
- Prüfen Sie in Ruhe die Vertragsinhalte bzw. lassen sie diese durch einen Experten prüfen (keine Scheu vor Detailfragen; Anwesenheit einer Vertrauensperson empfehlenswert).



Wir haben ein
für Senioren.



Und wir schaffen Fakten:

Barrierearme Wohnungen, wo immer es möglich ist.
Und: Mit **jedem Neubau** werden es mehr.

f GBB.Bottrop gbb_bottrop
Südring 53a · 46242 Bottrop
www.gbb-bottrop.de



„Leben, so wie ich es will.“



KWA Club 
Jetzt informieren
und Vorteile sichern
0800 592 2582
(Anruf gebührenfrei)

Leben Sie selbständig, unabhängig und sicher in der Gemeinschaft unseres Wohnstifts.

- 104 attraktive Wohnungen.
- Pflegedienst rund um die Uhr.
- Stationärer Pflegebereich und Kurzzeitpflege.
- Abwechslungsreiche Veranstaltungen.
- Gemütliches Cafe und Restaurant.
- Gästezimmer zum Probewohnen.

Besuchen Sie uns, wir freuen uns auf Sie! Rufen Sie uns an unter 02041 696-900.

KWA Stift Urbana im Stadtgarten

Im Stadtgarten 2, 46236 Bottrop
Telefon 02041 696-900, www.kwa.de



KWA Stift Urbana:

Selbstbestimmt leben – gut betreut wohnen

Ein kompetenter Partner für Wohnen, Betreuung und Service

Lebensqualität im Alter – das bedeutet besonders den Erhalt der persönlichen Unabhängigkeit und Eigenständigkeit. Seit nunmehr 25 Jahren bietet das KWA Stift Urbana älteren Menschen den passenden Rahmen für ein niveauvolles, selbstbestimmtes und sicheres Leben in Gemeinschaft. In den privaten vier Wänden im KWA Stift Urbana schaffen sich die Bewohner ihr Zuhause in einem gepflegten Ambiente, mit den eigenen Möbeln

und lieb gewordenen Erinnerungsstücken. Ein umfangreicher Service und individuelle Angebote ermöglichen eine neue Freiheit. Egal, ob man die hauswirtschaftlichen Dienstleistungen, das abwechslungsreiche Kultur- und Freizeitprogramm oder die täglich frische Menüauswahl der Stiftsküche nutzt, KWA möchte im Alltag, soweit gewünscht, entlasten und unterstützen.

4.4. Stationäre Senioreneinrichtungen

Senioreneinrichtungen- und -betreuungseinrichtungen gehören zu den stationären Pflegeeinrichtungen, in denen die BewohnerInnen nicht nur vorübergehend umfassend versorgt werden. Bottrop hat z.Zt. 15 Einrichtungen mit insgesamt 1318 Pflegeplätzen.

In den Senioreneinrichtungen leben Menschen, die nicht pflegebedürftig sind, aber es nicht mehr schaffen ihren eigenen Haushalt zu führen und ihren Alltag zu regeln.

Grundsätzlich gilt, durch umfassende ambulante Betreuung (ambulante Dienste), einen stationären Aufenthalt solange wie möglich hinauszu zögern, so dass die SeniorInnen in ihrer eigenen, vertrauten Wohnung bleiben können. Das bedeutet, dass der Umzug in eine Senioreneinrichtung praktisch erst dann erfolgt, wenn ein Pflegegrad vorliegt.

In der Seniorenbetreuungseinrichtung erhalten alte, chronisch kranke, behinderte und/ oder pflegebedürftige SeniorInnen Unterkunft, Verpflegung und umfassende pflegerische, therapeutische und psychosoziale Betreuung.

Wann ist der Umzug in eine Betreuungseinrichtung sinnvoll und notwendig?

Für allein lebende pflegebedürftige Menschen kann es ab einem bestimmten Zeitpunkt zu schwierig oder auch gefährlich werden, weiter alleine im vertrauten Zuhause zu leben, auch wenn die Unterstützung durch ambulante Dienste gewährleistet ist.

Die Vollversorgung in einer Einrichtung befreit dann von den Alltagsproblemen und die pflegerische und medizinische Versorgung ist permanent verfügbar. Zusätzlich kann ein Umzug aus der Isolation heraushelfen, Kontaktmöglichkeiten schaffen, Abwechslung bieten (Freizeitangebote) und sich insgesamt positiv auf Geist und Körper auswirken (aktivierende Pflege).

Welche Arten von Betreuungseinrichtungen gibt es?

Die Betreuungseinrichtungen werden von unterschiedlichen Trägern geführt und verwaltet. Für die Umsetzung der Vorhaben des Trägers, für die Geschäfts- und Wirtschaftsführung der Einrichtung etc. ernannt der Heimträger eine Heimleitung. Die Trägerschaft, in der eine Einrichtung steht, sagt jedoch nichts über die Qualität aus.

Man unterscheidet:

- **freigemeinnützige Träger**
Hierzu gehören kirchliche Träger (Caritas, Diakonie) und Träger, die den anderen Wohlfahrtsverbänden angeschlossen sind (Arbeiterwohlfahrt, Deutsches Rotes Kreuz, Deutscher Paritätischer Wohlfahrtsverband NRW e.V.)
- **privatgewerbliche Träger**
Hierzu gehören Privatpersonen, Gesellschaften etc. Die bauliche Situation, Ausstattung, Bewohner- und Personalstruktur ist sehr unterschiedlich. Die meisten der Bottroper Einrichtungen wurden inzwischen durch Umbau-, Neubau oder Renovierungsmaßnahmen den gültigen Wohnstandards angepasst.

Welche Leistungen werden in Betreuungseinrichtungen angeboten?

- **Unterkunft:**
Einzelzimmer (14qm) oder Doppelzimmer (24qm) mit Bad/Dusche. Eigenes Mobiliar oder persönliche Dinge (Sessel, Regal, Fernseher, Bilder etc.) können nach Absprache mitgebracht werden. Ebenfalls werden angeboten: Gemeinschaftsanlagen, Pflegebäder, behindertengerechte Toiletten, Gemeinschaftsräume,

Notrufanlage in allen Räumen und am Bett.

- **Pflege**
Grund- und Behandlungspflege durch ausgebildetes Fachpersonal einschließlich der Nachtwache
- **Verpflegung**
Frühstück, Mittagessen, Nachmittagskaffee, Abendessen und Diät- oder Schonkost je nach ärztlicher Verordnung.
- **Soziale Betreuung**
Kommunikation, Beschäftigungstherapie, Gruppenveranstaltungen, Gymnastik, Spaziergänge, Hilfen bei der Erledigung von Bank- oder Behördengängen, Begleitung zum Arzt etc.
- **Personal**
Altenpfleger, Sozialarbeiter, auf ärztliche Anordnung kommen auch andere Fachleute wie z.B. Logopäden, PsychotherapeutInnen in die Einrichtung
- **Ärztliche Betreuung**
grundsätzlich durch den Hausarzt oder durch einen Arzt ihrer Wahl

Gerade im Bereich der zwischenmenschlichen Betreuung spielt in vielen Einrichtungen die Einbeziehung von Angehörigen und ehrenamtlichen Helferinnen und Helfern eine wichtige Rolle.

Der Kontakt zur Familie ist ein wichtiges Bindeglied zur Außenwelt. Neben den regelmäßigen Besuchen können Angehörige an Festen und Veranstaltungen teilnehmen oder als Interessenvertreter im Beirat der Einrichtung mitarbeiten.

Die "Ehrenamtlichen" übernehmen ebenfalls wichtige Funktionen bei der Unterhaltung und Aktivierung der älteren Menschen. Sie machen Besuche, führen Gespräche, lesen vor, erledigen Besorgungen, begleiten bei Spaziergängen und werden so zu unverzichtbaren Bezugspersonen.

Welche Unterlagen sind für die Aufnahme in eine Senioreneinrichtung erforderlich?

Zur Aufnahme in eine Pflegeeinrichtung muss ein schriftlicher Antrag gestellt werden, dem neben den Personaldokumenten des/ der Pflegebedürftigen auch Unterlagen über die Pflegebedürftigkeit (z.B. ärztliche Atteste) und über die finanziellen Verhältnisse beigelegt werden müssen.

Heimaufnahmeantrag

Füllen Sie den Aufnahmevertrag einer stationären Einrichtung vollständig aus und fügen alle erforderlichen Unterlagen bei und unterschreiben Sie ihn selbst (oder ggf. ein Bevollmächtigter).

- **Ärztlicher Fragebogen**

Ihr Hausarzt oder Krankenhausarzt füllt für Sie einen aktuellen „Ärztlichen Fragebogen“ aus. Fügen Sie diesen ebenfalls dem Aufnahmevertrag bei.

- **Heimnotwendigkeitsbescheinigung**

Entfällt und ist ab Pflegegrad 2 gegeben.

- **Klärung der Kostenübernahme**

Bei Selbstzahlern: Schriftliche Kostenübernahmegarantie des zukünftigen Bewohners / der Bewohnerin bzw. der Angehörigen oder Bescheinigung über die Antragstellung auf Übernahme von **Heimpflegekosten durch das Sozialamt**.

Bitte dafür zur Antragsstellung folgende Unterlagen mitbringen:

Personalausweis

aktuelle Rentenbescheide und sonstige Einkommensnachweise (z. B. Blindengeld)

Kontoauszüge der letzten 3 Monate

Höhe der Miete (aufgeschlüsselt nach Kaltmiete, Nebenkosten und Heizkosten)

Anschriften und Geburtsdaten der Kinder; ggf. Stammbuch

Einstufung in den Pflegegrad

Schwerbehindertenausweis

Bestell-Urkunde (BetreuerIn) oder Vollmacht

zusätzlich bei Eheleuten:

Rentenbescheide beider EhepartnerInnen
Unterlagen über Hausrat- und Haftpflichtversicherungen

Schwerbehindertenausweise beider EhepartnerInnen

Falls außerdem vorhanden :

Sparbücher und Nachweise über sonstige Wertanlagen, einschließlich Zinsnachweise
Unterlagen über Sterbe- und Lebensversicherungen

(bei Eheleuten von beiden Partnerinnen und Partnern)

Bestattungsvorsorgeverträge

(bei Eheleuten von beiden Partnerinnen und Partnern))

Unterlagen über Haus- und Grundbesitz, z. B. Mieteinnahmen

Übertragungsverträge bei Haus- und Grundbesitz, auch wenn sie älter als 10 Jahre sind sowie aktuelle Grundbuchauszüge

Unterlagen über verschenktes Vermögen innerhalb der letzten 10 Jahre

- **Bescheid der Pflegekasse über den Pflegegrad**

Damit die Pflegeversicherungsleistungen in voller Höhe gezahlt werden, muss die Erforderlichkeit der Pflege in einer Einrichtung beste-

hen. Nach Möglichkeit sollte der Medizinische Dienst der Pflegekassen Ihren Pflegegrad festgestellt haben.

- **Sämtliche aktuelle Einkommensunterlagen**

Rentenbescheide, Krankenversicherungskarte, Schwerbehindertenausweis, Kopie des Personalausweises



Uta Herbert/pixelio.de

Wie lässt sich ein Platz in einer Einrichtung finanzieren?

Die Kosten der stationären Dauerpflege können gemäß den Bestimmungen der Pflegeversicherung von den Pflegekassen bis zu einem monatlichen Höchstbetrag übernommen werden. Die monatlichen Leistungen der Pflegekasse bei vollstationärer Pflege sind nach Pflegegraden aktuell wie folgt gestaffelt:

- Pflegegrad 1 125 €
- Pflegegrad 2 770 €
- Pflegegrad 3 1.262 €
- Pflegegrad 4 1.775 €
- Pflegegrad 5 2.005 €

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung müssen Sie selbst zahlen.

Zur Deckung der monatlichen Entgelte für Einrichtungen wird neben den Versicherungsleistungen (Pflegegeld) das gesamte Einkommen (Pension, Rente und Vermögen) herangezogen. Soweit dies nicht ausreicht, sind folgende ergänzende Leistungen möglich:

- Inanspruchnahme des Pflegegeldes
- Hilfe zur Pflege

In diesem Zusammenhang findet auch die Prüfung der Unterhaltspflicht der Kinder statt.



Wichtig

Detailfragen klären Sie bitte direkt beim **Sozialamt**, Senioren- und Pflegeberatung
Tel.: 0 20 41 / 70 43 91 Melanie Unruh
Email: melanie.unruh@bottrop.de

Ist abzusehen, dass eine Leistung in Anspruch genommen werden muss, so ist der Antrag unbedingt **vor** Einzug in eine Betreuungseinrichtung zu stellen.

Kontrolle und Mitbestimmung – aber wie?

2009 wurde das Heimgesetz vom „Wohn- und Teilhabegesetz“ (WTG) abgelöst.

Das WTG ist ein Gesetz zum Schutz älterer und pflegebedürftiger volljähriger Menschen, die in Betreuungseinrichtungen leben.

Die Behörde, die mit der Überwachung solcher Einrichtungen beauftragt ist (Heimaufsicht), hat die Aufgabe, die Qualität durch Beratung und Überprüfung der korrekten Anwendung der gesetzlichen Bestimmungen zu sichern. Damit ist für die BewohnerInnen ein möglichst selbstbestimmtes Leben mit soviel Pflege wie nötig gewährleistet. Die Heimaufsicht ist ebenfalls Anlaufstelle für Beschwerden von Seiten der

BewohnerInnen oder Angehörigen, wenn Gespräche mit der Leitung der Einrichtung nicht zur Lösung der Probleme führen.

Das WTG garantiert den Bewohnerinnen und Bewohnern die Mitwirkung und Mitbestimmung in Angelegenheiten wie Unterkunft, Betreuung, Aufenthaltsbedingungen, Heimordnung, Verpflegung und Freizeitgestaltung.

Zu diesem Zweck wird ein BewohnerInnenbeirat gewählt, dessen Mitglieder die Interessen und Belange der Seniorinnen und Senioren vertreten. Diesem Beirat können außerdem externe Personen (Angehörige, Betreuer, sonstige Vertrauenspersonen, Mitglieder von Senioren- und Behindertenorganisationen) angehören. Kann kein Beirat gebildet werden, übernimmt ein Ersatzgremium oder eine einzelne Vertrauensperson seine Aufgaben.

Kontakt:

Sozialamt, Heimaufsicht

Tel.: 0 20 41 / 70 42 70 Andrea Bartosch

Tel.: 0 20 41 / 70 36 65 Julia Christmann

Fax: 0 20 41 / 70 36 10

Email: heimaufsicht@bottrop.de

4.5. Teilstationäre Pflege und Kurzzeitpflege

Teilstationäre Tagespflege

Die Tagespflege ist eine notwendige und sinnvolle Ergänzung zum Angebot vollstationärer Versorgung.

Es handelt sich um ein teilstationäres Angebot, das an Werktagen von morgens bis nachmittags alten und kranken Menschen offen steht, die nicht allein in der eigenen Wohnung leben können und tagsüber auf Unterstützung angewiesen sind. Während der übrigen Zeit und am Wochenende werden sie zu Hause von Familienangehörigen oder anderen Personen versorgt.

Tagespflege beinhaltet Mahlzeiten, pflegerisch aktivierende Betreuung und Kontaktmöglichkeiten. Alle erforderlichen Grund- und Behandlungspflegemaßnahmen werden ebenfalls durchgeführt.

Der Aufenthalt in der Tagespflege kann bei 1-5 Tagen in der Woche liegen. Die Pflegekassen übernehmen anteilig - je nach Pflegegrad - die Kosten.

Die Einrichtungen der teilstationären Pflege stellen eine wichtige Entlastungsfunktion für pflegende Angehörigen dar.

Informationen dazu gibt es bei der Senioren- und Pflegeberatung im Sozialamt.

In Bottrop gibt es folgende Einrichtungen, die Tagespflege anbieten:

ASB Tagespflege „Zur Gartenstadt“

An der Kommende 13, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 3 75 44 20, Fax: 0 20 41 / 3 75 44 29
Email: tagespflege@asb-ruhr.info
www.asb-ruhr.de

ASB interkulturelle Tagespflege

„Am Germaniahof“
Horster Straße 89, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 76 12 76, Fax: 0 20 41 / 76 12 78
Email: tagespflege-germaniahof@asb-ruhr.info
www.asb-ruhr.de

ASB Tagespflege

„Am Lamperfeld“
Am Lamperfeld 7, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 3 75 44 10, Fax: 0 20 41 / 3 75 44 26
Email: tagespflege-lamperfeld@asb-ruhr.info
www.asb-ruhr.de



**Gegen Altersfalten gibt es Cremes.
Für Lachfalten unsere ASB Tagespflegen.**



Gut leben im Alter

Tagespflege und Kurzzeitpflege

Otto-Joschko-Str. 8-10 - 46236 Bottrop

Tel: 02041 160 165

www.pflegeinbottrop.de

Diakonie.Zentrum

Otto-Joschko-Str.8-10, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 16 01 65

MalTa (Malteser Tagestreff Bottrop)

(Menschen in der Frühphase der Demenz)

Scharfstr. 13, 46240 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 3 75 46 42, Mario Schneeberg

Email: mario.schneeberg@malteser.org

Kurzzeitpflegeplätze

Die Kurzzeitpflege ist eine zeitlich befristete (in der Regel 4 Wochen) stationäre Ganztagsbetreuung pflegebedürftiger Menschen.

Diese Form der Pflege ist in folgenden Fällen sinnvoll:

- als Entlastung pflegender Angehöriger (bei Urlaub, Krankheit etc.)
- im Krisenfall, wenn der Gesundheitszustand des Pflegebedürftigen sich akut verschlechtert
- nach einem Krankenhausaufenthalt zur Mobilisierung und Rehabilitation
- wenn zu klären ist, ob eine stationäre Versorgung auf Dauer notwendig ist
- als Überbrückung bis ein Dauerpflegeplatz gefunden ist.

Die Leistungen der Kurzzeitpflege werden von den Pflegekassen teilweise übernommen. Die Übernahme weiterer Kosten ist auf Antrag möglich.

Informationen erhalten Sie bei der Senioren- und Pflegeberatung im Sozialamt.



Gut leben im Alter

Kurzzeit- und Langzeitpflege

Seniorenzentrum Hans Dringenberg

Welheimerstr. 87 - 46238 Bottrop

Tel: 02041 / 77207152

E-Mail: szhd@diakonisches-werk.de

Seniorenzentrum Käthe Braus

Neustr. 25 - 46236 Bottrop

Tel: 02041 7094113

E-Mail: szkb@diakonisches-werk.de

www.pflegeinbottrop.de

Checkliste Auswahl der richtigen Senioren-bzw. Seniorenbetreuungseinrichtung

- Standort der Einrichtung
Vertrautes Stadtviertel, Stadtzentrum, Stadtrandlage oder eine dörfliche/ländliche Umgebung?
Soll die Einrichtung in der Nähe Ihrer Angehörigen, Familie, Bekannten und Freunde liegen?
Gibt es Einkaufsmöglichkeiten, gute Verkehrsverbindungen mit öffentlichen Verkehrsmitteln etc.?
- Träger des der Einrichtung
Soll der Träger, freigemeinnützig, kirchlich oder privat sein?
Bitte beachten: der Träger muss mit den Kranken- bzw. Pensionskassen einen Kostenübernahmevertrag abgeschlossen haben. Bei privaten Trägern nach Art der Finanzierung erkundigen.
- Besuch vor Ort
Verschaffen Sie sich einen persönlichen Eindruck. Führen Sie mit den Verantwortlichen der Einrichtung ein Beratungsgespräch, fragen Sie nach Wartezeiten und lassen sich Zimmer und andere Räumlichkeiten zeigen.
- Können eigene Möbel und persönliche Dinge mitgebracht werden?
- Sind Haustiere erlaubt?
- Besteht die Möglichkeit zum Probewohnen?
- Mustervertrag
Fragen Sie nach einem Hausprospekt und bitten Sie um Vorlage eines Musterheimvertrages. Prüfen Sie die Unterlagen zu Hause in Ruhe.
- Therapieangebote
Welche Programme gibt es (Gymnastik, Bewegungstraining, Gedächtnistraining, Kreativkurse, Veranstaltungen)?
- Personal
Fragen Sie nach dem Anteil an ausgebildeten Fachkräften in der Einrichtung (mindestens 50 % examiniertes Personal bei Beschäftigten, die mit betreuenden Tätigkeiten beauftragt sind).



Jan Tornack/pixelio.de

- Aktivierende Pflege
Existieren Konzepte und Mittel, die BewohnerInnen zu aktivieren, die körperliche und geistige Mobilität zu fördern?
 Klären Sie ab, was zu den Regelleistungen zählt und welche Dienste zusätzlich gegen besonderes Entgelt angeboten werden.
- Gespräche mit dem Bewohnerinnen- und Bewohnerbeirat
Wenn es einen Beirat gibt, führen Sie ein Gespräch mit einem Mitglied des Beirates über die Einrichtung (Atmosphäre, Verpflegung, Umgang mit dem Personal und Zuverlässigkeit, Pflegeleistungen, Angebot an sozialer Betreuung)
Fragen Sie, wenn möglich, auch die BewohnerInnen der Einrichtung nach ihren Eindrücken.

Senioreneinrichtungen in Bottrop

AWO

www.awo.org
Seniorenzentrum Fuhlenbrock
(61 Plätze, davon 6 KZP)
Herder Str. 8, 46242 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 5 65 30

Seniorenzentrum Bottrop
(204 Plätze, davon 10 KZP)
Bügelstr. 25, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 99 23 96

Seniorenzentrum Schattige Buche
(72 Plätze, davon 10 KZP)
Rheinbabenstr. 38, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 77 21 30

Caritas

www.caritas-bottrop.de
Seniorenzentrum St. Teresa
(186 Plätze, davon 8 KZP)
Görkenstr. 42, 46242 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 50 10

Senioreneinrichtung St. Hedwig
(120 Plätze, davon 4 KZP)
Nordring 77, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 9 90 40



Rainer Sturm/pixelio.de

Lorenz Werthmann Haus
(24 Plätze)
Kaplan-Xanten-Str. 12, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 45 / 41 36 11

Haus St. Johannes
(100 Plätze, davon 4 KZP)
Gartenstr. 7 - 13, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Tel.: 0 20 45 / 9 69 91 05

Diakonie

www.seniorenzentrum-kaethe-braus.de
Seniorenzentrum Käthe Braus
(82 Plätze, davon 2 KZP)
Neustr. 25, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 09 41 13
Email: szkb@diakonisches-werk.de

Shabby
und
Chic

mehrere tausend Artikel
auf 500m²
direkt zum Mitnehmen!



Oder besuchen Sie uns online:
www.allerhand-bottrop.de
im Onlineshop,
bei eBay-Kleinanzeigen
oder Facebook

Allerhand



a u s z w e i t e r H a n d

DAS

SECOND-HAND-WARENHAUS

MÖBEL . MODE . DEKO . DESIGN

Gladbecker Str. 246-248 • 46240 Bottrop

Mo - Mi + Fr : 10 bis 19 Uhr
Sa: 10 bis 15 Uhr • Do: geschlossen
Telefon: 0 20 41 - 77 32 70
Mail: info@allerhand-bottrop.de

Umzüge,
Seniorenzüge,
Haushaltsauflösungen,
Entrümpelung und Transport

- für privat und geschäftlich-
(Wertanrechnung möglich)



Von der Planung bis
zur Umsetzung,
bei uns alles kompetent
aus einer Hand!



Mit Sicherheit gewinnen!

Wählen Sie ein Zuhause, das zu Ihnen passt.

Unsere vier Senioreneinrichtungen bieten Ihnen ein Zuhause, in dem Sie sicher und selbstständig leben können.

Was sagt Ihnen besonders zu?

Die Wärme und christliche Nächstenliebe der Schwestern in St. Teresa?
Die Hausgemeinschaften in St. Johannes, in denen Sie vieles selbst tun können?
Die gemütliche Atmosphäre in St. Hedwig?
Oder vielleicht der überschaubare familiäre Rahmen im Lorenz Werthmann Haus?

Schauen Sie sich unsere Häuser an.



www.caritas-bottrop.de

- **Seniorenzentrum St. Teresa**
Görkenstr. 42 | 46242 Bottrop | TEL 02041 501-0
- **Senioreneinrichtung St. Hedwig**
Nordring 77 | 46240 Bottrop | TEL 02041 9904-0
- **Haus St. Johannes**
Gartenstr. 7-13 | 46244 Bottrop-Kirchhellen
TEL 02045 9699-0
- **Lorenz Werthmann Haus**
Kaplan-Xanten-Straße 12
46244 Bottrop-Kirchhellen | TEL 02045 4136-0

www.seniorenzentrum-hans-dringenberg.de
Seniorenzentrum Hans Dringenberg
(80 Plätze, davon 2 KZP)
Welheimer Str. 87, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 77 20 70
Email: szhd@diakonisches-werk.de

DRK

www.drk-bottrop.de
DRK-Haus Rottmannsmühle
(80 Plätze, davon 8 KZP)
Karl-Englert-Str. 43, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 73 73 - 451

Malteser Stift St. Suitbert

(70 stationäre Plätze, 10 KZP, 10 Plätze für Schlaganfallpatienten)
Am Quellenbusch 110, 46242 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 3 07 70

KWA-Stift Urbana

(120 Plätze und 6 KZP)
Im Stadtgarten 2, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 69 69 50

Alloheim-Senioren-Residenz „Christophorus“

(60 Plätze, davon 6 KZP)
Im Beckramen 4, 46242 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 77 59 90
Email: bottrop-christophorus@alloheim.de
www.alloheim.de/pflege-bottrop-christophorus

Alloheim-Senioren-Residenz „Am Ehrenpark“

(51 Plätze, davon 5 KZP)
Am Ehrenplatz 12 -14, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 77 33 70
Email: bottrop-ehrenpark@alloheim.de
www.alloheim.de/pflege-bottrop-ehrenpark

Pflege Plus

Seniorenzentrum am Ostring

(80 Plätze, davon 10 KZP)
Am Ostring 100, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 73 33 90

KZP => Kurzzeitpflegeplätze



Rainer Sturm/pixelio.de

5. Pflege und Hilfe im eigenen Zuhause

Die meisten älteren Menschen möchten so lange wie möglich ein weitgehend selbständiges Leben in ihren eigenen vier Wänden führen.

Was passiert aber, wenn Sie durch Krankheit, Behinderung oder Pflegebedürftigkeit Ihren Alltag nicht mehr eigenständig bewältigen können?

Pflegebedürftig sein und trotzdem in der eigenen Wohnung bleiben – wann ist das möglich?

Was passiert, wenn Sie plötzlich (z.B. nach längerer Krankheit oder Krankenhausaufenthalt) auf die Hilfe anderer angewiesen sind?

Nicht immer sind Bekannte und Verwandte in der Lage, Unterstützung zu leisten. In diesem Fall ist professionelle Hilfe und Pflege nötig, damit Sie in Ihrer eigenen Wohnumgebung sicher und versorgt sind.

Ambulante Pflegedienste und eine Reihe ergänzender Serviceleistungen (komplementäre Dienste) helfen Ihnen, den Alltag zu bewältigen und die Lebensqualität zu vergrößern.

5.1. Ambulante Pflege - Pflegedienste

Kann ein Angehöriger die Pflege übernehmen oder muss in jedem Fall ein Pflegedienst beauftragt werden?

Wenn Angehörige es sich körperlich und psychisch zutrauen, können sie die Betreuung und Pflege selbst übernehmen. Die notwendigen Techniken und Fertigkeiten können in einem Pflegekurs erlernt werden. Die Kurse sind kostenlos und werden von der Pflegekasse, den Wohlfahrtsverbänden u.a. angeboten.

Wann ist es sinnvoll, einen Pflegedienst einzuschalten?

Wenn Ihre Angehörigen/ Freunde berufstätig sind oder aus körperlichen oder anderen Gründen die Pflege nicht übernehmen können, ist es zweckmäßig, die entsprechenden Aufgaben von geschulten Kräften erledigen zu lassen.

Wie finde ich einen geeigneten Pflegedienst?

Trägerunabhängige Pflegeberatung bietet das Sozialamt im Pflegebüro an.

Pflege- und Betreuungsaufgaben werden von privaten Instituten, den Wohlfahrtsverbänden und den Kirchengemeinden übernommen. Alle Anbieter sind durch die Pflegekassen zugelassen und gesetzlich dazu verpflichtet, auf die Qualität ihres Angebotes zu achten (Qualitätszertifikate).

Neben der Qualität spielt auch das angebotene Leistungsspektrum eine Rolle bei der Auswahl des geeigneten Pflegedienstes.

Zu diesen Leistungen gehören:

- Ambulante Pflege
- Hauswirtschaftliche Unterstützung/Haushaltshilfe
- Hausnotrufdienste
- Mahlzeitendienste
- Zusätzliche Betreuungs- und Begleitdienste (Arztbesuche, Behördengänge etc.)

5.2. Pflegeleistungen

Welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein, um Leistungen aus der Pflegekasse beziehen zu können?

Um Leistungen beantragen zu können, müssen Sie Mitglied in einer Krankenkasse sein und Ihre Pflegebedürftigkeit muss nachgewiesen werden. Pflegebedürftig ist, wer körperliche, kognitive, psychische oder gesundheitliche Belastungen nicht selbstständig kompensieren kann. Die Pflegebedürftigkeit muss auf Dauer, voraussichtlich für mindestens sechs Monate und mit der in §15 SGB XI festgelegten Schwere beste-

hen. (Vorliegen eines Pflegegrades). Die Kosten für Pflegeleistungen werden innerhalb eines bestimmten Rahmens von der Pflegekasse übernommen.

Die Pflegekasse ist aber nur eine "Teilkasko-Versicherung". Das bedeutet, dass nicht alle Kosten durch die Pflegeversicherung abgedeckt sind, sondern auch eine Eigenbeteiligung nötig sein kann. Die Pflegekasse ist immer an die Krankenkasse, bei der Sie versichert sind, gebunden. Privatversicherte können die zuständige Pflegekasse den Versicherungsunterlagen entnehmen.

Wenn die Pflegekosten höher sind als die Leistungen der Pflegekasse, kann vom Sozialamt einkommens- und vermögensabhängig eine Aufstockungsleistung übernommen werden.

Die Vermögensschongrenze liegt bei 5.000,00 € (10.000,00 € bei Ehepaaren); die Einkommensgrenzen werden individuell errechnet.

Wird ein Pflegedienst beauftragt, rechnet dieser seine Leistung als Sachleistung unmittelbar mit der Pflegekasse bzw. dem Sozialamt ab.

Spezielle Beratung zu allen Fragen rund um das Thema Pflege und Pflegeleistungen:

Sozialamt / Senioren- und Pflegeberatung

Tel.: 0 20 41 / 70 43 91 Melanie Unruh

Email: melanie.unruh@bottrop.de

Welche Arten von Pflegeleistungen gibt es?

Sie können Pflegegeld, Pflegesachleistungen und Kombinationsleistungen erhalten.

Pflegegeld

Das Pflegegeld dient zur Begleichung von pflegebedingten Mehrkosten. Die Höhe richtet sich nach dem Pflegegrad. Pflegegeld kann beantragt werden, wenn kein Pflegedienst in Anspruch genommen, sondern die Pflege durch private Pflegehilfe geleistet wird. Das Pflegegeld kann aber auch mit Sachleistungen kombiniert werden, so dass ein Pflegedienst nur bestimmte Aufgaben übernimmt.

Das Pflegegeld steht der/dem Pflegebedürftigen selbst zu und wird auf sein Konto überwiesen. Sie/Er kann damit nach Bedarf verfahren.

Welche Verpflichtungen haben Sie, wenn Sie Pflegegeld beziehen?

Wenn Sie Pflegegeld beziehen, sind Sie verpflichtet, in regelmäßigen Abständen einen Pflegeeinsatz durch einen ambulanten Pflegedienst durchführen und sich diesen bescheinigen zu lassen. Dieser Besuch dient der Beratung, Hilfe und Kontrolle. Die Bescheinigung muss termingerecht an Ihre Pflegekasse weitergeleitet werden, sonst könnte es zu Pflegegeldkürzungen kommen. Die genauen Bedingungen erfahren Sie bei Ihrer Pflegekasse.

Pflegegeld als Finanzierung von privaten Pflegeleistungen?

Falls die Pflege von einer nicht erwerbsmäßigen Person ausgeführt wird, ist diese automatisch unfallversichert. Unter bestimmten Voraussetzungen kann die Pflegeperson auf Antrag durch die Pflegekasse auch rentenversichert werden. Nähere Informationen erhalten Sie bei Ihrer Pflegekasse.

Was müssen Sie beachten, wenn Angehörige in Ihrem Auftrag Pflegegeld beantragen möchten?

Den Pflegeantrag müssen Sie in der Regel selbst stellen. Die/der Angehörige benötigt in jedem Fall eine Vollmacht des zu Pflegenden. Es ist nicht zulässig, dass man als Angehörige/r für Eltern oder Ehepartner unterschreibt.

Was bedeutet Pflegesachleistungen?

Unter Pflegesachleistungen versteht man pflegerische Hilfen durch einen ambulanten Pflegedienst. Dieser rechnet die erbrachten Leistungen direkt mit der Pflegekasse ab. Reicht der genehmigte Betrag nicht aus, muss der Pflegebedürftige den Rest aus eigener Tasche zahlen. Bei finanzieller Bedürftigkeit sind ergänzende Leistungen durch das Sozialamt möglich.

Pflegehilfsmittel

Gibt es die Möglichkeit, Zuschüsse zu den Kosten für Pflegehilfsmittel oder pflegerisch notwendige wohnumfeldverbessernde Maßnahmen zu erhalten?

Alle als pflegebedürftig eingestuften Personen haben Anspruch auf einen finanziellen Beitrag zur Bezahlung von Pflegeverbrauchsmaterial (Einmalunterlagen, Schutzschürzen, Einmalhandschuhe, Desinfektionsmittel etc.).

Die Höhe der Unterstützung kann je nach Pflegekasse unterschiedlich sein.

In den letzten Jahren wurde eine Vielzahl nützlicher „Alltagshelfer“ für Menschen mit Handicap entwickelt, die das Leben wesentlich erleichtern können.

Lassen Sie sich im Sanitätshaus über die neuesten Hilfsmittel informieren oder besuchen Sie eine Informationsmesse (z.B. Rehacare, Düsseldorf) – damit Sie trotz Behinderung ein komfortables Leben führen können.

Wohnumfeld

Bei Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes kann ein Zuschuss von 4.000,00 € gewährt werden.

Entlastungsleistungen

Wer hat Anspruch auf den Entlastungsbetrag?

Pflegebedürftige in häuslicher Pflege ab Pflegegrad 1 haben Anspruch auf einen Entlastungsbetrag in Höhe von bis zu 125 Euro monatlich.

Der Betrag ist zweckgebunden für qualitätsgesicherte Leistungen zur Entlastung pflegender Angehöriger. Er soll zur Förderung der Selbstständigkeit und Selbstbestimmtheit der Pflegebedürftigen bei der Gestaltung ihres Alltags dienen. Wird der monatliche Leistungsbetrag nicht vollständig ausgeschöpft, kann er auf den Folgemonat übertragen werden.

Für welche Angebote kann der Entlastungsbetrag verwendet werden?

Der Entlastungsbetrag kann für die Erstattung folgender Leistungen eingesetzt werden:

- Leistungen der Tages- und Nachtpflege
- Leistungen der Kurzzeitpflege
- Leistungen zugelassener Pflegedienste mit dem Angebot zur Unterstützung im Alltag
- Leistungen anerkannter Angebote zur Unterstützung im Alltag (pfaduaia.nrw.de)

Bei den Leistungen der ambulanten Pflegedienste handelt es sich um pflegerische Betreuungsmaßnahmen und Hilfen bei der Haushaltsführung. Pflegebedürftige des Pflegegrades 1 können die Leistungen des Pflegedienstes auch im Bereich der körperbezogenen Selbstversorgung (z.B. Hilfe beim Duschen) einsetzen.

Bei den Unterstützungen im Alltag kann es sich um Tages- und Einzelbetreuung durch ehrenamtliche HelferInnen unter pflegfachlicher Anleitung, um Beratung und gezielte Hilfe für pflegenden Personen (PflegebegleiterInnen) oder praktische Unterstützung bei der Haushaltsführung und Organisation des täglichen Lebens handeln.

Angebote zur Unterstützung im Alltag tragen dazu bei, Pflegepersonen zu entlasten und ermöglichen, dass Pflegebedürftige möglichst lange weitgehend selbstständig im häuslichen und sozialen Umfeld verbleiben können.

Wie erhalte ich den Entlastungsbetrag?

Pflegebedürftige bekommen den Entlastungsbetrag nicht wie das Pflegegeld auf ihr Konto überwiesen. Er kann über professionelle Anbieter mit

Zulassung für Angebote zur Unterstützung im Alltag abgerufen werden. Auch Privatpersonen mit einer 40-Stunden-Schulung durch die Pflegekasse oder einen anerkannten Pflegedienst können davon bezahlt werden.

Um die Kostenerstattung zu erhalten, muss bei der Pflegekasse bzw. dem privaten Versicherer ein Antrag gestellt und die entsprechenden Belege eingereicht werden.

Können Teile der Pflegesachleistungen zur Unterstützung im Alltag genutzt werden?

Ab Pflegegrad 2 können von dem vorrangig für ambulante Pflegesachleistungen vorgesehenen Leistungsbetrag 40% für Unterstützung im Alltag eingesetzt werden. So kann ein Teil der Pflegesachleistungen in einen Anspruch zur Kostenerstattung für anerkannte Leistungen im Alltag umgewandelt werden. Daher wird dieser Anspruch Umwandlungsanspruch genannt.

Um eine entsprechende Kostenerstattung zu erhalten, muss wiederum ein Antrag (mit Belegen) bei der Pflegekasse bzw. dem privaten Versicherungsunternehmen eingereicht werden.



Die nachfolgende Tabelle gibt Ihnen einen Überblick über die Leistungen der Pflegekasse.

Was müssen Sie tun, um Pflegeleistungen zu beantragen?

Ein Anruf bei Ihrer Pflegekasse genügt und die entsprechenden Antragsformulare werden Ihnen zugeschickt. Nach Antragstellung muss Ihnen innerhalb von 2 Wochen ein Beratungsgespräch von Ihrer Pflegekasse angeboten werden.

Sie haben die Möglichkeit eine Geldleistung, Sachleistung oder Kombinationsleistung zu beantragen. Bei der Frage, was für Sie sinnvoll ist, können Sie sich von Ihrer Pflegekasse, den Pflegeberatungsstellen, dem Krankenhaussozialdienst oder dem Pflegebüro beraten lassen.

Was geschieht nachdem der Antrag auf eine Pflegeleistung gestellt wurde?

Bevor Ihr Antrag genehmigt oder abgelehnt wird, findet ein Hausbesuch des medizinischen Dienstes der Krankenversicherung (MD) statt. Dieser Besuch wird in jedem Fall vorher schriftlich oder telefonisch angemeldet. Anhand eines Fragenkataloges wird ihr Pflegebedarf ermittelt (siehe Seite 97).

Die Pflegekasse entscheidet dann, ob ein Pflegegrad zuerkannt wird und schickt Ihnen die Bewilligung oder Ablehnung Ihres Antrags zu. Es gibt je nach Schwere der Beeinträchtigungen fünf Pflegegrade.

Was ist bei der Begutachtung durch den Medizinischen Dienst zu beachten?

Schildern Sie Ihren Gesundheitszustand ehrlich und schämen Sie sich nicht Ihre alltäglichen Handicaps zu erwähnen, denn nur so ist einzuschätzen, in welchem Umfang Sie Hilfe benötigen (Pflegegrad). Teilen Sie Angehörigen/Vertrauenspersonen den Begutachtungstermin mit (diese können wichtige Aussagen bestätigen bzw. ergänzen).

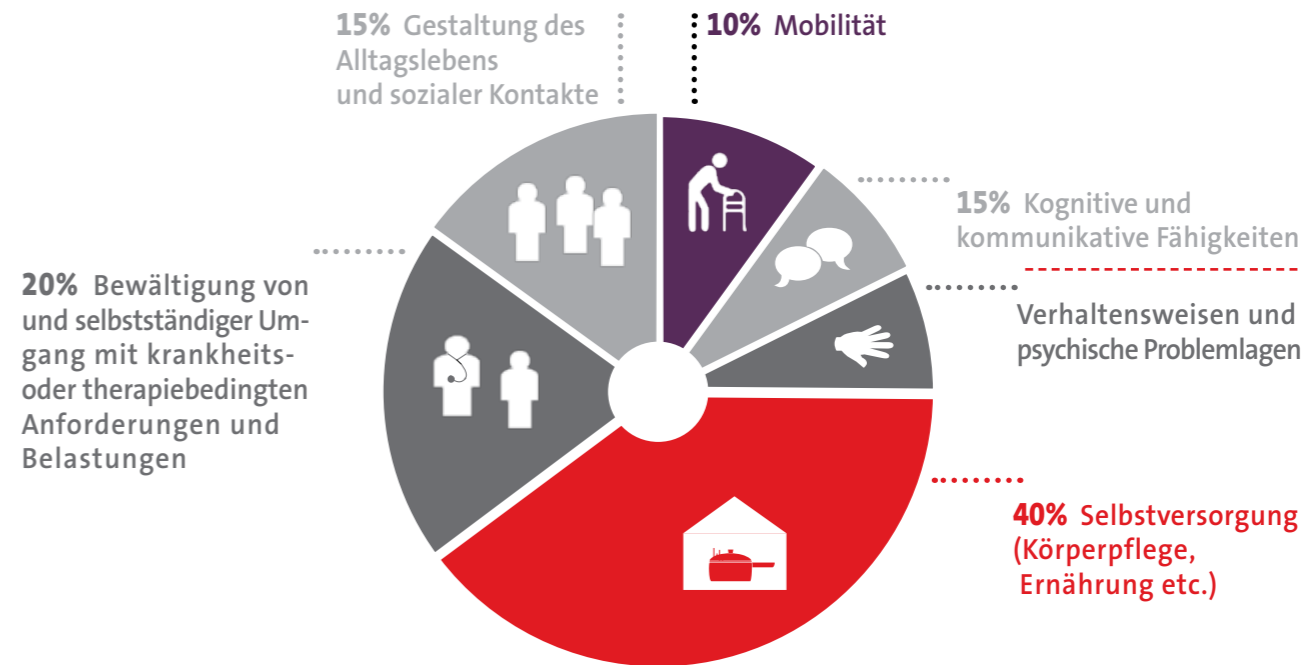
Wie wird die Pflegebedürftigkeit ermittelt?

Für die Begutachtung der Pflegebedürftigkeit werden sechs Lebensbereiche betrachtet und bewertet.

Die nebenstehende Grafik zeigt die einzelnen Bereiche und deren Gewichtung auf.

Der neue Pflegebedürftigkeitsbegriff und das neue Begutachtungsinstrument

Sechs Lebensbereiche ("Module") werden betrachtet und gewichtet





So fühl ich mich sicher...

... wenn ich weiß, dass im Notfall rund um die Uhr jemand erreichbar ist.

Durch Drücken des Alarmknopfes, den ich immer bei mir trage, entsteht eine Sprechverbindung – drahtlos aus jedem Raum der Wohnung. Geschulte Mitarbeitende der Caritas nehmen den Notruf entgegen, informieren Vertrauenspersonen oder rufen professionelle Hilfe.

Rufen Sie uns an, wir beraten Sie gerne:

- Häusliche Alten-, Kranken- und Behindertenpflege
- Hauswirtschaft und Betreuung
- Beratungsgespräche
- Verhinderungspflege
- Individuelle Hilfen für dementiell Erkrankte
- HausNotRuf
- Palliativpflege



Caritas
ambulanter Pflegedienst
24-Std. Erreichbarkeit

Görkenstraße 40
46242 Bottrop
TEL 02041 501-180

MAIL pflagedienst@caritas-bottrop.de
www.caritas-bottrop.de



Rainer Sturm/pixelio.de

Was können Sie tun, wenn Ihr Antrag auf Pflegeleistungen abgelehnt wurde?

Wenn Sie mit Ihrer Leistungseinstufung nicht einverstanden sind oder Sie sich gegen eine Ablehnung zur Wehr setzen wollen, haben Sie die Möglichkeit, Widerspruch einzulegen. Wird dieser abgelehnt, können Sie Klage beim Sozialgericht einreichen. Diese Klage ist gerichtskostenfrei.

Wie sieht so ein Fragebogen aus?

Der ausführliche Fragebogen besteht aus mehreren Teilen (Modulen) mit unterschiedlichen Einstufungen und Punktbewertungen, die in der Gesamtheit später die Errechnung des Pflegegrades ermöglichen.

Die nachfolgenden Formulare zeigen, welche Dinge abgefragt werden, wie sie zu bewerten sind (Punktesystem) und wie der Pflegegrad ermittelt werden kann.

Hinweis: Die Punktzahl aus Modul 5 wird anhand einer speziellen Tabelle errechnet (hier nicht abgedruckt)

Modul 1 - Mobilität (Gewichtung: 10 %)

	selbstständig		überwiegend selbstständig		überwiegend unselbstständig		unselbstständig	
1.1 Positionswechsel im Bett	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
1.2 Halten einer stabilen Sitzposition	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
1.3 Umsetzen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
1.4 Fortbewegung innerhalb des Wohnbereichs	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
1.5 Treppensteigen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
Summe aller Punkte in Modul 1					<input type="text"/>			

Modul 2 - Kognitive und kommunikative Fähigkeiten (Gewichtung: 15 %)

Fähigkeit	unbeeinträchtigt vorhanden		größtenteils vorhanden		in geringem Maß vorhanden		nicht vorhanden	
2.1 Erkennen von Personen aus dem näheren Umfeld	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.2 Örtliche Orientierung	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.3 Zeitliche Orientierung	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.4 Erinnern an wesentliche Ereignisse oder Beobachtungen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.5 Steuern von mehrschrittigen Alltagshandlungen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3

	unbeeinträchtigt vorhanden		größtenteils vorhanden		in geringem Maß vorhanden		nicht vorhanden	
2.6 Treffen von Entscheidungen im Alltag	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.7 Verstehen von Sachverhalten und Informationen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.8 Erkennen von Risiken und Gefahren	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.9 Mitteilen von elementaren Bedürfnissen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.10 Verstehen von Aufforderungen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
2.11 Beteiligen an einem Gespräch	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
Summe aller Punkte in Modul 2					<input type="text"/>			

Modul 3 - Verhaltensweisen und psychische Problemlagen (Gewichtung: 15 %)

Wie oft muss die Pflegeperson unterstützen/ eingreifen?	nie oder sehr selten		selten*		häufig**		täglich	
3.1 Motorisch geprägte Verhaltensauffälligkeiten	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.2 Nächtliche Unruhe	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.3 Selbstschädigendes und autoaggressives Verhalten	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.4 Beschädigen von Gegenständen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.5 Physisch aggressives Verhalten gegenüber anderen Personen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5

	nie oder sehr selten	0	selten*	1	häufig**	3	täglich	5
3.6 Verbale Aggression	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.7 Andere pflegerelevante sprachliche Auffälligkeiten	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.8 Abwehr pflegerischer und anderer unterstützender Maßnahmen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.9 Wahnvorstellungen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.10 Ängste	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.11 Antriebslosigkeit und depressive Stimmungslage	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.12 Sozial unangemessene Verhaltensweisen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
3.13 Sonstige pflegerelevante unangemessene Handlungen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	5
Summe aller Punkte in Modul 3					<input type="text"/>			

*selten: ein- bis dreimal innerhalb von zwei Wochen **häufig: zweimal bis mehrmals wöchentlich, aber nicht täglich

Modul 4 - Selbstversorgung (Gewichtung: 40 %)

	selbstständig	0	überwiegend selbstständig	1	überwiegend unselbstständig	2	unselbstständig	3
4.1 Waschen des vorderen Oberkörpers	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.2 Körperpflege im Bereich des Kopfes (Kämmen, Zahn-/Prothesenpflege, Rasieren)	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3

	selbstständig	0	überwiegend selbstständig	1	überwiegend unselbstständig	2	unselbstständig	3
4.3 Waschen des Intimbereichs	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.4 Duschen und Baden einschließlich Waschen der Haare	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.5 An- und Auskleiden des Oberkörpers	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.6 An- und Auskleiden des Unterkörpers	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.7 Mundgerechte Zubereitung der Nahrung und Eingießen von Getränken	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.8 Essen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	3	<input type="text"/>	6	<input type="text"/>	9
4.9 Trinken	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>	6
4.10 Benutzen einer Toilette oder des Toilettenstuhls	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	4	<input type="text"/>	6

Die folgenden drei Punkte entfallen, wenn keine Inkontinenz vorliegt oder eine normale Ernährung erfolgt.

	nicht täglich, nicht auf Dauer	0	täglich zusätzlich zu oraler Ernährung	6	ausschließlich oder nahezu ausschließlich	3		
4.11 Umgang mit Inkontinenzmaterialien, Urostoma oder Dauerkatheter	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.12 Umgang mit Stuhlinkontinenzmaterialien und Stoma	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
4.13 Ernährung über Sonde oder parenteral	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	6	<input type="text"/>	3		

Summe aller Punkte in Modul 4					<input type="text"/>		
-------------------------------	--	--	--	--	----------------------	--	--

Modul 5 - Umgang mit Erkrankungen (Gewichtung: 20 %)

Häufigkeit der Hilfe (Anzahl eintragen)	entfällt oder selbstständig	pro Tag	pro Woche	pro Monat
5.1 Medikation	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.2 Injektionen	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.3 Versorgung intravenöser Zugänge (Port)	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.4 Absaugen und Sauerstoffgabe	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.5. Einreibung sowie Kälte- und Wärmeanwendungen	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.6. Messung und Deutung von Körperzuständen	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.7. Körpernahe Hilfsmittel (z. B. Brille, Hörgerät, Kompressionsstrümpfe)	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
.....				
5.8. Verbandwechsel und Wundversorgung	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.9. Versorgung mit Stoma	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.10. Regelmäßige Einmalkatheterisierung und Nutzung von Abfuhrmethoden	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.11. Therapiemaßnahmen in häuslicher Umgebung	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Häufigkeit der Hilfe (Anzahl eintragen)

	entfällt oder selbstständig	pro Tag	pro Woche	pro Monat
5.12 Zeit- und technikintensive Maßnahmen in häuslicher Umgebung	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.13 Arztbesuche	<input type="text"/> 0		<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.14 Besuche anderer medizinischer/therapeutischer Einrichtungen	<input type="text"/> 0		<input type="text"/>	<input type="text"/>
5.15 Zeitlich ausgedehnte Besuche medizinischer/therapeutischer Einrichtungen	<input type="text"/> 0		<input type="text"/>	<input type="text"/>
	selbstständig	überwiegend selbstständig	überwiegend unselbstständig	unselbstständig
5.16 Einhaltung einer Diät und anderer krankheits- oder therapiebedingter Verhaltensvorschriften	<input type="text"/> 0	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Die Summe aller Punkte in Modul 5 muss getrennt berechnet werden.

Modul 6 - Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte (Gewichtung: 15 %)

	selbstständig	überwiegend selbstständig	überwiegend unselbstständig	unselbstständig
6.1 Gestaltung des Tagesablaufs und Anpassung an Veränderungen	<input type="text"/> 0	<input type="text"/> 1	<input type="text"/> 2	<input type="text"/> 3
6.2 Ruhen und Schlafen	<input type="text"/> 0	<input type="text"/> 1	<input type="text"/> 2	<input type="text"/> 3
6.3 Sich beschäftigen	<input type="text"/> 0	<input type="text"/> 1	<input type="text"/> 2	<input type="text"/> 3

	selbstständig	überwiegend selbstständig	überwiegend unselbstständig	unselbstständig				
6.4 Vornehmen von in die Zukunft gerichteten Planungen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
6.5 Interaktion mit Personen im direkten Kontakt	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
6.6 Kontaktpflege zu Personen außerhalb des direkten Umfelds	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
Summe aller Punkte in Modul 6				<input type="text"/>				

Hinweis: Modul 7 und 8 haben keinen Einfluss auf den Pflegegrad, sondern werden bei der Pflegeplanung, Pflegeberatung und Versorgungsplanung berücksichtigt. Hier werden keine Punkte vergeben, sondern es wird lediglich das Zutreffende angekreuzt.

Modul 7- Außerhäusliche Aktivitäten

	selbstständig	überwiegend selbstständig	überwiegend unselbstständig	unselbstständig				
7.1 Verlassen des Wohnbereichs/ der Einrichtung	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
7.2 Fortbewegung außerhalb des Wohnbereichs/der Einrichtung	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
7.3 Nutzung öffentlicher Verkehrsmittel im Nahverkehr	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
7.4 Mitfahren in einem Kraftfahrzeug	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3
7.5 Teilnahme an kulturellen, religiösen, sportlichen Veranstaltungen	<input type="text"/>	0	<input type="text"/>	1	<input type="text"/>	2	<input type="text"/>	3

	selbstständig	überwiegend selbstständig	überwiegend unselbstständig	unselbstständig
7.6 Teilnahme an sonstigen Aktivitäten mit anderen Menschen (z. B. organisierte Freizeitaktivitäten, Selbsthilfegruppen, Vereine)	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
7.7 Besuch von außerhäuslichen Aktivitäten	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Bei Mehrfachauswahl ist die Selbstständigkeit bei jeder außerhäuslichen Aktivität einzeln zu bewerten.

Arbeitsplatz	<input type="text"/>	Werkstatt für behinderte Menschen	<input type="text"/>	Tages- oder Nacht- pflegeeinrichtung	<input type="text"/>
Tagesbetreuung	<input type="text"/>	niedrigschwellige Angebote (z. B. ehrenamtliche Helfer)	<input type="text"/>	keine außerhäus- lichen Aktivitäten	<input type="text"/>

Modul 8 - Haushaltsführung

	selbstständig	überwiegend selbstständig	überwiegend unselbstständig	unselbstständig
8.1 Einkaufen für den täglichen Bedarf	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8.2 Zubereitung einfacher Mahlzeiten	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8.3 Einfache Aufräumen- und Reinigungsarbeiten	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8.4 Nutzung von Dienstleistungen	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8.5 Umgang mit finanziellen Angelegenheiten	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>
8.6 Umgang mit Behördenangelegenheiten	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>	<input type="text"/>

Ermittlung des Pflegegrads

Die Summen, die Sie unter jedem Modul notiert haben, werden nun in der folgenden Tabelle in "gewichtete Punkte" umgerechnet.

Ein Fallbeispiel ist rot markiert, bei dem die Person in **Modul 1** die Summe **8** erreicht hat und somit **7,5 gewichtete Punkte** erhält. Aus Modul 2 und 3 wird **nur** der höhere Wert in gewichtete Punkte umgerechnet. Haben Sie **4 Punkte in Modul 2** errechnet und **25 Punkte in Modul 3**, so wird **nur Modul 3 in gewichtete Punkte** umgerechnet, und zwar in **15 gewichtete Punkte**.

Modul 1 (10 %)	Summe der Punkte in Modul 1	0-1	2-3	4-5	6-9 (8)	10-15	Punkte:
	gewichtete Punkte	0	2,5	5	7,5	10	7,5

Modul 2 (15 %)	Summe der Punkte in Modul 2	0-1	2-5 (4)	6-10	11-16	17-33	Punkte:
	gewichtete Punkte	0	3,75	7,5	11,25	15	15

Modul 3 (15 %)	Summe der Punkte in Modul 3	0	1-2	3-4	5-6	7-65 (25)	Punkte:
	gewichtete Punkte	0	3,75	7,5	11,25	15	15

Höherer Wert aus Modul 2 und Modul 3 (15 %)	Summe der Punkte in Modul 2 oder Modul 3	0	3,75	7,5	11,25	15	Punkte:
	gewichtete Punkte	0	3,75	7,5	11,25	15	15

Modul 4 (40 %)	Summe der Punkte in Modul 4	0-2	3-7	8-18	19-36	37-54	Punkte:
	gewichtete Punkte	0	10	20	30	40	

Hinweis: Die Punkte in Modul 5 können nicht einfach zusammengezählt werden, sondern müssen getrennt berechnet werden.

Modul 5 (20 %)	Summe der Punkte in Modul 5	0	1	2-3	4-5	6-15	Punkte:
	gewichtete Punkte	0	5	10	15	20	

Modul 6 (10 %)	Summe der Punkte in Modul 5	0	1-3	4-6	7-11	12-18	Punkte:
	gewichtete Punkte	0	3,75	7,5	11,25	15	

Gesamtpunkte aller Module						
----------------------------------	--	--	--	--	--	--

Besondere Bedarfskonstellation

Gebrauchsfähigkeit beider Arme und beider Beine? ja nein

Ermittlung des Pflegegrads

Gesamtpunkte	Pflegegrad	Beeinträchtigung der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten
12,5 bis unter 27	1	geringe Beeinträchtigung
27 bis unter 47,5	2	erhebliche Beeinträchtigung
47,5 bis unter 70	3	schwere Beeinträchtigung
70 bis unter 90	4	schwerste Beeinträchtigung
90 bis 100	5	schwerste Beeinträchtigung mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung

Beratung und Information für pflegende Angehörige

Wo finden pflegende Angehörige Rat und Hilfe?

Familiäre Pflege ist eine hohe Herausforderung für alle. Pflegende Angehörige sind sehr großen körperlichen und seelischen Belastungen ausgesetzt.

Sie müssen ständig verfügbar sein, auch in Stresssituationen liebevoll und fürsorglich handeln und zusätzlich noch die eigenen Aufgaben (Beruf, Familie) bewältigen.

Je nach Krankheitsbild müssen sie mit Situationen rechnen, die sie an die Grenzen ihrer Belastbarkeit bringen (z.B. bei der Pflege demenzkranker Angehöriger). Da bleiben die eigenen Bedürfnisse und Wünsche, aber auch Sozialkontakte und Interessen schnell auf der Strecke.

Um auch zukünftig die Pflegeaufgabe erfüllen zu können, ist es wichtig, dass man Abstand gewinnt, Zeit für sich selber hat und sich mit anderen Betroffenen austauschen kann.

Unterstützung, Beratung und Entlastung bieten begleitende Selbsthilfegruppen, Wohlfahrtsverbände, Senioren- und Pflegeberatung im Sozial-

amt und der Pflegestützpunkt in Bottrop an. Hier erhält man wichtige Informationen über den Krankheitsverlauf, kann alltägliche Erfahrungen austauschen, über Sorgen, Schuldgefühle, Ängste, Schmerz und Trauer reden und praktische Tipps bekommen.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe Bottrop (KOPS)

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe für die Stadt Bottrop richtet sich besonders an Angehörige, die zu Hause einen chronisch kranken, pflegebedürftigen oder/und körperlich behinderten Menschen versorgen.

Die Kontaktbüros Pflegeselbsthilfe

- informieren über bestehende Selbsthilfegruppen für pflegende Angehörige,
- begleiten und unterstützen bestehende Gruppen
- helfen bei Gründung und Aufbau neuer Selbsthilfegruppen.

Der Paritätische Nordrhein-Westfalen

Selbsthilfe-Büro Bottrop

Gerichtsstraße 3, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 2 30 19 Friederike Ielgemann

Email: pflegeselbsthilfebottrop@paritaet-nrw.org

Verhinderungspflege

Auch Pflegepersonen, die eine Angehörige oder einen Angehörigen ambulant pflegen, können krank werden oder einen Erholungsurlaub benötigen. Selbstverständlich muss auch in diesen Fällen sicher gestellt sein, dass die Pflege und Betreuung gewährleistet ist. Deshalb zahlt die Pflegeversicherung auch für die so genannte „Verhinderungspflege“, also für die Ersatzpflege durch Pflegekräfte für die Zeit, in der die eigentliche Pflegeperson verhindert ist – allerdings für höchstens 6 Wochen und nur bis zur jährlichen Obergrenze. Die Verhinderungspflege gilt für die Pflegegrade 2 bis 5.

Um Leistungen in Anspruch nehmen zu können, muss die eigentliche Pflegeperson den pflegebedürftigen vor Antragstellung mindestens 6 Monate in seiner häuslichen Umgebung gepflegt haben.

Die Details klären Sie bitte mit Ihrer Pflegekasse oder dem Sozialamt.

Wie lassen sich Pflege und Beruf vereinbaren?

Pflegende Angehörige haben die Möglichkeit, bis zu maximal 2 Jahren ihre Arbeitszeit zu reduzie-

ren. Informationen über Familienpflegezeit für beschäftigte pflegende Angehörige erhalten Sie beim Sozialamt.

5.3. Komplementäre Dienste

Was versteht man unter komplementären Diensten?

Zu den komplementären (= ergänzenden) Dienstleistungen gehören alle Unterstützungsmaßnahmen, die zur Ergänzung der häuslichen Pflege notwendig sind, um im Alter bzw. bei Pflegebedürftigkeit in der eigenen Wohnung bleiben zu können.

Dazu zählen

- hauswirtschaftliche Hilfen
- Wäscheservice
- Beratungsdienste
- Hausnotrufdienste
- Mahlzeitendienste
- Begleit- und Besuchsdienste
- andere Serviceangebote aus dem ehrenamtlichen Bereich.

Wer bietet solche zusätzlichen Dienstleistungen an?

Neben den meisten Wohlfahrtsverbänden (Sozialstationen) haben auch viele private Pflegedienste oder Spezialanbieter (mobiler Mahlzeitenservice) solche Zusatzleistungen in ihrem Programm.

Wer trägt die Kosten für komplementäre Dienste?

Wenn ein Pflegegrad vorliegt, ist eine Grundversorgung (hauswirtschaftliche Dienste und Mahlzeiten) bereits im Pflegegeld enthalten. Falls Sie nicht pflegebedürftig sind, müssen Sie die Kosten selbst tragen.

Bei Bedürftigkeit können, nach Überprüfung durch das Gesundheitsamt, Leistungen nach SGB XII beantragt werden.

Informationen zu diesem Thema erhalten Sie im Sozialamt.

Essen auf Rädern

Sie haben keine Lust für sich alleine zu kochen oder Ihnen ist der Aufwand (Einkaufen, komplizierte Zubereitung, lange Zubereitungszeit) zu groß? Möchten Sie aber trotzdem nicht auf eine ausgewogene, abwechslungsreiche warme Mahlzeit

verzichten? Dann sollten Sie die Angebote der gemeinnützigen und privaten mobilen Mahlzeitendienste (Essen auf Rädern) nutzen, damit Sie immer gut und gesund versorgt sind. Als angenehmen Nebeneffekt können Sie auch mal ein kleines Schwätzchen mit dem Anlieferer halten. Das Menüangebot ist vielseitig und seniorenrecht. Sonderwünsche wie Schon- und Diätkost werden berücksichtigt.

Hausnotrufdienste

Möchten Sie Tag und Nacht die Sicherheit haben, dass im Notfall schnell Hilfe zur Stelle ist? Haben Sie Angst, dass Sie möglicherweise (bei einem Sturz, plötzlicher Übelkeit oder Bewegungsunfähigkeit) Ihr Telefon nicht mehr erreichen können, um Hilfe anzufordern? Dann empfiehlt sich ein Haus-Notruf-Dienst. Sie werden mit einem „Funkfinger“, den Sie am besten immer bei sich tragen, ausgestattet und haben so die Möglichkeiten, jederzeit per Knopfdruck Kontakt zur Leitstelle des Anbieters herzustellen.

Bei Vorliegen eines Pflegegrades übernimmt die Pflegekasse einen Anteil der Kosten für den Haus-Notruf. Detaillierte Informationen zum Hausnotruf erhalten Sie bei den einzelnen Anbietern.



Rainer Sturm/pixelio.de

Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Westliches Ruhrgebiet

Das Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Westliches Ruhrgebiet ist eins von zwölf Regionalbüros in NRW und ist u. a. zuständig für die Stadt Bottrop.

Ziel des Regionalbüros ist es, die haupt- und ehrenamtlichen Akteure rund um die Themen Alter, Pflege und Demenz zu unterstützen, zu beraten und zu vernetzen.

Das Regionalbüro Alter Pflege und Demenz arbeitet daran, dass Menschen mit Pflegebedarf und Pflegebedürftige in spezifischen Bedarfssituationen sowie pflegende Angehörige wohnortnahe Möglichkeiten haben, sich zum Thema Pflege

auch in Verbindung mit Demenz, Behinderung und Migration zu informieren, Zugänge zu bedarfsgerechten Unterstützungsangeboten im Alltag zu finden und selbstbestimmt, ressourcen- und teilhabeorientiert in einem solidarischen, bedürfnisgerechten Umfeld leben zu können.

Dies erfolgt durch -

- Informations- und Qualifizierungsangebote,
- Angebote zur kleinräumigen Strukturentwicklung und Netzwerkarbeit und Förderung des Auf- und Ausbaus von Angeboten zur Unterstützung im Alltag (u. a. Konzeptberatung und Unterstützung für Angebotsgründer, Infos zur Basisqualifikation).

Nähere Informationen wie auch zahlreiche wohnortnahe Angebote für Menschen mit Pflegebedarf und pflegende Angehörige finden Sie unter: www.alter-pflege-demenz-nrw.de/regionalbueros

Kontakt:

Regionalbüro Alter, Pflege und Demenz Westliches Ruhrgebiet

Bonhoefferstraße 21a, 47138 Duisburg

Tel.: 02 03 /2 98 20 16

E-mail: info-du@rb-apd.de

Der Haus-Notruf-Dienst der Johanniter

Schnelle Hilfe per Knopfdruck für Bottroper Bürger

Wie funktioniert der Johanniter-Hausnotruf?



Mit nur einem Knopfdruck können die Hausnotrufdienst-Teilnehmer im Notfall Hilfe anfordern, die zu ihnen nach Hause kommt. Der Notruf geht dann direkt in der Leitstelle der Johanniter ein und wird dort automatisch elektronisch identifiziert. Über eine Sprechverbindung wird zwischen der Zentrale und dem notrufenden Teilnehmer abgeklärt, was genau passiert und welche Hilfe erforderlich ist.

Tag und Nacht stehen rettungsdienstlich ausgebildete Helfer bereit, die mit speziell ausgestatteten Fahrzeugen

zum Teilnehmer hinausfahren und helfen. In akuten Notfällen wird parallel zum Helfer der Johanniter auch der Rettungsdienst und wenn nötig zudem ein Notarzt alarmiert. In der Leitstelle der Johanniter sind die Wohnungsschlüssel der Teilnehmer streng gesichert und verplombt deponiert und werden nur im Einsatzfall an die Mitarbeiter übergeben, die zur notrufenden Person hinausfahren und helfen. Das Vorhandensein der Schlüssel ermöglicht im Notfall einen schnellen Zutritt zur Wohnung, wenn z.B. ein Teilnehmer gestürzt ist und nicht mehr alleine aufstehen und die Tür öffnen kann. Dadurch wird unnötiger Zeitverzug wie auch das Aufbrechen der Tür vermieden.

Das Gerät hat außerdem eine eingebaute Sicherheitsuhr, die verhindert, dass jemand unbemerkt tagelang hilflos in der Wohnung liegen kann. Diese funktioniert ähnlich wie eine Eieruhr. Verstreicht die fest eingegebene Zeit ohne Tastendruck am Gerät, wird automatisch ein Alarm ausgelöst, der in der Leitstelle aufläuft.

Wie sieht ein Hausnotruf-Gerät aus?

Das Hausnotrufdienst-Gerät ist sehr einfach zu bedienen. Die verschiedenfarbigen Tasten stehen für unterschiedliche Funktionen. Dem zukünftigen Teilnehmer wird genau erklärt, wie das Gerät zu bedienen ist und welche Taste was bedeutet. Ein Alarm kann entweder am Gerät selbst oder per mobilem Funksender aus dem gesamten Wohnbereich ausgelöst werden. Der Funksender ist wasserdicht



und kann als Kette um den Hals oder als Armband am Handgelenk getragen werden.

- Sicherheit bei häuslichen Unfällen u. Notfällen
- Direkte Sprechverbindung zur Zentrale
- Ausgebildete Helfer kommen Tag und Nacht
- Von den Pflegekassen anerkannt
- Seit 2003 vom TÜV zertifiziert



Vereinbaren Sie jetzt Ihr unverbindliches und kostenfreies Beratungsgespräch, gerne auch bei Ihnen zuhause!

Mehr Infos: (02041) 773330 und www.johanniter.de/bottrop



JOHANNITER

Regionalverband Essen
Essen-Mülheim-Bottrop

Trägerunabhängige Pflegeberatung**Haus der Beratung**

Horster Str. 6-8, 46236 Bottrop
 Melanie Unruh
 Tel.: 0 20 41 / 70 43 91
 Fax: 0 20 41 / 7 09 46 60
 Email: melanie.unruh@bottrop.de

Pflegestützpunkt

Bottrop- Mitte (im Hause der Knappschaft)
 Hochstr. 24 , 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 7 25 00 542
 Email: psp-bottrop@kbs.de

Ambulante Pflege

Freie gemeinnützige Sozialstationen

AWO Ambulant GmbH

Im Fuhlenbrock 190, 46242 Bottrop,
 Tel.: 0 20 41 / 7 06 07 55
 Email: pflegedienst-bot@aw-ambulant.de

Diakoniestation

Otto-Joschko-Str. 8-10, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 16 01 53
 Pflegeberatung: Tel.: 0 20 41 / 16 01 59
 Email: dst-bot@diakonisches-werk.de
 www.pflegeinbottrop.de

**Häusliche Pflege - Diakoniestation**

Beratung - Pflege - Hauswirtschaft - Betreuung
 Tel: 02041 160 159 - dst-bot@diakonisches-werk.de
www.pflegeinbottrop.de

Caritas - ambulanter Pflegedienst

Sozialstation, Görkenstr. 40, 46242 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 /501-180, Fax: 0 20 41 /501-190
 Email: info@caritas-bottrop.de
Grund-, Behandlungs- und Palliativpflege-
dienst
 Infos unter
www.caritas-bottrop.de/senioren-und-pflege/ambulanter-pflegedienst-und-betreuung/betreuung-zu-hause

DRK Häusliche Pflege

Horster Str. 253, 46238 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 7 37 32 10 Tel.: 0 20 41 / 9 50 73 11
 Email: m.albrecht@kv-bottrop.drk.de
www.drk-bottrop.de

ASB ambulante Pflege & Haushaltspflege

An der Kommende 13, 46238 Bottrop
 Tel.: 02041/3754412, Fax: 02041/3754429
 Email: sozialstation@asb-ruhr.info
www.asb-ruhr.de

Ambulante Pflege - Private Pflegedienste**Ambulanter Pflegedienst „Am Park“**

Sabine Voßbeck
 Oberhofstr. 10, 46244 Bottrop
 Tel.: 0 20 45 / 41 11 24
 Email: info@pflege-am-park.de

Altenpflege mit Herz Anette Schöps

Bottroper Str. 2, 46244 Bottrop
 Tel.: 0 20 45 / 75 11
 Email: verwaltung@altenpflege-bottrop.de

Care

Kirchhellener Str. 55, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 5 68 76 68
 Email: verwaltung@care-krankenpflege.de

Pflegedienst / Häusl. Krankenpflege

Renate de la Plaza
 Osterfelder Str. 132 a, 46242 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 2 28 53
 Email: info@delaplaza.de

Rafael Dygatz

Essener Str. 86, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 7 81 76 88
 Email: pflege.zuhause@arcore.de
Die Gesundheitszentrale
 Osterfelder Str. 48, 46236 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 4 62 57 70
 Email: info@diegesundheitszentrale.de

HAK/ Häusliche Alten- und Krankenpflege

Monika Nasrallah
 Horster Str. 392a, 46238 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 2 30 13
 Email: info@hak-pflegedienst.de

HeKa - Mobiler Pflegedienst Held / Kathrein

Tannenstr. 14, 46238 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 77 94 95
 Email: he-ka@t-online.de

Hildegards Pflegedienst - Kneip

Johannesstr. 13-17, 46240 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 40 97 75
 Email: kneip@hildegards-pflegedienst.de

Home Instead

Horster Str. 401, 46240 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 7 07 84 80
 Email: bottrop@homeinstead.de

Pflegedienst Zeitlos GmbH

Gladbecker Str. 274, 46260 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 65 11 07
Email: info@zeitlospflege.de

Pflegesonne Ruhrgebiet

Horster Str. 156, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 82 87 50
Email: kontakt@pflegesonne-ruhrgebiet.de

Häusl. Pflege - Karl Reckmann

Kirchhellener Str. 69, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 3 70 99 50
Email: hp@reckmann-bottrop.de

KWA Ambulante Pflege

Im Stadtgarten 2, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 69 69 00
Email: urbana@kwa.de

Katholische Pflegehilfe Bottrop

Gabelsberger Str. 89, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 69 37 78
Email: c.vetter@katholische-pflegehilfe.de

Pflegedienst am Rathaus

Kirchhellener Str. 48, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 74 77 17
Email: info@pflegedienst-am-rathaus.de

Pflege Heute - Peter Polok

Batenbrockstr. 135, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 76 37 70
Email: info@pflege-heute.net

Pflege im Pott

Gildestr. 10, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 61 47 17
Email: info@pflegedienst-am-rathaus.de

Pflegedienst- Häusl. Krankenpflege

Raffaella Ludes
Ostring 58, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 97 50 26 Fax: 0 20 41 / 97 50 26
Email: kremsernadine@web.de

Ambulante Kranken -/ Altenpflege

Silke Roicke
Lindhorststr. 193, 46242 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 4 84 60
Anwinkel 1, 46244 Bottrop
Tel.: 0 20 45 / 40 18 50
Email: info@pflegedienst-roicke.de

Ambulante Pflege Lordick GmbH

Horster Str. 230, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 37 98 37 Fax: 0 20 41 / 37 98
Email: pflegelordick@aol.com



PhillipFlury/pixelio.de

Komplementäre Dienste

Menüservice der AWO Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 7 09 49 25

Arbeiter Samariter Bund (ASB)

Hausnotruf, Senioren- und Pflegeberatung, Wohnberatung, interkulturelle Pflegeberatung, Gesprächskreis für pflegende Angehörige von Demenzkranken, hauswirtschaftliche Hilfen und Begleitdienst, Besuchshunddienst

An der Kommende 13, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 3 75 44 12, Fax: 0 20 41 / 3 75 44 29

Email: sozialstation@asb-ruhr.info

DRK Hausnotruf

Horster Str. 253, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 7 37 32 12

Email: g.buttenbruck@drk-bottrop.de

Caritas - ambulanter Pflegedienst

Hausnotruf, hauswirtschaftliche Hilfen, Betreuung von Demenzkranken, Senioren- und Pflegeberatung, Begleitdienst, Unterstützung beim Ausfall eines Erziehungsberechtigten von Kindern bis zu 12 Jahren,

Kurse in häuslicher Pflege und Nachbarschaftsschulung zur Begleitung Demenzkranker, Gesprächskreis für pflegende Angehörige

Sozialstation, Görkenstr. 40, 46242 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 501-180 Fax: 0 20 41 / 501-190

Malteser Hilfsdienst

Hausnotruf

Maxstr. 20, 45127 Essen

Tel.: 02 01 / 82 04 80

Essen auf Rädern

Tel.: 0 20 43 / 2 79 80 Fax: 0 20 43 / 2 83 97

Die Johanniter

Essen auf Rädern, Hausnotruf

Ortsverband Bottrop

Osterfelder Straße 25, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 77 33 30 Fax: 0 20 41 / 7 73 33 29

ASB Mobiler Sozialer Dienst

An der Kommende 13, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 3 75 44 15, Fax: 0 20 41 / 3 75 44 29

Email: sozialstation@asb-ruhr.info

Immer für Sie da!

Hausnotruf



Sicherheit auf Knopfdruck rund um die Uhr
Qualifizierte Hilfe im Ernstfall
Monatlicher Fixpreis

Tel.: 0800 99 66 007
E-Mail: hausnotruf@malteser.org

Ambulanter Pflege- und
Betreuungsdienst



Pflege, Betreuung & hauswirtschaftliche Versorgung
Kompetente und kostenfreie Beratung
In Gladbeck und Umgebung

Tel.: 0201 820 47 90
E-Mail: pflege.gladbeck@malteser.org

Menüservice



Täglich mehrere frische Menüs zur Auswahl
Kostenlose Belieferung nach Hause
Keine Vertragsbindung

Tel.: 0800 30 20 103
E-Mail: menueservice.rg@malteser.org

Hinweis

- ! Außer den oben genannten Anbietern gibt es eine Vielzahl privater Anbieter komplementärer Dienste, auf die hier nicht eingegangen werden kann.



Susanne Schmich/pixelio.de

5.4 Kuren für pflegende Angehörige

Alle Zeit für die Pflege, keine Zeit für mich?

Angehörige zu Hause zu pflegen kostet nicht nur viel Zeit, sondern ist auch eine seelische und körperliche Anstrengung. Viele Menschen, die Angehörige pflegen

- sind erschöpft, unruhig und leiden an Schlafstörungen
- haben Rücken- und Kopfschmerzen
- leiden an Herz-/Kreislaufproblemen

- empfinden Frustration oder Wut
- fühlen sich allein und sozial isoliert.

Wenn Sie sich in dieser Aufzählung wiedererkennen, empfehlen wir: Nehmen Sie Kontakt zu Ihrer Kurberatung auf und sprechen Sie Ihre Bedürfnisse an! Dort versteht man Sie und hilft Ihnen gern bei der Beantragung einer Kur. Eine Kur, also eine stationäre Vorsorgemaßnahme

oder Rehabilitation, soll Ihre Gesundheit und Pflegefähigkeit stärken und erhalten.

Neue Kraft, neue Impulse: Vorteile einer Kur

In einer Kur haben Sie die Möglichkeit:

- Beschwerden anhand eines auf Sie abgestimmten Therapieplans gezielt anzugehen
- Ihr seelisches Gleichgewicht wiederzufinden
- Netzwerke zu prüfen und sich mit anderen Betroffenen auszutauschen
- Tipps und Anleitungen zu erhalten, wie Sie Ihren Pflegealltag besser meistern.

Ihre Zeit und Kraft tanken: Alleine oder zu zweit

Eine Sorge möchten wir ihnen bereits jetzt nehmen: Während Sie Kraft tanken, ist Ihr Angehöriger besten versorgt - denn er oder sie wird selbstverständlich bei der Kurplanung mitbedacht. Je nach persönlicher Bedarfslage treten Sie die Kur alleine an, oder Ihr Angehöriger begleitet Sie.

Ihr Anspruch auf Erholung: Voraussetzung für eine Kur.

- Sie sind länger als 6 Monate pflegende Angehörige oder pflegender Angehöriger.
- Der MDK (Medizinischer Dienst der Krankenversicherung) hat die Pflegebedürftigkeit Ihres Angehörigen offiziell festgestellt.
- Ihr behandelnder Arzt oder Ihre Ärztin bestätigt mir einer Verordnung, dass eine stationäre Vorsorgemaßnahme oder Rehabilitation notwendig ist.
- Sie sind gesetzlich krankenversichert. Bei privaten Anbietern muss im Versicherungsvertrag geprüft werden, ob eine solche Kur abgedeckt ist.

Kurberatung für pflegende Angehörige

Caritas-Beratungsstelle
 Fernewaldstr. 262, 46242 Bottrop
 Tel.: 0 20 41/ 75 76 66
 Email: kurberatung@caritas-bottrop.de

*Der erste Weg führt oftmals nicht mehr in die Arztpraxis, sondern zur Apotheke.
Wir kennen die Probleme, Herausforderungen und Schwierigkeiten im Alter.
Wir haben stets ein offenes Ohr, einen Tipp oder eine Erklärung für Sie, denn der persönliche Kontakt zu unseren vielen Kunden liegt uns am Herzen.*

Unsere barrierefreien Apotheken bieten Ihnen jederzeit die Möglichkeit zum Ausruhen. Mit viel Erfahrung und Diskretion helfen wir Ihnen bei all Ihren Anliegen rund um Ihre Gesundheit.

In unseren Apotheken beraten wir Sie umfassend zu wichtigen Bereichen wie

- **Inkontinenzversorgung**
- Anpassen von Kompressionsstrümpfen
- Prüfen Ihrer Medikamente auf Wechselwirkungen und Plausibilität
- Messen des Blutdrucks und Blutzuckers (für Sie kostenlos)

Gerne zeigen wir Ihnen auch wie Sie Ihre Inhalatoren richtig anwenden und üben mit Ihnen diese im Alltag richtig umzusetzen.

Sie und wir wissen wie wichtig Zeit ist und diese nehmen wir uns für Sie!

Unser erweiterter Botendienst bringt Ihnen Ihre Medikamente nachhause. Gerne holen wir auch Ihre Rezepte in der Praxis ab und nehmen bei Unklarheiten Kontakt zum Arzt für Sie auf!

Für unser Team ist wichtig, eine für Sie umfassende „Rundum-Versorgung“ und somit eine hohe Zufriedenheit sicherzustellen.

Wir stehen Ihnen vertrauensvoll zur Seite.



Post Apotheke im Kaufland

Inhaberin: Karima Ballout
Berliner Platz 8
46236 Bottrop
Telefon: 0 20 41 / 76 19 00
E-Mail: labor@meinepostapo.de

Unsere Öffnungszeiten:
Montag bis Samstag
08:00 – 20:00 Uhr

Westfalia Apotheke

Inhaberin: Karima Ballout
Poststr.10
46236 Bottrop
Telefon: 0 20 41 / 69 89 51

Unsere Öffnungszeiten:
Montag bis Freitag
08:00 – 18.30 Uhr
Samstag geschlossen



6. Gesundheit im Alter

Bis ins hohe Alter körperlich und geistig fit zu bleiben und einen erfüllten Lebensabend genießen zu können – davon träumen wohl die meisten Menschen. Aber Gesundheit ist nichts Selbstverständliches. Die moderne Medizin allein ist keine Garantie. Jeder muss selbst aktiv werden, um das eigene Wohlbefinden zu fördern und zu erhalten. Ernährung, Bewegung und Vorsorge sind drei wichtige Faktoren für ein gesundes und erfülltes Leben. Der Gedanke der „Prävention“ spielt dabei in allen Lebensbereichen eine große Rolle.

Möchten Sie wissen, wie Sie Ihren Alltag gestalten können, damit das Thema „Gesundheit“ nicht zu kurz kommt?

Wie sieht eine sinnvolle Ernährung für ältere Menschen aus? Warum ist sportliche Betätigung wichtig? Welche Sportarten sind für SeniorInnen besonders geeignet? Wie können Sie sich geistig fit halten? Warum ist ein regelmäßiger Check-up (Vorsorgeuntersuchung) beim Arzt so wichtig? Wo gibt es Informationen und Angebote zu Gesundheitsthemen?

Das sind nur einige Fragen, die in den folgenden Kapiteln beantwortet werden sollen.

In Bottrop gibt es eine Vielzahl von Sportprogrammen und Gesundheitsmaßnahmen und

Präventionsprogrammen, die sich speziell an den Bedürfnissen älterer Menschen orientieren.

Die nachfolgenden Seiten sollen zu einem bewussten Umgang mit dem Thema „Gesundheit und Krankheit“ anregen; sie sollen dazu beitragen, Signale des Körpers und der Seele zu beachten und Mut machen, Rat und Hilfe zu suchen und anzunehmen.

6.1 Ernährung im Alter

Trotz reichlicher Nahrungsmittelauswahl ernähren sich SeniorInnen häufig nicht richtig. Veränderter Geruchs- und Geschmackssinn, mangelndes Durstgefühl, schlechtere Einkaufsmöglichkeiten, Beschwerden mit Magen und Darm und Appetitlosigkeit bzw. „Ess-Sucht“ als Nebenwirkung von Medikamenten sind die Ursachen für Fehl- oder Mangelernährung.

Mit zunehmendem Alter wandeln sich nicht nur die Lebensumstände; auch Stoffwechselforgänge und Energieverbrauch verändern sich.

Im Alter sinkt der Energiebedarf, da alle Vorgänge im Körper langsamer ablaufen und Aktivität und Beweglichkeit natürlicherweise nachlassen.



Geringerer Energiebedarf im Alter:

Mann (70 kg, 22 Jahre):	Energiebedarf =>	2800 kcal
Mann (70 kg, 65 Jahre):	Energiebedarf =>	2400 kcal
Frau (58 kg, 22 Jahre):	Energiebedarf =>	2000 kcal
Frau (58 kg, 65 Jahre):	Energiebedarf =>	1700 kcal

Quelle: Ernährungsratgeber für Senioren hrsg. vom Apotheker-Verband Westf.-Lippe e.V.

Für die Essgewohnheiten heißt das: die Fettzufuhr verringern, indem man Zucker, Süßwaren und alkoholische Getränke nur in begrenzter Menge zu sich nimmt. Eiweiß, Vitamine, Spurenelemente und Mineralstoffe sollten ausreichend in der Nahrung vorhanden sein.

Sind Sie auch durch die zahlreichen und sehr unterschiedlichen Ernährungsempfehlungen und Diätvorschriften verunsichert? Möchten Sie ein-

fach nur wissen wie ein gesunder Speiseplan aussehen könnte?

Es gibt zwar keine spezielle Ernährung für SeniorInnen, aber einige Grundregeln, die helfen können, bis ins hohe Alter geistig und körperlich rege zu bleiben.

Nachfolgend werden einige grundsätzliche Tipps zum Thema „Ernährung“ vorgestellt, die Sie als sinnvolle Orientierungshilfe nutzen können.

Aus welchen Bausteinen sollte sich eine gesunde Ernährung zusammensetzen?

- **Gemüse, Obst & Co**
sorgen für die tägliche Vitaminreichdosis, geben Energie und stärken die Abwehrkräfte
- **Milchprodukte wie Joghurt oder Käse**
liefern u.a. schützendes Kalzium für die Knochen
- **Mischbrot und Vollkornprodukte statt Weißbrot und Brötchen**
die enthaltenen Ballaststoffe helfen der Verdauung auf die Sprünge
- **Geflügel und Fisch statt Fleisch und Wurst**
die Basis für eine gesunde und kalorienarme Mahlzeit, denn Übergewicht kann in jedem Alter gefährlich werden
- **Qualität statt Quantität**
hochwertige Nahrungsmittel statt vieler Kalorien – so lautet die einfache Formel für Seniorenernährung

Wie viele Mahlzeiten pro Tag sind empfehlenswert?

- **Mäßig, aber regelmäßig essen**
dieser Grundsatz wird von der Dt. Gesellschaft für Ernährung e.V. für SeniorInnen empfohle
- **Fünfmal statt dreimal**
lieber fünf kleine als drei „dicke“ Mahlzeiten für bessere Verdauung und Energieverteilung
- **Regelmäßig essen und in Ruhe genießen**
denn das Sättigungsgefühl stellt sich erst in 20 Minuten ein, d.h. wer langsamer isst, wird schneller satt.

Wie viel sollte man täglich trinken?

Hand aufs Herz: Nehmen Sie wirklich genügend Flüssigkeit zu sich?

Mit den Jahren fällt es dem Körper schwerer, den Wasserhaushalt zu regulieren. Um so wichtiger ist es deshalb genügend zu trinken. 1,5 bis 2 Liter alkoholfreie, möglichst ungesüßte Getränke pro Tag (z.B. Mineralwasser und Kräutertee) sind ein Muss.



smart wizard / pixelio.de



Tipp

Stellen Sie sich am Morgen den Tagesbedarf bereit und nutzen Sie jede Gelegenheit einen Schluck zu trinken. So haben Sie eine bessere Kontrolle.

Was kann passieren, wenn Sie zuwenig trinken?

Ein ausreichender Flüssigkeitshaushalt ist u.a. wichtig für das Funktionieren der Nieren, den Kreislauf und die Elastizität der Haut. Ein Flüssigkeitsmangel im Gehirn kann zu Vergesslichkeit, Konzentrationsmangel, Schwindelgefühlen und Verwirrtheit führen.

Wo finden Sie Informationen zum Thema „Ernährung“?

Ihr erster Ansprechpartner sollte der Hausarzt sein, aber auch bei Ihrer Krankenkasse, die Verbraucherzentrale, die VHS und das Gesundheitsamt bieten Broschüren, Seminare, Kurse und Informationsveranstaltungen an.

Auch Apotheken, Zeitschriften, Bücher, Fernsehen und Internet eignen sich als Informationsquellen, um passende AnsprechpartnerInnen zu finden

Kontakt

**Verbraucherzentrale NRW
Beratungsstelle Bottrop**

Horster Str. 6, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 5 67 16 01 Fax: 0 20 41 / 5 67 16 08

Email: bottrop@verbraucherzentrale.nrw

Öffnungszeiten:

Mo, Do 9.00-13.00 Uhr und 14.00-18.00 Uhr

Mi, Fr 9.00-14.30 Uhr

Gesundheitsamt Bottrop

Gladbecker Str. 66, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 70 35 23

Email: amt53@bottrop.de

Öffnungszeiten:

Mo, Di, Fr 8.30 - 12.30 Uhr, 14.00 - 16.00 Uhr

Mi 8.30 - 12.30 Uhr

Do 8.30 - 12.30 Uhr, 14.00 - 16.00 Uhr

BarrierefreiheitZugang: neben dem Eingang
auf der rechten Seite

WC: im Erdgeschoss

Behindertenparkplatz: vorm Eingang

**VHS Gesundheitsforum**

Christiane Dahlkamp

Tel.: 0 20 41 / 70 38 43

Fax: 0 20 41 / 70 37 78

6.2. Sport im Alter

Sport ist viel mehr als bloßes körperliches Fitness-Training. Nicht nur Herz, Kreislauf, Atmung, Stoffwechsel, Immunsystem, Muskulatur und

Gelenke kommen in Schwung, auch die geistige Leistungsfähigkeit wird verbessert. Sport hebt die Stimmung und ist ein gutes Mittel zum Abbau seelischer und körperlicher Spannungen. Außerdem spielt er eine wichtige Rolle für die Sturzprävention. Aktive Menschen sehen nicht nur frischer und gesünder aus, sie sind auch im Alltag belastbarer, fühlen sich selbstsicherer und gewinnen dadurch mehr Lebensqualität. Beim Sport ergibt sich die Möglichkeit, andere Leute kennenzulernen, gemeinsam etwas zu unternehmen und die freie Zeit aktiv zu gestalten.

Um einen gesundheitlichen Effekt zu bewirken, müssen Sie keine Höchstleistungen anstreben. Viel wichtiger ist die Regelmäßigkeit. Dabei hilft es schon, die Möglichkeiten des Alltags besser zu nutzen: Nehmen Sie die Treppe und nicht den Lift, machen Sie regelmäßig ausgedehnte Spaziergänge mit dem Hund, erledigen Sie kleinere Besorgungen mit dem Fahrrad anstatt mit dem Auto, planen Sie sportliche Aktivitäten fest ein. Wirksames und zugleich schonendes Training bieten u.a. Schwimmen, Gymnastik und nordic walking.

Das Sport-Angebot in Bottrop ist sehr vielfältig. Wenn Sie noch nicht wissen, wofür Sie sich

entscheiden sollen, machen Sie doch einfach mal ein Probetraining. Wichtig ist nur, dass Sie aktiv werden. Und denken Sie daran : „Es ist nie zu spät für den Anfang“ – so haben Forscher festgestellt.



angieconscious/pixelio.de

Wo finden Sie Angebote und Beratung?

Nachfolgend kann nur eine Auswahl von Veranstaltern genannt werden. Zusätzliche Informationen über private Sportangebote finden Sie in der Tagespresse und im Internet.

Bottroper Sportbund e.V.

Parkstr. 47, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 77 90 00

www.bottroper-sportbund.de

Email: service@bottroper-sportbund.de

Das Bildungswerk des Bottroper Sportbundes bietet besondere Programme für SeniorInnen und Gesundheitstraining bei speziellen Krankheitsbildern (z.B. Krebsnachsorge, Herzpatienten) an. Darüber hinaus vermittelt der Bottroper Sportbund auch den Kontakt zu den über 80 Bottroper Vereinen, Abteilungen und Fachschaften mit ihrem Angebot.

Bottroper Sport- und Bäderbetrieb

Hans-Böckler-Str. 60, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 70 42 19



Knipseline/pixelio.de

VHS Bottrop

Die VHS bietet speziell für SeniorInnen schonende Gymnastik, Sitzgymnastik und verschiedene Tanzkurse (auch im Sitzen) an. Selbstverständlich können ältere Menschen auch die anderen Sportangebote der VHS (z.B. Thai-Chi, nordic-walking etc.) nutzen.

Die einzelnen Kursangebote entnehmen Sie bitte dem aktuellen VHS-Programm unter www.vhs-bottrop.de (ein barrierefreier Internetauftritt ist vorhanden)

Kontakt:
Tel.: 0 20 41 / 70 38 44 Uwe Dorow

Kneipp-Verein Bottrop e.V.

Tel.: 0 20 41 / 68 44 64
Kursangebote im Internet:
www.kneippverein-bottrop.de

VC Bottrop 90 e.V. Gesund & Aktiv

Carola Rudawski
Tel.: 0 20 41 / 7 62 07 76
Email: gesundheitsport@vcbottrop90.de

Außerdem wird Seniorensport in vielen Seniorenzentren der Wohlfahrtsverbände und in den Familienbildungsstätten angeboten.

Ergänzend bieten auch Fitness-Studios immer häufiger altersgerechte Trainingsprogramme für die 50Plus-Generation an. Fordern Sie doch einfach die aktuellen Kursangebote an.

Regelmäßig etwas für die Gesundheit tun...

Wie wäre es mal wieder mit einem Tänzchen?

Seniorentanz ist nicht nur gesund, er bietet auch Gemeinschaft, fördert Kommunikation, weckt Erinnerungen, bereitet Freude und hält nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit.

- Jeder kann mitmachen
- und gemeinsam mit anderen aktiv sein
- und Freude an der Bewegung finden

- und Gleichgesinnte treffen
- und aktiv Gesundheitsvorsorge betreiben.

Seniorentanz und Tanz im Sitzen werden in Bottrop von verschiedenen Veranstaltern angeboten z.B. :

Kath. Bildungswerk, Ev. Erwachsenenbildungswerk, Rheuma Liga, AWO, Kneippverein, VHS, Kath. Frauengemeinschaft, Kirchengemeinden, Sportstudios, Sportvereine und Tanzschulen

Weitere Informationen auch unter www.seniorentanz-nrw.de



tanita lied/pixelio.de

Schwimmen – bei SeniorInnen besonders beliebt

Die Stadt Bottrop verfügt über drei Hallenbäder und ein Freibad; außerdem gibt es an der Stadtgrenze zu Oberhausen noch den Revierpark Vonderort mit einem umfangreichen Wassersport- und Wellnessangebot. Alle Bottroper Hallenbäder sind rollstuhlgerecht ausgestattet.

Die genauen Öffnungszeiten und spezielle Termine für SeniorInnen und Menschen mit Behinderungen erfragen Sie bitte telefonisch.

Hallenbad im Sportpark

Parkstr. 41, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 70 42 35
Warmbadetag Mi, Do
Versehrtsport Fr (morgens)

Hallenbad Boy/Wellheim

Welheimer Str. 64, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 40 94 24
Warmbadetag Mi, Do,

Hallenbad Kirchhellen

Kirchhellener Ring 2, 46244 Bottrop
Tel.: 0 20 45 / 8 34 91
Warmbadetag Di und Mi,
Frauenschwimmen Mi,
Versehrtsport Di, Mi (abends)

Freibad Stenkhoffbad

Stenkhoffstr. 135, Tel: 0 20 41 / 9 16 31
Das Freibad ist in der Regel
von Mai bis September geöffnet.

**6.3. Geistig fit bleiben**

Genauso wichtig wie gesunde Ernährung und angemessene Bewegung ist der Kontakt zu anderen Menschen, um körperlich und geistig fit zu bleiben. Unterhaltung in geselliger Runde, Diskussionen, Vorträge, Ausflüge, Besichtigungen, Vorträge etc. wirken sich positiv auf Geist und Psyche aus.

Außerdem gibt es inzwischen eine Vielzahl von Trainingsprogrammen zur Steigerung der Gedächtnisleistung. Krankenkassen, Verbraucherverbände und Ärzte geben Ihnen gerne Auskunft oder informieren Sie sich doch selbst im Internet (damit haben Sie dann übrigens schon einen wichtigen Schritt in Richtung geistige Fitness getan).

Außerdem bietet Bottrop für alle SeniorInnen, die an Kunst und Kultur und Weiterbildung interessiert sind, eine Fülle von Aktivitäten an (vgl. dazu Teil I, Kap. 7.3. und 7.4.).

6.4 Möglichkeiten der Vorsorge

Ein aktiver und ernährungsbewusster Lebensstil trägt wesentlich zur Gesundheit bei. Ebenso wichtig ist jedoch, dass man Warnsignale, die

auf eine Erkrankung deuten könnten, frühzeitig wahrnimmt und entsprechende Gegenmaßnahmen ergreift.

Zu diesem Zweck gibt es je nach Alter für Frauen und Männer verschiedene Früherkennungs- und Vorsorgeuntersuchungen sowie Gesundheits-Check-ups.

Wenn Sie diese Präventionsangebote regelmäßig nutzen, können Erkrankungen rechtzeitig erkannt und behandelt werden.

Natürlich ist es sinnvoll, an Vorsorgeuntersuchungen bereits in jüngeren Jahren regelmäßig teilzunehmen.

Welche Früherkennungs- und Vorsorgeuntersuchungen werden angeboten?

Zur Früherkennung von körperlichen und geistigen Problemen sollten folgende Vorsorgeuntersuchungen genutzt werden:

- Check-up beim Hausarzt (Test der Organfunktionen)
- Regelmäßige Untersuchungen beim Zahnarzt, Augenarzt und Ohrenarzt
- Gedächtnissprechstunden (Überprüfung der geistigen Leistungsfähigkeit)

Gedächtnissprechstunden werden vom Gesundheitsamt in Kooperation mit unterschiedlichen Institutionen an 30 verschiedenen Standorten angeboten. Termin und Ort werden wöchentlich in der Presse bekannt gegeben.

Zur Früherkennung von Krebs werden eine Reihe regelmäßiger Kontrolluntersuchungen empfohlen: *

- **Genitaluntersuchung**
(ab 20 Jahre, Frauen, jährlich)
- **Prostata-, Genital-, Hautuntersuchung**
(ab 45 Jahre, Männer, jährlich)
- **Brust- und Hautuntersuchung**
(ab 30 Jahre, Frauen, jährlich)
- **Dickdarm- und Rektumuntersuchung**
(ab 50 Jahre, Frauen/Männer, jährl.)
- **Darmspiegelung**
(ab 55 Jahre, Frauen / Männer, 2 Untersuchungen im Abstand von 10 Jahren)

*Quelle: Bundesmin. für Gesundheit und Soziale Sicherung:
„Die Prävention“

- **Mammographie-Screening**
(ab 50 Jahre bis 69 Jahre, Frauen, alle 2 Jahre)

Eine allgemeine Gesundheitskontrolle (**Check-up**) ist ab 35 Jahre bei Frauen / Männern alle 2 Jahre vorgesehen.

Wer trägt die Kosten?

Die ärztlichen Früherkennungs- und Vorsorgeuntersuchungen werden von den gesetzlichen Krankenkassen bezahlt.

Wenn Sie privat versichert sind, informieren Sie sich bitte bei Ihrer Kasse über die Kostenübernahme.



Rainer Sturm/pixelio.de

6.5. Krank sein im Alter

Mit zunehmendem Lebensalter stellen sich bei vielen Menschen körperliche Beschwerden ein, die Sie aber mit entsprechenden Medikamenten und Therapiemethoden in den Griff bekommen können ohne auf Lebensqualität verzichten zu müssen.

Wann hatten Sie Ihre letzte Kontrolluntersuchung?

Fühlen Sie sich so gut wie immer oder stimmt vielleicht etwas nicht?

Auch kleine Veränderungen sollten Sie beachten und vom Arzt abklären lassen.

Wichtig ist in jedem Fall, dass Sie Ihren Gesundheitszustand regelmäßig vom Arzt überprüfen lassen. Wenn Störungen im Anfangsstadium erkannt und behandelt werden, um so besser sind die Heilungschancen.

Auch psychische Erkrankungen wie Demenz, Depressionen, Angstzustände und Suchterkrankungen kommen bei älteren Menschen recht häufig vor. Aus Scham werden solche Erkrankungen oft geheim gehalten. Der Erkrankte

zieht sich aus seinem sozialen Umfeld zurück und nimmt keine ärztliche Hilfe in Anspruch. Verwandte und Freunde, die solche Wesensveränderungen feststellen, sind oft ratlos und wissen nicht, wie sie sich verhalten sollen.

Im Rahmen dieser Broschüre dürfen und können keine Diagnosen gestellt und Therapiemethoden empfohlen werden. Es sollen lediglich einige Basisinformationen zu typischen Krankheitsbildern gegeben und kompetente AnsprechpartnerInnen genannt werden.

Das folgende Kapitel will Sie ermutigen, auf die Signale des Körpers und der Seele (bei sich oder Angehörigen und Freunden) zu achten und Hilfe zu suchen.

Haben Sie Probleme mit dem Gedächtnis?

Wie war noch der Name? Wo sind denn jetzt wieder die Haustürschlüssel? Habe ich die Tür nun abgeschlossen oder nicht? Was wollte ich gerade noch sagen? Hilfe, ich glaube mein Gedächtnis funktioniert nicht mehr!

Wenn Ihnen solche oder ähnliche Bemerkungen bekannt vorkommen, ist das nicht gleich ein Grund zur Panik.

Vergesslichkeit, Ängste, Stimmungsschwankungen, Unruhe, Nervosität und Konzentrationsstörungen können viele Ursachen haben, dahinter müssen Sie nicht gleich Demenz und Alzheimer vermuten. Auch ernährungsbedingte Mangelerscheinungen (z.B. zu wenig Flüssigkeit), Bluthochdruck, Diabetes, Nebenwirkungen von Medikamenten, Depressionen, Infekte, Fehlfunktionen der Schilddrüse u.a. können die Ursache für Gedächtnisstörungen sein.

Bevor Sie sich unnötig Sorgen machen, lassen Sie Ihren allgemeinen Gesundheitszustand überprüfen und denken Sie selbstkritisch über Ihre Lebensgewohnheiten nach.

Wichtig

Wenn Sie bei der Arzneimittelleinnahme Nebenwirkungen feststellen, setzen Sie bitte auf keinen Fall die Medikamente eigenmächtig ab.
Sprechen Sie unbedingt vorher mit Ihrem Arzt oder Apotheker.

Demenzerkrankungen

Demenzerkrankungen nehmen im Alter zu, die häufigste Form, die Alzheimer-Krankheit, wurde bereits bei über einer Million Menschen in Deutschland diagnostiziert. Jeder vierte über 80 Jahre ist von diesem schleichenden Gedächtnisverlust betroffen, bei dem sich die Nervenzellen verändern und absterben.

Wie erkennt man eine Demenzerkrankung?

Ob jemand nur vergesslich oder schon krank ist, lässt sich sehr schwer feststellen. Dafür sind Tests und Untersuchungen beim Arzt nötig. Im Gesundheitsamt Bottrop können Demenzschnelltests zur Überprüfung der Gedächtnisleistung durchgeführt werden (vgl. auch Teil I, Kap. 6.4.). Demenz ist nicht heilbar, aber ihr Verlauf und die Begleiterscheinungen lassen sich durch Medikamente positiv beeinflussen; außerdem gibt es zahlreiche Möglichkeiten, die Kommunikation mit den Betroffenen wieder möglich zu machen. Bei allen Fragen zum Thema Diagnostik, Therapie und Umgang mit Demenzkranken können Sie sich an den Hausarzt oder das Gesundheitsamt Bottrop wenden.

Welche Warnsignale sollte man beachten?

Wenn Sie selbst bzw. Angehörige oder Freunde feststellen, dass folgende Punkte gehäuft auftreten, sollte unbedingt Hilfe in Anspruch genommen werden:

- Das Kurzzeitgedächtnis lässt deutlich nach.
- Sie haben Probleme, sich im Alltag zurecht zu finden (räumliche und zeitliche Orientierungsschwierigkeiten).
- Sie zeigen deutliche Wesens- und Verhaltensänderungen (ungeduldig, gereizt, depressiv, teilnahmslos).
- Ihr Wortschatz verkleinert sich; Ihnen fallen alltägliche Begriffe nicht mehr ein.
- Sie haben extreme Angst vor Veränderungen (Umzug, Reise, neues Haushaltsgerät).
- Sie haben ein eingeschränktes Urteilsvermögen, können Wichtiges nicht von Unwichtigem unterscheiden.

An Demenz erkrankte Menschen haben Schwierigkeiten Vorgänge zu verstehen; sie können nicht zwischen nahestehenden Menschen und Fremden unterscheiden; sie werden zunehmend hilfloser und verlieren ihre Unabhängigkeit.

Das ist nicht nur ein großes Problem für die Betroffenen, sondern auch für die Menschen, die den Kranken in der Phase zunehmender Demenz betreuen. In diesen Fällen bieten ambulante psychiatrische Dienste, Tagesstätten und Selbsthilfegruppen wertvolle Unterstützung an. Nachfolgend einige wichtige Kontaktadressen:

Gesundheitsamt

Tel.: 0 20 41 / 70 33 34 Dr. Astrid Danneberg
Email: dr.astrid.danneberg@bottrop.de
Tel.: 0 20 41 / 70 46 80 Martina Luszowski
Email: martina.luszowski@bottrop.de

Mobiler Demenzservice

Hausbesuch mit persönlicher Beratung, Unterstützung und Koordination von Versorgungshilfen. Sabine Scherwietes-Nowoczin Tel.: 0 20 41 / 70 35 62
Mobil: 0175 5891668
Email: sabine.scherwietes-nowoczin@bottrop.de

Demenz-Servicezentrum NRW für Menschen mit Zuwanderungsgeschichte

AWO Internationales Migrantenzentrum
Paulstr. 4, 45889 Gelsenkirchen
Tel.: 02 09 / 604 83 20 / -28 / -29

Gemeinsam stark - Selbsthilfegruppe für Angehörige von Menschen mit Demenz

DRK - Haus Rottmannsmühle
Karl-Englert-Str. 43, 46236 Bottrop
Christine Fieseler
Email: c.fieseler@drk-bottrop.de

Diakonie.Zentrum

Otto-Joschko-Str. 8, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 16 01 59

Haus am Ehrenpark

Ehrenplatz 12-14, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 73 37 77 Roberto Giavarra
Do 15.00 - 18.00 Uhr

KWA Sinneszentrum Demenz

Poststr. 4, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 77 19 08 Silvia Elschner
Mo bis Fr 9.00 - 17.00 Uhr
Sa 9.00 - 14.00 Uhr

Häusliche Betreuung von Demenzkranken

Eine solche Betreuungsleistung bieten alle Pflegedienste an.



Gut leben im Alter

Lebensräume im Quartier - Am Südring

Demenz-Wohngemeinschaften

Tel.: 0 20 41 3753670

E-Mail: liq-bot@diakonisches-werk.de

www.pflegeinbottrop.de

Mehr Informationen zum Thema „Demenz“ enthält die Broschüre **"Ratgeber Demenz"**, die vom Bundesgesundheitsministerium herausgegeben wird; auch als kostenloser Download unter www.bundesgesundheitsministerium.de

Depressionen und Angstzustände bei älteren Menschen

Sind Sie oft antriebslos und haben an nichts mehr Interesse? Ist Ihr Selbstwertgefühl auf dem Nullpunkt? Fühlen Sie sich nutzlos? Sind Sie oft verzweifelt und hoffnungslos?

Sind Sie unfähig, Freude zu empfinden? Haben Sie keine Lust mehr, sich mit anderen zu unterhalten? Weinen Sie häufiger als früher? Leiden Sie an Schlaflosigkeit, Appetitlosigkeit und Gewichtsverlust? Leiden Sie unter Panikattacken mit körperlichen Merkmalen wie Herzrasen, Schwitzen und Verspannungen? Haben Sie übermäßig Angst vor bestimmten Situationen im Alltag?

Wenn Sie diese Gedanken und Verhaltensweisen bei sich oder anderen beobachten, könnte das auf eine Depression hindeuten.

Psychotherapie und Medikamente können helfen, die depressiven Verstimmungen in den Griff zu bekommen und so die Lebensqualität wieder erheblich zu steigern.

Sprechen Sie deshalb Ihren Hausarzt an oder vereinbaren Sie einen Termin beim Gesundheitsamt.

Allgemeine Informationen**Gesundheitsamt**

Tel.: 0 20 41 / 70 33 34 Dr. Astrid Danneberg
Email: dr.astrid.danneberg@bottrop.de

Ambulante Gerontopsychiatrie**Ambulante psychiatrische Dienste**

MitarbeiterInnen dieses Dienstes leisten Anleitung und Hilfestellung bei Aktivitäten des täglichen Lebens (z.B. Körperpflege, Haushaltsführung) verbunden mit einer Tagesstrukturierung, außerdem Hilfestellung bei der Überwindung von Ängsten und Depressionen. Ziel ist die Rückführung älterer Menschen in das normale Leben nach einem psychiatrischen Krankenhausaufenthalt.

Deutsches Rotes Kreuz

Kreisverband Bottrop e.V.
Horster Str. 253, 46238 Bottrop
Tel.: 0 2041 / 73 73 210 Marcel Albrecht
Fax: 0 2041 / 73 73 612
Email: m.albrecht@drk-bottrop.de

Tagestätte für psychisch erkrankte Menschen (Caritas)

Adolf-Kolping-Str. 7, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 16 74 20

Die Stube

Kontaktstelle der Caritas
Adolf-Kolping-Str. 7, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 16 74 10
Treff für psychisch erkrankte Menschen
Mi 14.00 - 18.00 Uhr,
Do 16.00 - 19.00 Uhr

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfe-Büro Bottrop

Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 30 19
Email: selbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.de

Öffnungszeiten:

Mo 15.00 - 17.00 Uhr
Di, Do 9.00 - 13.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Hier finden Sie Informationen zu allen Selbsthilfegruppen in Bottrop und Umgebung.

Das Selbsthilfe-Büro ist eine verlässliche, etablierte Anlaufstelle. Wir bieten unabhängigen, qualifizierten Rat und die Möglichkeit zu persönlichen Gesprächen auf Augenhöhe.

Contigo Ruhr gGmbH

Gladbecker Straße 11, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41/ 7 51 37 30
Mobil: 01 76 17 40 77 74 Nadia Konkowski (Teamleitung)
Mo, Fr 9:00 – 17:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Das spanische Wort „contigo“ bedeutet „mit dir“ und beschreibt das Selbstverständnis der contigo Ruhr gGmbH. Es handelt sich um eine gemeinnützige Gesellschaft, die ambulante Hilfen für psychisch erkrankte Menschen anbietet. Die Leistungen umfassen die Akuthilfe in Form der Ambulant psychiatrischen Pflege und des Ambulant Betreuten Wohnens für psychisch Erkrankte. Viele Menschen sind von psychischen Erkrankungen betroffen, die sich auf zahlreiche Lebensbereiche auswirken. Dort setzen die Hilfsangebote an. Die Grundlage der Leistung ist eine gemeinsame Planung und Erarbeitung von individuellen Zielen und Maßnahmen.

Konkret erfolgt Unterstützung in folgenden Lebensbereichen

- Persönliche und familiäre Krisen
- Wohnungsangelegenheiten und Haushaltsführung
- Selbstversorgung
- Gemeinsame Erarbeitung einer Tagesstruktur
- Umgang mit Behörden und Ärzten
- Gesundheitsfürsorge
- Umgang mit Finanzen
- Soziale Beziehungen und Teilhabe am gesellschaftlichen Leben
- Individuelle Freizeitgestaltung

Die Contigo Ruhr berät bei der Entscheidung, ob die ambulante psychiatrische Pflege oder das Betreute Wohnen in Frage kommt und steht bei der Antragsstellung unterstützend zur Seite.

Suchterkrankungen im Alter

In der Öffentlichkeit ist Sucht im Alter nach wie vor ein wenig diskutiertes Thema, obwohl die körperlichen und seelischen Abhängigkeiten von Medikamenten und Alkohol gerade auch bei SeniorInnen eine immer größere Rolle spielen.

Durch Medikamenten- und Alkoholmissbrauch können schwere Schädigungen der Organe, der Gehirnfunktion und des Nervensystems auftreten, die oft als „alterstypische“ Ausfallserscheinungen wahrgenommen werden, deshalb wird eine Sucht erst spät oder gar nicht erkannt. Übermäßige Medikamenteneinnahme (meist Schmerz-, Beruhigungs- und Schlafmittel) ist besonders bei Seniorinnen verbreitet. Dabei wird nicht beachtet, dass der Abbau der Substanzen durch die Leber bei alten Menschen wesentlich länger dauert.

Gehören Sie auch zu denen, die bei Schmerzen oder Schlaflosigkeit schnell mal zu Medikamenten greifen?

Dann sollten Sie den Ursachen der Störungen auf den Grund gehen; es einmal mit homöopathischen Arzneien versuchen oder Yoga und andere Entspannungsübungen erlernen.

Weitere Informationen gibt die Broschüre, „Nicht mehr alles schlucken ...!“ Frauen - Medikamente - Selbsthilfe, die Sie unter www.dks.de oder www.bkk.de im internet herunterladen können.



lupo/pixelio.de

Kontaktadressen zum Thema „Sucht“ erhalten Sie im **Gesundheitsamt Bottrop**.

Sucht-Selbsthilfegruppen und Treffs

AL-ANON

Familiengruppen von Angehörigen u. Freunden von Alkoholikern
Gladbecker Str. 258, 46240 Bottrop
Do ab 17.30 Uhr

AA (Anonyme Alkoholiker)

Knappschafts Krankenhaus
Di von 19.00 - 21.00 Uhr
Gemeindehaus Gnadenkirche
Gladbecker Str. 258, 46240 Bottrop
Do ab 19.00 Uhr

Freie Selbsthilfegruppe Grafenwald

Pfarrheim Hl. Familie
Mobil: 0175 / 8384709
Mo ab 19.30 Uhr

Kreuzbund e.V. Stadtverband Bottrop

Selbsthilfe- und Helfergemeinschaft für Suchtkranke und Angehörige
Tel.: 0 20 41 / 4 06 68 42 Gerhard Löbert
Geschäftsstelle im Haus der Vielfalt
Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 3 72 94 86
www.kreuzbund-stadtverband-bottrop.de

Kontaktstelle Caritasverband

Adolf-Kolping-Str. 7, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 16 74 61
Di, Mi 13.00 - 16.00 Uhr

Fährhaus

Selbsthilfegruppe -Alkohol und Medikamente
Evangel. Kirche Fuhlenbrock
Wilhelm-Busch-Str. 5, 46242 Bottrop
Mobil: 0178 / 1722835
Email: info@fährhaus-bottrop-de
Mi ab 19.30 Uhr

Krebserkrankungen

In meinem Alter bekomme ich doch keinen Krebs mehr! Wer so denkt, ist nicht nur schlecht informiert, sondern spielt auch mit seinem Leben. Auch für SeniorInnen gilt:

Regelmäßige Krebsvorsorge kann Leben retten!
(Vgl. Teil I ,Kap. 6.4.)

Hilfen für Menschen mit Krebserkrankungen und deren Angehörige bieten verschiedene lokale und überregionale Stellen an.
Dort erhalten Betroffene:

- Information / Unterstützung bei sozialrechtlichen Fragen z.B. zum Behindertenstatus, Anträge an Krankenkassen, Kuren
- Zugang zu medizinischen Informationen: Broschüren etc. über einzelne Krebserkrankungen, Internetrecherche, medizinische Zweitmeinungen
- Beratung und Begleitung: beide Auseinandersetzung mit der Krankheit, Orientierungs- und Klärungshilfe, Unterstützung der pflegenden Angehörigen
- Vermittlung zu Selbsthilfegruppen / Psychotherapeuten

Ausführliche Informationen zum Thema „Krebs“:

Deutschen Krebsforschungszentrum Heidelberg
Tel.: 0800 / 4 20 30 40
(aus dem dt. Festnetz ist der Anruf kostenlos)
www.krebsinformationsdienst@dkfz.de

Selbsthilfe- und Sportgruppen

Frauenselbsthilfe Krebs

An der Martinskirche 1 (Martinszentrum)
46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 4 62 50 96 Frau Remmers
Email: l.remmers@web.de
www.frauenselbsthilfe.de
Jeden 4. Mo 14.00 - 17.00 Uhr

Dt. ILCO

Selbsthilfegruppe für Stomaträger und Darmkrebspatienten und deren Angehörige
Gemeindehaus Gnadenkirche
Gladbecker Str. 258, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 9 31 15 Trudie Czybulka
Email: t.czybulka@unity-mail.de
www.ilco-rel.de
Jeden 1. Mo 16.30 - 18.30 Uhr



Sebastian Bartels/pixelio.de

SHG

Prostataerkrankungen Bottrop e.V.
Knappschaftskrankenhaus Bottrop
Osterfelderstr. 157, 46242 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 68 92 42 Rolf Schmidt
Email:shg-p-bot@gmx.de
Jeden 2. Mo 18.00 - 20.00 Uhr

Selbsthilfegruppe Blasenkrebs Gladbeck - Bottrop - Gelsenkirchen

Tel.: 0 20 41 / 3 40 18 Rolf Kickum
Email:rolf.kickum@t-online.de
www.blasenkrebs-shb.de/category/gladbeck/
Jeden letzten Mi 15.00 - 16.00 Uhr
abwechselnd in GLA, BOT u. GE

Kath. Familienbildungsstätte

Sport in der Krebsnachsorge
Pferdemarkt 4, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 69 02 42
Fax: 0 20 41 / 69 02 70
Email: info@fbs-bottrop.de, www.fbs-bottrop.de

Bei körperlichen Beschwerden ist sicherlich Ihr Hausarzt oder ein Facharzt Ihres Vertrauens der richtige Ansprechpartner.

Es ist in diesem Ratgeber nicht möglich, das Thema Krankheit umfassend zu behandeln und die entsprechenden Fachärzte aufzuzählen. Eine Übersicht aller in Bottrop zugelassenen Ärzte und Fachärzte finden Sie im örtlichen Telefonbuch oder im Internet. Erkundigen Sie sich auch bei Ihrer Krankenkasse nach einem entsprechenden Verzeichnis.

Die Anschriften der Krankenhäuser finden Sie in Teil I, Kapitel 1.1 dieser Broschüre; ebenso die wichtigsten Notdienste und Notrufnummern, damit Sie im Falle des Falles schnell darauf zurückgreifen können.

Wichtig

Regelmäßige Untersuchungen von Gedächtnis und Beweglichkeit, Augen und Gehör sind gerade bei älteren Menschen wichtig – damit Ihre Lebensqualität erhalten bleibt und Sie sicher durch den Alltag kommen!

6.6. Alternativmedizin

Gesundheit setzt den Einklang von Körper, Geist und Seele voraus – auf dieser ganzheitlichen Lehre basieren die meisten fernöstlichen Heilmethoden.

Sind Sie aufgeschlossen für alternative Behandlungsansätze, die neue, sanfte Wege zur Heilung erschließen?

Viele niedergelassene Ärzte und Ärztinnen bieten neben den konservativen auch naturheilkundliche Behandlungen an. Das alternative Angebot reicht dabei von „Großmutter's Kräutermedizin“ bis zu fernöstlicher Heilkunde wie z.B. Akupunktur, Akupressur oder Ayurveda und wird hauptsächlich von Heilpraktikern durchgeführt.

Wo erhalten Sie verlässliche Informationen über Qualifikation und Fachgebiete und Therapiemethoden von Heilpraktikern?

Als Informationsquelle können Sie neben TV-Berichten (Gesundheitsmagazine), Apothekerzeitschriften, Fachliteratur und Internet auch Vor-

träge und Seminare von Wohlfahrtsverbänden, Krankenkassen, VHS, Ärzten und Krankenhäusern nutzen. Veranstaltungshinweise finden Sie in der Tagespresse.

Als Orientierungshilfe bei der Auswahl des geeigneten Heilpraktikers können Sie auf Erfahrungsberichte von Freunden und Bekannten zurückgreifen oder sich bei den Fachverbänden informieren.



Britta Cornelsen/pixelio.de

Bund Deutscher Heilpraktiker e.V.

Südstr. 12c, 48231 Warendorf

Tel.: 0 25 81 / 6 15 50

www.bdh-online.de

Email: BundDeutscherHeilpraktiker@online.de

Verband der Heilpraktiker Deutschlands e.V.

Georgstr. 4, 45879 Gelsenkirchen

Tel.: 02 09 / 1 20 84 86

vhd-heilpraktiker.de

Email: info@vhd-heilpraktiker.de

Wer trägt die Kosten für eine alternative Behandlung?**Tipp**

Nicht alle alternativen Behandlungsmethoden werden von den Krankenkassen auch bezahlt, erkundigen Sie sich deshalb vorab bei Ihrer Krankenkasse über eine mögliche Kostenübernahme.

**6.7. Krankenhausaufenthalt im Alter****Krankenhaus – was nun?**

Wenn ein Krankenhausaufenthalt notwendig wird, ist es sinnvoll, einige Dinge für die Aufnahme, den Aufenthalt und die Entlassung zu regeln. Beziehen Sie Angehörige bzw. vertraute Personen mit ein.

Vorbereitung für einen Krankenhausaufenthalt

Neben einer Tasche mit den üblichen Toilettenartikeln, entsprechender Wäsche und Bekleidung, sollten folgende für die medizinische Behandlung wichtige Dokumente (soweit vorhanden) mitgebracht werden:

- Krankenversichertenkarte und Einweisung des Arztes
- Vorsorgevollmacht, Patientenverfügung
- Allergiepass, Marcumarausweis
- Medikamentenplan und Medikamente
- Name und Anschrift des Hausarztes

Denken Sie an Ihre Lesebrille und Ihr Hörgerät etc., damit Sie sich im Krankenhaus nicht unnötig unsicher fühlen.

Außerdem ist es nützlich, dem Pflegepersonal bzw. dem Arzt eine Liste mit folgenden Daten zu überreichen:

- Kontaktperson für den Notfall
- AnsprechpartnerIn Vorsorgevollmacht/Betreuung
- Pflegestufe / Pflegedienst

Planung der Entlassung

Ein Krankenhausaufenthalt kann dazu führen, dass Sie dauerhaft oder vorübergehend Unterstützung im Alltag benötigen, deshalb sollten vor der Entlassung entsprechende Maßnahmen eingeleitet werden. Dabei hilft Ihnen der Sozialdienst des Krankenhauses.

Später zuhause können Sie sich an einen Pflegestützpunkt oder die Pflegeberatungsstelle im Sozialamt wenden.

Ausführliche Informationen finden Sie in (Teil I Kapitel 5).

Über eine erforderliche Anschlussbehandlung oder Rehabilitationsmaßnahme berät Sie der Krankenhausarzt.

Klären Sie auch, ob Ihre Heimfahrt am Entlassungstag geregelt ist und ob ggf. eine Person vor Ort zur Unterstützung anwesend ist.



Rolf Neumann/pixelio.de

7. Freizeitmöglichkeiten für die ältere Generation

Ruhestand bedeutet mehr Zeit als je zuvor zu haben – für eigene Interessen, Hobbys, Reisen, Theater- und Konzertbesuche, Gespräche und für all die Dinge, für die man bisher nie Zeit fand. Wollen Sie einfach nur einen schönen, unterhaltenden Nachmittag genießen oder mit anderen etwas unternehmen? Haben Sie Freude daran, Kunst und Kultur in netter Gesellschaft zu erleben oder möchten Sie lieber selbst aktiv und kreativ sein?

Haben Sie Spaß am Singen, Tanzen und Musizieren und suchen gleichgesinnte MitstreiterInnen? Wollten Sie schon immer mal eine Fremdsprache lernen oder Ihre Schulkenntnisse auffrischen? Oder haben Sie Interesse daran, die Geheimnisse von Computer, Internet und Handy zu ergründen? Wollten Sie schon immer einmal im Kreise netter Mitreisender die nähere Umgebung oder fremde Städte und Länder erkunden? Für alle diejenigen SeniorInnen, die ihre freie Zeit

aktiv gestalten möchten, gibt es in Bottrop ein sehr vielseitiges Freizeitangebot in den Bereichen Kunst, Kultur, Weiterbildung, Veranstaltungen, Reisen und Sport. Eine Auswahl der vorhandenen Angebote möchten wir in den folgenden Kapiteln vorstellen.

7.1. Kommunikation und Geselligkeit

Wie wäre es mit einem gemütlichen Frühstück oder Kaffeetrinken in angenehmer Atmosphäre und netter Gesellschaft?

Wenn Sie es leid sind, alleine zuhause ihre Mahlzeiten einzunehmen, sich gerne unterhalten und neue Menschen kennen lernen möchten, dann besuchen Sie doch einfach einmal einen Seniorentreff.

Denn „gemeinsam statt einsam“ schmeckt nicht nur das Essen besser, es finden sich auch schnell Gleichgesinnte, mit denen man verschiedene Freizeitaktivitäten ausüben kann. Selbsthilfegruppen, ARG (Alten- und Rentnergemeinschaften), Kirchengemeinden, Wohlfahrtsverbände, Gewerkschaften und Parteien bieten die Möglichkeit zum Erfahrungsaustausch, veranstalten Vorträge und Diskussionen zu gesell-

schaftlichen, politischen und religiösen Themen und organisieren verschiedene Freizeitaktivitäten.

Das Programm beinhaltet Hobbykreise (Bastel-, Handarbeits- und Spielgruppen), Gesprächs- und Vortragsreihen, Sprach- und EDV-Kurse, sportliche Aktivitäten, Tanzkurse, Tanztees, Festveranstaltungen, Besichtigungen, Radtouren und Ausflugsfahrten.

Je nach Interessenlage finden Sie immer den geeigneten Ansprech- und Freizeitpartner. Nutzen Sie auch die Chance des Gedankenaustausches mit jüngeren Menschen.

Eine detaillierte Auflistung der Aktivitäten finden Sie im **Veranstaltungskalender für SeniorInnen**, der vom Sozialamt der Stadt Bottrop jährlich herausgegeben und ständig aktualisiert wird.

Er ist im Sozialamt und an anderen öffentlichen Stellen (z.B. Bürgerbüro oder Stadtinfobüro) erhältlich.

Im Internet ist er unter der Rubrik „Spezielle Informationen für Senioren“ als PDF-Datei abrufbar.

Möchten Sie lieber Ihr eigenes Programm gestalten und selbst bestimmen, welche Aktivitäten und Themen Ihnen wichtig sind?

Die ZWAR-Gruppen

Möchten Sie lieber selbst die Initiative ergreifen und im Kreise Gleichgesinnter Ihr eigenes Freizeitprogramm gestalten? Dann sind Sie bei den ZWAR-Gruppen genau richtig.

ZWAR – das bedeutet „Zwischen Arbeit und Ruhestand“ und ist eine Initiative, die sich zum Ziel gesetzt hat, Menschen über 50 Jahren zur gemeinsamen Gestaltung ihrer Freizeit anzuregen.

Entstanden sind die ZWAR-Gruppen als Modellprojekt an der Universität Dortmund. Es entwickelte sich schnell eine bundesweite ZWAR-Bewegung. Die erste Bottroper ZWAR-Gruppe hat sich 1990 in Boy/Welheim gebildet; wenig später entstanden weitere Interessengruppen.

Neben den stadtteilbezogenen Basisgruppen (Batenbrock, Boy/Welheim, Eigen, Fuhlenbrock, Stadtmitte I und Stadtmitte II) gibt es auch Gruppen, die sich um bestimmte Aktivitäten herum gebildet haben, wie z.B. Wandern, Radfahren, Schwimmen, Spielen, Singen, Musizieren oder für technisch interessierte Seniorinnen

und Senioren Video- und Computergruppen. Die Räume, in denen die Treffen stattfinden, sind fast alle barrierefrei zugänglich.

In regelmäßigen Abständen berichtet die ZWAR-Zeitung „Die Aktive Generation“ über die verschiedenen Aktionen. Neben unterhaltenden Beiträgen werden viele wichtige Informationen für die ältere Zielgruppe publiziert.

Dort finden Sie auch eine Auflistung der entsprechenden AnsprechpartnerInnen.

Weitere Informationen erhalten Sie im Sozialamt Bottrop Tel.: 0 20 41 / 70 34 44

Mehrgenerationenhaus (MGH)

Am 17. September 2008 wurde das Mehrgenerationenhaus Bottrop unter der Trägerschaft der Evangelischen Kirche offiziell eröffnet.

Die Zielsetzung dieser Einrichtung besteht darin, Kontakte und Kommunikation zwischen den Generationen zu fördern, sich gegenseitig zu unterstützen und auszutauschen.

In diesem Sinne sind vielfältige gemeinsame Aktivitäten geplant, wie z.B. Veranstaltungen für Familien, Kinder und Jugendliche sowie für die ältere Generation und Menschen mit Behinderungen.



Kontakt:

MGH -Bottrop

Ev. Kirchengemeinde Bottrop

An der Martinskirche 1, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 31 70 34, Fax: 0 20 41 / 31 70 73

Email: mgh@ev-kirche-bottrop.de

Barrierefreiheit

Zugang : ja

(über den Parkplatz / Rampe)

innerhalb des Gebäudes: ja

WC: ja

Behindertenparkplätze: –



7.2. Etwas für andere tun – ehrenamtliches Engagement

Haben Sie Zeit und Lust, andere zu unterstützen?

Wenn Sie Ihr berufliches Wissen, Ihre Lebenserfahrung oder Ihre freie Zeit sinnvoll nutzen möchten, um anderen Menschen zu helfen, gibt es viele Betätigungsfelder, um sich ehrenamtlich einzubringen bei:

- Wohlfahrtsverbänden
- Kirchengemeinden
- Altenheimen
- Krankenhäusern
- Sportvereinen
- der Freiwilligen Zentrale usw.

Ehrenamt-Agentur Bottrop

Eine Stadt lebt von dem Engagement ihrer Bürger und Bürgerinnen – so lautet das Motto der Ehrenamt-Agentur.

Damit das Leben attraktiver und bunter wird, fördert die Agentur ehrenamtliches Engagement in folgenden Bereichen:

- Information und Beratung von Ehrenamtlichen
- Information und Beratung von Organisationen zur Freiwilligenarbeit

- Initiierung neuer Freiwilligenprojekte und Begleitung bereits bestehender Projekte

Sie interessieren sich für eine ehrenamtliche Tätigkeit und möchten sich beraten lassen?

Ehrenamtliches Engagement
Diakonisches Werk Gladbeck-Bottrop-Dorsten
Beckstr. 133, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41/ 70 62 87 73
www.ehrenamt-dw.de

Oder stöbern Sie doch einfach auf der Internetseite im Katalog der Tätigkeiten oder nehmen Sie Kontakt auf.

Ehrenamt Agentur Bottrop

Gerichtsstr.3, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41/ 7 71 72 73
Email: info@ehrenamt-bottrop.de
www.ehrenamt-bottrop.de
Öffnungszeiten:
Mo 9.30- 15.30 Uhr
Di,Mi 9.30- 13.30 Uhr
Do,Fr 9.30- 12.30 Uhr

Sind ehrenamtlich Engagierte versichert?

Die Einsatzbereiche für ehrenamtliche Tätigkeiten sind sehr vielschichtig. Wenn Sie für öffentlich-rechtliche Institutionen oder im Sinne der Allgemeinheit tätig werden, sind Sie in der Regel kostenlos gesetzlich unfallversichert. Um juristisch von einem Ehrenamt sprechen zu können und damit unter den Versicherungsschutz zu fallen, müssen generell 5 Merkmale erfüllt sein. So ist das Ehrenamt freiwillig und unentgeltlich. Es wird kontinuierlich und auf organisierte Weise ausgeübt und kommt anderen zu Gute.

Informationen zum Themenbereich
Unfallversichert/ Ehrenamt

Bürgertelefon des BMAS
0 30 221 911 002 Mo bis Do 8.00 - 20.00 Uhr

Die Broschüre „Zu Ihrer Sicherheit. Unfallversichert im freiwilligen Engagement.“ können Sie beim Bundesministeriums für Arbeit und Soziales, Rochusstr. 1, 53123 Bonn, bestellen oder herunterladen unter www.bmas.de

7.3. Kunst und Kultur

Kreativität und Neugier sind keine Frage des Alters. In Bottrop können Sie Kunst und Kultur auf vielfältige Weise erleben oder selbst gestalten. Als Theater- und Musikliebhaber können Sie aus einem reichhaltigen Programm auswählen. Die zahlreichen Auftritte bekannter Tourneetheater, die Bottroper Chortage, die Figurentheatertage und das Orgel-Plus-Festival erfreuen sich überregionaler Beachtung. Das Konzertangebot in Bottrop bezieht seinen Reiz aus dem Zusammenspiel von städtisch organisierten Veranstaltungen und Aufführungen privater und kirchlicher Vereinigungen. Regelmäßig werden im Rahmen des vom Kulturamt organisierten Konzertprogramms renommierte Sinfonieorchester für Aufführungen im Lichthof des Berufskollegs verpflichtet. Besondere Kammerkonzertreihen mit internationalen Künstlern ergänzen das Angebot. Das Kulturzentrum August Everding in der Innenstadt mit Kammerkonzertsaal, Filmforum, Kreativräumen und mehr rundet das kulturelle Angebot der Stadt ab. Für alle diejenigen, die sich selber kreativ betätigen möchten, gibt es eine Fülle von Möglichkeiten

in Kursen, Workshops, Musik- und Theaterinitiativen die eigenen künstlerischen Fähigkeiten zu entdecken, zu erproben und auszubilden.

Musikschule, Theaterwerkstatt, Kunstvereine, VHS, Wohlfahrtsverbände und Kirchen haben für jede Altersklasse und Interessenlage das passende Angebot. Lassen Sie sich einfach inspirieren und werden Sie aktiv!

Kulturzentrum August Everding

Mit dem Kulturzentrum im Gebäude des ehemaligen Jungengymnasiums, das durch einen neuen modernen Anbau erweitert wurde, ist ein attraktiver Ort für kreative Kommunikation und diverse Aktivitäten entstanden.

Im Hof laden Skulpturen und Kunstinstallationen zum Verweilen und Diskutieren ein. Eine Boule-Fläche bietet die Möglichkeit zur sportlichen Betätigung für Groß und Klein.

Unter einem Dach befinden sich:

- das Veranstaltungsbüro
- die Musikschule
- die Bücherei
- das Archiv
- die Kulturwerkstatt
- die Studiobühne
- eine Galerie
- die Volkshochschule
- das Kommunale Kino
- das Studienzentrum der Fernuniversität Hagen
- ein Bistro



Ein so reichhaltiges Angebot von Kunst, Kultur, Weiterbildung und Information an einem zentralen Ort wie dem Kulturzentrum August Everding – wenn das nicht eine gute Gelegenheit ist, um generationsübergreifende Kontakte zu knüpfen, interessante GesprächspartnerInnen zu treffen, eigene kreative Ideen zu entwickeln oder einfach nur einen Kaffee zu trinken, sich nett zu unterhalten und Spaß zu haben!

Kulturzentrum August Everding

Blumenstr. 12, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41/ 70 39 48

Museumszentrum Quadrat

Kunst- und Kulturausstellungen im Museumszentrum Quadrat

Das Zentrum beherbergt zwei bedeutende Museen: das Josef-Albers-Museum und das Bottrop-Museum in der ehemaligen Oberbürgermeistervilla mit Ausstellungen zur Ur- und Stadtgeschichte.

Josef-Albers-Museum

Am 25. Juni 1983 wird das Josef-Albers-Museum eröffnet, das Arbeiten aus den verschiedenen Werkphasen des aus Bottrop stammenden Künstlers zeigt.

Außerdem präsentiert die Sammlung mehr als 200 Werke – Gemälde, Skulpturen und Objekte sehr unterschiedlicher KünstlerInnen des 20. Jahrhunderts.

Die sachliche architektonische Formensprache der vier lichten Bauten aus Glas und Stahl verweist auf den Bauhausmeister Albers und bildet einen spannenden Kontrast zur naturnahen Parklandschaft des Stadtgartens.

Bottrop-Museum

Die Fossilfunde aus den Ablagerungen des letzten Eiszeitalters, das vor rund 2,6 Millionen Jahren beginnt, sind so umfangreich, dass sie in einem Anbau, der so genannten Eiszeithalle, präsentiert werden.

Beeindruckende Exponate eiszeitlicher Tiere, wie z.B. ein Mammutskelett und eine umfassende Informationsschau über den eiszeitlichen Lebensraum laden zu einer Reise in die Urzeit ein.



Der Skulpturenpark

Bei schönem Wetter lädt der Skulpturenpark rings um das Museumszentrum zu einem Spaziergang ein.



Pressestelle Stadt Bottrop

Josef-Albers-Museum Quadrat

Anni-Albers-Platz 1, 45236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 37 20 30
Email: quadrat@bottrop.de
www.quadrat.bottrop.de

Öffnungszeiten:

Di bis Sa	11.00 - 17.00 Uhr
So	10.00 - 17.00 Uhr

Barrierefreiheit

Museumszentrum Quadrat

Zugang: ja
innerhalb d. Gebäudes: ja
WC: ja
Behindertenparkplätze: ja





Pressestelle Stadt Bottrop



Pressestelle Stadt Bottrop

Halde Prosper-Haniel

Theaterarena, Pilgerpfad und Windkamm

Ein Freilichtamphitheater mit 800 Plätzen ist auf

der ehemaligen Bergehalde der Zeche Prosper-Haniel entstanden.

Die viel beachteten Theateraufführungen bilden den Höhepunkt des Bottroper Kultursommers.

Das Haldengelände ist per Bus zu erreichen und auch für Rollstuhlfahrer zugänglich (barrierefreier Zugang). Karten erhalten Sie im Kulturamt der Stadt Bottrop im Kulturzentrum August Everding.

Eine weitere Besonderheit stellt der Kreuzweg auf der Halde dar, der in Kooperation mit Vertretern der Bergwerksleitung, Bergwerksmitarbeitern, Kirchengemeinden und Verbänden realisiert wurde.

In Kupfer geätzte Rohrfederzeichnungen der Ordensfrau und Künstlerin Tisa von der Schulenburg (1903-2001) stellen die Passion Christi dar und werden an jeder der 15 Stationen durch Arbeitsgeräte aus dem Bergbau und Zitate bekannter Persönlichkeiten ergänzt.

Eine weitere Attraktion ist neben einer eindrucksvollen Aussicht über das Ruhrgebiet eine Kunstinstallation des baskischen Bildhauers Agustín Ibarrola, die aus einer Reihe bunter Bahnschwellen (Totems) besteht und einen lang gezogenen Bogen auf der Spitze der Halde bildet..

Kulturzentrum Hof Jünger

Im Hof Jünger trifft sich die lebendige Kulturszene von Bottrop-Kirchhellen. Er ist ein Forum für kunstgewerbliche, musische, tänzerische und literarische, aber auch handwerkliche, schauspielerische oder cineastische Aktivitäten. Vorträge, Seminare und Ausstellungen schaffen einen lebendigen Ort der Begegnung. Im attraktiven Bauerngarten finden im Sommer Konzerte statt.

Hof Jünger

Wellbraucksweg 2-4, 46244 Bottrop

Tel.: 0 20 45 / 40 62 50

Weitere Informationen erhalten Sie beim Vorsitzenden des Bürgervereins Hof Jünger Hermann Reinbold Tel.: 0 20 45 / 4 06 53 20

Email: Hermann.Reinbold@t-online.de

Barrierefreiheit

Zugang: ja (durch den Garten)

innerhalb des Gebäudes: nur EG

WC: ja

Behindertenparkplätze: nein



Malakoff-Turm

– steinerner Zeuge der Industriearchitektur

Wenn Sie sich für Bergbaugeschichte, Industriearchitektur und Denkmalpflege interessieren, besichtigen Sie doch einmal den aus dem 19. Jahrhundert stammenden steinernen Förderturm auf dem Gelände der Zeche Prosper II. Dieser so genannte Malakoff-Turm wurde 1874/75 erbaut und zählt wegen seiner repräsentativen architek-

tonischen Gestaltung zu einem der schönsten im Ruhrgebiet. Von diesem Bautyp sind nur noch gut ein Dutzend erhalten.

Die Stiftung Industriepflege und Geschichtskultur übernahm 2004 das Denkmal in seinen Bestand, sanierte es in den Folgejahren und baute 2014 die inzwischen sehr beliebte Aussichtsplattform mit Blick über Bottrop und Umgebung. Der Turm ist im Rahmen von Führungen zu besichtigen und wird zudem als Sportstätte (Kletterwand) und vom Standesamt Bottrop als besonderer Trauort genutzt.

Zeche Prosper

Knappenstraße 22, 46238 Bottrop
Infos zu Führungen: Tel.: 02 31/ 93 11 22 33
Weiter Infos: www.industriedenkmal-stiftung.de

Barrierefreiheit

Zugang: ja (über den Hintereingang)
innerhalb des Gebäudes: nein
WC: nein



Nacht der Industriekultur

Einmal im Jahr fährt das Revier eine Extraschicht und feiert in zahlreichen Ruhrgebietsstädten vor der stimmungsvollen Kulisse bekannter Industriedenkmäler ein gigantisches Fest.

Experimentelles Theater, spektakuläre Shows, Konzerte, Tanz und vieles mehr begeistern alljährlich Tausende von Kulturinteressierten eine Nacht lang. Schauplatz dieses Spektakels ist u.a. auch der Malakoff-Turm in Bottrop.

Hätten Sie nicht Lust, sich unter die Nachtschwärmer in Sachen Industriekultur zu mischen?

Ein Bus-Service fährt die einzelnen Städte an. Informationen über Schauplätze und Programm

erhalten Sie unter den Stichworten „Nacht der Industriekultur“ oder „Extraschicht“ im Internet.

Theateraufführungen für die ältere Generation

Das Kulturamt der Stadt Bottrop bietet Abonnements für Opern-, Operetten- und Ballettaufführungen in den Nachbarstädten Essen, Duisburg und Gelsenkirchen an.

Abonniert werden müssen die Karten jeweils vor Beginn der Theatersaison. Der Preis für den Bus-transport ist im Eintrittspreis enthalten.

Auskünfte und Anmeldungen an der Theaterkasse im **Kulturzentrum August Everding**

Tel.: 0 20 41 / 70 33 08

Email: theaterkasse@bottrop.de

Kultur selber machen – Theater made in Bottrop

Neben professionellen Bühnenprogrammen und Theateraufführungen wird das Kulturleben in Bottrop auch von Amateurgruppen ergänzt. Eine Reihe von Theatergruppen, die von der Kulturwerkstatt unterstützt werden, erfreuen sich beim Publikum großer Beliebtheit. Das Repertoire und die Zusammensetzung der Schauspielertruppen ist sehr unterschiedlich.



Auf rege Publikumsresonanz treffen die Darbietungen des Seniorenteaters „Spätblüte“. Die Akteurinnen sind zwischen 60 und 85 Jahre alt. Sie entwickeln ihre Theaterstücke selbst auf der Grundlage ihrer persönlichen Erlebnisse, Erfahrungen und Gefühle.

Zur Tradition gehören ihre Kurzauftritte bei der Abschlussgala der Märchen- und Figurentheatertage. Dabei machen sie auch durch ungewöhnliche Aktionen von sich reden.

Haben Sie jetzt Lust bekommen, selbst Theater zu spielen, dann melden Sie sich in der Kulturwerkstatt im Kulturzentrum August Everding.



Pressestelle Stadt Bottrop

Film ab im Filmforum

Das Filmforum in Bottrop bietet seinen Gästen aktuelle und anspruchsvolle Kinofilme. Außerdem stehen abwechslungsreiche Themenabende, wie z.B. die Reihe Stummfilm und Retrospektiven auf das Schaffen einzelner SchauspielerInnen auf dem Programm. Darüber hinaus werden Lesungen, Diskussionen, Klein-Kunstveranstaltungen und Live-Musik geboten.

Seniorenkino

Seit 1988 gibt es für ältere Filmfans einmal pro Monat einen besonderen Leckerbissen im „Seniorenkino“. Das ehrenamtliche Organisationsteam (Petra Hoffmann, Klaus Frintrop) präsentiert in Zusammenarbeit mit dem Kulturamt und mit finanzieller Unterstützung der Gesundheitsdienste Reckmann ein vielseitiges Kinoprogramm.

Die Seniorenkino-Tage beginnen jeweils um 14 Uhr mit Kaffee und Kuchen in Bel's Bistro. Die Filmvorführung startet um 15 Uhr.

Kartenreservierungen (Preis 7 € inkl. Kaffee und Kuchen) sind unter Tel.: 0 20 45 / 54 60 möglich.

Veranstaltungsort:

Filmforum der VHS im Kulturzentrum August Everding
Blumenstraße 12, 46236 Bottrop



Pressestelle Stadt Bottrop

7.4 Lernen im Alter

Man lernt nie aus, denn für mehr Wissen ist es nie zu spät... Wollten Sie schon immer mal eine Fremdsprache lernen oder alte Kenntnisse auffrischen? Möchten Sie Ihrem Enkel beweisen, dass der PC für Sie kein unbekanntes Wesen ist? Lebenslanges Lernen ist für ältere Menschen unumgänglich, wenn sie mit der modernen Entwicklung Schritt halten wollen. Wenn Sie Ihre freie Zeit bewusster gestalten und genießen wollen, ist es wichtig, sich nicht nur körperlich, sondern auch geistig fit zu halten. Ob es nun darum geht, neue Wissensgebiete zu entdecken, über Kunst, Literatur oder Politik zu diskutieren oder sich mit den aktuellen Kommunikationstechniken zu beschäftigen – all das hilft, sich die geistige Beweglichkeit bis ins hohe Alter zu erhalten.

Warum gibt es eigentlich spezielle Lernangebote für SeniorInnen?

Weil ältere Menschen beim Lernen andere Prioritäten setzen, einen anderen Lernrhythmus und ein anderes Lerntempo haben als Jüngere. In Bottrop gibt es eine Fülle von Weiterbildungs-

angeboten, die bezüglich Methodik und Inhalt speziell auf die Bedürfnisse der Generation 50Plus ausgerichtet sind. Dazu gehören Seniorenbegegnungszentren, die Bildungsstätten der Kirchen und der Wohlfahrtsverbände, die Volkshochschule (VHS) sowie andere gemeinnützige Organisationen.

Wollten Sie schon immer mal in aller Ruhe lernen wie Mobiltelefon, Computer und Internet funktionieren?

Der Umgang mit modernen Kommunikationsmitteln – bald schon kein Problem mehr für Sie. Chatten ist angesagt – auch für die ältere Generation.

Unser Alltag ist wesentlich durch die Nutzung neuer Kommunikationstechniken geprägt. Dieser Entwicklung können sich auch ältere Menschen, die aktiv am Leben teilhaben möchten, nicht entziehen. Besonders das Internet ist unterhaltsam, kommunikativ, informativ und bildet eine sinnvolle Ergänzung zum Informationsangebot von Zeitungen, Fernsehen, Radio etc.

SeniorInnen, die nicht mehr mobil sind, können via Email neue Kontakte knüpfen, Online-Bildungseinrichtungen und -Bibliotheken nutzen.



Rainer Sturm/pixelio.de

Um den Einstieg in die Welt der neuen Medien und Technologien zu erleichtern, werden zielgruppengerechte Kurse für ältere Menschen angeboten. Schritt für Schritt werden die verschiedenen Funktionen und Möglichkeiten von Handy und Computer erläutert.

Das Ziel besteht darin, die Angst vor der modernen Technik zu verlieren und den persönlichen Nutzen zu erkennen.

In speziellen Internetcafés für SeniorInnen kann man nicht nur kostengünstig bei einer Tasse Kaffee surfen, sondern auch nette Kontakte knüpfen und Informationen austauschen.

Fragen Sie bei ZWAR-Gruppen, VHS und im Sozialamt nach entsprechenden Angeboten.

Die Bottroper EULE –

Rollentausch als pädagogisches Konzept

Sie haben gerne Kontakt zu jungen Leuten, sind begeisterungsfähig und vertreten die Meinung, Jung und Alt können viel voneinander lernen – dann ist das Projekt EULE genau das richtige Lernmodell für Sie.

Unter dem Motto „Erleben, Unterrichten, Lernen, Experimentieren“ können SeniorInnen noch einmal die Schulbank drücken, während OberstufenschülerInnen des Heinrich-Heine-Gymnasiums in Bottrop die Lehrerrolle übernehmen. Der Kontakt der Generationen und der Rollentausch schaffen gegenseitiges Verständnis und fördern das Selbstbewusstsein. Lernen und Lehren macht gleichermaßen Spaß. Auf dem Lehrplan stehen Englisch und Computerbenutzung.

Nähere Informationen:

Heinrich-Heine-Gymnasium Tel.: 0 20 41 /18 25 80

Sozialamt: Tel.: 0 20 41 / 70 36 64 Tim Schmidt
Email: tim.schmidt@bottrop.de

Vergangene Zeiten lebendig werden lassen – Kultur und Geschichte selbst erforschen

War es schon lange Ihr Wunsch, sich einmal als Hobbyforscher zu betätigen? Jetzt steht Ihnen genügend freie Zeit zur Verfügung, um diesen Traum wahr werden zu lassen. Sind Sie neugierig auf die Geschichte Ihrer Heimatstadt? Wollten Sie schon immer wissen, wie es damals war in Bottrop? Möchten Sie dazu beitragen, dass wichtige Baudenkmäler als Zeitzeugen erhalten werden?

Dann begeben Sie sich im Kreise Gleichgesinnter auf Spurensuche nach den Zeugnissen der Vergangenheit. Vielleicht haben Sie ja auch selbst über interessante Erlebnisse und Erinnerungen zu berichten?

Tragen Sie durch Ihr Engagement dazu bei, durch Veröffentlichungen und Vorträge die Vergangenheit für nachfolgende Generationen zu erhalten.

Traditionspflege mit Spaß

Der Verein für Orts- und Heimatkunde Kirchhellen hat sich seit über hundert Jahren das Ziel gesetzt, die Heimatverbundenheit mit Kirchhellen zu pflegen.

Dies zeigt sich besonders in seinen Ausstellungen, der Dichterlesung auf Schloss Beck mit der Historischen Gesellschaft Bottrop, beim Grünkohl- und Panhasessen, der heiter-besinnlichen Stunde im Advent, den historischen Wanderungen mit der Kolpingfamilie Kirchhellen, bei Vorträgen im Rahmen der Söller-Stiftung und verschiedenen Fahrten in Deutschland und Umgebung. Das Bewahren der plattdeutschen Sprache ist ein weiteres Aufgabenfeld.

Ein besonderes Juwel des Vereins stellt die eigene Schriftenreihe dar.

Das sorgsam gepflegte Archiv im Heimathaus lädt nach Absprache jeweils montags zwischen 18 und 19 Uhr zur Information ein.

Der Arbeitskreis Grafenwald im Heimatverein Kirchhellen bringt sich durch interessante Beiträge ein. Dies gilt auch für alle übrigen Arbeitskreise.

Die Heimatradler des Vereins treffen sich jeweils dienstags um 13.30 Uhr zur Abfahrt am Wappenbaum neben der Pfarrkirche St. Johannes der Täufer. Sie sind stolz darauf, im Laufe der Jahre schon 1.000.000 Kilometer geradelt zu sein.

Gäste und vor allem neue MitgliederInnen sind immer willkommen.

Verein für Orts- und Heimatkunde Kirchhellen e.V.
Wellbraucksweg 2-4, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Tel.: 0 20 45 / 22 15 Peter Pawliczek
Email: info@heimatverein-kirchhellen.de
www.heimatverein-kirchhellen.de

Historische Gesellschaft Bottrop
Kirchhellener Straße 10, 46236 Bottrop
Tel.: 0160 96 777 340 Elsbeth Müller
Email: info@historische-bottrop.de
www.historische-bottrop.de

Engagement für Naturschutz

Wenn Sie sich sozial-ökologisch und gesellschaftlich politisch aktiv für den Umweltschutz einsetzen möchten, schauen Sie doch mal beim Verband NaturFreunde Bottrop rein. Das Veranstaltungsprogramm finden Sie auf der Homepage.

NaturFreunde Bottrop
Auf der Koppe, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 22 52
www.naturfreunde-bottrop.de.

7.5. Reisen

Als SeniorIn haben Sie nun endlich Zeit und Gelegenheit, ohne Rücksicht auf berufliche oder familiäre Pflichten, zu entscheiden, wann, wie oft, wie lange und wohin Sie reisen möchten.

Ob Sie sich nun für einen Kurztrip in die nähere Umgebung oder eine Städtetour mit Kultur- und Unterhaltungsprogramm entscheiden, lieber fremde Ländern kennenlernen oder einfach nur in schöner Umgebung entspannen, sich erholen und nette Kontakte knüpfen möchten – kirchliche, soziale und private Anbieter haben ein vielfältiges Angebot, das sich an den speziellen Bedürfnissen der älteren Reisenden orientiert.

Wollten Sie schon immer einmal eine Werksbesichtigung mitmachen, Kunstausstellungen in Nachbarstädten besuchen oder an einer Exkursion in die Natur teilnehmen?

Wohlfahrtsverbände, VHS und Vereine bieten regelmäßig speziell für SeniorInnen Tagestouren oder Kurzreisen zu den verschiedensten Zielorten in der Region an. Sie fahren per Bus, sind in netter

Gesellschaft, müssen sich nicht um Reiseplanung und -organisation kümmern und werden von Betreuungspersonal begleitet.

Sie möchten trotz gesundheitlicher und / oder körperlicher Einschränkungen nicht auf eine Urlaubsreise verzichten?

Gesundheitliche Probleme, mangelnde Kondition oder körperliche Handicaps führen oft dazu, dass herkömmliche Urlaubsofferten nicht in Frage kommen. In diesem Fall können Sie auf die Angebote von Veranstaltern zurückgreifen, die spezielle Seniorenreisen bzw. „Betreute Reisen“ in ihrem Programm haben.

Welche Bedingungen sollten seniorenrechtliche Reisen erfüllen?

Ältere Menschen stellen höhere Ansprüche an Organisation, Komfort und Sicherheit auf der Reise und am Urlaubsort – das haben inzwischen auch die Reiseveranstalter erkannt. Nachfolgend sind einige Punkte aufgeführt, die vor Reiseantritt unbedingt geklärt werden sollten, damit Sie einen erholsamen und unbeschwernten Aufenthalt genießen können.



Michael Bührke/pixelio.de



Anreise

Wie ist der Transport an den Urlaubsort geregelt, und was geschieht mit meinem Gepäck?

Veranstalter von Seniorenreisen bieten meist den praktischen Transport von Tür zu Tür an, d.h. Sie werden zuhause abgeholt und direkt (samt Gepäck) an Ihren Urlaubsort gebracht.

Die Transportmittel sind speziell auf die Bedürfnisse älterer und/ oder gehandicapter Menschen ausgerichtet. (Rollstuhltransport, bequeme Einstiegsmöglichkeiten, Haltegriffe etc.)

Wenn Sie mit öffentlichen Verkehrsmitteln (z.B. Bahn) anreisen, klären Sie vorab, ob der Zielbahnhof barrierefrei bzw. behindertengerecht ausgestattet ist, und ob Sie vom Bahnhof abgeholt werden, damit Sie stressfrei und ohne Sorgen in den Urlaub starten können.

Wenn Sie auf eigene Faust mit dem Zug verreisen wollen, bietet die Bahn ein spezielles Serviceangebot für mobilitätseingeschränkte Reisende an.

Wer hilft bei der Organisation barrierefreier Bahnreisen?

Die Mobilitätsservice-Zentrale (MSZ) organisiert alles Notwendige rund um Ihre barrierefreie Reise und beantwortet Ihre Fragen zu geeigneten Zügen, der Barrierefreiheit von Bahnhöfen oder zu erforderlichen Mindestumstiegszeiten.

Die Team der MSZ hilft Ihnen bei Ihrer gesamten Reiseplanung:

- Heraussuchen der passenden Reiseverbindung
- Anmeldung von Hilfeleistungen für den Ein-, Um- und Ausstieg
- Buchung Ihrer Fahrkarte und auf Wunsch Zusendung per Post oder E-Mail
- Reservierung von Sitz- und Rollstuhlstellplätzen für Sie und Ihre Begleitung
- Abholung Ihres Gepäcks von zu Hause und Lieferung an Ihre Wunschadresse.
- Informationen über die Hilfsmittelmitnahme (z.B. Rollatoren) bei Ihrer Reise und die Verfügbarkeit von Servicepersonal an den Stationen.

MobilitätsService Zentrale (MSZ)

Tel.: 0 30 / 65 21 28 88, Fax: 0 30 / 65 21 28 99

Email: msz@deutschebahn.com

Öffnungszeiten:

Mo bis Fr 6.00 - 22.00 Uhr,

Sa, So und an Feiertagen 8.00 - 20.00 Uhr

Reisebegleitung

Können Sie noch alleine verreisen oder ist eine Betreuungsperson während der Fahrt nötig – falls Hilfe gebraucht wird?

Bei privater Anreise per Bahn oder Auto sollten Sie, falls erforderlich, eine Person Ihres Vertrauens mitnehmen, die Sie während Ihres Ferienaufenthaltes unterstützen kann

Wenn Sie an einer „betreuten Reise“ teilnehmen, ist in der Regel eine geschulte Reisebetreuung anwesend, die sich intensiv um die Reisenden kümmert.

Unterkunft und Unternehmungen vor Ort

Ist die Unterkunft bequem und komfortabel ausgestattet, so dass ich ohne fremde Hilfe gut zu recht komme und mich wohl fühle?

Reiseveranstalter, die sich auf die Bedürfnisse der älteren Generation spezialisiert haben, bieten in- zwischen weitgehend barrierefreie, seniorengerecht ausgestattete Zimmer an.

Sind die Außenanlagen für mich nutzbar? Kann ich ohne Stufen und Stolperfallen dort hin gelangen? Sind Sitz- und Verweilmöglichkeiten vorhanden?

Ist der Urlaubsort landschaftlich so gelegen, dass ich ohne Mühe selbständig Spaziergänge, Ausflüge etc. unternehmen kann?

Hat der Reiseveranstalter organisierte, seniorengerechte Touren vor Ort im Angebot, so dass ich gefahrlos die nähere Umgebung kennenlernen kann? Gibt es passende Sport-, Wellness- und Unterhaltungsangebote für ältere Menschen?

Lassen Sie sich vor Reiseantritt entsprechendes Informationsmaterial schicken damit Sie schon einmal Ihre Aktivitäten planen können.

Verpflegung im Hotel

Krankheitsbedingt sind viele ältere Menschen auf eine spezielle Ernährung angewiesen (z.B. Diabetiker). Falls Sie betroffen sind, erkundigen Sie sich, ob eine abwechslungsreiche Diät angeboten wird.

Betreuungspersonal und ärztliche Versorgung

Für den Notfall sollte ausgebildetes Betreuungs- bzw. Pflegepersonal und eine entsprechende ärztliche Versorgung jederzeit verfügbar sein. Bei Anbietern von „Betreuten Reisen“ sind diese Bedingungen erfüllt; bei privaten Reiseveranstaltern sollte man sich sicherheitshalber vor Reiseantritt vergewissern, dass am Reiseort die medizinische Versorgung gesichert ist Welche Ärzte (Fachrichtungen) sind vorhanden? Gibt es ein Krankenhaus in der Nähe? etc. Wer bietet Seniorenreisen an?

Wohlfahrtsverbände, Sozialverband, Kirchengemeinden, Gewerkschaften, VHS und eine Reihe unterschiedlicher Verbände haben Urlaubs- und Erholungsmaßnahmen speziell für die ältere Generation im Programm. Ausgebildete Reisebetreuer und ehrenamtliche Helfer stehen zur Verfügung. Auch RollstuhlfahrerInnen erhalten in diesem Rahmen die Möglichkeit, an Reisen ins In- und Ausland teilzunehmen.

Daneben gibt es inzwischen eine Vielzahl privater Anbieter, die Sie über die Reisebüros oder im Internet finden können.

AWO Unterbezirk Gelsenkirchen/Bottrop

Lust, auf ... eine frische Brise am Meer?
Die passende Unterkunft auf Norderney finden Sie bei der AWO!

Unser Gästehaus „Gelsenkirchen“ und unsere Ferienwohnung sind auch kurzfristig für Individualreisen buchbar.

Für weitere Informationen und Buchungen nehmen Sie bitte Kontakt mit Birgit Heitkämper auf.
Telefon: 0209 / 40 94 104
eMail: birgit.heitkaemper@awo-gelsenkirchen.de

**Tipp**

Denken Sie daran, eine ausreichende Menge Ihrer persönlichen Arzneimittel mitzunehmen.

Bei chronisch Kranken sollten Sie entsprechende Dokumente (Kopien) mitnehmen, anhand derer sich ein Arzt im Urlaubsland bei Bedarf rasch informieren kann.

8. Sicherheitsberatung für ältere Menschen

Ältere Menschen stehen der alltäglichen Kriminalität oft besonders rat- und hilflos gegenüber. Deshalb ist Aufklärung und Präventionsberatung gerade für SeniorInnen besonders wichtig. Das Polizeipräsidium Recklinghausen bietet eine Reihe von Veranstaltungen, Vorträgen und Broschüren an, die Aufklärung, Sicherheitstipps und Verhaltenshinweise geben.

Ergänzt werden die Initiativen durch Verkehrssicherheitstraining speziell für ältere Verkehrsteilnehmer.

Außerdem haben Sie die Möglichkeit, selbst aktiv zu werden und sich als ehrenamtliche/r SicherheitsberaterIn ausbilden zu lassen.

8.1. Schutz vor Kriminalität

Es ist statistisch erwiesen, dass gerade ältere Menschen immer häufiger Opfer von Straftaten an der Haustür werden.

Trickbetrüger und Diebe nutzen die Gutmütigkeit, Unachtsamkeit und Unsicherheit der Seniorinnen und Senioren aus, um unbemerkt ihre Straftaten zu begehen.

Sie möchten wissen, wie Sie dieser alltäglichen Kriminalität begegnen können und wie Sie sich gegen die Tricks der Gauner schützen können?

Welche konkreten Verhaltenstipps gibt es? Wie können Sie Ihre Wohnung schützen? An wen können Sie sich mit Ihren Fragen und Problemen wenden?

In den folgenden Kapiteln werden mit Unterstützung der Kriminalpolizei bekannte Fehler aufgezeigt und Verhaltenstipps gegeben.

Warum ist Information und Prävention (Vorbeugung) so wichtig?

Wer Gefahren und Probleme kennt, sich achtsam, umsichtig und selbstbewusst verhält, kann viele Risiken ausschließen und gefährliche Situationen meistern. Nutzen Sie die Erfahrungen und spezifischen Empfehlungen Ihrer Polizei vor Ort für mehr Sicherheit im Alltag und im Alter.

Die Abteilung Kriminalprävention und Opferschutz des Polizeipräsidiums Recklinghausen hat die Aufgabe, Straftaten im Vorfeld möglichst schon zu verhindern, aber auch Opfern von Gewaltkriminalität Hilfe und Unterstützung zukommen zu lassen.

Für Senioren bietet die Abteilung Kriminalprävention und Opferschutz Beratungen und Vorträge an und gibt Verhaltensempfehlungen.

Tricks an der Haustür

Wie schütze ich mich vor Trickdieben und Trickbetrüger?

Vorrangiges Ziel aller Diebe und Betrüger ist, dass sie hereingebeten werden und mit Ihnen alleine sind. Oft tauchen die Diebe zu zweit auf. Um Sie abzulenken, werden Sie von einem der Täter in ein Gespräch verwickelt, während der zweite Täter sich (z.B. bei einem angeblichen Toilettenbesuch) in aller Ruhe unbemerkt nach Beute umschaute. Dabei gehen die Gauner oft sehr einfallreich vor.

Vortäuschen einer Bekanntschaft/Verwandtschaft

„Erinnern Sie sich nicht mehr an mich!?“- mit dieser Fragen verschaffen sich vermeintliche Bekannte oder Verwandte gerne Einlass in Ihre Wohnung. Oder sie geben vor, Grüße von ehemaligen Kollegen, Nachbarn, Reisebekanntschaften, Pflegepersonal oder Bettnachbarn aus Ihrem letzten Krankenhausaufenthalt etc. bestellen zu wollen. Wer möchte da unhöflich die Tür schließen, wer kommt da nicht zunächst ins Grübeln?

Tricktäter - Männer wie Frauen rechnen mit Ihrer Gastfreundlichkeit und nutzen Sie schamlos aus!

Vortäuschen einer Notlage

Der Appell an Ihre Hilfsbereitschaft ist ebenfalls eine beliebte Methode, um sich Einlass zu verschaffen.

Ein oder mehrere Täter oder Täterinnen erzählen aufgeregt von einer Notsituation, in der sie sich befinden und bitten, z.B. wegen einer Autopanne, eines Unfalls oder einer Erkrankung ihr Telefon bzw. die Toilette benutzen zu dürfen.

Lassen Sie den/ die Hilfesuchenden auf keinen Fall in die Wohnung, sondern bieten Sie an, selbst telefonisch Hilfe zu organisieren.

Überlegen Sie mal, warum der Betroffene/die Betroffene gerade bei Ihnen Hilfe sucht und nicht in der nahen Apotheke, Gaststätte, Geschäft etc.

Notsituation bei angeblichen Verwandten

Die Anrufer geben sich beispielsweise als Enkel aus und bitten kurzfristig um Bargeld. Häufig wird eine Notlage oder ein finanzieller Engpass vorgetauscht. Dabei wird der Geldbetrag nie vom Anrufer selbst, sondern von einer fremden Person im Auftrag des angeblichen Verwandten abgeholt. Bleiben Sie konsequent und geben Sie nie Geld an Person ab, die Sie nicht kennen.

Vorspiegelung einer Befugnis zum Betreten der Wohnung

Die Täter kommen angeblich von der Hausverwaltung, Kirchengemeinde, Krankenkasse, Rentenversicherung, Polizei, Post, Sozialamt, Meinungsforschungsinstituten etc. Durch entsprechendes Auftreten und Kleidung vermitteln sie Kompetenz oder Autorität.

Auch hier gilt, erst in Ruhe die Ausweispapiere (auch den Personalausweis) prüfen und ggf. den Auftraggeber oder die zuständige Dienststelle anrufen und den Fremden solange draußen warten lassen.

Nützliche Verhaltenstipps der Polizei

- Besucher durch Türsprechanlage identifizieren, sich durch Türspion und Blick aus dem Fenster vergewissern
- Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre bzw. Sperrbügel öffnen
- keine Fremden in die Wohnung lassen
- Übergeben Sie niemals Geld an Personen, die Sie nicht kennen
- Seien Sie misstrauisch bei Anrufern, deren Stimme Sie nicht erkennen. Wenn Sie nicht genau wissen, wer am Apparat ist, beenden Sie



das Gespräch und geben keinerlei Auskünfte.

- Bei unbekanntem Besuchern Nachbarn hinzuziehen oder Besucher bestellen, wenn eine Vertrauensperson anwesend ist.
- Lassen Sie nur Handwerker ein, die Sie selbst bestellt haben oder die von der Hausverwaltung angekündigt wurden.
- Fordern Sie von angeblichen Amtspersonen einen Dienstaussweis und lassen Sie sich zusätzlich den Personalausweis zeigen. Prüfen Sie die Papiere sorgfältig (Druck? Foto? Stempel?) bei gutem Licht und mit der Lesebrille und zwar in ihrer Wohnung. Schließen Sie dabei die Wohnungstür und lassen Sie den Fremden draußen warten.
- Gegen zudringliche Besucher sich notfalls auch energisch wehren (lautes Schreien, Hilferufe etc.)

Wie sichern Sie Ihre Wohnung/ Ihr Haus vor Einbruch und Diebstahl?

Mehr als den Einbruch selbst fürchten Haus- und Wohnungsinhaber die Konfrontation mit dem Einbrecher. Diese Angst ist kaum begründet. Einbrecher sind heimliche Täter, sie wollen nicht auf Opfer oder Zeugen treffen. Sie kommen lieber tagsüber zwischen 9 und 15 Uhr, wenn üblicherweise niemand zu Hause ist. Zur Arbeits- und Einkaufszeit, am frühen Abend oder an den Wochenenden versuchen sie durch Klingeln oder Beobachten die Abwesenheit von Haus- und Wohnungsinhabern festzustellen.

Tipps für sinnvollen Einbruchschutz für Haus und Wohnung

- Wohnungs- oder Einfamilienhaustür immer abschließen, nicht nur zuziehen – auch wenn man zu Hause ist
- Sperrbügel und Zusatzschloss abschließen
- Auch bei nur kurzer Abwesenheit Fenster Ober-, lichter, Balkon- und Terrassentüren verschließen
- Fremde im Haus oder auf dem Grundstück ansprechen und nach dem Grund ihrer Anwesenheit fragen

- Türöffner nicht gedankenlos betätigen, auf den Verbleib von Besuchern achten
- Wohnungs- und Hausschlüssel nicht draußen verstecken, sondern mitnehmen oder bei einer Vertrauensperson hinterlegen
- Hinweise auf längere Abwesenheit vermeiden: Zettel an der Tür, ungeleerter Briefkasten, ständig heruntergelassene Rollläden oder zugezogene Vorhänge, Mitteilung auf Anrufbeantworter, offene Garagentür, unbenutzte Müllbehälter laden Einbrecher geradezu ein
- Details über vorhandene Wertsachen notieren ggf. Fotos anfertigen (als Nachweis für die Versicherung). Dokumente, Wertsachen und zugehörige Liste im Schließfach deponieren

Informationen, konkrete Hilfe und praktische Ratschläge zum Thema Präventionsmaßnahmen allgemein erhalten Sie kostenlos bei Ihrer Polizei.

Kontakt

Polizeipräsidium

Recklinghausen Direktion K

Abteilung Kriminalprävention und Opferschutz
Heilige-Geist-Straße 14, 45657 Recklinghausen
Tel.: 0 23 61 / 55 33 43 oder 55 33 47

Sie möchten selbst aktiv in der Kriminalitätsver- beugung mitwirken?

Dann lassen Sie sich doch zum ehrenamtlichen polizeilichen Sicherheitsberater / zur Sicherheitsberaterin ausbilden. Um mehr Menschen zu erreichen, sucht die Polizei interessierte und engagierte auch ältere Menschen, die in Gesprächen und kleinen Vorträgen über das Thema „Kriminalprävention“ informieren und beraten.

Wenn Sie neugierig und begeisterungsfähig sind, Spaß am Umgang mit Menschen haben und sich eine Aus- und Fortbildung zu sicherheitsrelevanten Themen zutrauen, dann nehmen Sie doch einfach mal Kontakt auf.

Ihre AnsprechpartnerInnen für Seniorenberatung, Ausbildung zur polizeilichen Sicherheitsberaterin / zum polizeilichen Sicherheitsberater:

Tel.: 0 23 61 / 55 33 47 Guenter Mielke
Email: Guenter.Mielke@polizei.nrw.de

8.2. Sicherheit im Straßenverkehr

Mobil sein heißt auch für den älter werdenden Menschen, selbständig und aktiv am Leben teilnehmen zu können.

Doch mit zunehmendem Alter kann es zu Mobilitätseinschränkungen kommen.

Der demografische Wandel zeigt, dass gerade der Anteil älterer Menschen auch im Straßenverkehr überproportional zunimmt.

Damit verbunden wächst auch die Anzahl derer, die ihre Mobilität mit technischen Hilfsmitteln zurücklegen müssen.

Pedelecs / E-Bikes und Rollatoren bieten hier eine sinnvolle und viel genutzte Möglichkeit, die individuelle Mobilität und damit verbunden „Lebensqualität“ im Alter zu erhalten.

Wo können Sie sich informieren und welche konkreten Angebote gibt es?

Für die Zielgruppe der älteren VerkehrsteilnehmerInnen bieten die Verkehrssicherheitsberater der Dienststelle Verkehrsunfallprävention/ Opferschutz des Polizeipräsidiums Recklinghausen Verkehrsberatungsmaßnahmen an:

Sicher unterwegs mit dem Rollator

Die mit der Benutzung eines Rollators verbundenen Herausforderungen im öffentlichen Straßenverkehr wie z.B. das Überwinden von hohen Bordsteinkanten, den Einstieg in Bus und Bahn oder das Manövrieren zwischen parkenden Fahrzeugen gilt es zu meistern.

Zur Begrenzung von Verkehrsunfällen im Zusammenhang mit der Benutzung von Rollatoren, Stärkung des Risikobewusstseins im Umgang mit dem Rollator in verschiedenen Verkehrssituationen und zur Sensibilisierung von Rollatoren nutzenden Personen haben die Verkehrssicherheitsberater der Polizei in Kooperation mit Netzwerkpartnern das Konzept „Sicher unterwegs mit dem Rollator“ entwickelt.

Netzwerkpartner sind die Vestische Straßenbahnen GmbH Herten, die Verkehrswacht, das Deutsche Rote Kreuz, Seniorenbeiräte sowie die Straßenverkehrsbehörde des Kreises Recklinghausen und der Stadt Bottrop.

Die kostenfreien Rollatoren-Schulungen finden jährlich von März - Oktober im öffentlichen Raum statt; Teilnahmeanmeldungen sind nicht erforderlich.



Die Termine werden zeitnah vor den Veranstaltungen über die örtliche Presse bekanntgegeben.

Pedelec und E-Bike - Schulung für Rad fahrende Seniorinnen und Senioren

Die Sicherheit von Rad Fahrenden steht schon seit Jahren im besonderen Fokus der Verkehrssicherheitsarbeit des Polizeipräsidiums Recklinghausen.

Pedelecs und E-Bikes bieten gerade für ältere Menschen neue Mobilitätsmöglichkeiten mit einem Zweirad.

Dies führt jedoch auch zu mehr Risiken, da die Handhabung und insbesondere höhere Geschwindigkeiten von Elektrofahrrädern gerade in der Anfangsphase oft ungewohnt sind.



Wer die Kontrolle über sein Fahrrad hat und sein eigenes Leistungsvermögen abschätzen kann, verringert das Risiko im Straßenverkehr zu verunglücken. Der Schwerpunkt des Konzeptes liegt darauf, den TeilnehmerInnen die sichere Handhabung des Elektrofahrrades zu vermitteln.

In Kooperation mit den Volkshochschulen bieten die VerkehrssicherheitsberaterInnen des Polizeipräsidiums Recklinghausen kostenlose Workshops an. Die TeilnehmerInnen benutzen dabei ihre eigenen Fahrräder.

Die kostenlose Veranstaltung dauert maximal 3 Stunden und umfasst 12 bis 15 Rad Fahrende.

Die Termine und das Anmeldeverfahren werden über die örtliche Presse bekanntgegeben und sind im Programmheft der VHS veröffentlicht.

Kontakt:

Polizeipräsidium Recklinghausen

Direktion Verkehr, Dienststelle Verkehrsunfallprävention / Opferschutz

Westerholter Weg 27, 45657 Recklinghausen

Verkehrssicherheitsberater

Tel.: 0 23 61 / 55 41 96 PHK Gerhard Pyszny

Teil II

für Menschen mit Behinderungen

1. Fördermaßnahmen für Kinder und Jugendliche mit Behinderungen

Was können Sie tun, wenn der Arzt bei Ihrem Kind eine Behinderung festgestellt hat?

Wer hilft Ihnen weiter, wenn es darum geht, Ihr Kind so früh wie möglich optimal zu fördern und seine körperliche, geistige und seelische Entwicklung zu unterstützen?

Wie sieht die Zukunft Ihres Kindes aus, wird es einmal einen Beruf erlernen können?

Wo finden Sie emotionalen Halt, wenn Ihnen einmal alles über den Kopf wächst, die Belastung zu groß wird?

In Bottrop gibt es eine Reihe von Institutionen, Initiativen und Vereinen, die spezielle Förder- und Integrationsprogramme vom Säuglings- bis zum Erwachsenenalter anbieten.

Kinder und Jugendliche lernen durch geschulte Fachkräfte ihre Fähigkeiten zu entwickeln; sie besuchen gemeinsam mit nichtbehinderten Altersgenossen integrative Kindertagesstätten und Schulen und erlernen im Rahmen von Integrationsprojekten oder in Werkstätten einen Beruf.

Nachfolgend werden die wichtigsten Förderprogramme und die entsprechenden AnsprechpartnerInnen kurz vorgestellt.

– vom Säuglingsalter bis zur Einschulung –

1.1. Frühförderung

Die ersten Monate und Jahre sind oft die spannendsten und schönsten, die Sie als Eltern mit ihrem Kind erleben. Aber was geschieht, wenn Sie bemerken, dass irgendetwas mit Ihrem Baby nicht stimmt? Wenn Sie feststellen, dass es anders reagiert als die Altersgenossen? Wenn Sie das Gefühl haben, dass sich Sprache und Motorik viel langsamer entwickeln als bei den anderen Kindern? Eine abweichende Entwicklung kann viele Ursachen haben, deshalb sollten Sie im Zweifelsfall so rasch wie möglich einen Termin beim Kinderarzt machen.

Viele Behinderungen und Entwicklungsstörungen können verhindert oder gemindert werden, wenn sie rechtzeitig erkannt und entsprechend therapiert werden, deshalb ist es besonders wichtig, dass Eltern die angebotenen Vorsorgeuntersuchungen und Maßnahmen zur Früherkennung und Behandlung wahrnehmen.

Stellt der Kinderarzt bei Ihrem Kind eine Behinderung fest, wird er zunächst ein sehr ausführliches Gespräch über Therapiemöglichkeiten mit Ihnen führen. Vielleicht wird der Arzt Ihnen raten, eine örtliche Frühförderstelle aufzusuchen.

Was versteht man unter Frühförderung?

Die Frühförderung ist ein Angebot für Familien mit Kindern, deren körperliche, geistige, sprachliche, emotionale oder soziale Entwicklung verzögert ist bzw. die von einer Behinderung bedroht oder behindert sind (Förderalter ab dem ersten Lebensmonat bis spätestens zur Einschulung).

Bei der Frühförderung werden Wahrnehmung, Sprache, Bewegung, Sozialverhalten und Selbstständigkeit des Kindes spielerisch gefördert.

Wer kann Leistungen der Frühförderung in Anspruch nehmen?

Die Angebote der Frühförderung stehen allen Eltern offen, die über die Entwicklung ihres Kindes beunruhigt sind bzw. deren Kind behindert ist. Die erste Kontaktperson sollte dabei der Kinderarzt sein, der bescheinigen muss, dass eine solche Fördermaßnahme notwendig ist.

Wer trägt die Kosten?

Die Frühförderung ist für die Eltern kostenfrei. Die Kosten werden im Rahmen der Eingliederungshilfe nach dem Sozialgesetzbuch (SGB IX)

vom Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL) übernommen. Einkommen und Vermögen des behinderten Kindes bzw. der Eltern werden nicht angerechnet.

Wer bietet vor Ort entsprechende Fördermaßnahmen an?

Frühförderung Bottrop e.V.

Pestalozzistr. 6 a, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 20 43, Fax: 0 20 41 / 70 70 45
Email: info@fruehfoerderung-bottrop.de
www.fruehfoerderung-bottrop.de

Öffnungs- / Sprechzeiten

Mo bis Do 7.30 - 16.30 Uhr, Fr 7.30 - 14.00 Uhr

Mobile Frühförderung

Josef-Albers-Str 70 IC, 46236 Bottrop
Mobil : 0 157 / 73 36 39 41
M. Genrich/ A. Sattelberger
Email: fruehfoerderungmobil@web.de

Förderschwerpunkte und Angebote:

- Entwicklungsförderung, Psychomotorik, Sprachtherapie
- Intensive Elternberatung und -begleitung

- Individuelle Entwicklungsdiagnostik
- Informationen über Pflegegeld und weiterführende Einrichtungen
- Kontaktmöglichkeiten zu anderen Eltern und Kindern

Die pädagogische und therapeutische Arbeit wird von Heilpädagoginnen, Sozialpädagoginnen, Motopädinnen und Sprachtherapeutinnen in Zusammenarbeit mit niedergelassenen Ärzten, Therapeuten und entsprechenden Kliniken geleistet.

1.2. Autismus

– keine Altersbeschränkung –

An wen können Sie sich wenden, wenn Ihr Kind sich isoliert, den Kontakt zu anderen Kindern und zur Außenwelt scheut und in seiner eigenen abgeschlossenen Welt lebt?

Wenn Sie ein solches Verhalten bei Ihrem Kind registrieren, könnte das auf Autismus hinweisen. Zur Klärung sollten Sie sich, nach Rücksprache mit dem Kinderarzt, mit dem Autismuszentrum Bottrop in Verbindung setzen.

Was ist Autismus?

Autismus ist eine tief greifende Entwicklungsstörung, die sich anhand verschiedener, charakteristischer Symptome aus den drei folgenden Bereichen diagnostizieren lässt:

- Soziale Interaktion
- Kommunikation und Sprache
- Spiel-, Beschäftigungs- und Arbeitsverhalten

Menschen mit Autismus denken, handeln, kommunizieren und fühlen anders. Das Autismuszentrum Bottrop sieht es als seine Aufgabe, Menschen mit Autismus sowie ihre Angehörigen darin zu unterstützen, das „Anderssein“ wahrzunehmen, zu akzeptieren und eine Hilfe auf dem Weg zu sein, ein gemeinschaftliches Leben in Familie, Schule und Arbeitsfeld zu führen.

Welche therapeutischen Möglichkeiten bietet das Autismuszentrum an?

Ein Team von MitarbeiterInnen aus den Fachrichtungen Pädagogik, Sozialpädagogik, Heilpädagogik, Motopädie, Tanz-, Soziotherapie und Systemische Familienberatung kümmert sich in

Einzel- und Gruppentherapien gezielt um Kinder, Jugendliche und Erwachsene mit Autismus. Ergänzt wird das Angebot durch Elternberatung und themenspezifische Elternabende und Informationsveranstaltungen.

Auch bei der Antragstellung einer Therapie bei den zuständigen Kostenträgern ist das Team des Autismuszentrums behilflich.

autismuszentrum bottrop

Therapiezentrum für Menschen

mit autistischer Behinderung gGmbH

Taeglichbeckstr. 1-3, 46240 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 6 99 80, Fax: 0 20 41 / 69 98 21

Email: info@a-z-b.de

www.a-z-b.de

Bürozeiten:

Mo bis Fr 9.00 - 14.00 Uhr

1.3. Förderung von Kindern in Tageseinrichtungen

Jedes Kind hat ein Recht auf Förderung seiner Entwicklung und auf Erziehung zu einer eigenverantwortlichen und gemeinschaftsfähigen Persönlichkeit (§1 SGB VIII).

Nach dem Kinderbildungsgesetz sollen Kinder mit Behinderungen und Kinder, die von einer Behinderung bedroht sind, nach Möglichkeit gemeinsam mit Kindern ohne Behinderung gefördert werden.

Vom vollendeten ersten Lebensjahr bis zum Schuleintritt haben Kinder einen Rechtsanspruch auf den Besuch einer Tageseinrichtung.

Diese Grundansprüche gelten natürlich auch für Kinder mit einer Behinderung und Kinder, die von Behinderung bedroht sind.

Geeignete Kindertageseinrichtungen bieten in den Bereichen Erziehung, Bildung und Betreuung eine wesentliche Ergänzung zur Erziehung im Elternhaus. Die Kinder lernen im gemeinsamen Spiel selbständig und selbst bestimmt zu handeln, ihre Bedürfnisse zu äußern, sich in die Gruppe zu integrieren und ihre Umwelt zu entdecken und zu begreifen. Besteht diese Gemeinschaft aus Kindern mit und ohne Behinderung spricht man von integrativer Erziehung.

Welche Förderungs- und Betreuungseinrichtungen gibt es?

Auf dem Konzept des integrativen Lernens basieren auch die Betreuungsmodelle, die im Bereich Westfalen-Lippe im Vorschulbereich zur Verfügung stehen.

Nachfolgend sollen die unterschiedlichen Angebote und deren Merkmale kurz genannt werden.

Einzelintegration in einer wohnortnahen Regelinrichtung

- gemeinsame Erziehung und Förderung von Kindern mit und ohne Behinderung
- Gruppengrößen zwischen 10 und 25 Kindern
- Betreuung durch Fachkräfte mit heilpädagogischen Kenntnissen
- zwei bzw. drei Betreuungskräfte pro Gruppe
- wohnortnahe Betreuung im gewohnten sozialen Umfeld
- Betreuungsangebot nach Bedarf und Einrichtungsangebot
- Therapeutische Förderung (Ergotherapie, Krankengymnastik u. a.) ist in der Einrichtung möglich.

Heilpädagogische Kindertageseinrichtung

Man unterscheidet zwischen rein heilpädagogischen Einrichtungen, die sich ausschließlich der Erziehung und Förderung von Kindern mit Behinderung widmen und additiven Einrichtungen, die zusammen mit einer Regeleinrichtung unter einem Dach angeboten werden. Hier werden Kinder mit Behinderung zusammen mit Kindern aus Regelgruppen gezielt therapeutisch gefördert.

An wen müssen Sie sich wenden, wenn Sie die Betreuungsangebote für Ihr Kind nutzen möchten?

Wenn Sie sich für eine **Einzelintegration** entschieden haben, wenden Sie sich bitte rechtzeitig direkt an die entsprechende Einrichtung vor Ort und melden Sie Ihr Kind dort zur Aufnahme an. Die Einrichtung beantragt dann die Kostenübernahme über den Fachbereich Jugend und Schule beim Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL). Dazu wird Ihre Einverständniserklärung und ein aktuelles ärztliches Gutachten über die Behinderung Ihres Kindes benötigt.

Wenn Ihre Wahl auf eine **Heilpädagogische Kindertageseinrichtung** gefallen ist, melden Sie Ihr Kind dort verbindlich an und stellen dann beim

Fachbereich Jugend und Schule einen Kostenübernahmeantrag, der an den LWL weitergeleitet wird. Vordrucke für diesen Kostenübernahmeantrag erhalten Sie in der Einrichtung, beim Fachbereich Schule und Kindertageseinrichtungen oder im Internet unter www.soziale-teilhabe-kiju.lwl.org/de/.

Dem vollständig ausgefüllten Antrag müssen aktuelle ärztliche Unterlagen zur Behinderung Ihres Kindes beigelegt werden. Der Fachbereich Jugend und Schule nimmt Ihren Antrag entgegen und leitet ihn an den LWL zur Entscheidung weiter.

Fachbereich Schule und Kindertageseinrichtungen

Osterfelder Str. 27, 46236 Bottrop

Kontakt:

Tel.: 0 20 41 / 70 37 94 Beate Schlottmann

Fax: 0 20 41 / 70 38 16

Email: beate.schlottmann@bottrop.de

Tel.: 0 20 41 / 70 45 41 Jessica Keßler

Fax: 0 20 41 / 70 54 541

Email: jessica.kessler@bottrop.de

www.bottrop.de

Barrierefreiheit

Zugang: Haupteingang
Innerhalb des Gebäudes: ja
Behindertenparkplatz:
Gleiwitzer Platz, Kolping Platz



Öffnungszeiten

Mo bis Fr 8.30 - 12.30 Uhr

Mo,Di,Fr 14.00 - 16.00 Uhr

Do 14.00 - 17.00 Uhr

und nach Vereinbarung

Wichtig

- Sie sollten Ihr Kind frühzeitig anmelden, d.h. spätestens bis zum 01.11. des Jahres vor der Aufnahme unter Stadt Bottrop- Fachbereich Schule und Kindertageseinrichtungen: **Kita Online** www.bottrop.de/kita-online

Kontakt:

Tel.: 0 20 41 / 70 45 15 Sandra Keßles

Email: sandra.kessler@bottrop.de

Tel.: 0 20 41 / 70 45 16 Lea van Emmenes

Email: lea.van-emmenes@bottrop.de

Welche Tageseinrichtungen für Kinder mit Behinderungen gibt es in Bottrop?

Es bieten eine Reihe von Regeleinrichtungen zusätzliche Plätze für Kinder mit Behinderung an. Eine entsprechende Liste erhalten Sie beim Fachbereich Jugend und Schule.

Additive Einrichtung

DRK Else-Weecks-Kindergarten

Als inklusive Kindertageseinrichtung bietet der Else-Weecks-Kindergarten eine kombinierte Förderung und Betreuung für Kinder mit und ohne Behinderung an.

Dem Inklusionsgedanken folgend ermöglicht die Einrichtung jedem Kind die größtmögliche Teilhabe an allen Angeboten und am Leben in der Gemeinschaft.

Der pädagogische Grundsatz der Einrichtung lautet: „Spüren, Bewegen, Handeln“ und hat zum Ziel, die Kinder durch gemeinsame und sinnstiftende Erfahrungen spielerisch zu fördern.

Das Leistungsspektrum umfasst die Betreuung von Regelkindern ab dem zweiten Lebensjahr bis zur Einschulung sowie die heilpädagogische Ent-



wicklungsförderung von Kindern mit Förderbedarf ab dem dritten Lebensjahr.

Die Besonderheit ist die therapeutische Versorgung der Förderkinder auf der Basis von Ergotherapie, Sprachtherapie und Physiotherapie in der Einrichtung des Else-Weecks-Kindergartens.

Die Anmeldung erfolgt für alle Kinder gleich über das Kita-Online-Portal. Ist eine heilpädagogische Versorgung eines Kindes erforderlich, werden die Eltern ausführlich über die Betreuungsmöglichkeiten beraten und bei der erforderlichen Antragsstellung unterstützt. Eine Antragsstellung über Förderleistungen sollte bis November erfolgt sein.

Der Fahrdienst für Kinder mit Förderbedarf stellt den Transfer zwischen dem Elternhaus und der Einrichtung sicher. Das Einzugsgebiet sind die Städte Bottrop und Gladbeck.

Betreuungszeiten

Förderbereich

Mo bis Do 8.30 - 15.15 Uhr

Fr 8.30 - 14.45 Uhr

Regelbereich

Mo bis Fr 7.30 - 12.30 Uhr

und 14.00 - 16.00 Uhr

Die Anzahl der Plätze mit Über-Mittag-Betreuung ist begrenzt.

DRK Else-Weecks-Kindergarten

Siemensstr. 30, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 7 37 33 10

Email: a.zender@drk-bottrop.de

1.4. Sonderpädagogische Unterstützung von schulpflichtigen Kindern mit Behinderungen

Wenn Ihr Kind ins schulpflichtige Alter kommt, stellt sich die Frage nach der richtigen Ausbildungsstätte. Gibt es schulische Angebote, die den speziellen Bedürfnissen Ihres Kindes gerecht werden? Welche schulischen Alternativen gibt es? Welche Angebote gibt es in Bottrop? An wen

können Sie sich wenden? Wer hilft Ihnen zu entscheiden, welche Schule gut und richtig für Ihr Kind ist?

Auf diese und andere Fragen gibt das folgende Kapitel erste Antworten. Da Sie mit der Wahl der richtigen Ausbildungsstätte eine wichtige Entscheidung für die Zukunft Ihres Kindes fällen, ist es empfehlenswert, sich rechtzeitig und gründlich zu informieren.

Welches Schulangebot gibt es vor Ort?

Wie und wo ist die Förderung Ihres Kindes möglich?

Die sonderpädagogische Förderung kann in der allgemeinen Schule im Gemeinsamen Lernen oder in Förderschulen erfolgen. Die sonderpädagogische Förderung in der allgemeinen Schule und in den Förderschulen ist gleichwertig, das heißt, an beiden Orten hat sie das Ziel, die SchülerInnen zu den Abschlüssen der allgemeinen Schule oder den besonderen Abschlüssen des jeweiligen Bildungsganges zu führen.

Allgemeine Schulen

Ihr Kind hat, die Möglichkeit eine allgemein bildende bzw. berufsbildende Schule zu besuchen,

wenn dort entsprechende Förderleistungen angeboten werden können. Die Teilnahme am Gemeinsamen Lernen ist auf Antrag der Eltern möglich, wenn die personellen und sachlichen Voraussetzungen erfüllt sind, z.B. zusätzliche Lehrerstunden für die sonderpädagogische Förderung bzw. notwendige zusätzliche Räume, Rampen, sanitäre Einrichtungen oder besonders ausgestattete Arbeitsplätze.

Schwerpunktschulen

Im Grundschulbereich gibt es in Bottrop zurzeit vier Schulen, die das gemeinsame Lernen anbieten; nämlich die Ludgerusschule, die Fürstbergerschule, die Grundschule Grafenwald und die Grundschule Welheim.

Mit dem Übergang von der Grundschule zur weiterführenden Schule ist das Gemeinsame Lernen nicht beendet. Die Willy-Brandt-Gesamtschule sowie die Hauptschulen Welheim und Kirchhellen haben Lerngruppen mit Gemeinsamem Lernen eingerichtet, weitere Schulen der Sekundarstufe I werden folgen.

Förderschulen

Schülerinnen und Schüler mit festgestelltem sonderpädagogischen Unterstützungsbedarf kön-

nen weiterhin auch eine Förderschule besuchen. Die Auswahl der Förderschule richtet sich dabei nach dem festgestellten Förderschwerpunkt des Kindes.

Schwerpunkte der sonderpädagogischen Förderung sind Lernen, Sprache, Geistige Entwicklung, Emotionale und soziale Entwicklung, Hören und Kommunikation, Sehen, Körperliche und motorische Entwicklung.

Familienunterstützender Dienst

(FuD)-Schulbegleitung
Prosperstr. 32, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 16 28 30 15
Email: fud@diakonisches-werk.de

Welche Förderschulen gibt es in Bottrop?

Nachfolgend eine Liste der in Bottrop verfügbaren städtischen Förderschulen und Kontaktadressen:

Förderschwerpunkt Sprache

Schule am Stadtgarten

Windmühlenweg 13, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 86 85
Email: schule-am-stadtgarten@bottrop.de

Geistige Entwicklung

Schule am Tetraeder

In der Welheimer Mark 62, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 6 07 75, Fax: 0 20 41 / 70 74 72
Email: schule-am-tetraeder@bottrop.de

Schule an der Bergmannsglückstraße, Teilstandort Bottrop

Alter Südring 20, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 69 85 05

Förderschulen für gehörlose und schwerhörige Kinder und blinde bzw. sehbehinderte Kinder sind in Bottrop nicht vorhanden, aber z.B. in der Nachbarstadt Gelsenkirchen.

Förderschulen in der Nähe

Hören und Kommunikation

Glückaufschule

Marler Straße 41, 45894 Gelsenkirchen
Tel.: 02 09 / 9 30 52 61

Sehen

Focusschule

Westfälische Förderschule
Lasthausstr. 10, 45894 Gelsenkirchen
Tel.: 02 09 / 9 30 52 41

Körperliche und motorische Entwicklung

Löchterschule

Westfälische Förderschule
Lasthausstr. 8, 45894 Gelsenkirchen
Tel.: 02 09 / 9 30 51 12

Die konkreten Angebote an schulischer sonderpädagogischer Förderung können Sie direkt beim Schulamt erfragen oder unter www.schulministerium.nrw.de einsehen.

Wer bestimmt, welche Schule Ihr Kind besuchen sollte?

Die Schulaufsichtsbehörde entscheidet auf Antrag der Eltern oder der Schule über sonderpädagogischen Förderbedarf, Förderschwerpunkte und Förderort. Vorher holt sie ein sonderpädagogisches Gutachten sowie ein medizinisches Gut-

achten der unteren Gesundheitsbehörde ein. Die Eltern werden am Verfahren beteiligt. Der Antrag zur Feststellung des sonderpädagogischen Förderbedarfs sollte so früh wie möglich gestellt werden, bei einer Einschulung bereits im Oktober/November des Vorjahres.

Wenn Sie an einer Beratung interessiert sind, wenden Sie sich bitte an das Schulamt.

Kontakt:
Fachbereich Schule und Kindertageseinrichtungen
 Tel.: 0 20 41 / 70 34 85 Karsten Heiden
 Email: schulamt@bottrop.de

Inklusionskoordinatorinnen
 Tel.: 0 20 41 / 70 33 04 Daniela von der Haar
 Email: daniela.von-der-haar@bottrop.de
 Tel.: 0 20 41 / 70 38 28 Christina Nowak
 Email: christina.nowak@bottrop.de

Weitere Informationen zum Thema „Schulische Förderung von Kindern mit Behinderung“ erhalten Sie auch beim

Landschaftsverband Westfalen-Lippe (LWL)
 Freiherr-vom-Stein-Platz 1, 48147 Münster
 Tel.: 02 51 / 5 91 01, Fax: 02 51 / 5 91 33 00

1.5. Berufliche Ausbildung, Eingliederung und Förderung

Das Erlernen eines Berufes oder das Ausüben einer sinnvollen beruflichen Beschäftigung bietet Menschen mit Behinderungen die Möglichkeit, Selbstbestätigung zu erhalten und Kontakte aufzubauen.

Arbeitsbedingungen und betriebliche Förderung tragen dazu bei, dass ArbeitnehmerInnen mit Handicap ihre Aufgaben sicher und zur Zufriedenheit aller Beteiligten erledigen können. Das selbst erworbene Arbeitsentgelt ermöglicht eine eigenverantwortliche Lebensgestaltung und die aktive Teilhabe am gesellschaftlichen Leben.

Wer hilft Ihnen weiter bei Fragen zum Thema Ausbildung, Arbeit und Umschulung?

Arbeitsagenturen und Inklusionsämter

Die wichtigste Anlaufstelle für Sie ist die Agentur für Arbeit, die Ihnen bei der Vermittlung von Ausbildungs- und Arbeitsplätzen weiterhilft und Plätze für Fortbildungs- und Umschulungsmaßnahmen vermitteln kann. Die Arbeitsagentur steht in engem Kontakt zu Bottroper Betrieben

und den Werkstätten der Diakonie, die Menschen mit Behinderung beschäftigen.

Kontakt:
Agentur für Arbeit Bottrop
 Prosper Str. 35-37, 46236 Bottrop
 Tel.: 02 09 / 15 42 22
 Email: bottrop@arbeitsagentur.de

Neben den lokalen Arbeitsagenturen bietet das Integrationsamt des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe (LWL) wichtige Unterstützung bei der beruflichen Integration an. In Kooperation mit der örtlichen Fürsorgestelle (Sozialamt Bottrop), der Agentur für Arbeit und den Arbeitgebern ist der LWL dafür zuständig, dass eine behindertengerechte Betreuung von ArbeitnehmerInnen gewährleistet ist, dass technische Hilfsmittel zur Verfügung gestellt werden und arbeitsbegleitende Fortbildungsmaßnahmen durchgeführt werden können. Dem Arbeitgeber finanziert das Integrationsamt behindertengerechte Arbeits- und Ausbildungsplätze (vgl. Teil II, Kap. 2.2).



Tipp

Informationen über das Leistungsangebot des LWL und lokale Integrationsprojekte und -unternehmen erhalten Sie im Internet unter www.lwl.org

Berufsbildungswerke und Berufsförderungswerke

Berufsbildungswerke sind Ausbildungsstätten für junge Menschen mit Handicap, die ausbildungsbegleitende Hilfe benötigen oder auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt keinen Platz finden. Die Einrichtungen verfügen über Ausbildungsstätten, Schulen, Internate und bieten fachliche Betreuung. Das Ziel besteht darin, die Jugendlichen soweit zu qualifizieren, dass sie in den allgemeinen Arbeitsmarkt integriert werden können. Berufsförderungswerke sind auf die berufliche Rehabilitation spezialisiert. Sie bieten Umschulungsmaßnahmen oder berufliche Umorientierung an, wenn ein Arbeitnehmer/ eine Arbeitnehmerin den erlernten Beruf nicht mehr ausüben kann.

Ein Verzeichnis der Berufsförderungswerke finden Sie im Internet unter www.bmas.bund.de

Werkstätten für Menschen mit Behinderungen (WfbM)

Das Angebot der Werkstätten richtet sich an alle, die trotz personeller, finanzieller und sonstiger Hilfe wegen der Art und Schwere ihrer Behinderung keine Anstellung auf dem allgemeinen Arbeitsmarkt finden.

Die Werkstätten bieten neben einem ein umfangreichen Spektrum an Beschäftigungsfeldern, eine gezielte pädagogische, soziale, psychologische medizinische und therapeutische Begleitung und Betreuung. Die Beschäftigten erhalten ein Entgelt und sind gesetzlich krank- und rentenversichert.

Die Bottroper Werkstätten (BTW)

Die Bottroper Werkstätten sind gemeinnützige Einrichtungen des Diakonischen Werkes Gladbeck-Bottrop-Dorsten, die Menschen mit körperlichen, geistigen oder psychischen Behinderungen eine gezielte Teilhabe am Arbeitsleben ermöglichen. Sie bieten an sechs Standorten in und um Bottrop insgesamt 530 behindertengerechte Arbeitsplätze und erledigen Aufträge (Produkte und Dienstleistungen) aus Industrie, Handel und Handwerk.

Bottroper Werkstätten

Anerkannte Werkstätten für Menschen mit Behinderungen
Heinrich-Theißen-Straße 7, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 99 05 90
Email: btw@diakonisches-werk.de

Bildungswerkstatt BiWe

der Bottroper Werkstätten
Tel.: 0 20 41 / 99 05 52
www.bottroper-werkstaetten.de

Rheinbabenwerkstatt

Die Rheinbabenwerkstatt – der größte und älteste Betrieb der Bottroper Werkstätten mit über 60 Angestellten und über 280 behinderten Beschäftigten – verfügt über einen modernen Maschinenpark und handwerkliches Know-how, das es erlaubt, individuelle und komplexe Produktionen für Kunden aus der Industrie, dem Handel und dem Handwerk anzubieten.

Kontakt

Rheinbabenwerkstatt

Heinrich-Theißen-Straße 7, 46240 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 9 90 50, Fax: 0 20 41 / 99 05 50



Werkhäuser

Das Diakonische Werk Bottrop-Gladbeck-Dorsten verfügt über Werkhäuser in Bottrop und Dorsten, in denen Arbeitsplätze für Menschen mit psychischen Erkrankungen angeboten werden. Der Schwerpunkt der Werkhäuser liegt auf mechanischen und elektronischen Montagetätigkeiten, Maler- und Lackiertätigkeiten sowie Garten- und Landschaftsbau.



Werkhaus I

Gabelsberger Straße 19, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 7 73 38, Fax: 0 20 41 / 77 33 822

Werkhaus II

An der Knippenburg 52, 46238 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 1 83 20, Fax: 0 20 41 / 18 32 30

Werkhaus III

Schwickingsfeld 51, 46282 Dorsten
Tel.: 0 23 62 / 92 17 10, Fax: 0 23 62 / 9 21 71 26

Rotthoffs Hof

Der Rotthoffs Hof ist ein Betrieb des Diakonischen Werkes und gehört ebenfalls zu den Bottroper Werkstätten. Dort werden psychisch und geistig behinderten Menschen Arbeitsplätze im „grünen“ Bereich angeboten. Derzeit gibt es 55 Plätze für psychisch und geistig behinderte Menschen in den Arbeitsbereichen Tierhaltung, Landwirtschaft, Gemüsebau, Bioladen, Lebensmittelverarbeitung, Hauswirtschaft, Garten- und Landschaftspflege sowie der Reittherapie.

Rotthoffs Hof

Münsterstraße 43, 46244 Bottrop-Kirchhellen
Tel: 0 20 45 / 96 00 69
www.rotthoffshof.de

Öffnungszeiten

Werkstattbereich:

Mo bis Fr 8:30 - 16:00 Uhr

Arbeitsleben / Rehabilitation

Die Bottroper Werkstätten sind von der Bundesagentur für Arbeit als Werkstätten für Menschen mit Behinderungen anerkannt. Sie stehen grund-



sätzlich allen Menschen mit Behinderung offen, unabhängig von Art und Schwere ihrer Behinderung. Die Zielsetzung ist, für jeden Beschäftigten einen seiner Neigungen und Fähigkeiten entsprechenden Arbeitsplatz zu finden. Menschen mit schwersten und mehrfachen Behinderungen erhalten eine ganzheitliche Förderung durch intensive Begleitung in eigens dafür eingerichteten Räumlichkeiten.

Ein „Begleitender Dienst“, der sich aus Sozialarbeitern und Pädagogen zusammensetzt, leistet kontinuierliche Hilfestellung in allen rechtlichen, sozialen sowie medizinisch-therapeutischen Belangen. Im Bedarfsfall erstreckt sich diese Betreuung auch auf den engeren Familienkreis

Produkte und Dienstleistungen

Die Bottroper Werkstätten bieten Betrieben aus Industrie und Handwerk ein interessantes und vielfältiges Angebot.

Die Möglichkeiten für eine Zusammenarbeit reichen von einfachen Montage- und Verpackungsarbeiten bis hin zur Übernahme einer kompletten Produktion von Teilen, Baugruppen und Fertigerzeugnissen.

Integrationsassistenten

Neben den Werkstattplätzen bieten die Bottroper Werkstätten die individuelle Betreuung auf Arbeitsplätzen des ersten Arbeitsmarktes an. Durch eine passgenaue Vermittlung gelingt es der Integrationsassistenten mit den behinderten Beschäftigten den Weg ins Berufsleben erfolgreich zu beschreiten.

Der CAP-Markt

Durch die Eröffnung des CAP-Marktes in Bottrop-Grafenwald wurde Menschen mit Handicap eine neue Chance eröffnet, außerhalb der Werkstätten geeignete Arbeitsplätze zu finden und diese auch langfristig zu erhalten.

Aber nicht nur für sie, sondern auch für die Kunden und deren Familien ist der CAP-Markt durch seine sehr persönliche Betreuung ein Lebensmittelpunkt. Ein umfangreiches Sortiment (abgestimmt auf Standort und Kundenstruktur), die ausgezeichnete Qualität der Produkte und der freundliche Service überzeugen.



Komfortable Platzierung der Waren, extra breite Gänge, in denen man sich bequem mit Gehhilfe oder Rollstuhl bewegen kann, Bringservice und begleitetes Einkaufen auf Wunsch. Die Hilfsbereitschaft der MitarbeiterInnen machen den CAP-Markt besonders bei älteren und gehandicapten KundenInnen beliebt.

CAP-Märkte schließen eine Versorgungslücke für all diejenigen, die sonst nicht mehr in der Lage wären, fußläufig ihren täglichen Bedarf zu decken.

CAP-Markt

Schmiedestr. 4, 46244 Bottrop-Grafenwald

Kontakt

Tel.: 0 20 45 / 40 17 96 Gerd Weber

www.bottrop.cap-markt.com

Öffnungszeiten

Mo bis Fr 8:00 - 19:00 Uhr

Sa 8:00 - 16:00 Uhr

Diakonie
Diakonisches Werk
Gladbeck-Bottrop-Dorsten

füreinander da sein

www.diakonisches-werk.de

Ambulante Dienste

Kontaktstelle für Menschen mit psychischer Erkrankung

KoBeTe - Zentrum für Kontakt, Begegnung und Teilhabe für Kinder, Jugendliche, Erwachsene mit und ohne physische oder psychische Einschränkungen

Familienunterstützender Dienst (FuD)

Betreutes Wohnen (BeWo) für Menschen mit geistiger Behinderung, psychischer oder Suchterkrankung

Prosperstr. 32 46236 Bottrop Tel: 02041-16 28 30-0

Gemeinschaftliche Wohnformen

Heinrich-Theißen-Haus für Menschen mit geistiger Behinderung
Heinrich-Theißen-Straße 3, 46240 Bottrop Tel: 02041-1675-25

Ernst-Wilm-Haus für Menschen mit geistiger Behinderung
Ottenschlag 27, 46244 Bottrop Tel: 02045-9541-10

Hans-Reitze-Haus für Menschen mit geistiger Behinderung
An der Sandbahn 10, 46242 Bottrop Tel: 02041-37 230- 100

Hermann-Schneider-Haus für Menschen mit geistiger Behinderung
Robert-Brenner-Str.7, 46240 Bottrop - Tel: 02041- 37 232 80

Dorothea Buck-Haus für Menschen mit psychischer Erkrankung
Beckstr.103, 46238 Bottrop - Tel: 02041-731-175

2. Spezielle Leistungen für Menschen mit Behinderungen

Um berufliche, wirtschaftliche und soziale Nachteile, die jemand durch seine Behinderung erleidet, auszugleichen, stehen Menschen mit Handicap bestimmte Rechte und Nachteilsausgleiche zu, die sich nicht nur aus dem Sozialgesetzbuch, sondern auch aus vielen anderen Vorschriften ergeben.

Diese Bestrebungen sind im Behindertengleichstellungsgesetz formuliert, das zum 1.1.2004 in Kraft getreten ist.

Ziel dieses Gesetzes ist es, die Benachteiligung von Menschen mit Behinderungen zu beseitigen und zu verhindern sowie deren gleichberechtigte Teilhabe am Leben in der Gesellschaft zu gewährleisten und ihnen eine selbst bestimmte Lebensführung zu ermöglichen.

Wollten Sie als Betroffene/ r nicht immer schon einmal wissen, ob Sie auch wirklich alle vorhandenen Angebote kennen und nutzen?

Wo können Sie sich beraten und informieren lassen? Gibt es spezielle Rechte und Vergünstigungen, die Sie in Anspruch nehmen können, z.B. im Berufsalltag?

Welche Rechte stehen Ihnen in besonderen Lebenssituationen zu? Wer kann Ihnen bei der Antragstellung behilflich sein?

Kapitel 2 soll helfen, diese und andere Fragen zu beantworten und Ihnen kompetente AnsprechpartnerInnen nennen, die Ihnen gerne weiterhelfen, damit Sie Ihre Rechte und Förderungsmöglichkeiten besser kennenlernen und entsprechend einfordern können.

Bildung und Teilhabe

Informationen zum Bildungs- und Teilhabepaket finden Sie im allgemeinen Einleitungskapitel unter Teil I, Kapitel 2.5..

Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB)

Die Beratungsstelle informiert Menschen mit Behinderung, von Behinderung bedrohte Menschen sowie deren Angehörige zu allen Fragen der Rehabilitation und Teilhabe. Und das kostenlos und unabhängig. Die BeraterInnen sind niemandem verpflichtet, außer der Person, die sie beraten.

Die Beratung erfolgt:

- im Vorfeld der Beantragung von Leistungen
- auf Augenhöhe, damit Sie selbstbestimmt Entscheidungen treffen können
- unabhängig von Trägern, die Leistungen bezahlen oder erbringen
- ergänzend zur Beratung anderer Stellen

Die BeraterInnen geben Ihnen Orientierung und Hilfestellung, ganz nach Ihren individuellen Bedürfnissen.

Beratungsstelle EUTB Bottrop

Gerichtsstr. 3 (1. OG im Haus der Vielfalt)
46236 Bottrop

AnsprechpartnerInnen:

Mike Herrmann, Sarah Krämer zur Verfügung.

Tel.: 0 20 41/ 7 73 06 00 oder 7 73 06 01

Sprechzeiten:

Mo 14.00 - 17.00 Uhr, Di, Mi, Do: 9.00 - 13.00 Uhr

Und nach Vereinbarung.

2.1. Schwerbehindertenausweis

Welche Funktion hat ein Schwerbehindertenausweis?

Einen derartigen Ausweis benötigen Sie, um nachweisen zu können, dass Sie als Schwerbehinderte/ r anerkannt werden. Schwerbehindert ist diejenige/ derjenige, bei der/ dem ein Grad der Behinderung (GdB) von mindestens 50 festgestellt ist und der im Bundesgebiet lebt oder arbeitet. Der Schwerbehindertenausweis be-

rechtigt Sie, bestimmte Nachteilsausgleiche (z.B. Gebührenermäßigungen, Steuerermäßigungen, Nutzung des Fahrdienstes, Parkmöglichkeiten) in Anspruch zu nehmen.

Wie und wo können Sie einen Schwerbehindertenausweis beantragen?

Der Erstantrag/ Änderungsantrag muss seit dem 1.1.2008 bei der Stadt Gelsenkirchen gestellt werden.

Es empfiehlt sich, den amtlichen Antragsvordruck zu verwenden. Sie bekommen diesen kostenlos im Bürgerbüro Bottrop und in der Bezirksverwaltungsstelle Kirchhellen. Sie haben jedoch auch die Möglichkeit, den Antrag nach dem Schwerbehindertenrecht online auszufüllen. Das Antragsformular finden Sie unter: www.schwerbehindertenantrag.online.de

Für Hilfestellungen beim Ausfüllen des Antrags auf einen Schwerbehindertenausweis steht Ihnen Herr Stefan Bartizal, Sozialamt, unter der Telefonnummer 0 20 41 / 70 35 68 gerne zur Verfügung.

Wie lange ist ein Schwerbehindertenausweis gültig?

In der Regel werden unbefristete Ausweise ausgestellt, wenn es sich um einen Dauerzustand handelt und eine Besserung nicht zu erwarten ist. Ist mit einer Besserung zu rechnen wird der Ausweis befristet.

Die Verlängerung erfolgt für die Dauer von längstens 5 Jahren. In den Fällen, in denen eine Neufeststellung wegen einer wesentlichen Veränderung in den gesundheitlichen Verhältnissen, die für die Feststellung maßgebend sind, nicht zu erwarten ist, kann der Ausweis unbefristet ausgestellt werden.

Eine Verlängerung des Ausweises kann im Bürgerbüro sowie in der Bezirksverwaltungsstelle Kirchhellen erfolgen.

Ist jedoch kein Feld für eine Verlängerung des Ausweises mehr vorhanden, so kann ein neuer Ausweis beantragt werden. Hierzu benötigen Sie ein aktuelles Lichtbild (Passfoto) und den alten Ausweis. Es werden keine Gebühren erhoben.

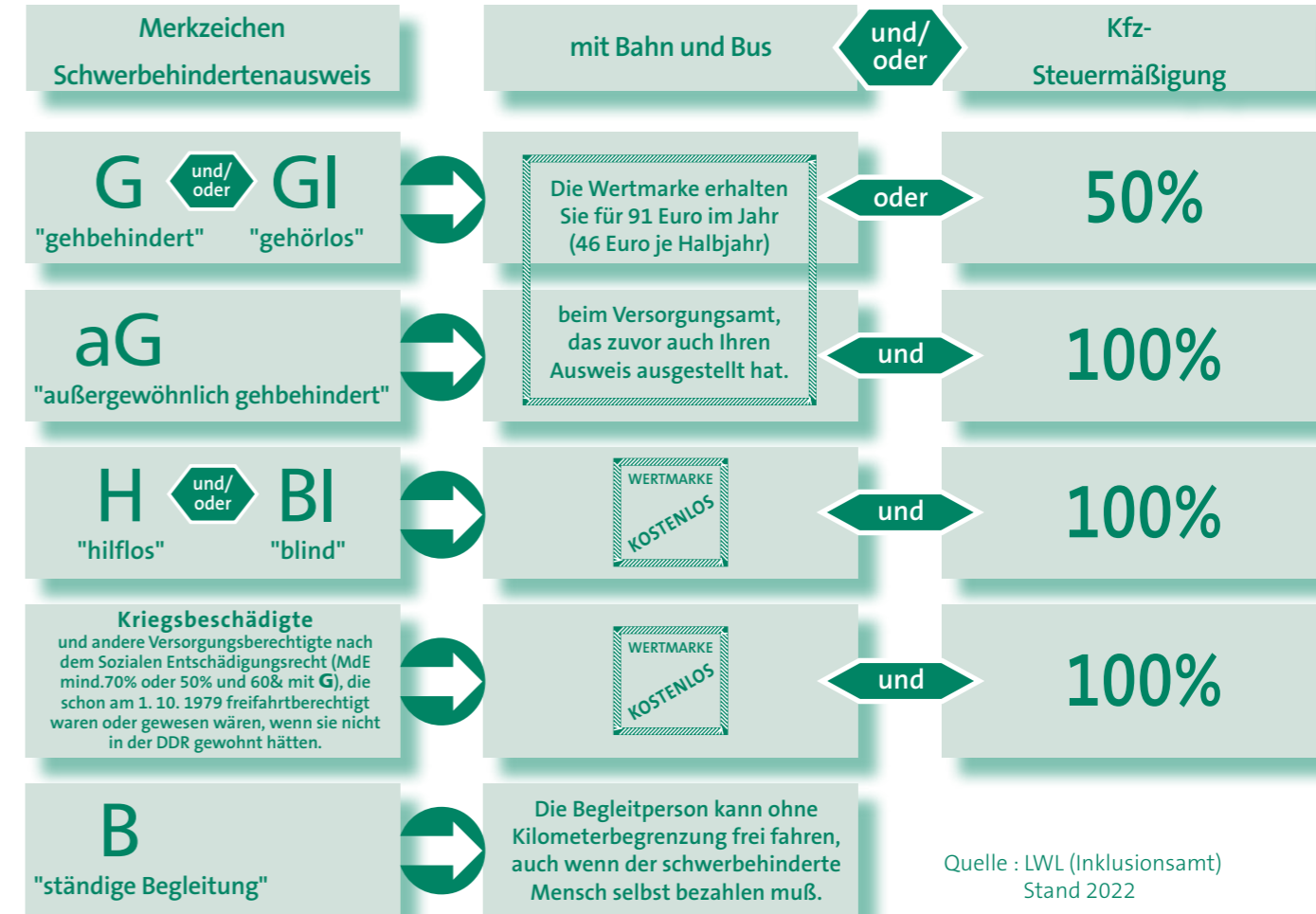
Kontakt:
Stadt Gelsenkirchen
 Vattmannstr. 2-8, 45879 Gelsenkirchen
 Email: referat.soziales@gelsenkirchen.de

Familienname A -E und L Tel.:02 09 / 169 20 22
Familienname F -J und M-N Tel.:02 09 / 169 20 44
Familienname K und T-Z Tel.:02 09 / 169 20 55
Familienname O -S Tel.:02 09 / 169 21 11

Email nach den Anfangsbuchstaben der Nachnamen
 A-J und L-N 50.6-1@gelsenkirchen.de
 K und O-Z 50.6-2@gelsenkirchen.de

Fax: 02 09 / 169 98 36 oder 169 98 84

Ihre AnsprechpartnerInnen
 Bottrop, **Bürgerbüro im Rathaus**
 Bereich Kirchhellen, **Bezirksverwaltungsstelle**



Quelle : LWL (Inklusionsamt)
Stand 2022

2.2. Nachteilsausgleiche

Welche praktischen Hilfsangebote und finanziellen Leistungen gibt es für Menschen mit Handicap?

Freifahrt für Personennahverkehr / Kfz-Steuerermäßigung

Unter bestimmten Umständen (z.B. wenn erhebliche Gehbehinderung, Blindheit, Gehörlosigkeit oder Hilflosigkeit vorliegt) steht Personen mit Handicap die unentgeltliche Beförderung in öffentlichen Verkehrsmitteln bzw. eine Ermäßigung der Kraftfahrzeugsteuer zu.

Informationen über die notwendigen Voraussetzungen, Gebühren und Formalitäten erteilt die Stadt Gelsenkirchen, Referat Soziales.

Fahrdienst für Menschen mit Behinderung

Sie sind auf den Rollstuhl angewiesen und möchten trotz mobil sein?

Dann haben Sie die Möglichkeit einen besonderen Service des DRK Bottrop zu nutzen. Ein Fahrdienst mit Spezialfahrzeugen und Hilfspersonal sorgt dafür, dass Sie bequem und sicher zu Ihrem Zielort gelangen.

Kontakt:
DRK Behindertenfahrdienst
 Siemensstr. 32, 46238 Bottrop
 Tel.: 0 20 41 / 7 37 31 17
 Email: bfd@drk-bottrop.de



Eingliederungshilfen

Wem stehen Eingliederungshilfen zu, und welche Maßnahmen werden finanziert?

Eingliederungshilfe erhalten geistig, körperlich und / oder seelisch behinderte Personen oder von einer solchen Behinderung Bedrohte, sofern es sich hierbei um eine dauernde oder wesentliche Behinderung handelt. Als Rechtsgrundlage gelten die Sozialgesetzbücher (SGB).

Wenn es keine vorrangig zuständigen Leistungsträger wie Krankenkassen, Arbeitsämter, Versicherungsträger etc. gibt, werden folgende Leistungen durch Eingliederungshilfen finanziert:

Ambulante, teilstationäre und stationäre Maßnahmen

- zur Verhütung einer drohenden Behinderung (bei Zuständigkeit des Landschaftsverbandes Westfalen-Lippe)
- zur Milderung einer bestehenden Behinderung
- zur Eingliederung der Menschen mit Behinderung in die Gesellschaft

Öffentlicher Nahverkehr Allgemeine Auskünfte

Tel.: 0 18 03 / 50 40 30 **Busse mit Rampe**
 Tel.: 0 23 66 / 18 61 86 **Taxi-Bus**

Email: siehe Kontaktformular Vestische

Befreiung von der GEZ-Gebührenpflicht

Kostenlos fernsehen und Radio hören – Sie möchten wissen, ob Sie diese Leistungen auch in Anspruch nehmen können?

Wenn Sie InhaberIn eines Schwerbehindertenausweises mit dem Merkzeichen RF sind, können Sie Gebührenvergünstigungen in Anspruch nehmen.

Weitere Informationen z.B. über die Antragstellung finden Sie in Teil I, Kap. 2.6.

Unterstützung im Arbeitsleben

Finanzierung von Hilfsmitteln bzw. behindertengerechter Einrichtung des Arbeitsplatzes?

Zur Teilnahme am Arbeitsleben werden Leistungen aus der Ausgleichsabgabe erbracht, um die Erwerbsfähigkeit behinderter Menschen entsprechend ihrer Leistungsfähigkeit zu erhalten, zu verbessern oder wieder herzustellen und ihre Teilhabe am Arbeitsleben möglichst auf Dauer zu sichern.

Dazu gehört u.a. die Verbesserung der Arbeitsplätze durch technische Arbeitshilfen und Gewährung von Leistungen aufgrund behinderungsbedingter Einschränkungen von ArbeitnehmerInnen und Arbeitnehmern.

Finanziert werden Leistungen an behinderte ArbeitnehmerInnen und den Arbeitgeber bzw. die Arbeitgeberin.

Diese können Zuschüsse und Darlehen erhalten, wenn sie z.B. Arbeits- und Ausbildungsplätze für schwerbehinderte Menschen bereitstellen oder Arbeitsplätze behindertengerecht umgestalten.



Besonderer Kündigungsschutz

Für wen gilt der besondere Kündigungsschutz?

Folgende Gruppen von MitarbeiterInnen fallen unter den besonderen Kündigungsschutz:

- Personen, die das Versorgungsamt als schwerbehindert anerkannt hat
- Personen, bei denen die Behinderung offensichtlich ist (z.B. Beinamputation)
- Personen, die (auf Antrag) von der Agentur für Arbeit den schwerbehinderten Menschen gleichgestellt wurden.

Was beinhaltet der Kündigungsschutz?

Schwerbehinderte Menschen haben im Vergleich zu nichtbehinderten ArbeitnehmerInnen einen besonderen Schutz vor Kündigung des Arbeitsverhältnisses.

Die Kündigung des Arbeitsverhältnisses eines behinderten Menschen durch den Arbeitgeber bedarf der vorherigen Zustimmung des Integrationsamtes (früher Hauptfürsorgestelle) in Münster.

Die örtliche Fachstelle führt die vorbereitenden Gespräche durch und ist bemüht, einvernehmliche Lösungen sowohl im Sinne der Arbeitnehmerin / des Arbeitnehmers als auch des Arbeitgebers zu finden.

Sind schwerbehinderten Mitarbeiter in jedem Fall unkündbar?

Nein, das ist nicht so. Der Kündigungsschutz bezieht sich nur auf Kündigungen, deren Grund in Zusammenhang mit der Behinderung stehen.

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter: www.integrationsaemter.de
www.lwl.org

Kontakt:

Sozialamt / Fachstelle behinderte Menschen im Beruf

Tel.: 0 20 41 / 70 38 66 Oliver Bartosch

Fax: 0 20 41 / 70 35 70

Leistungen für sehbehinderte und blinde Menschen sowie für Gehörlose

Hilfe für hochgradig Sehbehinderte

Hochgradig sehbehinderte Menschen, die das 16. Lebensjahr vollendet haben, erhalten zum Ausgleich der durch die Behinderung bedingten Mehraufwendungen unabhängig von Ihrer Einkommenssituation eine Hilfe von 77 € monatlich.

Die Hilfe kann bei Vorlage einer augenfachärztlichen Bescheinigung beantragt werden.

Blindengeld

Blinde Menschen erhalten unabhängig von ihrer Einkommenssituation Blindengeld nach dem Gesetz über die Hilfen für Blinde und Gehörlose (GHBG).

Es beträgt nach Vollendung des 18. Lebensjahres 765,43 €, vor Vollendung des 18. Lebensjahres 383,37 €. Ab dem vollendeten 60. Lebensjahr liegt der Betrag bei 473 €. (Stand Juli 2020)

Bei Heimaufnahme und Pflegegrad wird das Blindengeld anteilig gekürzt.
Die Voraussetzungen nennt Ihnen Ihr Augenarzt. Weitere Informationen erhalten Sie bei den örtlichen Blindenvereinen.



Tipp

Beim Blinden- und Sehbehindertenverein Westfalen gibt es speziell ausgebildete BeraterInnen, die selbst sehbehindert sind und Ihnen gerne weiterhelfen.

Kontakt:
Email: bottrop@bsvw.de
www.bsvw.de

Hilfe für Gehörlose

Gehörlose Menschen erhalten zum Ausgleich der durch die Gehörlosigkeit bedingten Mehraufwendungen unabhängig von ihrer Einkommenssituation eine Hilfe von 77 € monatlich. Gehörlos sind Personen mit angeborener oder bis zum 18. Lebensjahr erworbener Taubheit oder an Taubheit grenzender Schwerhörigkeit. Für die Beantragung der Gehörlosenhilfe ist die

Bescheinigung eines HNO-Arztes bzw. ein Nachweis über den Besuch einer Schuleinrichtung für Gehörlose/ Hörbehinderte erforderlich.

Wo können Sie die finanzielle Leistungen beantragen?

Die Anträge können im Sozialamt gestellt werden; sie werden von dort an den Landschaftsverband weitergeleitet, da dieser für die Bearbeitung und Bewilligung zuständig ist.

Kontakt:
Sozialamt
Tel.: 0 20 41 / 70 35 68 Stefan Bartizal
Email: stefan.bartizal@bottrop.de

Rehabilitation und Teilhabe

Die Ansprechstellen der Deutschen Rentenversicherung sind ein ergänzendes Angebot für die Vermittlung von Informationen zur medizinischen und beruflichen Rehabilitation (Leistungen zur Teilhabe). Hierdurch soll der Rehabilitationsbedarf möglichst frühzeitig erkannt werden und auf eine Antragstellung hingewirkt werden. Das Informationsangebot umfasst:

- Inhalte und Ziele der medizinischen und beruflichen Reha
- Verfahren zur Inanspruchnahme einer Reha-Leistung
- die Möglichkeit der Leistungsausführung als Persönliches Budget
- Beratungsangebote, die unabhängig von den Reha-Trägern sind und eine ergänzende Beratung darstellen.

Dieses Angebot richtet sich an die BürgerInnen, darüber hinaus aber auch an ArbeitgeberInnen und andere Rehabilitationsträger.

Die Ansprechstelle der Deutschen Rentenversicherung Knappschaft - Bahn - See beantwortet unter den Telefonnummern
Tel.: 02 34 / 304-31299
Fragen zur medizinischen Rehabilitation
Tel.: 02 34 / 304-31399
Fragen zu Leistungen zur Teilhabe am Arbeitsleben und der Zuständigkeit.

Die Reha-Servicetelefon erreichen Sie
Mo - Do 7.30 Uhr - 19.30 Uhr
Fr 7.30 Uhr - 15.30 Uhr
unter der Servicenummer 0800 48080
Email: rehabilitation@kbs.de



Rainer Sturm/pixelio.de

Weitere Ausgleichszahlungen

Neben den o.g. Sonderleistungen für Personen mit Handicap gibt es u.a. auch in den Bereichen Wohngeld, Wohnraumförderung, Bauförderung, gesetzliche Krankenkasse, Altersrente, Kindergeld, Freizeit und Reisen entsprechende Nachteilsausgleichsmaßnahmen.

Es ist leider nicht möglich, im Rahmen dieses Ratgebers auf die zahlreichen gesetzlichen Regelungen einzugehen. Deshalb möchten wir auf die Ansprechpartner zu den einzelnen Themen verweisen. (siehe Teil I)

3. Vollmachten, Patientenverfügung, Testament und Hospiz

Ausführliche Informationen und Kontaktadressen zu Inhalten, Gültigkeitsdauer, formalen Bedingungen etc. von Patientenverfügungen, Vorsorgevollmachten und Betreuungsverfügungen finden Sie in Teil I, Kap. 3. dieses Ratgebers. Dort werden auch Themen wie Testament, Hospizarbeit, Bestattung, Grabpflege und Trauerbewältigung angesprochen.

Wichtige Dokumente – wohin damit?

Es empfiehlt sich, alle wichtigen Unterlagen in einer Mappe aufzubewahren, damit Sie im Notfall nicht lange suchen müssen.

Folgende Dokumente gehören dazu:

- Geburtsurkunden
- Heiratsurkunden oder Familienstammbuch
- Arbeitsverträge / Zeugnisse u.a.
- Wertpapiere, Sparbücher
- Sozialversicherungsunterlagen
- Versicherungspolizen
- Betreuungsverfügung/ Patientenverfügung/ Vorsorgevollmacht
- Testament

Vertraute Personen sollten wissen, wo die Unterlagen zu finden sind.

Hinweis

Rechtsanwälte und Notare sind verpflichtet barrierefreie Ausgaben aller wichtigen Dokumente für Blinde oder Menschen mit Sehbehinderung zur Verfügung zu stellen.



Da sich Teil II der Broschüre auch mit Kindern und Jugendlichen befasst, erfolgt an dieser Stelle der Hinweis auf das ambulante Kinder- und Jugendhospiz.

Ambulante Kinder- und Jugendhospizarbeit

Begleitung auf dem Lebensweg

Mehr als 50.000 Kinder und Jugendliche in Deutschland haben eine Erkrankung, an der sie frühzeitig sterben werden. Gemeinsam mit ihren Familien stehen sie vor einer großen Herausforderung:

Ihre Zukunftsvorstellungen werden mit der Diagnose zerschlagen. Die Lebenssituation verändert sich, der Alltag muss neu gestaltet werden und die Themen „Krankheit“, „Sterben“ und „Trauer“ beschäftigen die gesamte Familie.

Familien, die mit dieser Lebenssituation konfrontiert werden, können sich an den Ambulanten Kinder- und Jugendhospizdienst wenden. Dort erhalten sie Beratung und alltagspraktische Unterstützung. Darüber hinaus bietet der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst Möglichkeiten zum Austausch mit anderen betroffenen Familien.

Der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst (AKHD) Emscher-Lippe mit Sitz in Gladbeck wurde 2013 eröffnet. Er ist ein ambulanter Dienst des Deutschen Kinderhospizvereins und ist Anlaufstelle für Familien mit Kindern/Jugendlichen mit einer lebensverkürzenden Erkrankung in und im Umkreis von ca. 50 km um Gladbeck. Der AKHD unterstützt und begleitet die Kinder, die Eltern und Geschwister.

Derzeit begleitet der Ambulante Kinder- und Jugendhospizdienst 21 Kinder und Jugendliche mit einer lebensverkürzenden Erkrankung in den Städten Bottrop, Dorsten, Gladbeck, Gelsenkirchen, Oberhausen und Voerde.

Die Begleitung ist kostenfrei und wird heute von rund 35 Ehrenamtlichen geleistet.

Ambulanter Kinder- und Jugendhospizdienst Emscher-Lippe

Kirchplatz 5, 45964 Gladbeck

Tel: 0 20 43 / 9 87 27 40

Email:

emscher-lippe@

deutscher-kinderhospizverein.de

www.akhd-emscher-lippe.de



4. Wohnkonzepte für Menschen mit Behinderungen

Für Menschen mit Handicap ist ein komfortables, sicheres und integratives Wohnkonzept besonders wichtig. Wohnbedarf und geeignete Wohnformen hängen von der Art und Schwere der Behinderung ab.

In den letzten Jahren ist ein deutlicher Trend weg von der Heimunterbringung hin zu dezentralen Wohneinheiten zu verzeichnen.

Weitgehend selbstbestimmte und selbstständige Lebensführung, Kontakte zu nichtbehinderten Menschen und die Teilnahme am gesellschaftlichen Leben stehen dabei im Vordergrund.

Für psychisch kranke und geistig behinderte Menschen stellen z.B. betreute Wohngruppen mit vertrauten Ansprechpartnern und festen Regeln und

Vorgaben eine sichere Basis dar, um den Alltag zu bewältigen.

Für Menschen mit körperlichen Behinderungen bietet die Industrie inzwischen eine Vielzahl technischer Hilfsmittel an, die es ermöglichen aktiv am Leben teilzuhaben und sich (z.B. im Rahmen einer Wohnraumanpassung) das private Umfeld so zu gestalten, dass alltägliche Handgriffe und Abläufe ohne fremde Hilfe bewältigt werden können.

Neben dem Leben in der eigenen (barrierefrei ausgestatteten) Wohnung und der Unterbringung in einer Wohneinrichtung gibt es in Bottrop inzwischen eine Reihe neuer interessanter Wohnangebote für jüngere und ältere Menschen mit Behinderungen, die nachfolgend vorgestellt werden sollen.



4.1. Wohnraumanpassung

Wohnen in der eigenen Wohnung (bzw. dem eigenen Haus) ist nach wie vor auch bei Menschen mit Behinderungen die beliebteste Wohnalternative.

Das Gros des vorhandenen Wohnbestandes ist weder senioren- noch behindertengerecht ausgestattet.

Wenn die Wohnung bestimmte Voraussetzungen erfüllt (genügend breite Türen, nicht zu enge Räume, Wohnung im Erdgeschoss oder über Aufzug zu erreichen), ist es meist ohne aufwändigen Umbau möglich, dass körperlich behinderte oder eingeschränkte BewohnerInnen weitgehend selbstständig leben und ihren Haushalt führen können.

Was ist wichtig bei der barrierefreien Umgestaltung der Wohnung?

Einige wichtige Punkte zur Umgestaltung von Wohnungseingang, Wohnbereich und Wohnungseinrichtung wurden bereits erwähnt (vgl. Teil I, Kap. 4.1.).

Barrierefreie Sanitäreinrichtungen, Rampen, das Entfernen von Türschwellen, genügend Platz zum



Rangieren z.B. mit Rollstuhl oder Gehhilfe, das Anbringen von Handläufen, Haltegriffen etc. in allen Wohnbereichen, geeignete Lichtanlagen, sichere gut bedienbare Elektrogeräte und das Vorhandensein eines Notrufsystems machen eine umgebaute Wohnung komfortabel und sicher.

Für seh- und hörbehinderte Menschen gibt es einige nützliche akustische, taktile und visuelle Hilfsmittel, die die Orientierung erleichtern.

Verstärkte akustische und optische Signale, erastbare Strukturen/Leitsysteme mit entsprechenden Hinweisschildern, große deutliche, tastbare Schrifthinweise, Telefone mit Spezialtastaturen (bzw. Hörtelefone) können in private Wohnräume integriert werden und erheblich zur Steigerung der Lebensqualität beitragen.

Wer erteilt Auskunft zum Thema Wohnraumanpassung?

In Sachen Wohnraumanpassung / Barrierefreies Wohnen helfen folgende Stellen weiter:

- Fachkräfte eines ambulanten Pflegedienstes (Hausbesuch)
- Wohnberatungsstelle/ Sozialamt
- Wohlfahrtsorganisationen
- Selbsthilfeorganisationen Behindertenverbände
- Krankenkassen
- Wohnungsgenossenschaften
- Sanitätshäuser (Alltagshelfer), Fachhändler, Fachhandwerker

Finanzierung der Wohnraumanpassung – wer hilft?

Zuschüsse zur Wohnraumanpassung können auf Antrag im Rahmen der Pflegeversicherung und/oder der Eingliederungshilfe gewährt werden. Weitere Informationen zu diesem Themenkomplex (vgl. Teil I, Kap. 4.1.)

Schwerbehinderte Arbeitnehmer haben zusätzlich die Möglichkeit, unter bestimmten Voraussetzungen, Finanzierungshilfen bei den Rehabilitationsträgern (Deutsche Rentenversicherung, Deutsche Rentenversicherung - Bund), den Un-

fallversicherungsträgern und der Agentur für Arbeit zu beantragen.

Wenden Sie sich diesbezüglich direkt an die o.g. Träger.

4.2. Barrierefreies Bauen und Wohnen

Bei Neubaumaßnahmen sieht die Situation inzwischen so aus, dass senioren- und behindertengerechter Wohnraum gezielt gefördert und realisiert wird.

Angesichts der demografischen Entwicklung bezüglich der Altersstruktur der Bevölkerung wird immer häufiger auf barrierefreies, altersgerechtes, zukunftsorientiertes Planen und Bauen Wert gelegt.

2004 wurde der Begriff „Barrierefreiheit“ erstmals gesetzlich definiert, nämlich im Behindertengleichstellungsgesetz (§4 BGG).

Das Ziel besteht darin, durch bauliche Veränderungen, den Einsatz moderner technischer Hilfsmittel, durch die Nutzung akustischer und visueller Kommunikations- und Informationssysteme u.a. behinderten Menschen den problemlosen, selbstbestimmten Zugang zu diversen Lebensbereichen zu ermöglichen.

4.3. Ambulant Betreutes Wohnen

Das Konzept des ambulant betreuten Wohnens gibt behinderten Menschen, die nur bedingt auf Hilfe und Pflege angewiesen sind, die Möglichkeit ein eigenverantwortliches, selbstbestimmtes Leben in der eigenen Wohnung oder einer Wohngemeinschaft zu führen.

Fachpersonal betreut die Betroffenen je nach Bedarf täglich oder mehrmals in der Woche und leistet konkrete Hilfe im Alltag.

Hilfe im Haushalt und bei der Organisation der täglichen Abläufe, Beratung bei psychischen und sozialen Konfliktsituationen, Unterstützung im Umgang mit Behörden oder bei der Regelung beruflicher oder materieller Probleme, Organisation von Freizeitaktivitäten u.v.m. gehören zum Aufgabenbereich der ambulanten Betreuer.

Art und Umfang der Betreuungsleistungen orientieren sich am persönlichen Bedarf der behinderten BewohnerInnen.

Ambulant betreutes Wohnen basiert auf dem Konzept „Hilfe zur Selbsthilfe“. Durch Aktivierung und Motivation gewinnen Menschen mit Behinderung an Autonomie und Lebensqualität und sind in der Lage ihren Tagesablauf eigenständig zu organisieren. Durch die regelmäßige Anwe-



senheit und Hilfestellung der Betreuungskräfte gewinnen sie an Sicherheit, Mut und Selbstbewusstsein, um Kontakte zum gesellschaftlichen Umfeld aufzubauen. Ambulant betreutes Wohnen eignet sich im Prinzip für jede Art der Behinderung; vorwiegend werden jedoch geistig und psychisch behinderte Menschen in ambulanten Einrichtungen betreut.

Beispiele für ambulant betreutes Wohnen in Bottrop

Integrationsmodell des Ortsverbandes Bottrop e.V.

Ziel dieser Initiative ist die Förderung ambulant betreuter Wohnprojekte (Wohnen im eigenen Haushalt oder in einer Wohngemeinschaft).

Ausgebildetes Fachpersonal aus dem Bereich Sozialarbeit/ Sozialpädagogik gibt Hilfe, Unterstützung und Assistenz bei der Alltagsbewältigung.

Betreut werden folgende Personen/-gruppen:

- Einzelpersonen, Paare, Gruppen, die einen gewissen Grad an eigenverantwortlicher Lebensführung erreicht haben und in einer eigenen-Wohnung leben möchten
- Personen, die bereits in einer eigenen Wohnung leben
- Personen, die vom Wohnheim oder Elternhaus in eine eigene Wohnung umziehen möchten

Infos über das Integrationsmodell unter:

Tel.: 0 20 41 / 7 77 99 26

Email: verwaltung@im-bottrop.de

www.im-bottrop.de

Selbstbestimmt Wohnen gGmbH

Die Einrichtung des Diakonischen Werkes Gladbeck / Bottrop / Dorsten bietet:

- Betreutes Wohnen für Menschen mit geistigen Behinderungen
- Betreutes Wohnen für psychisch kranke Menschen

Auf der Grundlage eines individuell zugeschnittenen Unterstützungsprogramms wird den BewohnerInnen die soziale Integration, die Verbesserung der sozialen Kompetenz und die Entwicklung einer realistischen Zukunftsperspektive ermöglicht. Die Zielsetzung lautet: Zurückführung in die Normalität und in ein selbstverantwortetes Leben.

Kontakt:

Ambulante Dienste

Prosperstr. 32, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 16 28 30 - 0

Email: ambulante.dienste@diakonisches-werk.de

www.diakonisches-werk.de

Betreutes Wohnen für psychisch- und suchtkranke Menschen

(eine Einrichtung des Caritasverbandes Bottrop e.V.)

Das Angebot richtet sich an Menschen, die aufgrund ihrer Suchterkrankung oder psychischen Erkrankung Hilfen zum selbstständigen Wohnen und Leben benötigen. Die Betreuung wird in eigenen Wohnungen durch Fachpersonal geleistet und beinhaltet:

- Wohnungssuche
- Sicherung des Lebensunterhaltes
- Tagesstrukturierung
- Freizeitgestaltung
- Haushaltsführung
- Inanspruchnahme medizinischer Hilfen
- Vermittlung in stationäre Behandlungen
- Kontaktaufnahme zu Angehörigen
- Hilfeplanung und Antragstellung
- Regelung von Behördenangelegenheiten

Die Hilfsangebote sollen zur Teilhabe am gesellschaftlichen Leben befähigen, die Teilnahme am Leben im sozialen Umfeld fördern, in der Bewältigung des Alltags unterstützen und zur Stabilisierung der Psyche bzw. der Abstinenz beitragen. Der Umfang und die Inhalte der Betreuung sind individuell und werden gemeinsam mit dem Sozialhilfeträger und den KlientInnen geplant.

Kontakt:

Betreutes Wohnen

Caritasverband Bottrop e.V.

Adolf-Kolping-Str. 3, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 16 74 10

Ambulante Hilfen für Menschen mit psychischen Erkrankungen (Die Perspektive e.V.)

Es gibt eine Vielzahl an möglichen Unterstützungsangeboten für Menschen mit psychischen Erkrankungen oder in Krisen: Soziotherapie, Integrierte Versorgung oder ambulant betreutes Wohnen. Je nach Problemlage findet das Team der Einrichtung gemeinsam mit Ihnen individuelle Lösungen und begleitet Ihren Weg hin zu einem Leben in psychischer Gesundheit.

Die Perspektive e.V.

Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 7 71 72 75 Inken Wendt

Email: info@die-perspektive.net

Wer trägt die Kosten für die Maßnahmen?

Die Kosten für die Betreuung im Rahmen des „Betreuten Wohnens“ werden in der Regel vom zuständigen überörtlichen Sozialhilfeträger (Landchaftsverband Westfalen-Lippe – LWL) übernommen. Alle weiteren Kosten zum Lebensunterhalt (z.B. Miete, Lebensmittel) müssen die KlientInnen selbst sicherstellen (durch Grundsicherung, Wohngeld, eigenen Verdienst usw.).

4.4. Stationär Betreutes Wohnen

Menschen mit Behinderungen, die nicht selbstständig oder mit ambulanter Betreuung in der eigenen Wohnung leben können, finden ihr Zuhause in einer Wohneinrichtung oder einer Wohngruppe.

Beim stationär betreuten Wohnen werden die BewohnerInnen rund um die Uhr durch feste Bezugspersonen betreut.

Folgende Wohnformen stehen zur Verfügung:

- Wohneinrichtungen für geistig behinderte und psychisch kranke Menschen
- Außenwohngruppen, die vom Träger der jeweiligen Wohneinrichtung angemietet werden
- Stationäre Einrichtungen für Schwerstpflegebedürftige

Bei der stationären Betreuung wird der Trend zur Dezentralisierung deutlich.

Große Wohnheime gehören der Vergangenheit an, stattdessen gibt es kleinere Außenwohngruppen, deren Unterstützungsangebote die individuellen Bedürfnisse der BewohnerInnen berücksichtigen.

Dadurch wird die Wohn- und Lebensqualität gesteigert; die persönlichen Fähigkeiten der einzelnen Personen können gezielt gefördert und positiv beeinflusst werden.

Wie lässt sich ein Platz in einer Wohneinrichtung oder einer Wohngruppe finanzieren?

Die Finanzierung eines Heimplatzes fällt in die Zuständigkeit des LWL (Landschaftsverband Westfalen-Lippe).

Kontakt:

Landschaftsverband LWL

Postfach 48133 Münster

Tel.: 02 51 / 5 91 01

Email: lwl@lwl.org

Bei der Antragstellung sind Ihnen die jeweiligen Träger gerne behilflich.

Informationen zur Heimplatzfinanzierung siehe Teil I, Kap. 4.4.

Wohneinrichtungen und angeschlossene dezentrale Wohngruppen in Bottrop

Wohneinrichtungen für Menschen mit geistiger Behinderung

Integrationsmodell Ortsverband Bottrop e.V.

21 Plätze in Wohngruppen

Pestalozzistr. 6a, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 7 7 99 26

Heinrich-Theißen-Haus

Einrichtung des Diakonischen Werkes

Gladbeck - Bottrop - Dorsten

67 Plätze inkl. Außenwohngruppen

Heinrich-Theißen-Str. 3a, 46240 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 16 75 25 oder 16 75 26

Email: hth@diakonisches-werk.de

Ernst-Wilm-Haus

Einrichtung des Diakonischen Werkes

Gladbeck - Bottrop - Dorsten

35 Plätze, inkl. 1 Außenwohngruppe

Ottenschlag 27, 46244 Bottrop

Tel.: 0 20 45 / 9 54 10

Email: ewh@diakonisches-werk.de

Hans-Reitze-Haus

Einrichtung der Selbstbestimmten Lebensräume (SeLe) gGmbH

24 Plätze

An der Sandbahn 10, 46242 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 3 72 32 80

www.hans-reitze-haus.de

Hermann-Schneider-Haus

Einrichtung der Selbstbestimmten Lebensräume (SeLe) gGmbH

26 Plätze

Robert-Brenner-Str.7, 46240 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 3 72 32 80

www.hermann-schneider-haus.de

Wohneinrichtungen für Menschen mit psychischen Erkrankungen

Dorothea-Buck-Haus

Einrichtung des Diakonischen Werkes Gladbeck / Bottrop / Dorsten

100 Plätze in Bottrop inkl. aller Außenwohngruppen, davon auch Plätze für Suchtkranke

Beckstr. 103, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 73 11 75

Email: dbh@diakonisches-werk.de

5. Hilfe im Alltag

Sie fühlen sich in Ihren eigenen vier Wänden eigentlich sehr wohl, wenn da nicht die kleinen Probleme des Alltags wären? Wer hilft mir im Haushalt oder bei Besorgungen?

Wer begleitet mich zum Arzt? Wer unterstützt mich bei Behördengängen?

Wer kümmert sich um mich, wenn ich Pflege oder medizinische Versorgung benötige?

Nicht immer sind Bekannte und Verwandte vor Ort, die für Sie da sind. In diesem Fall ist professionelle Hilfe und Pflege nötig und wichtig, damit Sie in Ihrer eigenen Wohnumgebung sicher und versorgt sind.

Ambulante Pflegedienste und eine Reihe ergänzender Serviceleistungen (komplementäre Dienste) machen es möglich, den Alltag zu bewältigen und neue Lebensqualität zu schaffen.

5.1. Ambulante Pflege und komplementäre Dienste

Nach wie vor werden auch heute noch die meisten Pflegebedürftigen von ihren Angehörigen gepflegt. Falls Sie nicht in familiäre Strukturen eingebunden sind bzw. Ihre Selbständigkeit und Unabhängigkeit erhalten möchten, sind ambu-

lante Pflegedienste eine gute Alternative bzw. Ergänzung.

Neben der eigentlichen pflegerischen Versorgung bieten oder vermitteln praktisch alle Zusatzleistungen, so genannte komplementäre Dienste (Fußpflege, Friseur, Hausnotrufsystem, Hauswirtschaftliche Dienste etc).

Ob Sie sich nun für einen Dienst aus dem Kreis der freien Wohlfahrtsverbände oder einen privaten Anbieter entscheiden, richtet sich nach Ihren individuellen Vorstellungen und Wünschen. In jedem Fall sollten Sie sich vorab gründlich informieren. Wie finde ich den passenden Pflegedienst? Wer bezahlt die Pflegekosten? Wann haben Sie Anspruch auf Pflegeleistungen? Was müssen Sie tun, um finanzielle Unterstützung zu erhalten? Welches Angebotsspektrum bieten die einzelnen Pflegedienste? etc.

Sie kommen noch gut ohne pflegerische oder medizinische Betreuung aus, möchten aber sicher sein, dass im Notfall schnelle Hilfe zur Stelle ist, wenn Ihnen in der Wohnung etwas zustößt?

Dann ist ein Hausnotrufsystem für Sie genau das Richtige. Sie können Tag und Nacht von jedem Ort der Wohnung aus per Knopfdruck Hilfe rufen.

Etwas Warmes braucht der Mensch – das ist auch Ihre Meinung, aber Sie haben keine Lust für sich alleine zu kochen oder den Aufwand der Essenszubereitung auf sich zu nehmen?

Wie wäre es denn einmal mit einem Mahlzeitservice?

Ausführliche Informationen zu den Themenbereichen Pflege und Komplementäre Dienste siehe Teil I, Kap. 5.

5.2. Kurzzeitpflege für Kinder

Muss ein pflegebedürftiges Kind in einer Senioreneinrichtung betreut werden?

Bisher war es so, dass Pflegebedürftige egal welchen Alters Pflegeleistungen im Rahmen der Pflegeversicherung nur in dafür zugelassenen Einrichtungen in Anspruch nehmen konnten. Das waren in der Regel allerdings Einrichtungen der Altenpflege.

Aufgrund der Pflegereform können Kinder auch in anderen Einrichtungen, z.B. Kinderheimen betreut werden. Dieser Anspruch auf Kurzzeitpflege für Kinder ermöglicht es, den speziellen Bedürfnissen dieser Altersklasse besser gerecht zu werden.



Timo Klostermeier/pixelio.de

Steht Kindern Pflegegeld zu?

Für Kinder gelten besondere, nach dem Alter abgestufte, Werte zur Bemessung der Pflegezeiten, die sich nur an dem wegen der Krankheit oder Behinderung usw. nötigen zusätzlichen Pflegebedarf gegenüber normal entwickelten Kindern gleichen Alters orientieren. Das führt u.a. dazu, dass in den ersten Lebensjahren nur bei schweren Behinderungen ein Pflegegrad erreicht wird.

Weitere Informationen zum Thema „Pflegegeld“ vgl. auch Teil I, Kap.5.2.

5.3. Fahrdienst für Menschen mit Behinderung

Sie sind stark gehbehindert und möchten trotzdem nicht auf Mobilität verzichten?

Freunde besuchen, Termine wahrnehmen, Besorgungen machen, Veranstaltungen besuchen u.v.m. - mit dem Behindertenfahrdienst der Stadt Bottrop ist all das möglich.

Wer kann diesen Fahrdienst nutzen?

Mobilitätseingeschränkte Bottroper BürgerInnen können diesen besonderen Dienst in Anspruch nehmen, wenn nachfolgende Bedingungen erfüllt sind.

Voraussetzung ist, dass Sie InhaberIn eines Schwerbehindertenausweises mit dem Merkzeichen „aG“ oder auf einen Rollstuhl angewiesen sind (anhand ärztlicher Bescheinigung nachzuweisen).

Der Ausweis berechtigt dazu, den Behindertenfahrdienst in Bottrop sowie 10 km im Umkreis (ab Stadtgrenze) zu nutzen. Sie können maximal 40 km im Monat fahren. Alle zusätzlichen km müssen von Ihnen selbst bezahlt werden.



Wie teuer sind die Fahrten? Gibt es Zuschüsse?

Die Nutzung dieses Serviceangebotes ist einkommensabhängig. Eine Begleitperson und das erforderliche Hilfsmittel werden kostenlos befördert.

Sollten Sie Fragen zum Fahrbetrieb haben, wenden Sie sich bitte direkt an den Betreiber:

DRK Behindertenfahrdienst

Siemensstr. 32, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 7 37 31 17

Email: bfd@drk-bottrop.de





**Deutsches
Rotes
Kreuz**

- Additiver Else-Weecks-Kindergarten
- Blutspende
- DRK-Haus Rottmannsmühle
- DRK Häusliche Pflege
- Einsatzeinheiten
- Erste-Hilfe Ausbildungen
- Fahrdienst für Menschen mit Behinderung
- Familienzentrum Kirchhellen
- Integrationsagentur
- Jugendrotkreuz
- KiTa Anna + Henry

- Kleidershop „Jacke wie Hose“
- Offener Ganzttag
- Quartiersarbeit
- Rettungswache 3
- Rotkreuzgemeinschaften
- Sanitätswachdienste
- Seniorencafé
- Testzentrum

DRK in Bottrop
Siemensstraße 32, 46238 Bottrop
Tel. 02041 73 73 0
www.drk-bottrop.de

5.4. Parkausweise/ Sonderausweise oder Sondergenehmigungen

Wenn Sie die Möglichkeit haben (als FahrerIn/ BeifahrerIn) mit dem PKW in die Stadt zu fahren, können Sie als InhaberIn eines Schwerbehindertenausweises von der Stadt eine spezielle Parkberechtigung erhalten.

EU-einheitlicher Parkausweis (blau)

InhaberInnen eines Schwerbehindertenausweises mit dem Vermerk „aG“ oder „Bl“ können eine Parkberechtigung erhalten, die es Ihnen erlaubt, besonders gekennzeichnete Parkplätze („Behindertparkplätze“) zu benutzen. Dieser Parkausweis (bitte hinter der Windschutzscheibe im Fahrzeug deponieren) gilt so lange wie der Schwerbehindertenausweis, maximal jedoch 3 Jahre. Die Ausstellung ist kostenlos.

Welche Unterlagen benötigen Sie, um eine Parkgenehmigung zu beantragen?

Neben einem gültigen Schwerbehindertenausweis mit dem Vermerk „aG“ oder „Bl“ bzw. einem entsprechenden Bescheid des Versorgungsamtes

müssen Sie ein aktuelles Passfoto einreichen. Ein persönliches Erscheinen ist wegen der zu leistenden Unterschrift erforderlich.

Wo beantragen Sie den Ausweis?

Alle Informationen rund um das Thema „Parkgenehmigung“ erteilen die MitarbeiterInnen des Bürgerbüros Bottrop.

Bundeseinheitlicher Parkausweis „aG“ - Light (orange)

Zusätzlich gibt es für besondere Gruppen von schwerbehinderten Menschen unter bestimmten Voraussetzungen die Gewährung von Parkerleichterungen, die sogenannten „aG“-Light-Ausweise.

Wichtig

Parkausweis für schwerbehinderte Personen mit erheblicher Bewegungseinschränkung und MS-Erkrankte nur für Bottrop (gelb)

Innerhalb der Stadt Bottrop gibt es zudem eine gelbe Karte in Din A6 Format. Dabei handelt es sich um eine Ausnahmegenehmigung für schwer-

behinderte Menschen mit erheblicher Bewegungseinschränkung und an MS (Multiple Sklerose) erkrankte Personen, mit der u.a. auf Schwerbehindertparkplätzen geparkt werden darf.

Einzelheiten zur Ausstellung dieser Ausnahmegenehmigung erhalten Sie beim Straßenverkehrsamt. Dort erfahren Sie auch, welche Unterlagen (Schwerbehindertenausweis, aktuelles ärztliches Attest etc.) benötigt werden.

Kontakt:

Straßenverkehrsamt

Kirchhellener Str. 12, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 70 41 27 Lena Schleich

Tel.: 0 20 41 / 70 41 07 Regina Skirde

Mo-Fr. 8.00 - 12.00 Uhr; Do 14.00 - 17.30 Uhr

5.5. Euroschlüssel

Was ist der Euroschlüssel?

Der seit 1986 in Deutschland verwendete sogenannte „Euroschlüssel“ ist auch in Österreich oder der Schweiz mittlerweile weit verbreitet. Mit ihm werden Behindertenanlagen wie beispiels-

weise Behindertentoiletten, Hebebühnen etc. zugänglich gemacht. In Zukunft soll dieser Schlüssel europaweit verwendbar sein.

Der Euro-Schlüssel wird von einem Darmstädter Verein vertrieben, der den Titel „Club Behinderter und ihrer Freunde in Darmstadt und Umgebung e. V. (CBF)“ trägt.

Wer kann einen Euroschlüssel erhalten?

Menschen mit Behinderung, die in Ihrem Schwerbehindertenausweis eines der Merkmale aG, B, H oder Bl oder das Merkmal G und einen Grad der Behinderung (GdB) von mindestens 70 eingetragen haben oder deren GdB bei 80 oder höher liegt, können den Euro-WC-Schlüssel beziehen. Berechtig sind außerdem Personen mit einer Erkrankung wie MS oder Morbus Crohn. Hier wird ein ärztlicher Nachweis benötigt.

Kontakt

CBF Darmstadt e. V.

Euro-Toilettenschlüssel

Pallaswiesenstraße 123a, 64293 Darmstadt

Tel.: 0 61 51 / 81 22 0 Fax: 0 61 51 / 81 22 81

Email: info@cbf-darmstadt.de

www.cbf-da.de

Was kostet ein Euroschlüssel?

Derzeit betragen die Kosten für einen Euroschlüssel 23,00 €, einen Schlüssel mit Verzeichnis „Der Locus“ 30,00 € (für die Broschüre „Der Locus“ alleine 8,00 €).

Weitere Informationen erhalten Sie auf der Webseite des Clubs Behinderter und ihrer Freunde in Darmstadt und Umgebung e.V. .

Tel.: 0 61 51 / 81 22 0, Fax: 0 61 51 / 81 22 81

Email: bestellung@cbf-darmstadt.de

www.cbf-da.de

Wo erhalten Sie Schließzylinder für den Euroschlüssel?

Unter folgender Adresse können Sie die Zylinder beziehen:

Fa. Martin Dederichs

Schließenanlagen-Vertrieb in alle Länder

Postfach 31 24, 53314 Bornheim

Tel.: 0 22 27 / 9 16 40, Fax : 0 22 27 / 91 64



Rolf Kühnast/pixelio.de

Wir verändern. Partner für soziale Arbeit

Geschäftsstelle Bottrop ■ Gerichtsstraße 3 ■ 46236 Bottrop

Gemeinsam mit unseren Mitgliedsorganisationen bieten wir fachliche Unterstützung in allen sozialen Feldern an. Konfessionell und parteipolitisch unabhängig ergreifen wir Partei für sozial benachteiligte Menschen. Wir setzen uns für diejenigen ein, die eine Lobby brauchen, um menschenwürdig und selbstbestimmt leben zu können.

Zu unserer Geschäftsstelle in Bottrop gehören:

- Selbsthilfe-Büro
- Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe
- Bündnis Buntes Bottrop
- Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung (EUTB®)
- Krebsberatungsstelle
- Vereinsbegleiter/Vorstandswerkstatt

Rufen Sie an, wenn Sie Unterstützung, Rat und Hilfe brauchen oder sich sozial engagieren möchten!

Telefon 02041 2 30 19



www.bottrop.paritaet-nrw.org

6. Bewusste und aktive Lebensführung - trotz Behinderung

Auch mit einer Behinderung kann man etwas tun, aktiv und flexibel zu bleiben.

Die drei Säulen „Ernährung, Bewegung und Gesundheitsvorsorge“ sind dabei von besonderer Bedeutung.

Inzwischen gibt es eine Reihe von Gesundheits- und Sportprogrammen, die auf die speziellen Bedürfnisse von Menschen mit Behinderungen ausgerichtet sind. Dabei stehen nicht die Leistungen, sondern der Spaß, die Kommunikation und die Erhaltung der Beweglichkeit im Vordergrund. Nachfolgend sollen die wichtigsten Angebote in diesem Bereich aufgeführt werden.

Natürlich können ältere Menschen mit Behinderungen auch die Angebote nutzen, die in Teil I, Kap. 6. aufgeführt sind.

6.1. Ernährung

Woraus sollte sich eine gute, gesunde Mahlzeit für ältere Menschen zusammensetzen? Kann man durch falsche Ernährung krank werden?

Gibt es Lebensmittel, die die geistige Leistungsfähigkeit stärken?

Haben Sie einige Pfunde zuviel auf den Rippen (z.B. als RollstuhlfahrerIn, da die notwendige Be-



wegung fehlt) und möchten gerne wissen, wie man sinnvoll abnimmt?

Eine gesunde Ernährung ist eigentlich für alle wichtig, ob jung, ob alt, ob mit oder ohne Behinderung. Eine ausgewogene Zusammensetzung der Nahrungsmittel, regelmäßige Mahlzeiten, genügend Flüssigkeitszufuhr und die Vermeidung zu vieler kalorienreicher Lebensmittel – so lauten die Grundregel.

Aber genauso wichtig ist es, Essen nicht als reine Nahrungsaufnahme zu betrachten, sondern in Ruhe zu genießen.

Einige wichtige Tipps zum Thema „Ernährung“ finden Sie in Teil I, Kap. 6.1.

Auf die Ernährung von Kindern und Jugendlichen kann im Rahmen dieses Ratgebers nicht eingegangen werden. Wenden Sie sich bitte an Ihren Hausarzt oder das Gesundheitsamt, wenn Sie gezielte Fragen haben (z.B. bei Kindern mit Übergewicht).

6.2. Bewegung

Sport dient nicht nur dazu, die physische Leistungsfähigkeit zu erhöhen, sondern stärkt auch das Selbstbewusstsein, fördert den Kontakt zu anderen und bereitet Lebensfreude.

Sie möchten gerne sportlich aktiv werden, fürchten sich aber, aufgrund Ihres Handicaps, nicht mithalten zu können?

Dann fragen Sie doch einmal bei den Wohlfahrtsverbänden, dem Kneipp-Verein, der VHS, den Bottroper Sportverbänden, bei den Selbsthilfegruppen oder Ihrer Krankenkasse nach entsprechenden Programmen. Dort findet sich bestimmt etwas Geeignetes. Wie wäre es z.B. mit Tanzen im Sitzen, Sitzgymnastik oder Seniorenschwimmen?

Werden Sie einfach mal aktiv!

Die entsprechenden AnsprechpartnerInnen finden Sie in Teil I, Kapitel 6.2.

Tanzen

Die Tanzschule Frank bietet Sonderkurse für Menschen mit Behinderung an.

TanzPunkt Bottrop - Tanzschule Frank

Hans-Sachs-Str. 15, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 2 16 18, Fax: 0 20 41 / 2 25 24
Email: info@tanzschule-frank.de
www.tanzschule-frank.de

6.3. Krankheiten / Selbsthilfegruppen

Es gibt eine Reihe von Krankheiten, die zu verschiedenen Behinderungen führen können. Während eines solchen Krankheitsverlaufes ist es oft hilfreich, sich mit Menschen austauschen zu können, die Ähnliches erlebt haben und die physischen und psychischen Konsequenzen der Betroffenen nachvollziehen können. Diese Chance bieten Selbsthilfegruppen, die praktische Tipps für den Alltag, Informationen zu neuen Behandlungsmethoden und Medikamenten, Erfahrungs-

austausch, gemeinsame Freizeitaktivitäten und gemütliches Beisammensein anbieten. Erkrankte und Angehörige finden dort Unterstützung.

Wie finden Sie die passende Selbsthilfegruppe?

Ein Gesamtverzeichnis der in Bottrop vorhandenen Selbsthilfegruppen können Sie über das Selbsthilfe-Büro Bottrop, das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe oder beim DBA erhalten.

Selbsthilfe-Büro Bottrop

Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 2 30 19

Email: selbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.de

www.selbsthilfe-bottrop.de

Öffnungszeiten:

Mo 15.00 - 17.00 Uhr und Di,Do 9.00 - 13.00 Uhr
und nach Vereinbarung

Hier finden Sie Angaben zu allen Selbsthilfegruppen in Bottrop und Umgebung.

Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe

Gerichtsstr. 3, 46236 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 2 30 19

Email: pflegeselbsthilfe-bottrop@paritaet-nrw.de

www.pflegeselbsthilfe-bottrop.de

Öffnungszeiten:

Mo 10.00 - 12.00 Uhr

Das Kontaktbüro Pflegeselbsthilfe informiert Pflegende Angehörige und Pflegebedürftige zu Gruppenangeboten mit der Möglichkeit des Erfahrungsaustausches in Bottrop und Umgebung.

DBA

(Dachvereinigung für Behindertenarbeit Bottrop)

c/o DRK KV Bottrop

Siemensstr. 32, 46238 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 73 73 110

Beispielhaft für viele andere sollen hier folgende Selbsthilfegruppen genannt werden.

MS-Selbsthilfegruppe

Mobil:0177 / 3130491 Michael Schmidt-Weygand

Sie bekommen hier Auskunft über alle laufenden und geplanten Aktivitäten der Gruppe

Parkinson-Vereinigung

Hagenbrockstr. 17, 46242 Bottrop

Tel.: 0 20 41 / 5 32 06 Rolf Scheier

Gehörlosentreff

Kaffeetrinken, Infoveranstaltungen, Beratung, Austausch, gemeinsame Freizeitaktivitäten.

Do 16.00 - 18.00 Uhr

Veranstaltungsraum im Haus der Vielfalt

Gerichtsstraße 3, Bottrop

AnsprechpartnerInnen und VeranstalterInnen:

Diana Aleksic, Email: diana.aleksic@gmx.de

Bettina Pietry, Email: betpietry@t-online.de

Mike Hermann, Email: hermann@paritaet-nrw.de

Tel.: 0 20 41 / 7 73 06 00

Wie finden Sie geeignete Krankenhäuser und Fachärzte?

Üblicherweise kann Ihnen bei dieser Frage Ihr Hausarzt weiterhelfen. Es ist im Rahmen dieses Ratgebers nicht möglich, alle Bottroper Fachärzte zu nennen, deshalb beschränken wir uns auf die Angabe der Kontaktadressen der Bottroper Krankenhäuser (vgl. Teil I, Kap 1.1.).

Weitere Informationen erhalten Sie über eine bundesweite Suchmaschine und eine gebührenfreie Auskunft zu Arztpraxen im Internet unter www.arzt-auskunft.de bzw. unter der Rufnummer 08 00 / 7 39 00 99.

Es gibt auch eine barrierefreie Variante, bei der die Informationen angesagt werden.

Spezieller Service für Gehörlose

Notfall-Fax : 0 20 41 / 7 80 35 09

Unter dem Stichwort „Bottrop Notfallfax für Gehörlose“ finden Sie auf der Internetseite der Stadt (www.bottrop.de) ein Faxformular zum Ausdrucken. Das Fax enthält Piktogramme, so dass schnell Ihre Notlage/ Ihr Anliegen erfasst werden kann.

Mit dem Faxformular erhalten Sie auch Auskünfte über die ärztlichen Bereitschaftsdienste oder eine Taxibestellung.

Es empfiehlt sich, einige Faxformular auszu- drucken und für den Notfall parat zu haben.

Regelmäßige Vorsorgeuntersuchungen

Zum Thema „Vorsorge“ vergleiche:

Vorsorge Erwachsene, Teil I, Kap 6.4.

Vorsorge Säuglinge, Kleinkinder / Frühförderung, Teil II, Kap 1.1.

7. Freizeitaktivitäten für Menschen mit Behinderungen

Sie wollen, trotz Handicap, Ihre Freizeit selbstbestimmt und aktiv gestalten?

Sie haben keine Lust, zuhause zu sitzen, sondern möchten lieber im Kreise Gleichgesinnter bei Kaffee und Kuchen plaudern, diskutieren, Informationen austauschen?

Oder wie wäre es mit Ausflügen, Tagestouren und Reisen, bei denen Sie nicht nur neue Eindrücke gewinnen, sondern auch nette Kontakte knüpfen können?

Wollten Sie schon immer einmal herausfinden, welche kreativen Fähigkeiten in Ihnen schlummern, z.B. beim Musizieren, Malen, Töpfern oder Basteln?

Oder möchten Sie Ihre Freizeit nutzen, um sich neue Wissensgebiete zu erschließen, Fremdsprachen zu lernen, sich für die Belange von Menschen mit Behinderungen zu engagieren?

Viele Aktivitäten (besonders im Seniorenbereich) stehen Menschen mit und ohne Behinderungen gleichermaßen offen. Gemeinsame Unternehmungen und Hobbys liefern Gesprächsstoff, schaffen Kontakte, fördern Integration und Toleranz und das gegenseitige Verständnis.

Gemeinsam Lösungen finden, um Barrieren zu überwinden...

In diesem Sinne können viele der in Teil I, Kap. 7. aufgeführten Freizeitangebote und Kommunikationsmöglichkeiten sowohl von nichtbehinderten als auch behinderten SeniorInnen genutzt werden.

Zusätzlich existieren in Bottrop eine Reihe von Urlaubs- und Freizeitangeboten, die speziell auf die Bedürfnisse junger und älterer behinderter Menschen zugeschnitten sind.

Dabei hängt es von Ihrem Engagement und der Art des Handicaps ab, in welcher Form und in welchem Umfang Sie aktiv werden können und wollen.

Nachfolgend möchten wir einige Treffpunkte und Veranstaltungen näher beschreiben.

7.1. Spiel, Spaß und Kommunikation

Freizeitangebote für Jugendliche und junge Erwachsene mit Handicap

Sie möchten genauso wie Ihre nichtbehinderten Altersgenossen Ihre Freizeit verbringen?

Klönen, Kaffeetrinken, Discobesuch, Musik, Sport, kreativ sein, Neues entdecken und erlernen, Freunde finden und vieles mehr, dann besuchen Sie doch einfach mal einen offenen Freizeittreff.

KoBeTe

-Zentrum für Kontakt, Begegnung und Teilhabe für Kinder, Jugendliche, Erwachsene mit und ohne physische oder psychische Einschränkungen
Prosperstr. 32, 46236 Bottrop
Tel.: 0 20 41 / 16 28 30

Treff der Freundschaft (TdF)

Dieser integrative offene Freizeittreff für geistig und körperlich behinderte Menschen egal welchen Alters wird vom Sozialamt organisiert und begleitet.

Dabei spielen soziale Integration, Teilhabe am gesellschaftlichen Leben, die Erweiterung des Erfahrungs- und Erlebnishorizonts und die Gelegenheit zu freundschaftlichen Kontakten eine wesentliche Rolle.

Angeboten werden u.a. Spiel- und Bastelnachmittage, Feste, Disco, Kegeln, Besuch kultureller und sportlicher Veranstaltungen, Tagesausflüge, Proben der Musikband „Total Normal“ und Volks-

hochschulkurse.

Das aktuelle Programm finden Sie auf der Internetseite der Stadt (www.bottrop.de).

TdF bietet auch für Eltern behinderter Kinder regelmäßig Gesprächskreise an. Dabei stehen folgende Ziele im Vordergrund: Vertretung nach außen, Kontaktpflege und Hilfe durch gegenseitige Unterstützung.

Kontakt:

Sozialamt

Tel.: 0 20 41 / 70 35 68 Stefan Bartizal
Email: stefan.bartizal@bottrop.de

Angebote für ältere Erwachsene mit Handicap

Sie möchten gerne Unterhaltung, Freizeitaktivitäten und gesellschaftliches Engagement miteinander verbinden?

Dann wenden Sie sich doch einfach mal an Behindertenvereine, Selbsthilfegruppen, soziale und kirchliche Organisationen oder den Behindertenbeirat der Stadt Bottrop – dort werden immer engagierte MitstreiterInnen gesucht.

Menschen mit psychischen Behinderungen

Freizeitangebote, die speziell auf die Bedürfnisse von Menschen mit psychischen Erkrankungen ausgerichtet sind, erfragen Sie bitte beim

Gesundheitsamt

Tel.: 0 20 41 / 70 33 34 Dr. Astrid Danneberg
 Fax: 0 20 41 / 70 38 11
 Email: dr.astrid.danneberg@bottrop.de

oder
 Kontaktstelle
 Prosperstr. 32, 46236 Bottrop
 Tel.: 0159 04 23 42 01

Treffpunkt Selbsthilfegruppe

Sie möchten praktische Erfahrungen über den Umgang mit Ihrer Behinderung / Erkrankung austauschen oder Informationen über neueste Behandlungsmethoden und Medikamente etc. erhalten oder einfach nur in gemütlicher Atmosphäre Kontakte pflegen und etwas unternehmen?

In Bottrop gibt es eine Reihe sehr aktiver Selbsthilfegruppen, die gerne Ihre Fragen beantworten

und Ihnen bei konkreten Problem weiterhelfen. Ausführliche Informationen zu den einzelnen Gruppen finden Sie in Teil I, Kap. 6.5.

Angebote für sehbehinderte und blinde Menschen

Sie wollen trotz Sehbehinderung auf gemütliche Treffen, Ausflüge, Besichtigungen und Reisen nicht verzichten?

Kontakt zu anderen Menschen und neue Erfahrungen sind Ihnen sehr wichtig?

Dann sollten Sie nicht zögern, sich an den Behindertenbeirat, das Sozialamt Bottrop oder den regionalen bzw. überregionalen Blinden- und Sehbehindertenverein zu wenden.

Veranstaltungen, Ausstellungen etc., die speziell auf die Bedürfnisse von sehbehinderten und blinden InteressentInnen abgestimmt sind, können dort erfragt werden.

Blinden- und Sehbehindertenverein Bottrop im BSV Westfalen e.V.

Die Bezirksgruppe Bottrop des Blinden- und Sehbehindertenvereins Westfalen e.V. trifft sich 14-tägig zum gemütlichen Beisammensein, zum Erfahrungs- und Gedankenaustausch in der AWO Begegnungsstätte Boy. Außerdem werden Aus-

flüge, Besichtigungen und gemeinsame Feiern durchgeführt.

AWO Begegnungsstätte

Kraneburgstr. 50, 46238 Bottrop
 14-tägig Mi 14.30 - 17.00 Uhr (jede ungerade Woche)
 Daneben findet an jedem 1. Di eine Sprechstunde statt.

Haus der Beratung

Horster Str. 6/8, 46238 Bottrop
 Mobil: 0157 / 57328698 Helga von Gradowski
 Mobil: 0157 / 50668641 Stephanie Vallen

Der Paritätische

Tel.: 0 20 41 / 2 30 19
 Email: bottrop@bsvw.de

Einsam im Alter – das muss nicht sein

Gemeinsame Angebote für ältere Menschen mit oder ohne Behinderung

Besuchen Sie doch einmal unverbindlich die zahlreichen Begegnungsstätten, Treffs, Clubs für SeniorInnen.

Dort finden Sie Abwechslung und können Kontakte knüpfen. Behinderung oder Krankheit verlieren im Kreise Gleichgesinnter schnell an Bedeutung, wenn Unterhaltung, Spaß und Geselligkeit im Vordergrund stehen.

(siehe auch Teil I, Kap. 7)



Uschi Dreiuicker/pixelio.de

7.2. Etwas für andere tun – ehrenamtliches Engagement

Hätten Sie Freude daran, sich sozial zu engagieren und im Rahmen Ihrer Möglichkeiten andere zu unterstützen?

Dann ist eine ehrenamtliche Tätigkeit genau das Richtige für Sie.

Fragen Sie doch mal nach bei:

- Wohlfahrtsverbänden
- Kirchengemeinden
- Senioreneinrichtungen
- Krankenhäusern
- Sportvereinen

Hier sind Sie und Ihre Hilfe jederzeit willkommen. Auch die diversen Selbsthilfegruppen bieten eine gute Möglichkeit aktiv zu werden.

7.3. Kunst und Kultur erleben oder selbst aktiv werden

Wollten Sie schon immer einmal ihre kreativen Möglichkeiten testen, z.B. beim Malen, kreativen Gestalten, Musizieren?

Oder gehören Sie zu denjenigen, die lieber im Zuschauerraum sitzen?

Wie wäre es mit einem Theater- oder Konzertabo,

Museumsbesuchen oder Besichtigungen kunsthistorischer Denkmäler?

Vielleicht haben Sie auch Spaß daran, auf den Spuren der Vergangenheit die Industriekultur dieser Region kennenzulernen?

Es gibt viele attraktive Kunst- und Kultureinrichtungen und Veranstaltungen in Bottrop, die auch für MitbürgerInnen mit Handicap erreichbar und nutzbar sind.

In Teil I, Kap. 7. sind die wichtigsten Einrichtungen näher beschrieben(mit dem Hinweis auf Barrierefreiheit).

Besondere Veranstaltungen der VHS für körperlich und geistig behinderte Menschen

In Zusammenarbeit mit dem Sozialamt finden in der VHS regelmäßig Kurse statt, die die soziale Integration, Kreativität, Selbstständigkeit und Geschicklichkeit der gehandicapten TeilnehmerInnen besonders fördern. Der Spaßfaktor kommt dabei natürlich auch nicht zu kurz.

Neben Koch- und Backkursen werden im Bereich kreatives Gestalten und Kunsthandwerk (Malen, Seidenmalerei, Stoffdruck) verschiedene Aktivitäten angeboten.

Einen Überblick der Veranstaltungsangebote finden Sie im VHS-Programm oder unter www.vhs-bottrop.de

7.4. Weiterbildung für ältere Menschen mit Behinderungen

Wollten Sie schon immer wissen, wie PC und Handy funktionieren?

Interessieren Sie sich für fremde Sprachen und Kulturen?

Macht es Ihnen Spaß, mehr über z.B. über gesellschaftspolitische, historische, medizinische oder religiöse Zusammenhänge zu erfahren?

Ein Leben lang lernen – wenn das auch Ihr Motto ist, können Sie bis ins hohe Alter geistig fit und aktiv bleiben.

Bildungsveranstaltungen für SeniorInnen erweitern nicht nur den geistigen Horizont, sondern schaffen Kontaktmöglichkeiten, machen selbstbewusst und bieten sinnvolle Unterhaltung und Abwechslung.

Wer bietet Weiterbildungsmöglichkeiten an, bei denen ein körperliches Handicap kein Problem bereitet?

Für ältere InteressentInnen mit eingeschränkter Mobilität eignen sich viele Veranstaltungen, die im Bereich „Seniorenbildung“ angeboten werden, soweit eine gewisse Barrierefreiheit der Zugänge und Räumlichkeiten vorhanden ist.

So wird nicht nur Wissen sondern gleichzeitig Erfahrung im Umgang mit behinderten bzw. nicht-behinderten Menschen vermittelt, gegenseitiges Verständnis geweckt und die Integration gefördert.

Wohlfahrtsverbände, VHS, Kirchen und andere Institutionen bieten eine Vielzahl von Seminaren, Kursen und Vorträgen aus den unterschiedlichsten Themenbereichen an (vgl. Teil I, Kap. 7.)

Bildungsmöglichkeiten für blinde oder sehbehinderte Menschen

Blinde, sehbehinderte und ältere Menschen mit zunehmender Sehschwäche benötigen gerade im Bereich der Weiterbildung besondere Unterstützung.

Deshalb müssen entsprechende Lernmethoden und Medien zur Verfügung gestellt werden, wie z.B. Hörbücher, gesprochene Zeitschriften, Texte in Blindenschrift, taktile und akustische Reize.

Sie möchten trotz Sehbehinderung ein Universitätsstudium absolvieren?

Einige Ruhrgebietsuniversitäten bieten speziell aufbereitete Kursangebote für blinde und sehbehinderte Studierende an.

So können Sie z.B. an der FernUniversität Hagen wählen zwischen Tonkassetten, Großdruck oder einer Kursversion in Punktschrift. Eine spezielle Software, die Studierende am eigenen PC nutzen können, wurde zu diesem Zweck entwickelt. Informieren Sie sich doch einfach mal unverbindlich über die verschiedenen Möglichkeiten.

Kontakt:

Senatsbeauftragter für behinderte und chronisch kranke Studierende

Universitätsstraße 21, 58084 Hagen
Tel.: 0 23 31 / 9 87 40 49 Dr. Frank Doerfert
Email: frank.doerfert@fernuni-hagen.de

AStA – Allgemeiner Studierendenausschuss

Referat für behinderte und chronisch kranke Studierende
Roggenkamp 10, 58093 Hagen
Tel.: 0 23 31 / 3 75 13 73
Email: buero@asta-fernuni.de

Der AStA veranstaltet regelmäßig eine Tagung der behinderten und chronisch kranken Studierenden. Er unterstützt Studierende in besonderen Situationen, wie beispielsweise Studienaufenthalten in Hagen. Behindertenfreundliche Zimmer stehen in der Bildungsherberge zur Verfügung.

Weitere Informationen unter:
www.asta-fernuni.de
www.bildungsherberge.de

Sich möchten sich lieber privat weiterbilden?

Ausführliche Informationen über Blindenbibliotheken und Bildungsangebote etc. erhalten Sie bei der Bezirksgruppe Bottrop des Blinden- und Sehbehindertenvereins Westfalen e.V. (BSVW), beim Blinden- und Sehbehindertenverein Bottrop e.V. (BSVB) und beim

DBSV

Deutscher Blinden- und Sehbehindertenverband e.V.
Tel.: 0 18 05 / 66 64 56 (14 ct / Min. dt. Festnetz)

Bildungsmöglichkeiten für Gehörlose

Gehörlose und ältere Menschen mit starker Schwerhörigkeit sind bei der Wahrnehmung ihrer Umwelt und der Vermittlung von Wissensinhalten weitgehend auf optische Reize angewiesen. Deshalb ist visuell ausgerichtete Lernmethodik besonders erfolgreich.

Visuelle Medien in Verbindung mit Schrift (Untertitel) oder Gebärdensprache), gedruckte Medien aller Art und das Internet bieten eine Fülle von Weiterbildungsmöglichkeiten.

Die VHS bietet z.B. einen Kurs zum Erlernen der Gebärdensprache an.

7.5. Urlaub und Ferienfreizeiten für Menschen mit Behinderungen

Die Zahl körperbehinderter Menschen, die nicht auf die Erfüllung ihrer Reiseträume verzichten wollen, nimmt in den letzten Jahren ständig zu.

Reisen mit Handicap - mit etwas Hilfe lassen sich viele Hürden überwinden!

Sie möchten trotz gesundheitlicher und / oder körperlicher Einschränkungen nicht auf eine Urlaubsreise verzichten?

Gesundheitliche Probleme, mangelnde Kondition oder körperliche Handicaps führen oft dazu, dass herkömmliche Urlaubsofferten nicht in Frage kommen. In diesem Fall können Sie auf die Angebote von Veranstaltern zurückgreifen, die spezielle Seniorenreisen bzw. „Betreute Reisen“ in ihrem Programm haben.

Betreutes Reisen – sicher und bequem den Urlaub genießen

Körperlich gehandicapte Erwachsene haben aber auch die Möglichkeiten an Reisen für ältere Mitmenschen teilzunehmen, da bei diesen Angeboten oft barrierefreie Unterkünfte, entsprechende Transportmittel und geschultes Betreuungspersonal zum Standard gehören.

Worauf sollten Sie achten, wenn Sie einen Urlaub planen?

Entsprechen Transport, Reiseziel, Unterkunft, Verpflegung und Zusatzangebote meinen Vorstellungen?

Wie sieht es mit der Barrierefreiheit von Hotel und Umgebung aus?

Kann ich mich trotz Mobilitätseinschränkung bequem und frei bewegen, auch mal etwas alleine unternehmen?

Entspricht die gesundheitliche und ärztliche Versorgung vor Ort meinen Vorstellungen?

Das sind nur einige der Fragen, die Sie dem Veranstalter vor Reiseantritt stellen sollten – damit Sie Ihre Ferien auch richtig genießen können.



Rainer Sturm/pixelio.de

Reisen auf eigene Faust

Sie sind lieber ohne Gruppe unterwegs, planen und organisieren gerne selbst und brauchen die Herausforderung? In diesem Fall sind eine Fülle von Dingen zu bedenken, zu erfragen und zu organisieren. Wertvolle Tipps erhalten Sie bei den verschiedenen Selbsthilfegruppen, Behindertenverbänden sowie beim BSK-Reiseservice.

Bundesverband Selbsthilfe Körperbehinderte e.V. (BSK)

Altkrautheimer Str. 20, 74238 Krautheim
Tel.: 0 62 94 / 42 81 -0
Email: info@bsk-ev.org
www.bsk-ev.de

Wenn Sie auf eigene Faust mit dem Zug verreisen wollen, bietet die Bahn ein spezielles Serviceangebot für mobilitätseingeschränkte Reisende an.

MobilitätsService Zentrale (MSZ)

Kontakt:
Tel.: 0 30 / 65 21 28 88 Fax: 0 30 / 65 21 28 99
Email: msz@deutschebahn.com

Öffnungszeiten:

Mo bis Fr 6.00 - 22.00 Uhr,

Sa, So und an Feiertagen 8.00 - 20.00 Uhr

Ferienfreizeiten für geistig und körperlich behinderte Kinder, Jugendliche und junge Erwachsene

Das Sozialamt Bottrop bietet seit über 30 Jahren regelmäßig während der Sommerferien eine ganztägige dreiwöchige Freizeitmaßnahme für schulpflichtige Kinder und Jugendliche an.

Das Teilnehmeralter liegt zwischen 7 und 21 Jahren. Die Behinderungsarten reichen von leichten Lernbehinderungen bis zu schwersten Mehrfachbehinderungen, die besonderer pflegerischer und pädagogischer Aufmerksamkeit bedürfen.

Von 10 bis 17 Uhr werden die TeilnehmerInnen in Kleingruppen von einem festen BetreuerTeam umsorgt. Das schafft Vertrauen und gibt die notwendige Sicherheit für die verschiedenen Aktivitäten. Neben Ausflügen stehen Sport und Aktionen im Haus auf dem Programm.



Für junge erwachsene Menschen mit Behinderungen organisiert das Sozialamt in den Osterferien ebenfalls mehrtägige Freizeitangebote, die den speziellen Wünschen und Bedürfnissen der TeilnehmerInnen gerecht werden.

Anmeldungen / Informationen

Sozialamt

Tel.: 0 20 41 / 70 35 68 Stefan Bartizal
Email: stefan.bartizal@bottrop.de

Stichwortverzeichnis

- A** Adressverzeichnis (allgemein) 9
Altenpflegeeinrichtungen 70, 82
Alternative Medizin 145
Ambulant betreutes Wohnen 63, 211
Ambulante Pflege 86, 114, 216
Anlaufstellen der Stadt, Ämter 10
Ausbildung MmB 188
Arbeitsplatz, behindertengerecht 202
Autismus 180
- B** Barrierefreiheit 209
Behindertenbeirat 19
Behindertenfahrdienst 200, 218
Behindertenfreizeit 235
Beruf, MmB 188
Bestattung 40
Betreutes Wohnen 63, 211
Betreuung, gesetzlich 44
Bildung und Teilhabe 27
Blindengeld 203
Bottroper Tafel 34
- C** CAP-Markt 212
- D** Demenz 136
Depressionen 139
- E** Ehrenamt 151
Eingliederungshilfen 201
Entlastungsleistungen 90
Ernährung 124, 224
Essen auf Rädern 110
Eule 162
Euroschlüssel 221
- F** Fahrdienst für MmB 218
Ferienfreizeiten Kinder mB 237
Frauenhaus 32
Frauzentrum Courage 33
Freizeitmöglichkeiten 148, 228
Förder- u. Betreuungseinrichtungen 181
Förderschulen 186
Frühförderung 178
- G** Gehörlose, Hilfe für 204
Gesundheit im Alter 124, 224
GEZ - Gebühren 28, 201
Grundsicherung 24
- H** Hausnotruf 110
Heilpädagogische Einrichtungen 182
Heime 70, 82
Hospiz 48
- I** Inklusion 185, 188
Interessenvertretung MmB 13, 19
Interessenvertretung SeniorInnen 13, 18
- J** Jugendliche mit Behinderung 188, 190
- K** Kinderhospiz 207
Kindertageseinrichtungen 181
Komplementäre Dienste 109, 118, 216
Krankenhaus 9, 146
Krankenversicherung 29
Krankheit im Alter 135, 225
Krebserkrankung 143
Kriegsopferfürsorge 26
Kündigungsschutz, besonderer 202
Kunst und Kultur 153, 232
Kuren für Angehörige.....120
Kurzzeitpflege 76
Kurzzeitpflege Kinder 217
- L** Leistungen Pflegekassen (Tabelle) 92
Lernen im Alter 161, 231
- M** Mehrgenerationenhaus 150
- N** Nachteilsausgleiche 200
Notrufnummern 9
- P** Parkausweise 220
Patientenverfügung 40
Pflegebedürftigkeit 94
Pflegeberatung 114
Pflegeberatung Angehörige 108
Pflegefragebogen 97
Pflegegeld 88
Pfleugesgrad 106
Pflegeleistungen 87
Pflege und Hilfe zuhause 86
Pflegeversicherung 30
- R** Reha / Teilhabe 204
Reisen 165, 235
Rentenangelegenheiten 22
Rheinbabenwerkstatt 190
Rotthoffs Hof 192
- S** Schulen 185
Schwerbehindertenausweis 29, 197
Sehbehinderte, Hilfe für hochgradig 203
Selbsthilfegruppen 140, 225
Senioreneinrichtungen, stationär 70, 82
Seniorenkino 160
Seniorenbeirat 18
Senioren- u. Pflegeberatung 88

Seniorenwohnungen 61
Sicherheitsberatung 170
Sonderpädagogische Unterstützung 185
Sozialamt 10
Sozialhilfe 24
Sport 129, 225
Stiftungen 31
Studium MmB 234
Suchterkrankungen 141

T Tagespflege (teilstationär) 76
Testament 45
Therapeutisches Reiten 192
Todesfall 54

V VHS 12
Vollmachten 40
Vorbeugung, Kriminalität 170
Vorsorgevollmacht 43

W Weiterbildung für MmB 233
Werkhäuser 191
Werkstätten für MmB 190
Wohlfahrtsverbände 14
Wohneinrichtungen für MmB 215
Wohnen, ambulant betreutes 211

Wohnen, barrierefrei 209
Wohnen im Alter 56
Wohngeld 26
Wohnraumanpassung 58, 209

Z ZWAR 150



