

# Seniorenratgeber

Landkreis Kulmbach



## Wer hilft im Alter ?



Informationen für unsere  
älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger  
im Landkreis Kulmbach und ihre Angehörigen

*Liebe Mitbürgerinnen,  
liebe Mitbürger!*



**Das Alter ist ein natürlicher,  
menschlicher Zustand, dem Gott  
seine eigenen Gefühle geschenkt hat,  
die ihre eigenen Freuden in sich tragen.**

Wilhelm von Humboldt

Unter diesem Leitgedanken hat der Landkreis Kulmbach zusammen mit seinen Städten, Märkten, Gemeinden und den Wohlfahrtsverbänden die vorliegende Broschüre – die nunmehr bereits in der 5. Auflage erscheint – erarbeitet.

Damit sollen unsere älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger auf das vielfältige Beratungs- und Betreuungsangebot im Landkreis aufmerksam gemacht werden.

Dieses Heft ist als Anregung für Ihre Aktivitäten gedacht und soll bei Bedarf die erforderlichen Informationen mit den notwendigen Anlaufstellen und Adressen bereithalten.

Ihr

Klaus Peter Söllner  
Landrat

# Wer hilft im Alter ?

Informationen für unsere  
älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger im  
Landkreis Kulmbach und ihre Angehörigen

Herausgeber:  
Landratsamt Kulmbach • Konrad-Adenauer-Str. 5 • 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/707-0 • Fax 09221/707-240  
[www.landkreis-kulmbach.de](http://www.landkreis-kulmbach.de)  
Stand: 07/2009

# INHALTSVERZEICHNIS

	Seite		
<b>Was ich Ihnen als Arzt sagen möchte</b> (Altern aus medizinischer Sicht)	4	<b>Behindert, aber nicht isoliert</b> (Schwerbehindertenausweis, Behindertenbeauftragter)	43
<b>Grußwort des Seniorenbeauftragten</b>	6	<b>Ruf doch mal an</b> (Notruf-System und Telefonseelsorge)	46
<b>Wer rastet, der rostet</b> (Seniorenspport)	7	<b>Vorsicht ist besser als Nachsicht</b> (Schutz von Hab und Gut)	48
<b>Sport, Spiel und Spaß</b> (Schwimmbäder, Badeseen)	10	<b>Rechtsgeschäfte – Gut betreut im Alter?</b> (Vorsorgevollmacht, Betreuungs- und Patientenverfügung)	49
<b>Tapetenwechsel fürs Gemüt</b> (Erholung und Kuren)	12	<b>Klinikum Kulmbach und Fachklinik Stadtsteinach</b> (mit stationärer geriatrischer Rehabilitationseinrichtung)	53
<b>Das beste Steckenpferd im Stall</b> (Angebote d. Volkshochschulen)	15	<b>Vorsicht – frisch verbunden</b> (ambulante Krankenpflege)	54
<b>Beratungs- und Betreuungsdienste</b>	18	<b>Leistungsangebote der Sozialstationen</b> (AWO, BRK, Caritas, Diakonie)	55
<b>Aktion „Pflegepaten“</b> (AWO)	22	<b>Sozialstationen und ambulante Pflegedienste</b>	56
<b>Aktion „Demenzhelfer“</b> (Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.)	24	<b>Gut gepflegt und viel gewonnen</b> (Kurzzeitpflegestationen, Tagespflegestation)	60
<b>Aktion „Zeit haben“</b> (Diakonie)	25	<b>Mobil auch ohne eigenes Auto</b> (Fahrdienste)	62
<b>Allgemeine Soziale Beratung</b> (AWO, BRK, Caritas, Diakonie)	28	<b>Gemeinsam geht es besser</b> (Selbsthilfegruppen)	63
<b>Private Krankenversicherung</b>	30	<b>Herz ist Trumpf</b> (Treffpunkte, Altentagesstätte (AWO) + Mehrgenerationenhaus Kulmbach, Seniorenbeauftragte, Seniorenbeirat, Seniorenclubs)	ab 63
<b>Das bisschen Haushalt macht sich nicht allein</b> (Hilfe im Alltag)	31	<b>Hotelkomfort im eigenen Bett</b> (Wohnanlagen, Alten- und Pflegeheime; Ambulant betreute Wohngemeinschaften)	83
<b>Essen auf Rädern – es rollt und rollt und schmeckt</b> (Ernährungsfragen)	33	<b>Leben bis zuletzt – Der Hospizverein Kulmbach e.V.</b>	87
<b>Ebbe in der Kasse</b> (finanzielle Hilfen)	36	<b>Reden ist Silber, sich freuen ist Gold</b> (ein Nachwort)	88
<b>Der Sparstrumpf hat ein Loch</b> (Gebührenermäßigungen, Schuldnerberatung)	39	<b>Stichwortverzeichnis</b>	90
<b>Rente – Rentner – am Rentenamt</b> (Beratung in Rentenfragen)	41		

## Was ich Ihnen als Arzt sagen möchte

Alter ist kein Zustand, den wir an einem bestimmten Tag erreichen. Für Berufstätige mag das zunächst anders scheinen, denn der Eintritt ins Renten- oder Pensionsalter ist sicher ein gravierender Einschnitt in unserem Leben.

Probleme des Älterwerdens oder Altseins verdrängen wir gerne. Wir denken vielleicht an Krankheit, Gebrechlichkeit, Schmerzen, an Einsamkeit und an den Tod. Der Jugendkult unserer Zeit vergisst, dass das „Alter“ durchaus ein erfüllter, glücklicher Lebensabschnitt sein kann. Wir sollten nur einige Gesichtspunkte rechtzeitig erkennen und in unseren Lebensplan einbauen.

Zum Teil wird uns vererbt, wie schnell wir altern. Wir wissen aber auch, dass wir diesen Vorgang durch unsere Lebensweise beeinflussen können. Für unser Schicksal sind wir also zum Teil selbst verantwortlich. Diese Aufgabe müssen wir uns immer wieder vor Augen führen.

Ein vernünftiges Maß an Bewegung und gesundheitsbewusste Ernährung helfen uns, sowohl das Kreislaufsystem funktions- und leistungsfähig zu erhalten, als auch den Abnutzungerscheinungen des Skelettsystems vorzubeugen. Beweglichkeit und körperliche Leistungsfähigkeit können somit länger erhalten bleiben.

Ebenso wie die Muskulatur ist auch das Gehirn trainierbar. Die Beschäftigung durch Lesen oder mit Gesprächspartnern kann

das Nachlassen der geistigen Kräfte sehr weit hinauszögern. So tragen wir dazu bei, viele Funktionen unseres Gehirns lange zu erhalten, die sonst im Alter relativ rasch verloren gehen können.

Auch gegen Einsamkeit können wir vorbeugen. Natürlich geht mit zunehmendem Alter die Lust am häufigen Ausgehen und Verreisen zurück. Sehkraft und Gehör lassen nach, das Laufen strengt mehr an als früher. Trotzdem ist es für Ihre seelische Gesundheit notwendig, nette Kontakte zu pflegen. Nur durch stabile menschliche Beziehungen schützen wir uns vor Vereinsamung und ihren schweren Folgen. Auch im fortgeschrittenen Alter können Sie sich noch mit Begeisterung in einem Verein, im Gemeindeleben, in der Kirche oder in der Politik einsetzen. Den ersten Schritt dazu dürfen Sie natürlich schon viel früher tun.

Dr. med. Dieter Weiss

## Grußwort des Seniorenbeauftragten

Liebe Mitbürgerinnen, liebe Mitbürger,

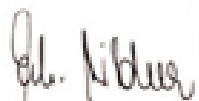
als Seniorenbeauftragter des Landkreises Kulmbach darf ich Ihnen herzliche Grüße, auch im Namen der Seniorenbeauftragten der Städte, Märkte und Gemeinden in unserem Landkreis Kulmbach, übermitteln.

Der Kontakt und der Gedankenaustausch mit den Seniorenbeauftragten der Städte, Märkte und Gemeinden im Landkreis Kulmbach wird mit Blick auf das Aufzeigen der Hilfe zur Selbsthilfe gepflegt.

Ein gemeinsames Anliegen aller ist es, das Verständnis und Miteinander innerhalb der älteren Generation und zwischen den Generationen zu fördern und zu erhalten.

Mit unserem Engagement wollen wir älteren Menschen Chancen aufzeigen und Unterstützung anbieten.

Mit der neuen Ausgabe des Seniorenratgebers des Landkreises Kulmbach steht für die Bürgerinnen und Bürger eine umfangreiche Broschüre mit Hilfsangeboten zur Verfügung. Das Informationsheft ist ein wichtiger Beitrag für den Erhalt einer möglichst hohen Lebensqualität für die Menschen vor Ort.



Erhard Hildner

Seniorenbeauftragter des Landkreises Kulmbach

## Wer rastet, der rostet

Dieses bekannte Sprichwort bedeutet natürlich nicht, dass Sie Olympisches Gold oder einen Weltrekord anstreben sollen. Aber regelmäßige **Bewegung** ist ganz unabhängig vom Alter für Ihre Gesundheit wichtig. Ihr Arzt, der Sie und Ihre Vorgeschichte kennt, kann Ihnen am besten sagen, was Sie sich zumuten dürfen. Besonders günstig sind Sportarten, die keine Höchstleistungen verlangen, aber die Ausdauer fördern. Dazu gehören z.B. Wandern, Schwimmen, Skiwandern, Gymnastik, Tanzen und manche Ballspiele. Übrigens haben viele Sportvereine eine Gruppe, in der Sie mit gleichgesinnten Altersgenossen angemessene Gymnastik und Bewegungsspiele machen können. Zur Freude am **Sport** kommt also auch noch die Geselligkeit hinzu.

### Seniorenbegegnungsstätte

Heiner-Stenglein-Senioren- und Pflegeheim, Am Rasen 1,  
95326 Kulmbach  
jeweils Montag 14.00 bis 16.00 Uhr Gymnastik  
Dienstag 14.00 bis 17.00 Uhr Begegnung

### Seniorentanz bei der Arbeiterwohlfahrt:

Karl-Herold-Seniorenwohnanlage, Johann-Brenk-Str. 5,  
95326 Kulmbach, Tel. 09221/7784  
jeweils Freitag, Uhrzeit auf Anfrage

### Tanz und Gymnastik:

Mehrgenerationenhaus Mainleus-AWO Bürgerzentrum,  
Tel. 09229/975075. Jeweils Donnerstag 14.00 bis 15.30 Uhr.

### Senioren-gymnastik des Bayer. Roten Kreuzes

im „Haus der Jugend“ in Rugendorf

jeweils montags von 19.30 bis 20.30 Uhr  
Ansprechpartnerin: Doris Held, Tel. 09223/1533 ab 17.00 Uhr

#### **Für Osteoporose-Erkrankte:**

Trocken- und Wassergymnastik. Information über den Sozialverband VdK Kreisverband Kulmbach, Klostersgasse 2, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/690373-0, Fax 09221/690373-22, e-mail: kv-kulmbach@vdk.de, Internet: www.vdk.de/kv-kulmbach

#### **Für Herzkrankte:** wöchentliche Übungsstunden

Information über Sozialverband VdK Kreisverband Kulmbach Klostersgasse 2, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/690373-0, Fax 09221/690373-22, e-mail: kv-kulmbach@vdk.de  
Internet: www.vdk.de/kv-kulmbach

#### **Trimm-Dich-Pfad Wirsberg**

mit Kneippanlage und Kleintiergehege, über 100 km markierte Wanderwege mit Ruhebänken und Aussichtspavillons, Natur- und Geologischer Lehrpfad, Bergbau-Lehrpfad, ausgedehntes Radwegenetz. Auskünfte erteilt die Gäste-Information Wirsberg, Tel. 09227/93220.

#### **Trimm-Dich-Pfad Kulmbach**

beim Flugplatz Kulmbach. Zufahrt hinter Oberpurbach links

#### **Radlerparadies Kulmbacher Land**

Das Kulmbacher Land ist ein Paradies für Radler und solche, die es werden wollen. Radwegekarten sind im Landratsamt Kulmbach sowie den Städten, Märkten und Gemeinden erhältlich.

#### **Nähere Informationen:**

Landratsamt Kulmbach, Cornelia Jarema  
Konrad-Adenauer-Str. 5, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/707-110  
e-mail: jarema.cornelia@landkreis-kulmbach.de

## **Folgende Sportvereine bieten Seniorenturnen an:**

#### **Turn- und Sportverein TSV Harsdorf**

Senioren-Gymnastik, Frau Gerda Heußinger, Tel. 09203/445 und Frau Erika Hinz, Tel. 09203/221

#### **Turn- und Sportverein (TSV) Himmelkron**

Senioren-Gymnastik und -Tanzgruppe einschl. Turnen  
Frau Augustine Wagner, Tel. 09227/5240

#### **Spiel- und Sportverein (SSV) Kasendorf**

Frau Kuni Groß, Tel. 09228/1528

#### **Turn- und Sportverein 1908 (TSV 08) Kulmbach**

Gymnastik „50plus“. Frau Gerda Pirl, Tel. 09221/6182

#### **Verein für Bewegungsspiele (VfB) Kulmbach**

Frau Meta Hartmann, Tel. 09221/2084

#### **Turn- und Sportverein (TSV) Neudrossenfeld**

Seniorenturnen  
Fritz Jacob, Tel. 09203/918028, www.tsv-neudrossenfeld.de

#### **Koronarsportgruppe**

Sport unter Aufsicht eines Arztes und unter Anleitung einer besonders ausgebildeten Präventionsübungsleiterin. Nähere Informationen auf der Internetseite des TSV Neudrossenfeld.

#### **FC Neuenmarkt**

Frau Gabriele Beck, Tel. 09227/6222, www.fc-neuenmarkt.de

#### **Turn- und Sportverein (TSV) Stadtsteinach**

Gymnastik „50 plus“  
Frau Gerda Jall-Struck, Tel. 09227/946864

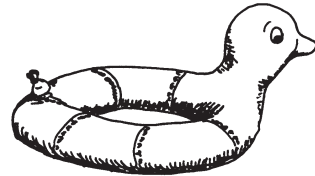
#### **AWO Stadtsteinach Kreisverband Kulmbach**

Herr Heinz Nowack, Tel. 09225/6789

Für herzranke Patienten gibt es eine spezielle Sportgruppe. Informationen erhalten Sie über den VdK in Kulmbach.

Die Teilnahme an dieser **Koronar-Sportgruppe** ist für Personen mit Herzkranzgefäßerkrankung gedacht, allerdings nur nach Rücksprache mit Ihrem behandelnden Arzt.

## Sport, Spiel und Spaß



### Hallenbäder:

Öffnungszeiten und Eintrittspreise erfahren Sie unter den angegebenen Telefonnummern.

#### Hallenbad der Stadt Kulmbach

Hardenbergstraße 43, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/97910  
Warmbadetag: Mittwoch + Samstag

### Badeseen:

Badesee Trebgast, Tel. 09227/5439 (Mai-September)

Badesee Oberauhof, Kulmbach, Tel. 09221/940138

Goldbergsee Marktschorgast, Tel. 09227/940244 oder 943013 (Mai-September)

### Fitness-Studios

Fragen Sie nach speziellen Seniorenprogrammen:

#### Kulmbach:

KA2 Sportzentrum, Am Goldenen Feld 24, Tel. 09221/9060-0

1. Kulmbacher Fitness-Studio, Hofer Str. 13, Tel. 09221/3133

Fit'n Fun Sportstudio, Hardenbergstr. 30, Tel. 09221/877822

Fitness Clever fit, E.-C.-Baumann-Str. 8a, Tel. 09221/8270866

#### Stadtsteinach:

Gym 80 Fitness World, Bahnhofstr. 40, Tel. 09225/8514

### Freibäder:

Öffnungszeiten und Eintrittspreise erfahren Sie unter den angegebenen Telefonnummern. Saison Mai-September.

Kulmbach (beheizt), Am Schwimmbad, Tel. 09221/2657

Himmelkron (beheizbar), direkt an der B303  
Tel. 09227/4448

Mainleus (solarbeheizt)  
mit Großwasserrutsche (86m)  
Heinersreuther Straße, Tel. 09229/975855

Stadtsteinach (solarbeheizt)  
Badstraße 6, Tel. 09225/6250

Thurnau (beheizt), Schormühlstraße  
Tel. 09228/996657

Sommerbad Wirsberg  
(beheizt) mit Riesenwasser-  
rutsche (117 m), Schorgasttal  
Tel. 09227/73216

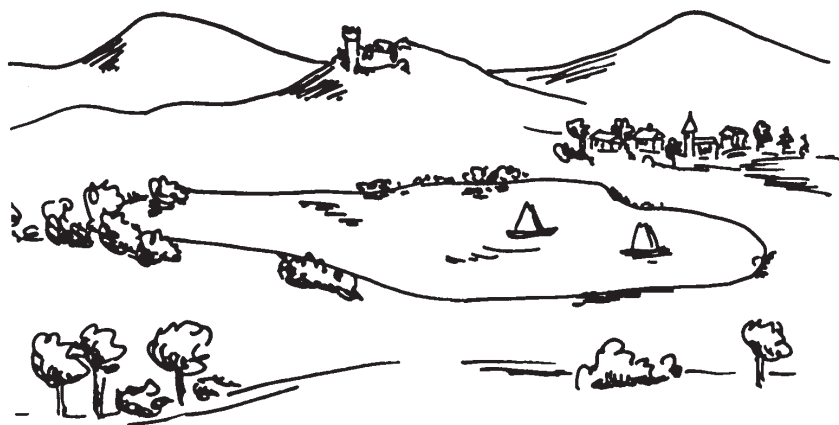
Marktschorgast (solarbeheizt)  
Felsennaturbad Goldbergsee  
Tel. 09227/940244 oder 943013



## Tapetenwechsel fürs Gemüt

Wer seit seiner Kindheit die Möglichkeit zum **Reisen** hat, kann sich kaum vorstellen, jemals darauf zu verzichten. Viele ältere Menschen sind noch nicht so oft unterwegs gewesen. Sie denken vielleicht gar nicht daran, wie gut Ihnen ein Urlaub tun könnte. Auch etwas Angst vor der neuen Umgebung kann ein Grund fürs Daheimbleiben sein.

Es gibt Erholungsaufenthalte, die ganz speziell auf die Bedürfnisse Ihrer Generation abgestimmt sind. Neben verschiedenen Freizeitangeboten ist stets auch für ärztliche Betreuung gesorgt. So haben Sie Gelegenheit, die vier Wände Ihres Alltags für einige Zeit zu verlassen. An die neuen Eindrücke von anderen Landschaften und anderen Menschen werden Sie sich danach noch lange erinnern.



## Seniorenerholung und -kuren werden von folgenden Einrichtungen durchgeführt bzw. vermittelt:

### **Diakonisches Werk der Dekanate Kulmbach und Thurnau e.V.**

KASA-Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit  
Negeleinstr. 5  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/80118-26 und 80118-13  
E-Mail: [kasa@diakonie-kulmbach.de](mailto:kasa@diakonie-kulmbach.de)  
[www.diakonie-kulmbach.de](http://www.diakonie-kulmbach.de)

### **Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Kulmbach**

Flessastr. 1  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/9745-0

### **Arbeiterwohlfahrt**

Obere Stadt 36  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/9569-0  
E-Mail: [kreisverband@awo-ku.de](mailto:kreisverband@awo-ku.de)

### **Caritasverband Kulmbach**

Bauergasse 3 + 5  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/9574-21  
E-Mail: [greim-weith@caritas-kulmbach.de](mailto:greim-weith@caritas-kulmbach.de)  
Internet-Adresse:  
[www.caritas-kulmbach.de](http://www.caritas-kulmbach.de)

für Kriegsbeschädigte, Kriegshinterbliebene  
und Einkommensschwache:

### Sozialverband VdK Kreisverband Kulmbach

Klostergasse 2

95326 Kulmbach

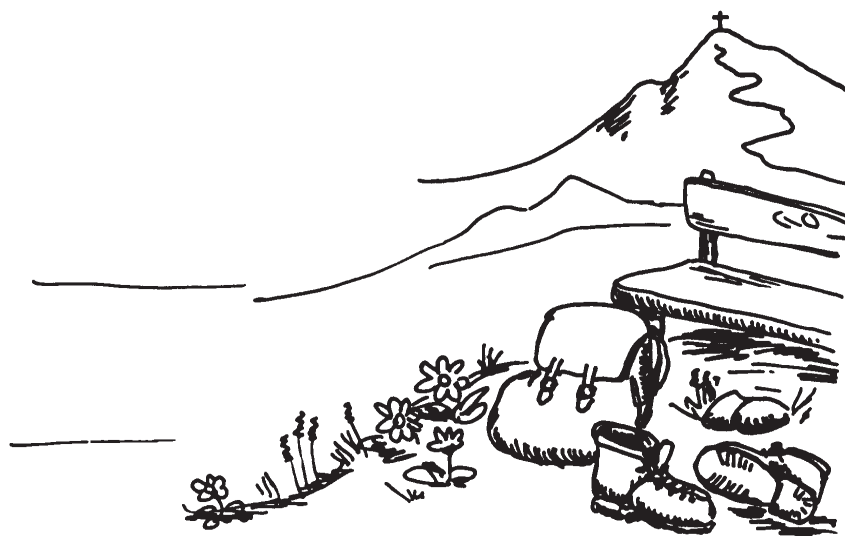
Tel. 09221/690373-0

Fax: 09221/690373-22

E-Mail: kv-kulmbach@vdk.de

Internet:

[www.vdk.de/kv-kulmbach](http://www.vdk.de/kv-kulmbach)



## Das beste Steckenpferd im Stall

Jeder Mensch braucht eine Lieblingsbeschäftigung, bei der er alles andere vergessen kann. Das sind für den einen handwerkliche oder künstlerische Tätigkeiten, der andere geht leidenschaftlich gern ins Theater oder Konzert. Es ist nicht so wichtig, was Ihr **Hobby** ist; wichtig ist nur, dass Sie sich wirklich gerne damit befassen.

Solange es berufliche Pflichten gibt, bleibt für andere Interessen nicht so viel Zeit. Trotzdem sollten Sie nicht Angst davor haben, im Alter noch Ihre schlummernden Talente zu entdecken. Probieren Sie einfach mal was Neues aus!

Einige Anregungen bekommen Sie vielleicht in der Volkshochschule. Dort gibt es Sprachkurse, Basteln und Handarbeitstechniken, Kochen sowie verschiedene interessante Einzelvorträge und Studienfahrten.

Das Programmheft für Herbst und Winter gibt es ab September, das für Frühjahr und Sommer erscheint im Februar. Bei Bedürftigkeit sind ermäßigte Teilnehmergebühren möglich.



## Adressen oder Ansprechpartner der Volkshochschulen:

### **Volkshochschule Stadt Kulmbach**

Geschäftsstelle: Bauergasse 4, 95326 Kulmbach,  
Tel. 09221/940-269

### **Volkshochschule Himmelkron**

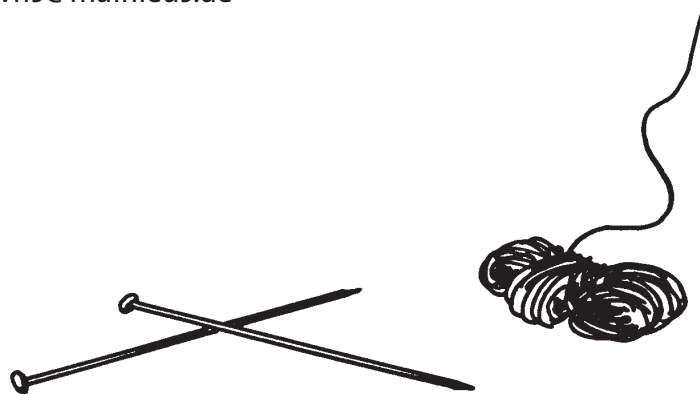
Leiter: Bürgermeister Gerhard Schneider, Kremitzer Str. 28,  
Lanzendorf, 95502 Himmelkron, Tel. 09273/222 (privat)  
oder  
Frau Anja Sperner, Tel. 09227/931-0  
über die Gemeindeverwaltung Himmelkron

### **Volkshochschule Kupferberg**

Träger: Stadt Kupferberg, Tel. 09227/73235,  
Mobil 0170/2137035  
oder  
Frau Gudrun Rödel, Tel. 09227/7479

### **Volkshochschule Markt Mainleus**

Fritz-Hornschuch-Platz 4, 95336 Mainleus,  
Tel. 09229/878-21 (Herr Thater)  
e-mail: vhs@mainleus.de



### **Volkshochschule Marktleugast**

Markt Marktleugast  
Leiter: Bürgermeister Norbert Volk, Tel. 09255/947-0  
Ansprechpartner:  
Herr Norbert Taig, Tel. 09255/947-15

### **Volkshochschule Neudrossenfeld**

Leiter: Bürgermeister Dieter Schaar  
Ansprechpartnerin:  
Frau Anja Paulini, Tel. 09203/99313

### **Volkshochschule Stadtsteinach**

Alte Pressecker Straße 18, 95346 Stadtsteinach  
Leiter: 1. Bürgermeister Roland Wolfrum  
Anmeldungen:  
Stadtverwaltung Stadtsteinach,  
Marktplatz 8, 95346 Stadtsteinach  
Frau Susanne Gleich  
Tel. 09225/9578-23 oder 9578-0

### **Volkshochschule Thurnau-Kasendorf**

Markt Thurnau,  
Tel. 09228/9510  
Markt Kasendorf,  
Tel. 09228/9996-20

### **Volkshochschule Trebgast**

Leiter: 1. Bürgermeister Werner Diersch  
Kulmbacher Str. 36, 95367 Trebgast, Tel. 09227/937-20  
Email: diersch\_w@vg-trebgast.de  
oder über VG Trebgast,  
Frau Birgit Mösch, Tel. 09227/937-0

## **Beratungs- und Betreuungsdienste**

**für Senioren und pflegende Angehörige von AWO, BRK, Caritas, Diakonie und Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.**

**Die Beratungs- und Betreuungsdienste erbringen grundsätzlich nachfolgende Leistungen. Abweichungen von den aufgeführten Angeboten bei den jeweiligen Anbietern erfahren Sie direkt bei den genannten Ansprechpartnern:**

- Beratung, begleitende Unterstützung und individuelle Entlastung für Senioren und pflegende Angehörige
- Information, die dazu dient, die Befähigung der Pflegenden zu verbessern, Pflegebereitschaft zu erhalten und optimale Pflegefähigkeit zu sichern
- Begleitung im Rahmen von Angehörigengruppen
- Hilfestellung und Beratung für alte Menschen in besonderen Lebenssituationen

**Die Leistungsangebote sind kostenlos.**

### **Die Angebote:**

- Information und Beratung über Hilfsangebote und deren Finanzierung
- Vermittlung von Hilfsmitteln, Beratung und Beschaffung
- Beratung bei der Einrichtung einer behindertengerechten Wohnung
- Hilfestellung bei Antragsstellungen
- Angehörigengruppen mit monatlichen Zusammenkünften

- Schulung und Anleitung von freiwilligen Helfern
- Begleitung bei Gesprächen
- Beratung in besonderen Lebenslagen

### **Verlässliche Beratung:**

Sie werden kostenlos und unverbindlich in allen Fragen der Versorgung im Zusammenhang mit Hilfs- oder Pflegebedürftigkeit älterer Menschen informiert.

Die Mitarbeiter helfen Ihnen bei Anträgen und vermitteln weitere Hilfen und Leistungen, wie beispielsweise: Essen auf Rädern, Hausnotruf, Mobiler Sozialer Hilfsdienst, ambulante, teilstationäre und stationäre Angebote. Sie begleiten Sie auch zu Einrichtungen.

Sie werden gerne beraten. Dabei ist das Wohlergehen der älteren Menschen und die optimale Unterstützung der pflegenden Angehörigen das oberste Ziel.

Die Mitarbeiter stehen in engem Kontakt mit Krankenkassen, Pflegekassen und anderen Institutionen.

Die Beratung erfolgt unabhängig. Die Hilfen bei der häuslichen Versorgung werden institutionsübergreifend vermittelt. Entsprechendes gilt für die Fragen des altersgerechten Wohnens bis hin zu ambulanten Pflegedienstleistungen. Auch im Bereich der teil- und stationären Pflege finden Sie einen kompetenten Ansprechpartner, sei es in den Fragen der Tages- und Kurzzeitpflege oder der Heimunterbringung.

Sie können sich mit allen Fragen zum Themenkreis Alter, Krankheit und Pflege auch in Krisensituationen an die Mitarbeiter der Beratungs- und Betreuungsdienste wenden.

## **Kontaktadressen der Wohlfahrtsverbände (Beratungs- und Betreuungsdienste)**

### **Arbeiterwohlfahrt (AWO)**

Obere Stadt 36, 95326 Kulmbach  
Telefon 09221/956932  
Fax 09221/956922

#### **Bürozeiten:**

Freitag von 8.00 Uhr bis 11.15 Uhr  
und nach Vereinbarung

### **Bayerisches Rotes Kreuz (BRK)**

Flessastraße 1, 95326 Kulmbach  
Telefon 09221/974510  
Fax 09221/974520

#### **Bürozeiten:**

Montag bis Freitag von 8.00 Uhr bis 15.30 Uhr

### **Caritas**

Bauergasse 3 + 5, 95326 Kulmbach  
Telefon 09221/95740 und 09225/980222,  
Fax 09221/957444

#### **Bürozeiten:**

Montag bis Freitag von 9.00 Uhr bis 13.00 Uhr  
und nach Vereinbarung

### **Diakonie**

Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit KASA  
Negeleinstr. 5, 95326 Kulmbach  
Telefon 09221/80118-26  
Fax 09221/80118-99

#### **Bürozeiten:**

Nach telefonischer Vereinbarung

### **Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.**

#### **RV Oberfranken (JUH)**

Unterpurbach 4, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/8042483  
Fax 09221/8271968

Beratungen werden in den Beratungsräumen der jeweiligen Beratungs- und Betreuungsdienste, in Ihrer häuslichen Umgebung, im Klinikum oder in Institutionen durchgeführt.

**Außerhalb der Bürozeiten steht Ihnen  
der Anrufbeantworter zur Verfügung.**

## Aktion „Pflegepaten“ der AWO

### Erfahrene Mitarbeiterinnen entlasten pflegende Angehörige.

Die Entlastung von pflegenden Angehörigen ist sehr wichtig, da es sich um eine Betreuung „Rund um die Uhr“ handelt und diese keine Entlastung finden.

Ehrenamtliche Helferinnen gehen stundenweise als sogenannte „Pflegepaten“ in die Familien und schaffen ihnen eine „pflegefreie Zeit“ – Zeit für sich.

Die Rahmenbedingungen:

- Der Einsatz kostet 5,00 € pro Stunde, die anfallenden Kilometer werden mit 0,30 € berechnet.
- Die Kosten können unter Umständen von der Pflegekasse erstattet werden.
- Die Pflegepaten unterliegen der Schweigepflicht.
- Die ehrenamtlichen Helfer sind kompetent, geschult und vertrauenswürdig.
- Die Pflegepaten nehmen sich Zeit für den Angehörigen, Grundpflegetätigkeiten oder Arbeiten im hauswirtschaftlichen Bereich können nicht übernommen werden.
- Die Pflegepaten sind während des Einsatzes versichert.

### Würden auch Sie gerne Pflegepate werden?

Wenn auch Sie gerne ehrenamtlich tätig sein würden, dann würden wir uns freuen, wenn Sie sich mit uns in Verbindung setzen. Mitbringen sollten Sie:

- Freude an der Begegnung mit anderen Menschen
- Respekt und Achtung für Pflegebedürftige und deren Familien
- Toleranz, Einfühlungsvermögen und Verschwiegenheit
- Interesse an geselligen Treffen mit anderen Pflegepaten sowie die Bereitschaft zu begleitender Anleitung und Fortbildung
- Ab und zu etwas Zeit für Ihre Einsätze, die Einsatzdauer und Einsatzhäufigkeit bestimmen Sie selbst.

Getragen wird die Aktion „Pflegepaten“ durch den AWO-Kreisverband Kulmbach e.V. im Rahmen niedrigschwelliger Angebote.

Bei Interesse an ehrenamtlicher Mitarbeit oder zur Vermittlung eines Pflegepaten wenden Sie sich bitte an:

### Arbeiterwohlfahrt Beratungs- und Betreuungsdienst

Obere Stadt 36  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/956932

Ansprechpartnerin:  
Dagmar Böhm, Dipl. Sozialpädagogin FH

### Bürozeiten:

Immer freitags 8.00-11.30Uhr

## Aktion „Demenzhelfer“

Die Demenzhelfer der Johanniter besuchen ehrenamtlich demenzkranke Senioren zuhause und betreuen sie stundenweise, damit Angehörige entlastet werden.

Wenn Sie Zeit haben und sich gerne für Demenzkranke engagieren wollen, dann melden Sie sich bitte bei den Johannitern.

### Es wird angeboten:

- Ausbildung zum qualifizierten Demenzhelfer mit Zertifikat
- Stundenweise Betreuung von demenzkranken Senioren in deren häuslichen Umfeld zu fest vereinbarten Zeiten.
- Sie können den Zeitaufwand für Ihren Einsatz selbst bestimmen. Schon eine Stunde pro Woche ist oft eine große Entlastung.
- Der Einsatz ist ehrenamtlich.

Bei Interesse an ehrenamtlicher Mitarbeit oder zur Vermittlung eines Demenzhelfers wenden Sie sich bitte an:

### Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. RV Oberfranken (JUH)

Ansprechpartnerin: Kerstin Kreiner  
Unterpurbach 4  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/8042483  
Fax 09221/8271968  
Email: kerstin.kreiner@juh-bayern.de

## Aktion „Zeit haben“

### Ein ehrenamtlicher Besuchsdienst des Diakonischen Werkes

Die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der Aktion „Zeit haben“ besuchen ältere Menschen, die gerne mehr Kontakt hätten, sich einsam fühlen, einen Gesprächspartner suchen.

Die Aktion „Zeit haben“ kann pflegebedürftige Familienmitglieder stundenweise betreuen. Wenn Angehörige einmal Zeit für sich brauchen, z.B. für einen Arztbesuch, einen gemütlichen Einkauf, eine Feier, einen Spaziergang oder einen freien Abend, besuchen die Ehrenamtlichen den pflegebedürftigen Angehörigen während der Abwesenheit der familiären Pflegekraft.

### Folgendes wird angeboten:

- Zeit zum Zuhören, zum Gespräch, zum Vorlesen, zum Spaziergehen ...
- Besuche für ältere Menschen zuhause, zu vereinbarten Zeiten, z. B. einen Nachmittag in der Woche
- Der Einsatz ist ehrenamtlich
- Die Mitarbeiter unterliegen der Schweigepflicht

### **Ansprechpartner und Vermittlung:**

Wenn Sie Besuche oder mehr Informationen wünschen, wenden Sie sich an

Pia Schmidt  
KASA-Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit  
Negeleinstr. 5, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/80118-26  
E-Mail: p.schmidt@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de

Getragen wird die Aktion „Zeit haben“ von der Bezirksstelle der Diakonie, Diakonisches Werk der Dekanate Kulmbach und Thurnau e.V., Klostergasse 8, 95326 Kulmbach.

## **Die Aktion „Zeit haben“ freut sich über weitere Mitarbeitende.**

### **Wenn Sie ...**

- ...Zeit haben
- ...Ihre Zeit mit anderen teilen möchten
- ...neugierig sind auf Menschen, deren Geschichte und Lebenserfahrungen
- ...gerne ins Gespräch kommen und zuhören können
- ...eine Aufgabe suchen, die Sie ausfüllt

... dann ist eine Mitarbeit bei der Aktion „Zeit haben“ genau das Richtige für Sie!

### **Es wird angeboten:**

Interessante Begegnungen mit Menschen.

Eine Tätigkeit, die Freude macht und erfüllt!

Begleitung in Ihrem ehrenamtlichen Engagement, z. B. Seminare, Schulungen und Austausch mit anderen Ehrenamtlichen im Besuchsdienst.

Selbstverständlich entscheiden Sie, wie viel Zeit Sie einbringen wollen.

Das Diakonische Werk freut sich auf Ihre Mitarbeit und informiert Sie gerne.

### **Bei Fragen und für Informationen wenden Sie sich bitte an:**

Pia Schmidt  
Tel. 09221/80118-26  
E-Mail: p.schmidt@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de

## Allgemeine Soziale Beratung...

- ...eine erste Anlaufstelle für Ihre Fragen
- ...Beratung für Einzelne und Familien
- ...Informationen über gesetzliche Ansprüche  
z.B. über Grundsicherung für Arbeitssuchende  
oder Sozialhilfe
- ...Unterstützung beim Umgang mit Behörden,  
Formularen und Anträgen
- ...Vermittlung an weiterführende spezialisierte  
Beratungsstellen

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Kulmbach e. V.  
Beratungs- und Betreuungsdienst  
Obere Stadt 36, 95326 Kulmbach  
Ansprechpartnerin Dagmar Böhm, Tel. 09221/956932

Mehrgenerationenhaus Mainleus-AWO Bürgerzentrum  
Mühlstr. 3, 95336 Mainleus  
Ansprechpartner Arne Poperl, Tel. 09229/975075  
mehrgenerationen@awo-ku.de

Bayerisches Rotes Kreuz  
Flessastr. 1, 95326 Kulmbach  
Ansprechpartnerin Elisabeth Reiser-Klötzer, Tel. 09221/6909815

Caritasverband für den Landkreis Kulmbach e. V.  
Soziale Beratungsstelle, Bauergasse 3 + 5, 95326 Kulmbach  
Ansprechpartnerin Soraya Hebentanz, Tel. 09221/957420  
hebentanz@caritas-kulmbach.de

Bezirksstelle Diakonie in den Dekanaten  
Kulmbach und Thurnau  
KASA-Kirchliche Allgemeine Sozialarbeit  
Negeleinstr. 5, 95326 Kulmbach

Ansprechpartner:  
Pia Schmidt, Tel. 09221/80118-26  
p.schmidt@diakonie-kulmbach.de  
Rudi Weinzierl, Tel. 09221/80118-13  
weinzierl@diakonie-kulmbach.de



## Private Krankenversicherung

Eine private Krankenversicherung bietet hinsichtlich der Leistungen zahlreiche Vorteile, dennoch sollte man es nicht versäumen, die Tarifwelt bei Ihrem jetzigen Versicherer näher zu durchleuchten, da Sie durch eine Umstellung in neu aufgelegte Tarife Ihres jetzigen Versicherers erhebliche Beitragsvorteile erzielen können. Die Leistungsunterschiede sind in den meisten Fällen nur gering.

Die privaten Krankenversicherungsunternehmen sind gesetzlich dazu verpflichtet, Ihnen bei Beitragsanpassungen Alternativen anzubieten, aber wer liest schon das Kleingedruckte.

Aus diesem Grund zahlen viele mehr, als tatsächlich nötig wäre. Deshalb sollten Sie Alternativen bei Ihrem jetzigen Krankenversicherer erfragen.

Wird Ihnen eine höhere Selbstbeteiligung für eine Beitragsreduzierung angeboten werden, ist dies in den meisten Fällen als unseriös zu betrachten und auch nicht empfehlenswert, da Sie ein Recht darauf haben, auf neue Tarife umzustellen, die meist keine nennenswert höheren Selbstbeteiligungen vorsehen.

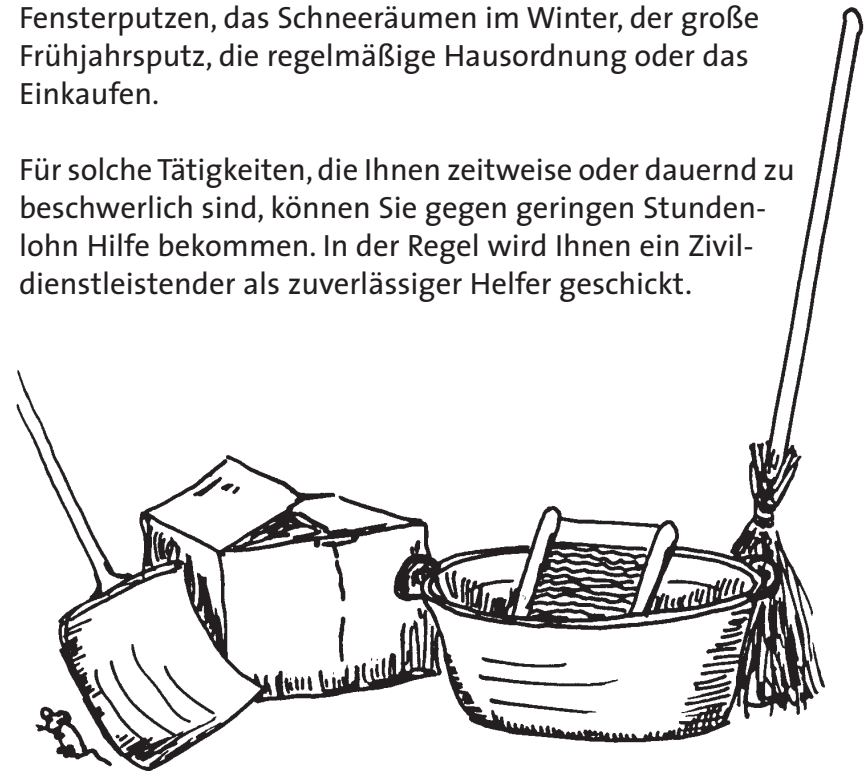
Herr Rudolf Dirr  
Lehrbeauftragter  
der Dualen Hochschule Heidenheim  
Windischenhaig 59  
95326 Kulmbach



„Das bisschen Haushalt macht sich von allein, sagt mein Mann...“ So hörte man vor ein paar Jahren oft im Radio singen. Leider stimmt es nicht.

Wenn die körperlichen Kräfte nachlassen, wird manches anstrengend, was Ihnen früher ganz leicht von der Hand gegangen ist. Dazu gehört vielleicht das Treppen- und Fensterputzen, das Schneeräumen im Winter, der große Frühjahrsputz, die regelmäßige Hausordnung oder das Einkaufen.

Für solche Tätigkeiten, die Ihnen zeitweise oder dauernd zu beschwerlich sind, können Sie gegen geringen Stundenlohn Hilfe bekommen. In der Regel wird Ihnen ein Zivildienstleistender als zuverlässiger Helfer geschickt.



## Folgende Institutionen vermitteln Hilfe bei der Haushaltsführung:

AWO-Sozialstation, Tel. 09221/670114  
E-Mail: sozialstation@awo-ku.de

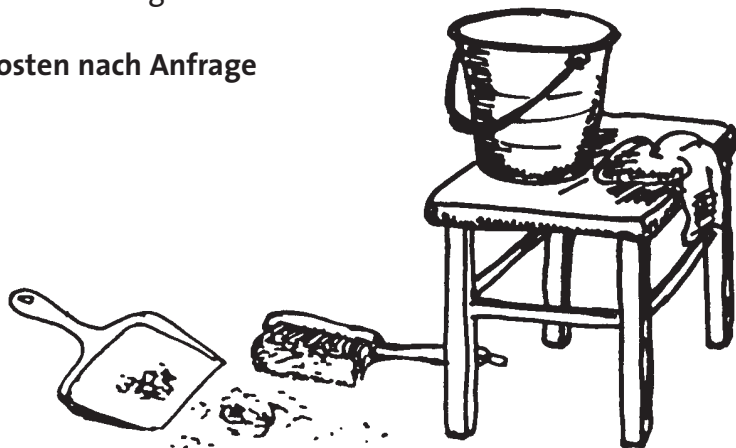
Bayer. Rotes Kreuz, Tel. 09221/9745-0

Caritasverband, Tel. 09221/9574-0 und 09225/980-222  
E-Mail: info@caritas-kulmbach.de

Diakonisches Werk der Dekanate Kulmbach u. Thurnau e.V.  
Diakonie Sozialstation  
Tel. 09221/8273550  
E-Mail: sozialstation@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de

Mehrgenerationenhaus Mainleus-AWO Bürgerzentrum  
Tel. 09229/975075  
E-Mail: mehrgenerationen@awo-ku.de

### Kosten nach Anfrage



## Essen auf Rädern - es rollt und rollt und schmeckt

Ungefähr vom 60. Lebensjahr an ist eine ausgewogene und vollwertige Ernährung besonders wichtig für Sie. Ihrem Körper muss reichlich Eiweiß zugeführt werden, wobei eine Mischung von tierischen und pflanzlichen Eiweißstoffen ideal ist. Auch Vitamine, Ballaststoffe und Spurenelemente dürfen in der Nahrung nicht fehlen. Nur so wird die körpereigene Abwehr gegen Krankheiten gestärkt, die Hormonproduktion aufrechterhalten und das allgemeine Nachlassen der Körperkräfte verhindert.

Wenn Ihnen der Aufwand für abwechslungsreiches Kochen zu groß wird, dann können Sie sich „Essen auf Rädern“ bestellen. Sie brauchen nicht mehr so oft zum Einkaufen gehen, und die langen Vorbereitungen in der Küche gibt es auch nicht mehr.

Die Menüs beim Essen auf Rädern werden nach ernährungsphysiologischen Gesichtspunkten zusammengestellt. Die medizinischen Erkenntnisse über die speziellen Bedürfnisse der älteren Menschen werden bei der Auswahl der Nahrung berücksichtigt. Trotzdem wird Ihre Speisekarte nicht langweilig sein. Sie können auch Schonkost oder Zuckerdiät bekommen.

Im Stadtbereich Kulmbach und in den Orten Melkendorf, Katschenreuth, Burghaig, Mainleus, Kauerndorf, Fölschnitz, Untersteinach und Stadtsteinach gibt es Essen auf Rädern in speziellen Behältern täglich warm auf den Tisch.

## Bestellung bei der Arbeiterwohlfahrt

Tel. 09221/7784

Preise pro Menü:

Normalkost	5,10 €
Schonkost	4,60 €
Diabeteskost	5,10 €

Wir bieten tägl. von Montag bis Freitag frisch zubereitete warme Mahlzeiten für die Stadt Kulmbach und Umgebung. Sie können zwischen den verschiedenen Kostformen wählen.

Am Wochenende „Frostessen“ 7,50 €.

## Bestellung beim Bayerischen Roten Kreuz

Tel. 09221/9745-0 oder 09221/974514 und 09255/809-0

Überall im Landkreis Kulmbach (auch im Stadtgebiet) liefert der Mahlzeitendienst des BRK Tiefkühlmenüs, einmal wöchentlich für 7 Tage ins Haus.

Sie werden an einem feststehenden Wochentag beliefert und sind dann völlig unabhängig, zu welcher Zeit Sie essen möchten. Falls Sie keinen Gefrierschrank haben, erhalten Sie leihweise eine kleine Tiefkühlbox.

Preise pro Woche (7 Hauptmahlzeiten):

Normalkost	32,40 €
Schonkost	32,40 €
Diabeteskost	32,40 €

In Marktkeugast und den umliegenden Ortschaften von Marktkeugast bringt der Mahlzeitendienst des Bayerischen Roten Kreuzes auch warmes Essen auf den Tisch.

Preis pro Menü 5,00- 5,40 €.

## Bestellung beim Diakonischen Werk der Dekanate Kulmbach u. Thurnau e.V.

Tel. 09221/8273550, Fax 09221/8273555

E-Mail: sozialstation@diakonie-kulmbach.de

Wir bieten täglich frisch zubereitete warme Mahlzeiten auch an Sonn- und Feiertagen. Sie können zwischen Vollkost, leichter Vollkost oder Diabetes-Kost wählen.

Preis pro Menü auf Anfrage.

## Das Caritas-Alten- und Pflegeheim St. Marien in Stadtsteinach

liefert von Montag bis Sonntag für Stadtsteinach und die nähere Umgebung Essen auf Rädern aus.

Selbstabholerpreis 3,70 €

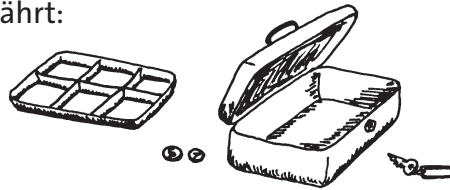
bei Lieferung 4,90 €

**Bestellung erfolgt über die Telefonnummer:  
09225/980-130 oder -132**

## Ebbe in der Kasse

Beim Eintritt ins Renten- oder Pensionsalter verschlechtert sich meistens die finanzielle Situation. Damit trotzdem niemand auf Lebensnotwendiges verzichten braucht, werden folgende Unterstützungen gewährt:

- Wohngeld
- Pflegegeld
- Hilfe zum Lebensunterhalt
- Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung



Diese finanziellen Leistungen müssen beantragt werden.

### WOHNGELD

Je nach Größe der Wohnung und Zahl der Bewohner wird unterschiedlich hohes Wohngeld gewährt, wenn das Einkommen unter einer gewissen Grenze liegt. Einen Antrag auf Wohngeld können auch Bewohner von Altenheimen stellen. Der Antrag wird in der Regel auf ein Jahr befristet. Ein Neuantrag ist notwendig. Wohngeldbezug schließt seit 1.1.2005 den gleichzeitigen Bezug von Transferleistungen zum Lebensunterhalt (Sozialhilfe, Grundsicherung, Arbeitslosengeld II) aus.

Nähere Auskunft:  
Landratsamt Kulmbach, Wohngeldstelle  
Konrad-Adenauer-Str. 5, Kulmbach  
Tel. 09221/707-200 oder Tel. 09221/707-229

### PFLEGEgeld

Wer zu Hause einen gebrechlichen Menschen pflegt oder wer selbst pflegebedürftig ist und fremde Hilfe zum Waschen, An- und Ausziehen, Treppensteigen, Baden usw. benötigt, kann Pflegegeld beantragen.

Zuständig für die Gewährung von Pflegegeld sind die Pflegekassen, die den gesetzlichen oder privaten Krankenkassen angegliedert sind. Dort sind auch die entsprechenden Anträge erhältlich.

### LEISTUNGEN ZUM LEBENSUNTERHALT NACH DEM SOZIALGESETZBUCH (SGB) XII

Wenn das Renteneinkommen so niedrig ist, dass der Mindestbedarf für Nahrung, Kleidung und Wohnung nicht gedeckt werden kann und sonstiges Einkommen oder Vermögen fehlt, können Leistungen nach dem SGB XII (Hilfe zum Lebensunterhalt bzw. Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung) gewährt werden.

Die Hilfe zum Lebensunterhalt wie die soziale Grundsicherung ist eine von einer Bedürftigkeit abhängige Sozialleistung außerhalb und innerhalb von Einrichtungen (Heimen).

### **Hilfe zum Lebensunterhalt**

Mit der Sozialrechtsreform zum 1.1.2005 ist die Hilfe zum Lebensunterhalt auf den Personenkreis nicht erwerbsfähiger Personen eingeschränkt worden.

Hilfe zum Lebensunterhalt erhalten nur noch

- hilfebedürftige Erwachsene, die erwerbsgemindert (allerdings nicht dauerhaft und voll erwerbsgemindert) sind (= z.B. Zeitrentner)
- hilfebedürftige Bezieher einer vorgezogenen Altersrente unter 65 Jahren
- Kinder bis zum vollendeten 15. Lebensjahr, die nicht mit erwerbsfähigen Eltern in einer Bedarfsgemeinschaft leben.

### **Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung**

Dauerhaft voll erwerbsgeminderte Personen und ältere Menschen ab 65 Jahren erhalten bei Hilfebedürftigkeit Leistungen der Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung.

Die Leistungen der Grundsicherung entsprechen denen der Hilfe zum Lebensunterhalt. Sie werden grundsätzlich ohne Rückgriff auf Verwandtenunterhalt gewährt. Unterhaltsverpflichtete Eltern oder Kinder werden in der Grundsicherung solange nicht herangezogen, wie deren Jahresbruttoeinkommen unterhalb der Grenze von 100.000 € liegt.

Genauere Informationen:

Landratsamt Kulmbach  
Soziale Angelegenheiten  
Tel. 09221/707-227 oder Tel. 09221/707-228  
(für alle Hilfen im Rahmen des SGB XII).

## **Der Sparstrumpf hat ein Loch**

Neben dem staatlichen Zuschuss Wohngeld, den Leistungen der Pflegekasse (Pflegegeld) und den kommunalen Leistungen (Hilfe zum Lebensunterhalt; Grundsicherung) gibt es weitere finanzielle Erleichterungen, wenn Ihre Rente bzw. Ihr Einkommen und Vermögen niedrig sind.

Es sind dies

- die Befreiung von der Rundfunk-, Fernsehgebühr,
- die Befreiung von der Rezeptgebühr
- sowie Ermäßigungen bei der Telefongrundgebühr.

Sie müssen aber jede Gebührenbefreiung bei der zuständigen Stelle selbst beantragen.

### **Rundfunk- und Fernsehgebühren**

Von der Rundfunk- und Fernsehgebühr können Behinderte befreit werden, die einen Behindertenausweis mit dem Merkzeichen „RF“ haben.

Auch Empfänger von Hilfe zum Lebensunterhalt, Grundsicherung im Alter und bei Erwerbsminderung sowie Arbeitslosengeld II können eine Befreiung von der Rundfunk- und Fernsehgebühr beantragen.

Über den Antrag entscheidet die GEZ in 50656 Köln. Antragsformulare sind u.a. auch bei der Gemeinde, in der Sie die Radio- oder Fernsehsendungen empfangen, erhältlich.

### Telefongebühr

Die Deutsche Telekom gewährt aus sozialen Gründen Vergünstigungen bei der Telefongebühr.

Nähere Auskünfte erteilen die Gemeinden und die Deutsche Telekom.

### Rezeptgebühr

Für jedes einzelne vom Arzt verordnete Arzneimittel muss grundsätzlich eine Rezeptgebühr bezahlt werden. Versicherte können in besonderen Härtefällen von der Rezeptgebühr befreit werden. Die Entscheidung darüber trifft Ihre Krankenkasse. Auskünfte und Antragstellung bei der zuständigen Krankenkasse.

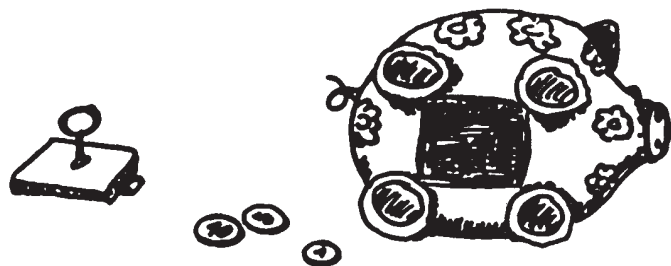
### Schuldnerberatung

Sollten Ihnen die Schulden über den Kopf wachsen, wenden Sie sich an die Schuldnerberatung der Caritas.

Terminvereinbarung: Tel. 0921/7890221 und 09221/9574-0

### Sozialrabatt der e.on Bayern

Die e.on Bayern gewährt Personen, die über einen Schwerbehindertenausweis mit dem Merkzeichen „RF“ verfügen einen Sozialrabatt. Beantragung ist nur bei der Caritas oder der Diakonie möglich.



## Rente - Rentner - am Rentenamt

Die Vorschriften zur Rentenberechnung werden immer komplizierter und vielfältiger. Die Versicherungsanstalten halten daher regelmäßig Sprechtage ab. Die Termine dieser Sprechtage in den Städten und Gemeinden des Landkreises Kulmbach werden in den Tageszeitungen angekündigt.

Bei Fragen zu Rentenanträgen und Rentenbescheiden (Rentenangelegenheiten) können Sie auch bei den folgenden Stellen fachkundigen Rat bekommen:

Landratsamt Kulmbach, Staatliches Versicherungsamt,  
Konrad-Adenauer-Str. 5, 3. Stock, Zimmer Nr. 318

Tel. 09221/707-226

e-mail: lauterbach.erich@landratsamt-kulmbach.de

Stadt Kulmbach, Bürger-Büro im Rathaus, Erdgeschoss

Tel. 09221/940-450/455, Fax 09221/928450

e-mail: bauernfeind@buergerbuero.stadt-kulmbach.de

Bei Ihrer Gemeinde oder Verwaltungsgemeinschaft.

Sozialverband VdK Kreisverband Kulmbach

Klostergasse 2, 95326 Kulmbach

Tel. 09221/690373-0, Fax 09221/690373-22

e-mail: kv-kulmbach@vdk.de

Internet: www.vdk.de/kv-kulmbach



### Versichertenälteste der Deutschen Rentenversicherung (ehemals LVA Oberfranken und Mittelfranken):

Hans-Georg Prehmus, Hardenbergstr. 22, 95326 Kulmbach,  
Tel. 09221/7173

Reinhold Beetz, Wartenfels 133, 95355 Presseck,  
Tel. 09223/537

### Versichertenälteste der Deutschen Rentenversicherung Bund (ehemals BfA)

Helmut Heinrich, Breslauer Str. 18, 95326 Kulmbach,  
Tel. 09221/940-295 (dienstlich)

Charlotte Wallasch, Kulmbacher Str. 27, 95346 Stadtsteinach,  
Tel. 09225/1342

Hans Schneider, Bahnhofstraße 9, 95346 Stadtsteinach,  
Tel. 09225/800744 (dienstlich)

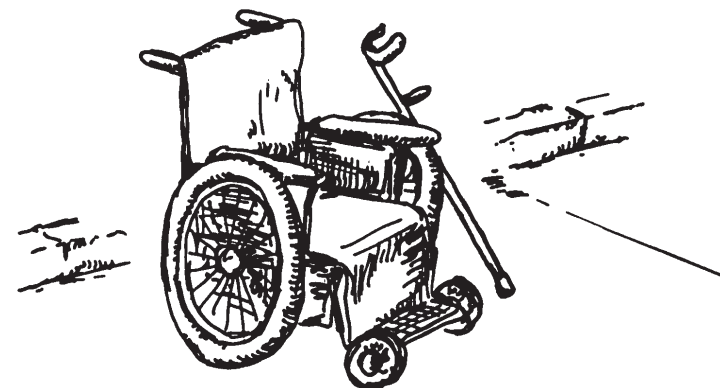


## Behindert, aber nicht isoliert

Es gibt unterschiedliche Arten und Grade von Behinderung. Wenn die Sehkraft oder das Gehör stark nachgelassen haben, wenn durch eine Lähmung oder chronische Krankheit schwere Beeinträchtigungen aufgetreten sind, so steht Ihnen möglicherweise ein Schwerbehindertenausweis zu. Das Ausmaß der Behinderung muss in jedem Einzelfall festgestellt werden.

Der **Schwerbehindertenausweis** berechtigt Sie – je nach dem Grad der Behinderung – z. B.

- zur Befreiung von Rundfunk- und Fernsehgebühren (Merkzeichen „RF“)
- zur Telefongebührenermäßigung (Merkzeichen „RF“)
- zur Fahrpreisermäßigung in öffentlichen Verkehrsmitteln (Merkzeichen „G“)
- zum Benutzen reservierter Parkplätze (Merkzeichen „aG“) und zu manchen anderen finanziellen Vergünstigungen.



Der Ausweis soll denen, die sich nicht wie gleichaltrige Gesunde am Leben in der Gemeinschaft beteiligen können, ihre Mehraufwendungen und Nachteile in gewissem Umfang ausgleichen.

**Auskünfte erteilen:**

Landratsamt Kulmbach  
Tel. 09221/707-227

Gesundheitsamt Kulmbach  
Tel. 09221/707-600

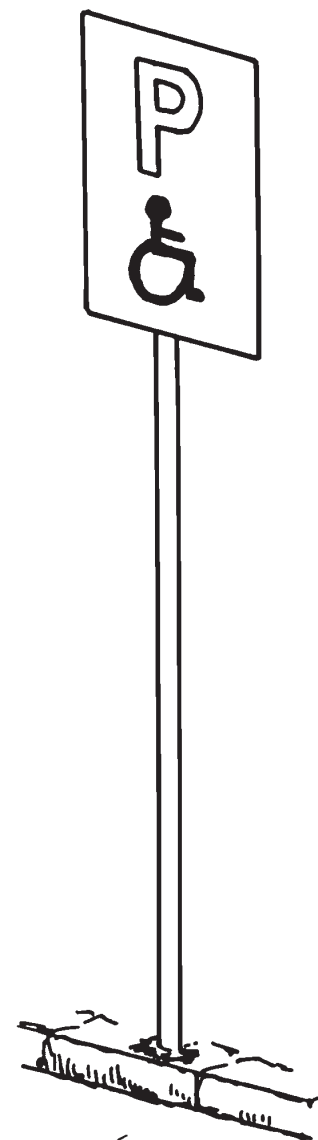
Sozialverband VdK  
Kreisverband Kulmbach  
Tel. 09221/690373-0

Zentrum Bayern  
Familie und Soziales – Region Oberfranken –  
Hegelstr. 2, 95447 Bayreuth  
Tel. 0921/6051

Außensprechstunde in Kulmbach jeden zweiten Dienstag im  
Monat im Landratsamt Kulmbach, Zimmer 105/108.

Städte, Märkte, Gemeinden und  
Verwaltungsgemeinschaften

**In jedem Amt wird man Ihnen auch gerne  
beim Ausfüllen der Formulare helfen.**



## **Behindertenbeauftragter für den Landkreis Kulmbach**

Herr Dr. med. Dieter Weiss,  
Medizinaldirektor

Landratsamt Kulmbach  
-Staatl. Gesundheitsamt-  
Konrad-Adenauer-Str. 2  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/707-629

Sprechzeiten  
nach telefonischer Vereinbarung

## Ruf doch mal an

Neben normalen Telefonapparaten gibt es spezielle Geräte oder Zusatzeinrichtungen für Sehbehinderte und Schwerhörige. Auskünfte über die Zusatzgeräte erteilt die Deutsche Telekom.

Bei kranken oder behinderten Menschen, die trotzdem in ihrer vertrauten Umgebung bleiben wollen, kann ein Notruf-System installiert werden. Sie sind dann über den Telefonanschluss mit einer Notruf-Zentrale verbunden. Das Risiko, nach einem Sturz oder Schwächeanfall hilflos liegenzubleiben, ist damit nahezu ausgeschlossen.

Auskünfte zum Notruf-System erteilen:

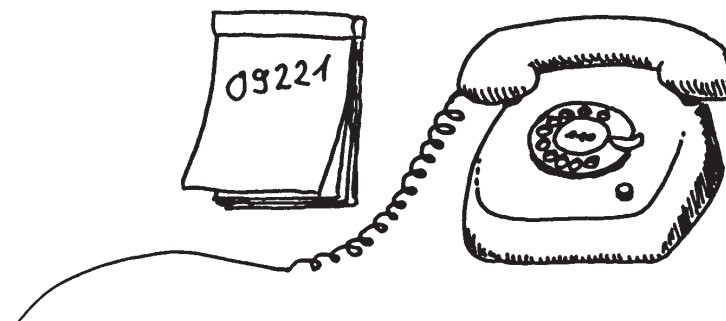
das Bayerische Rote Kreuz, Kreisverband Kulmbach,  
Telefon 09221/9745-0

Hausnotrufzentrale mit 24 Stunden Bereitschaft, ein permanent einsatzbereiter Hintergrunddienst und der BRK-Rettungsdienst

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Kulmbach e. V.,  
Telefon 09221/9569-0

Diakonisches Werk der Dekanate Kulmbach und  
Thurnau e.V., Tel. 09221/9292-0

Johanniter-Unfall-Hilfe e.V. Oberfranken (JUH),  
Büro Kulmbach, Telefon 09221/8042483



Niemand bleibt im Lauf seines Lebens von Enttäuschungen und Problemen verschont. Was der eine noch auf die „leichte Schulter“ nimmt, kann dem anderen schon sehr „tief unter die Haut“ gehen. Das ist kein persönliches Versagen.

Der Verlust eines guten Freundes oder der Abschied von einem lieben Angehörigen können dazu führen, dass man am eigenen Schicksal fast verzweifeln möchte.

Wenn Sie nicht mehr weiter wissen und niemanden haben, mit dem Sie über Ihre privaten Sorgen reden können, dann scheuen Sie sich nicht, bei der Telefonseelsorge anzurufen. Dort ist rund um die Uhr ein geduldiger Gesprächspartner bereit, Ihnen zuzuhören.

Sie brauchen dabei Ihren Namen nicht nennen. Auf Wunsch können Sie aber auch ein persönliches Gespräch vereinbaren.

Rufnummer der **Telefonseelsorge** (in Bayreuth):  
Tel. 0800/1110111

## Vorsicht ist besser als Nachsicht

Leider gibt es auch Menschen, die es nicht gut mit ihren Zeitgenossen meinen. Wer aus Hilfsbereitschaft und Gutmütigkeit jeden Unbekannten in die Wohnung lässt oder beim Weggehen Türen und Fenster nicht abschließt, kann einmal bittere Erfahrungen machen.

Es gibt keine allgemein gültigen Kriterien für Vertrauen und Sympathie. Jeder muss selbst im Lauf seines Lebens den richtigen Mittelweg zwischen Aufgeschlossenheit und Misstrauen herausfinden.

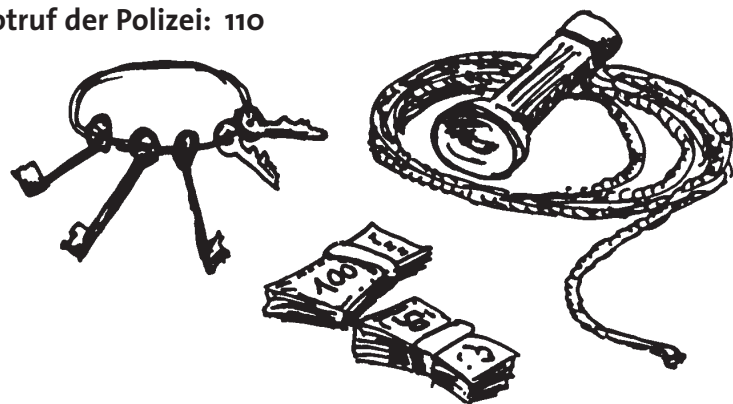
Über sinnvolle **Sicherheitseinrichtungen** und Verhaltensregeln informieren Beratungsstellen der Kriminalpolizei.

Polizeiinspektion Kulmbach: 09221/6090

Polizeiinspektion Stadtsteinach: 09225/96300-0

Kriminalpolizeiliche Beratungsstelle Bayreuth: 0921/506-2500

**Notruf der Polizei: 110**



## Rechtsgeschäfte Gut betreut im Alter?

Was passiert, wenn ich aufgrund einer schweren Erkrankung oder den Folgen eines Unfalls nicht mehr in der Lage bin, die Dinge meines alltäglichen Lebens selbständig zu entscheiden?

Für solche Situationen stehen zwei Möglichkeiten zur Verfügung.

Ich kann bereits rechtzeitig vorher, so lange ich mich noch in guter körperlicher und geistiger Verfassung befinde, jemanden auswählen, der mich im Krankheitsfall vertritt und alle notwendigen Entscheidungen für mich trifft, in dem ich eine sogenannte **Vorsorgevollmacht** erteile.

Habe ich eine solche Vorsorge nicht getroffen, greift das **Betreuungsrecht**. Es wird über das zuständige Amtsgericht – Betreuungsgericht, vormals Vormundschaftsgericht – ein Betreuungsverfahren eingeleitet und ein gesetzlicher Vertreter bestellt, der alle notwendigen Entscheidungen für mich trifft.

Betreuer kann jemand aus dem Familien- oder Bekanntenkreis sein, oder, wenn dies nicht möglich ist, ein Berufsbetreuer.

Vergleicht man diese beiden Möglichkeiten miteinander, so besteht einer der wesentlichen Unterschiede darin, dass die **Betreuung** der Überwachung durch das Vormundschafts-

gericht unterliegt, insbesondere was die vermögensrechtlichen Aspekte betrifft. Zudem fallen für eine **Betreuung** Kosten an, die von einem vermögenden Betreuten selbst zu bezahlen sind.

Dagegen fallen bei einer **Vorsorgevollmacht** diese Gerichtskosten nicht an und es bestehen auch keine Mitteilungspflichten gegenüber dem Betreuungsgericht.

Allerdings existiert für einen Bevollmächtigten keine Kontrollinstanz, wie es das Vormundschaftsgericht für den gesetzlichen Betreuer darstellt, gegenüber der er Rechenschaft ablegen muss. Um eine eventuelle Missbrauchsgefahr zu minimieren, sollte bei Auswahl des Bevollmächtigten gut bedacht werden, ob es sich hierbei wirklich um jemand handelt, dem man uneingeschränktes Vertrauen entgegenbringt.

Wesentlicher Vorteil der **Vorsorgevollmacht** ist sicherlich der, dass der Bevollmächtigte bei Eintritt des Vorsorgefalls sofort tätig werden kann, während bei einem Betreuungsverfahren erst ein Gerichtsbeschluss durch das Betreuungsgericht vorliegen muss, damit der Betreuer rechtskräftig tätig werden kann.

Gemeinsam haben beide Instrumente, dass sowohl ein gesetzlicher Betreuer als auch ein Bevollmächtigter stets im Sinne und zum Wohle des Betroffenen handeln soll.

Will ich keine Vorsorgevollmacht erteilen, z.B. weil ich eine Kontrolle durch das Betreuungsgericht wünsche, so kann ich mittels einer **Betreuungsverfügung** Einfluss auf ein späteres Betreuungsverfahren nehmen. Hierdurch kann ich jemand

benennen, der im Bedarfsfall als Betreuer eingesetzt werden soll. Das Betreuungsgericht ist dann bei der Betreuerauswahl an diesen Vorschlag gebunden.

Auch für den Fall einer schweren Erkrankung kann ich Vorsorge treffen, indem ich für mich selbst entscheide, ob und in welchem Umfang ich mir in einem solchen Fall sogenannte lebensverlängernde Maßnahmen wünsche.

Mittels einer **Patientenverfügung** kann ich für eine solche Situation meine persönlichen Wünsche und Vorstellungen schriftlich festlegen und somit meine eigene Entscheidung treffen.

Sollten Sie beabsichtigen, diese Vorsorgemöglichkeiten in Anspruch zu nehmen, so empfehlen wir, sich vorher gründlich über dieses Themengebiet zu informieren.

### Für nähere Informationen stehen

die **Betreuungsstelle** am Landratsamt Kulmbach,  
Tel. 09221/707-698 oder -633

### folgende **Betreuungsvereine**

- Bayer. Rotes Kreuz, Tel. 09221/69098-17
- Caritasverband, Tel. 09221/9574-27
- Diakonisches Werk, Tel. 09221/8213530
- Arbeiterwohlfahrt, Tel. 09221/9569-31

das **Betreuungsgericht**  
am Amtsgericht Kulmbach, Tel. 09221/9210-0 oder

das **Staatliche Gesundheitsamt Kulmbach**  
beim Landratsamt Kulmbach  
Tel. 09221/707-600

als Ansprechpartner zur Verfügung.

Neben der Möglichkeit, sich in einem persönlichen Gespräch beraten zu lassen, erhalten Sie dort auch weiteres Informationsmaterial.

Ausführlich erläutert werden diese Themen auch in der Broschüre „Vorsorge für Unfall, Krankheit und Alter“, in der auch Vordrucke für die verschiedenen vorsorgenden Vollmachten enthalten sind.

Erhältlich ist die Broschüre im Buchhandel zum Preis von 3,90 € (ISBN 3-406-54052-X, Verlag C. H. Beck)

oder

im Internet als pdf-Datei unter:

[www.justiz.bayern.de/buergerservice/broschueren](http://www.justiz.bayern.de/buergerservice/broschueren).

Für den privaten Gebrauch sind Ausdruck und Nutzung der Broschüre samt der enthaltenen Vordrucke kostenlos.

## **Klinikum Kulmbach und Fachklinik Stadtsteinach**

### **Klinikum Kulmbach**

Albert-Schweitzer-Str. 10  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/98-0

### **Fachklinik Stadtsteinach**

mit stationärer geriatrischer Rehabilitationseinrichtung  
Kronacher Str. 26, 95346 Stadtsteinach  
Tel. 09225/88-0

**Geriatric** bedeutet Altersmedizin, **Rehabilitation** bedeutet Wiederherstellung. Ein Grundgedanke der Geriatrischen Rehabilitation ist es, ältere, berentete Patienten mit schweren Erkrankungen heimatnah zu behandeln. Meistens schließt sich ein Reha-Aufenthalt an einen Aufenthalt in einer Akut-Klinik an, aber nicht nur Krankenhausärzte, sondern auch niedergelassene Ärzte können für ihre Patienten eine Reha-Behandlung bei den Krankenkassen beantragen.

Das Bemühen in der Fachklinik Stadtsteinach geht dahin, für den Patienten durch die Reha die größtmögliche Selbständigkeit wieder herzustellen, Pflegebedürftigkeit zu vermeiden und somit seine Lebensqualität zu verbessern.

### **Für mehr Informationen:**

[www.fachklinik-stadtsteinach.de](http://www.fachklinik-stadtsteinach.de)  
oder Telefon 09225/88-6036, Sekretariat Frau Sünkel

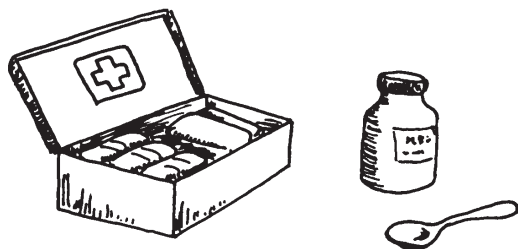
## Vorsicht – frisch verbunden

Wer **pflegebedürftig** ist und trotzdem in seiner vertrauten Umgebung bleiben möchte, kann die **ambulante Hilfe** von Pflegediensten in Anspruch nehmen. Je nach Bedarf kommen u. U. sogar mehrmals täglich Mitarbeiter der Sozialstation ins Haus. Sie helfen beim Waschen, Betten, Verbinden oder geben Ihnen Injektionen.

Die Pflegedienste betreuen Sie bei dauerndem oder vorübergehendem Krankenlager und bei Behinderung. Die Kosten werden in der Regel von den Krankenkassen bzw. Pflegekassen getragen. Eventuell kommt auch Sozialhilfe in Frage.

Sozialstationen mit ausgebildetem Pflegepersonal gibt es beim Bayer. Roten Kreuz, bei der Arbeiterwohlfahrt, beim Diakonischen Werk und beim Caritasverband, auch sind private Pflegedienste im Landkreis Kulmbach tätig.

Auf den folgenden Seiten sind die Sozialstationen und Pflegedienste zusammengestellt. Melden Sie sich bitte dort, wenn Sie ambulante Krankenpflege benötigen oder ambulante Hilfe nach dem Pflegeversicherungsgesetz in Anspruch nehmen wollen.



## Leistungsangebote der Sozialstationen von AWO, BRK, Caritas und Diakonie

### **Beratung:**

bei pflegerischen Fragen und über Leistungsansprüche gegenüber Krankenkassen oder Pflegekassen, Leistungsplanung mit Kostenvoranschlag und Pflegevertrag.

### **Grundpflege:**

Körperpflege, betten, baden, Mobilisation ...

### **Behandlungspflege:**

Injektionen, Verbände, Blutzucker- und Blutdruckkontrollen, Abgabe von Medikamenten ...

### **Hauswirtschaftliche Versorgung:**

Essen zubereiten, Lebensbereich reinigen ...

### **Angehörigenberatung:**

psychosoziale Beratung, begleitende Unterstützung, Angehörigengruppen

### **Pflegekurs:**

für häusliche Krankenpflege

### **Mobiler Sozialer Hilfsdienst:**

Hilfen im Haushalt, Einkauf, Sozialkontakte, Arztfahrten

### **Hilfsmittelverleih:**

Gehhilfen, Toiletten- und Rollstühle ...

### **Darüber hinaus:**

Patienten- und Angehörigentreffs, Ausflüge, Veranstaltungen

### **Erreichbarkeit:**

Rund um die Uhr

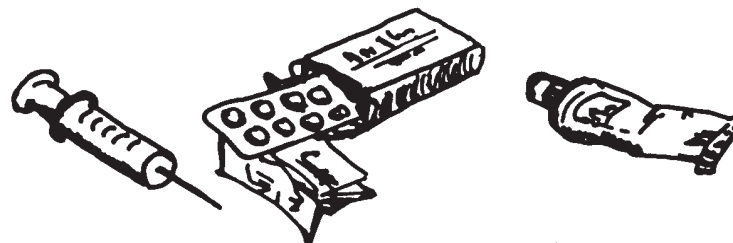
## Sozialstationen und ambulante Pflegedienste im Landkreis Kulmbach

- Arbeiterwohlfahrt, Schützenstraße 4, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/670113, Email: sozialstation@awo-ku.de
- Bayer. Rotes Kreuz, Flessastr. 1, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/97450, Fax 09221/974520
- Bayer. Rotes Kreuz – Außenstelle Marktleugast,  
Lehenweg 3-9, 95352 Marktleugast, Tel. 09255/8090
- Caritas-Sozialstation, Bauergasse 3 u. 5, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/9574-17, Email: info@caritas-kulmbach.de  
Internet-Adresse: www.caritas-kulmbach.de
- Caritas-Sozialstation, Frankenstr. 7, 95346 Stadtsteinach  
Tel. 09225/980222, Email: info@caritas-kulmbach.de  
Internet-Adresse: www.caritas-kulmbach.de
- Caritas-Sozialstation, Lippastr. 19, 95352 Marktleugast  
Tel. 09255/808353, Email: info@caritas-kulmbach.de  
Internet-Adresse: www.caritas-kulmbach.de
- Diakonie-Sozialstation  
Schwedensteg 8, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/8273550, Fax 09221/8273555  
Email: sozialstation@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de
- Diakonie-Sozialstation Grafengehaig-Pressneck  
Marktplatz 1, 95355 Presseck,  
Tel. 09222/99299, Fax 09222/99201

- Diakonie-Sozialstation Thurnau-Hutschdorf  
Hutschdorfer Str. 2 a, 95349 Thurnau, Tel. 09228/1660  
Fax 09228/971310, Email: DiakonieThurnau@t-online.de
- Diakonie-Sozialstation Kasendorf-Wonsees  
Prelitz 5, 95359 Kasendorf, Tel. 09228/5586  
Fax 09228/971156, Email: Diakonie-Kasendorf@t-online.de
- Diakonie-Sozialstation Mainleus-Buchau-Gärtenroth-  
Veitlahm-Willmersreuth  
Hornschuchstr. 16, 95336 Mainleus  
Tel. 09229/7260 (7067 + 8144), Fax 09229/974055
- Diakonie-Sozialstation  
Neuenmarkt-Tregast-Wirsberg-Harsdorf  
Rathausplatz 2, 95339 Wirsberg, Tel. 09227/9888 + 9887  
Fax 09227/9889

Gruppenarbeit und Angehörigenarbeit und -beratung durch die Caritas-Sozialstation  
(z.B. Caritas-Treff, Gruppe Pflegende Angehörige)

Telefon 09225/980-222



## Diakonie-Sozialstationen außerhalb des Landkreises Kulmbach

- **Bad Berneck**  
Zentrale Diakoniestation, Maintalstr. 129,  
95460 Bad Berneck, Tel. 09273/575100  
Fax 09273/575108, Email: zent@diakoniebaderneck.de  
zuständig für den Bereich der Gemeinden Himmelkron  
und Marktschorgast
- **Eckersdorf**  
Eckehartstr. 23, 95488 Eckersdorf,  
Tel. 0921/73730, Fax 0921/737350  
E-mails:  
maisel@pflegezentrum-fantaisie.de  
diakonieverein-eckersdorf@VR-Web.de  
Zuständig für den Bereich der Gemeinde Neudrossenfeld
- **Weißbrunn**  
Kronacher Str. 5b, 95369 Weißbrunn  
Tel. 09261-91589 u. Handy 0171 333 2821 (immer erreichbar)  
für das Gebiet der Kirchengemeinde Kirchleus  
(Kirchleus, Lösau, Esbach, Unterdornlach,  
Oberdornlach, Rosengrund usw.)

## Private ambulante Pflegedienste

- Ambulante Krankenpflege Evi Becker  
Wachholder 8, 95336 Mainleus, Tel. 09229/8442
- Ambulante Krankenpflege Gisela Gall  
Am Haidhügel 13, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/924152

- Ambulanter Pflegedienst Gerda Cyba  
Laitscher Weg 1  
95502 Himmelkron-Lanzendorf  
Tel. 09273/1697
- Ambulante Krankenpflege -DAHEIM-  
Heike Köhler  
Am Sonnenhang 14, 95355 Presseck  
Tel. 09222/995257, Fax 09222/995258
- Ambulante Krankenpflege Martin Schott  
Frankenwaldstr. 6, 95355 Presseck  
Tel. 09222/99020, Fax 09222/990222  
Email: AmbulanteKrankenpflege@t-online.de
- Ambulante häusliche Alten- und Krankenpflege e.V.  
Am Sportplatz 20  
95509 Marktschorgast  
Tel. 09227/972474, Fax 09227/973055
- Ambulante Krankenpflege Peter Kramer  
Ledergasse 2, 95512 Neudrossenfeld  
Tel. 09203/91101, Fax 09203/91101  
Email: peter-kramer@t-online.de
- DAHEIMSEIN, E. Fringes  
Hauptstraße 28, 95369 Untersteinach  
Tel. 09225/958961, Fax 09225/958963  
Email: fringes@t-online.de
- Ambulanter Pflegedienst Jürgen Vierthaler  
Pflege mit Sinn und Verstand  
Am Haidhügel 18, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/87659

## Gut gepflegt und viel gewonnen

Wer vorübergehend oder dauernd pflegebedürftig ist, kann für einige Zeit in einer Kurzzeitpflegestation untergebracht werden. So können die Familienangehörigen entlastet werden, wenn die Pflegeperson selbst krank oder im Urlaub ist. Der pflegebedürftige Mensch wird gut versorgt, und die Pflegeperson hat Gelegenheit zur eigenen Erholung.

Zuständig für die Übernahme der Kosten in der Kurzzeitpflegestation sind die Pflegekassen.

### Kurzzeitpflegestationen im Landkreis Kulmbach

#### Arbeiterwohlfahrt

Schützenstr. 4, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/67010  
Email: kzpfl@awo-ku.de

SeniorenDorf Kirschenallee  
Kirschenallee 8, 95349 Thurnau  
Email:  
verwaltung.seniorendorf@awo-ku.de

Karl-Herold-Seniorenwohnanlage  
Johann-Brenk-Str. 4, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/7784  
Email: khs@awo-ku.de

#### Bayerisches Rotes Kreuz

Lehenweg 3, 95352 Marktleugast  
Tel. 09255/809-0

#### Caritasverband

Frankenstr. 7, 95346 Stadtsteinach  
Tel. 09225/9800  
Email: info@caritas-kulmbach.de  
Internet-Adresse:  
www.caritas-kulmbach.de

#### Diakonisches Werk

Tilsiter Str. 33, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/90550, Fax 09221/905529  
Email:  
wohnstift@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de

#### Pro-Seniore-Residenz Wirsberg

Kosertal 27, 95339 Wirsberg  
Tel. 09227/95109  
Fax 09227/951499  
Email: wirsberg@pro-seniore.com  
www.pro-seniore.de

### Tagespflegestation im Landkreis Kulmbach

#### Arbeiterwohlfahrt

Schützenstr. 4, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/67010

Die Tagespflegestation leistet Pflege, Betreuung und Versorgung alter, kranker und hilfebedürftiger Menschen unter Wahrung der individuellen Bedürfnisse während des Tages.

Grundsätzlich sind alle Aufenthaltsformen – zu bestimmten Zeiten, an bestimmten Tagen, ganztags, halbtags, vor- oder nachmittags, an einzelnen oder mehreren Tagen in der Woche – möglich. Bei Einstufung im Sinne des Pflegeversicherungsgesetzes übernimmt die Pflegekasse anteilig die Kosten.

Information:

Arbeiterwohlfahrt, Schützenstr. 4,

95326 Kulmbach

Tel. 09221/67010

## Mobil auch ohne eigenes Auto

### Fahrdienste:

#### **Bayerisches Rotes Kreuz**

Flessastr. 1

95326 Kulmbach

Tel. 09221/91395

Auch Behindertentransport ist möglich.

#### **Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.**

##### **RV Oberfranken (JUH)**

Unterpurbach 4

95326 Kulmbach

Tel. 09221/8042483

#### **Malteser Hilfsdienst e. V.**

Augustinerstr. 5

95326 Kulmbach

Tel. 09221/65800 und Funk 0172/8616767

Spezialgerät für Rollstuhlfahrer zum Treppensteigen ist vorhanden.

## Gemeinsam geht es besser

**Selbsthilfegruppen** sind Hilfen für Betroffene und deren Angehörige zu verschiedenen Krankheiten z.B. Rheuma, Parkinson, Schlaganfall, Multiple-Sklerose.

Zu erfragen sind diese bei den Krankenkassen und bei den verschiedenen Beratungsdiensten.

## Herz ist Trumpf

Ob Sie eine fröhliche Runde zum Kartenspielen suchen oder lieber mal wieder Ihre bunten Männchen ins Ziel würfeln möchten – beim **Seniorentreffpunkt** gilt stets das Motto „Herz ist Trumpf“.

In Kulmbach gibt es „Stätten der Begegnung“. Dort werden außer Spielen noch eine ganze Reihe anderer Beschäftigungen angeboten. Sie dürfen auch jederzeit kommen, wenn Sie sich nur einfach unterhalten wollen.

### Adressen und Öffnungszeiten:

#### **Altentagesstätte der Arbeiterwohlfahrt Kulmbach**

in der Karl-Herold-Seniorenwohnanlage, Johann-Brenk-Str. 4+5

Öffnungszeiten: täglich

Uhrzeit auf Anfrage unter Tel. 09221/7784

Angebote: Singen, Bastelkreis, Spielfilme, Kaffeekränzchen, Töpfern, Weben, Spinnen, usw.

## Mehrgenerationenhaus im Familientreff Negeleinstraße

Kontaktdaten:

Ansprechpartner: Kerstin Heinemann / Pia Schmidt

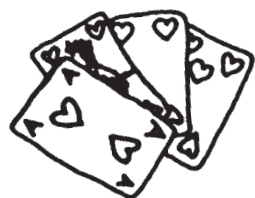
Tel. 09221/8011816, Fax 09221/8011899

Negeleinstr. 5, 95326 Kulmbach

[www.mehrgenerationenhaeuser.de/kulmbach](http://www.mehrgenerationenhaeuser.de/kulmbach)

Wo Ältere und Jüngere zusammenkommen, gemeinsam aktiv werden und füreinander da sind, wird die Idee des Mehrgenerationenhauses gelebt.

Senioren und Seniorinnen finden im Mehrgenerationenhaus Kulmbach Gemeinschaft und Kontakt mit anderen im Café „Offener Treff“, neue Bekannte beim Spielenachmittag, Erfahrungsaustausch bei den Erzählstunden, Lernspaß bei Kursen und Hobbyschreinerei und Kreativangebote in der Seniorenwerkstatt. Das Miteinander kann durch freiwilliges Engagement aktiv mitgestaltet werden.



## Seniorenbeauftragter für den Landkreis Kulmbach

Herr Kreisrat Erhard Hildner

Reichenbach 10

95355 Presseck

Tel. 09262/1312

## Seniorenbeirat der Stadt Kulmbach

Der Seniorenbeirat der Stadt Kulmbach versteht sich als Mittler zwischen den Belangen der älteren Mitmenschen, dem Stadtrat und der Verwaltung.

Um dies konkret umsetzen zu können, wird einmal im Monat eine Seniorensprechstunde in den verschiedenen Seniorenheimen der Stadt Kulmbach abgehalten. Eingebunden sind alle älteren Mitbürgerinnen und Mitbürger, die Anregungen, Wünsche oder auch Probleme ansprechen wollen, die dann an die zuständigen Stellen weitergeleitet werden.

Der Seniorenbeirat steht mit den Seniorenvereinen und den Clubs in gutem Kontakt. Er versteht sich als Bindeglied zwischen Vereinen und Verbänden, mit der Stadtverwaltung und dem Stadtrat.

Gerade unsere älteren Menschen brauchen Anerkennung und Verständnis. Verständnis für Dinge, die ihnen am Herzen liegen. Ziel des Seniorenbeirats ist es, eine helfende Hand und ein offenes Ohr für unsere Älteren zu haben, ihnen das Gefühl zu geben, dass sie auch im Alter nicht alleingelassen werden, sondern einen festen Platz in unserer Gesellschaft haben.

## **Ansprechpartner:**

### **Vorsitzende des Seniorenbeirates**

Frau Christina Flauder  
Fr.-Schönauer-Str. 20  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/67546  
od. 01716900180

### **Stellvertretende Vorsitzende**

Frau Bärbel Wieluch  
Am Gartenfeld 13  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/2414

### **Stellvertretende Vorsitzende**

Frau Helga Kern  
Hutweg 6  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/83174

## **Seniorenkreise und Altenclubs in Kulmbach**

Unter den angegebenen Telefonnummern  
erhalten Sie Auskunft über Veranstaltungen und Termine.

### **Seniorenclubs, -gemeinschaften der AWO**

Arbeiterwohlfahrt Kreisverband Kulmbach e.V.,  
Obere Stadt 36  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/95690

### **AWO Seniorentagesstätte**

im Heiner-Stenglein-Senioren- und Pflegeheim  
Am Rasen 1  
95326 Kulmbach  
Sabine Hofmann  
Tel. 09221/66518

### **AWO Seniorenclub Kulmbach-Siedlung**

Am Rasen 1  
95326 Kulmbach  
Sabine Hofmann  
Tel. 09221/66518

### **AWO Seniorengemeinschaft Kulmbach-Wolfskehle**

Am Rasen 1  
95326 Kulmbach  
Sabine Hofmann  
Tel. 09221/66518

**AWO Seniorengemeinschaft Kulmbach-Blaich/  
Pörbitsch/Kauernburg und VdK Kulmbach-Blaich**

Alma Taubenreuther  
Ängerlein 26  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/2489

**AWO Seniorengemeinschaft  
Kulmbach-Ziegelhütten/Höferänger**

Gerda Goldmann  
Ziegelhüttener Straße 15, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/4751

**und**

Lotte Albrecht  
Höferänger, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/81716

**AWO Seniorenclub Kulmbach-Burghaig**

Hannelore Pfeilschmidt  
Tulpenweg 2, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/2984

**AWO Senioren-Junioren-Club Melkendorf**

Heidi Langer, Hans-Glenk-Str. 5, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/7226  
Annemarie Heidenreich, Am Birkich 7, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/97740

**Seniorenclub des Bayer. Roten Kreuzes**

Flessastr. 1, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/97450  
jeden zweiten Donnerstag im Monat ab 14.00 Uhr

**Seniorenkreis Goethestraße der Petrigemeinde Kulmbach**

Pfarrer Traugott Burmann, Tel. 09221/4825  
jeden 2. Dienstag im Monat um 14.30 Uhr im Johann-Eck-  
Gemeindehaus, Goethestr. 11

**Kulmbacher Senioren-Kantorei**

Leitung: Kirchenmusikdirektor Ingo Hahn  
Tel. 09221/83388 (Büro, AB)  
14tägig von 10-11 Uhr im Johann-Eck-Gemeindehaus  
Goethestraße 11 in Kulmbach

**Aktive Runde von Senioren der Ev.-Luth. Johannesgemeinde**

Burghaiger Kirchweg 1, 95326 Kulmbach-Burghaig  
Tel. 09221/1004  
jeden zweiten Dienstag im Monat ab 14.30 Uhr

**„Bunte Runde 60 plus“ der Evang.-Luth. Kirchengemeinde  
Mangersreuth**

Pfarrerin Bettina Weber, Tel. 09221/7181  
immer am 2. Dienstag im Monat  
im Gemeindesaal des Paul-Gerhardt-Kindergarten Weiher

**Freizeitkreis St. Hedwig in der Pfarrei St. Hedwig, Kulmbach**

Am Galgenberg  
Treffen: Jeden 1. und 3. Mittwoch im Monat  
(Vorträge, rel. Feiern und Reiseberichte)

**Geselliger Kreis „St. Hedwig“**

wöchentlich dienstags um 14 Uhr im  
Pfarrzentrum St. Hedwig (Unterhaltung, Spiele, Singen)  
Pfarrei St. Hedwig, Am Galgenberg, Kulmbach:  
Tel. 09221/7961

**Seniorenachmittage der  
Evang.-Luth. Kirchengemeinde Friedenskirche**  
Kemmetweg 1, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/4202  
jeden 3. Dienstag im Monat ab 14.30 Uhr

**Seniorenprogramm der  
Evang.-Luth. Kirchengemeinde Auferstehungskirche**  
Diakon Günther Wagner  
Sesselmannstr. 2, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/6909832  
Seniorenachmittage, Halbtagesausflüge am letzten Dienstag  
im Monat – Bibelstammtisch, Kirchenradeln, Zauberharfen  
und weitere Aktionen auf Anfrage

**Gesellige Seniorenachmittage der  
Evang.-Luth. Kirchengemeinde Kulmbach-Kreuzkirche**  
Tilsiter Str. 35  
95326 Kulmbach  
Tel. 09221/76207

**KAB-Senioren im Landkreis Kulmbach**  
Seniorenbeauftragte des KAB-Kreisverbandes  
"Lichtenfels, Coburg, Kulmbach": Frau Helene Seidel  
Tel. 09221/84936, Fax 09221/5472 oder Fax di. 09221/7962,  
Handy 0160/7771152  
Email: helene\_seidel@gmx.de  
KAB-Stammtisch jeden 3. Donnerstag im Monat um 19 Uhr  
im Café Sternstunde, Friedhofstraße 4, Kulmbach.  
Organisation verschiedener monatlicher und jährlicher  
Angebote und Aktivitäten.

## Seniorenclubs in den Gemeinden des Landkreises

**Berndorf:**  
**Seniorenkreis der Ev.-Luth. Kirche**  
Tel. 09228/99134

**Grafengehaig:**  
**Seniorenbeauftragter der Marktgemeinde Grafengehaig**  
Herr 1. Bürgermeister Werner Burger, Hauptstr. 19,  
95356 Grafengehaig

**Guttenberg:**  
**„Frohe Runde“ Seniorenclub der Ev. Kirche**  
Frau Bärbel Peschel, Jahnstraße 3, Tel. 09225/532  
oder Frau Inge Laaber, Hauptstraße 9, Tel. 09225/6332  
1 x monatlich samstags, Termine stehen im ev. Gemeindebrief

**Seniorenbeauftragter der Gemeinde Guttenberg**  
Herr 1. Bürgermeister Eugen Hain, Vogtendorfer Str. 7,  
95358 Guttenberg

**Harsdorf:**  
**Evang. Kirchengemeinde Harsdorf**  
An der Kirche 16, 95499 Harsdorf

**Seniorentreff „Aktive Begegnung“ Harsdorf**  
(1 x im Monat)  
Auskunft bei Pfarrerin Marie-Luise Matt-Fröhlich,  
An der Kirche 16, Harsdorf  
Tel. 09203/388

### **Seniorenbeauftragter der Gemeinde Harsdorf**

Herr 1. Bürgermeister Günther Hübner, Am Lerchenbühl 2,  
95499 Harsdorf

### **Himmelkron:**

#### **Seniorenclub des Kindergarten- und Diakonievereins Himmelkron**

Frau Helga Engelhardt, Berliner Weg 4, Tel. 09227/5023

#### **Seniorenkreis des Diakonievereins Lanzendorf,**

1. Vorsitzende Frau Pfarrerin Almut Weisensee, Laitscher  
Weg 2, Lanzendorf, 95502 Himmelkron, Tel. 09273/489

2. Vorsitzende Frau Waltraud Aßmann, Gartenstr. 6,  
Lanzendorf, 95502 Himmelkron, Tel. 09273/1436

Seniorenkreis immer am 1. Montag im Monat (nicht im  
Januar, Juli und August) im Evang. Gemeindehaus  
Lanzendorf von 14-16.30 Uhr

#### **Seniorenbeauftragte der Gemeinde Himmelkron**

Frau Heide Bächer

Markgrafenstr. 24, 95502 Himmelkron

Tel. 09227/5711

Sprechstunden nach telefonischer Vereinbarung

### **Kasendorf:**

#### **Seniorenkreis der Ev.Luth. Kirche**

immer letzter Dienstag „geselliger Nachmittag“

in den ersten drei Quartalen des Jahres

Tel. 09228/246

#### **Seniorenbeauftragte des Marktes Kasendorf**

Frau Hannelore Hanel, Erlengrund 6, 95359 Kasendorf

### **Kirchleus:**

#### **Senioren-Seniorinnen-Kreis der Ev. Luth. Kirchengemein- den Kirchleus und Gössersdorf**

Pfarramt, Kirchleus 35, Tel. 09221/81266,

Fax 09221/879248

Frau Gertraud Schuster, Lösau 18, Tel. 09221/81958

Frau Gudrun Passing, Oberdornlach 1, Tel. 09221/3877

### **Ködnitz:**

#### **Seniorenkreis der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Untersteinach und Fölschnitz**

Frau Pfarrerin Kathrin Klinger, Roßbachleite 28,

95346 Stadtsteinach, Tel. 09225/800 685

und/oder Evang.-Luth. Pfarramt Untersteinach,  
Kirchplatz 3, 95369 Untersteinach

Frau Pfarrerin Kathrin Klinger, Tel. 09225/208

#### **Seniorenbeauftragte der Gemeinde Ködnitz**

Frau Barbara Semlinger, Heinrich-Taubenreuther-Str. 20,

95361 Ködnitz

### **Kupferberg:**

#### **BKR Seniorenclub Kupferberg**

Frau Gunda Heiß

Schieferberg 13, Tel. 09227/6723

#### **Kath. Frauenkreis „St. Vitus“ Kupferberg**

Frau Inge Schiffauer, Schieferberg 1, Tel. 09227/1710

#### **Hospitalstiftung Kupferberg, jährlicher Seniorenausflug**

#### **Seniorenbeauftragte der Stadt Kupferberg**

Frau Johanna Rattler, Marktplatz 5, 95362 Kupferberg

**Limmersdorf:**

**Seniorenkreis der Ev.Luth. Kirche**  
Tel. 09228/1638

**Ludwigschorgast:**

**Altennachmittage der Katholischen Pfarrei**  
Hauptstr. 26, Tel. 09227/6442 u. 09227/972047

**Altennachmittage der Marktgemeinde**  
Hauptstr. 50, Tel. 09227/305 oder 09227/1642

**Seniorenbeauftragter des Marktes Ludwigschorgast**  
Herr Fred Popp, an der Arnitz 5, 95364 Ludwigschorgast

**Mainleus:**

**Martinstreff (Seniorenkreis) der Ev.Luth. Kirche Mainleus**  
Tel. 09229/7067  
Treffpunkt: Martinshaus Mainleus, Friedhofstr. 12  
Jeweils letzter Mittwoch im Monat von 14-16 Uhr

**Seniorentreff im Mehrgenerationenhaus  
Mainleus-AWO Bürgerzentrum**  
Tel. 09229/975075 oder 09229/7571  
Treffpunkt: Mehrgenerationenhaus Mainleus-AWO Bürgerzentrum, Mühlstr. 3, Di. 14.00-17.00 Uhr

**Diakonieverein der Evang.-Luth. Kirchengemeinden**  
Mainleus-Buchau-Gärtenroth-Schwarzach-Veitlahm-Willmersreuth e.V., Hornschuchstr. 16, Mainleus,  
Tel. 09229/7260

**Seniorenachmittage der Kath. Kirchengemeinde**  
Weberstr. 40, Tel. 09229/9540

**Seniorenbeauftragter des Marktes Mainleus**

Herr Ernst Wagner, Gartenstr. 18, 95336 Mainleus  
Stellvertreter: Frau Marianne Kolb, Buchau 117, Mainleus

**Mannsflur:**

**Seniorenclub des Bayer. Roten Kreuzes**  
Tittusstraße 2, Herr Reinhard Eckert

**Marktleugast/Marienweiher:**

**Seniorenachmittage der Kath. Kirchengemeinde**  
Marienweiher 3, Marktleugast, Tel. 09255/94632

**Seniorenbeauftragter des Marktes Marktleugast**  
Herr stv. Landrat Manfred Huhs, Webergasse 9,  
95352 Marktleugast, Tel. 09255/1229

**Marktschorgast:**

**Seniorenkreis der Katholischen Pfarrei**  
Marktplatz 1, Tel. 09227/73205

**Seniorenbeauftragter der Marktes Marktschorgast**  
Herr 1. Bürgermeister Hans Tischhöfer, Marktplatz 17,  
95509 Marktschorgast

**Neudrossenfeld:**

**Seniorencommunity Neudrossenfeld**  
Vorsitzende Frau Hermine Wölfel, Waldauer Straße 10,  
95512 Neudrossenfeld, Tel. 09203/91271  
Schützenhaus „Die alten Treuen“

**Seniorenbeauftragter der Gemeinde Neudrossenfeld**  
Herr Alfred Wild, Untergräfenthal 5, 95512 Neudrossenfeld

#### **Neuenmarkt:**

##### **Bund der Ruhestandsbeamten und Hinterbliebenen**

Frau Dorothea Promeuschel, Alte Siedlung 7  
95339 Neuenmarkt, Tel. 09227/6148

##### **Diakonie-Verein**

##### **Neuenmarkt-Trebgast-Wirsberg-Harsdorf e.V.**

Kirchplatz 3, 95367 Trebgast  
Auskunft: Pfarrer Peter Ahrens, 1. Vorsitzender  
Tel. 09227/5075

##### **Seniorenbeauftragter der Gemeinde Neuenmarkt**

Herr Jürgen Hahn, Laubenstr. 38,  
95339 Neuenmarkt, Tel. 09227/5059

#### **Presseck:**

##### **Seniorenkreis der Ev.Luth. Kirche**

Fabrikstr. 6, 95355 Presseck, Tel. 09222/320

##### **Seniorenclub der Kath. Kuratie Presseck**

Wartenfels 144, Tel. 09223/219

##### **Seniorenbeauftragte des Marktes Presseck**

Anni Reuther, Reichenbach 30, 95355 Presseck  
Tel. 09262/7950

#### **Rugendorf:**

##### **Seniorenclub des Bayer. Roten Kreuzes**

Haus der Jugend, Tel. 09221/97450

##### **Seniorenbeauftragte der Gemeinde Rugendorf**

BRK Sozialdienst, Frau Doris Held, Mühlleite 18, 95365  
Rugendorf

VdK Rugendorf, Herr Friedrich Rösch

Poppenholz 5, 95365 Rugendorf

#### **Schwarzach/Willmersreuth:**

##### **Besuchsdienst der Evang. Kirchengemeinden Schwarzach und Willmersreuth**

Kontakt über Evangelisches Pfarramt  
Pfarrgasse 8, Schwarzach  
Tel. 09229/207  
Email: kirche-schwarzach@gmx.de

##### **Johannistreff 60, Treffpunkt für Senioren alle 4 Wochen**

Kontakt über Evangelisches Pfarramt Schwarzach  
Pfarrgasse 8, 95336 Mainleus  
Tel. 09229/207  
Email: kirche-schwarzach@gmx.de  
Jahresprogramm unter:  
[www.dekanat-kulmbach.de/UnsereGemeinden/Schwarzach](http://www.dekanat-kulmbach.de/UnsereGemeinden/Schwarzach)

#### **Stadtsteinach:**

##### **Seniorenkreis der Evang.-Luth. Kirchengemeinde Stadtsteinach**

Frau Pfarrerin Kathrin Klinger  
Roßbachleite 28, 95346 Stadtsteinach  
Tel. 09225/800685  
u./o. Evang. Luth. Pfarramt Untersteinach,  
Kirchplatz 3, 95369 Untersteinach  
Pfarrerin Kathrin Klinger, Tel. 09225/208

##### **Seniorenclub des Bayer. Roten Kreuzes Stadtsteinach**

Frau Hermine Geier  
Ziegelhütte 13, 95346 Stadtsteinach, Tel. 09225/1658

**Senioren-gemeinschaft der AWO Stadtsteinach**

Frau Marga Fichtner  
Hammergrundstr. 20a, 95346 Stadtsteinach  
Tel. 09225/6452

**Seniorenweihnachtsfeier der Stadt Stadtsteinach**

Marktplatz 8, Tel. 09225/9578-0

**Senioren-sprecher der Stadt Stadtsteinach**

Herr Franz Schrepfer  
Richard-Wagner-Str. 17, 95346 Stadtsteinach  
Tel. 09225/96117  
Senioren-sprechstunde im Rathaus nach Bekanntgabe in  
der Presse oder nach persönlicher Vereinbarung.  
Stellvertreter: Herr Winfried Hempfling, Bachstr. 1,  
95346 Stadtsteinach, Tel. 09225/6507

**Thurnau:****Senioren-kreis der Kirchengemeinde St. Marien**

Badersbergstr. 7, 95349 Thurnau  
Tel. 09228/295  
jeden 2. Dienstag im Monat um 14 Uhr im Gemeinderaum

**Senioren-gemeinschaft der AWO Thurnau**

Frau Waltraud Reinhardt  
Rottlersreuth 11, 95349 Thurnau  
Tel. 09228/1724  
1 x im Monat Zusammenkunft oder Ausflug

**Bund der Ruhestandsbeamten**

Herr Heinz Blankenburg  
Berndorf 54, 95349 Thurnau, Tel. 09228/7376

**Frauen- und Seniorenkreis, Thurnau**

Tel. 09228/97770

**Ökumenischer Besuchsdienstkreis  
im AWO-SeniorenDorf „Kirschenallee“, Thurnau**

Herr Hoderlein, Kirschenallee 8, Thurnau  
Tel. 09228/9967-0  
Frau Ederer/Frau Herrmannsdörfer  
Tel. 09228/9967-163  
Dekanat Thurnau:  
Frau Bialas-Müller, Hutschdorfer Str. 2, Thurnau  
Tel. 09228/5352

**Seniorenbeauftragte des Marktes Thurnau**

Frau Gisela Sesselmann, Leesau 15, 95349 Thurnau  
Tel. 09228/1304

**Trebgast:****„Kaffeetreff“ der Ev.-Luth. Kirche**

Kirchplatz 3  
Tel. 09227/5075

**Arbeiterwohlfahrt Ortsverband Trebgast****Bastelgruppe:**

Frau Wiltrud Burger  
Am Sommeracker 12 a, 95367 Trebgast  
Tel. 09227/4662

**Tanzgruppe:**

Frau Gisela Muskulus  
Lettenweg 20, 95367 Trebgast  
Tel. 09227/5371

**Diakonie-Verein Neuenmarkt-Treggast-Wirsberg-Harsdorf e.V.**

Kirchplatz 3, 95367 Treggast

Auskunft:

Pfarrer Peter Ahrens, 1. Vorsitzender, Tel. 09227/5075

**VdK Ortsverband Treggast „Kaffeeklatsch“**

**1. Donnerstag im Monat, 14.00 Uhr (siehe Treggaster Veranstaltungskalender)**

Frau Ute Blobner, Lindauer Str. 33, 95367 Treggast

Tel. 09227/4001

**Seniorenbeauftragte der Gemeinde Treggast**

Frau Heidrun Kolb, Hangstr. 10, 95367 Treggast

**Untersteinach:**

**Seniorenkreis der Ev.-Luth. Kirchengemeinde**

**Untersteinach und Fölschnitz**

Frau Pfarrerin Kathrin Klinger

Roßbachleite 28, 95346 Stadtsteinach

Tel. 09225/800 685

und/oder Evang.-Luth. Pfarramt Untersteinach

Kirchplatz 3, 95369 Untersteinach

Frau Pfarrerin Kathrin Klinger, Tel. 09225/208

**Seniorenkreis der AWO**

Frau Ingrid Burges

Goethestr. 7, 95369 Untersteinach, Tel. 09225/468

Einmal jährlich Seniorennachmittag d. Gem. Untersteinach.

Jeden 3. Dienstag im Monat (14-16.30 Uhr)

„Seniorenkreis im Mesnerhaus“

Jeden 2. Mittwoch im Monat „Seniorenausflug“ AWO

Jeden 4. Mittwoch im Monat „Gemütliches Beisammensein der Senioren“ im AWO-Treff

**Seniorenbeauftragte der Gemeinde Untersteinach**

Frau Ingrid Burges, Goethestr. 7, 95369 Untersteinach

**Veitlahm:**

**Seniorenclub der Ev. Kirchengemeinde Veitlahm**

Frau Elsa Richter, Hainleite 7, Veitlahm, Tel. 09229/1396

1 x monatlich im Reitercasino Wernstein

**Wartenfels:**

**Seniorentreff der Katholischen Pfarrgemeinde Wartenfels**

1 x monatlich, Tel. 09223/219

**Wirsberg:**

einmal jährlicher Seniorennachmittag

der Marktgemeinde im Saal des Waldhotels Hubertushof

Auskunft: Markt Wirsberg, Tel. 09227/9320

**Seniorenclub Wirsberg**

Regelmäßiger Treff an jedem ersten Mittwochnach-

mittag im Monat. Auskunft bei Frau Meta Hohner

Hegnichweg 13, 95339 Wirsberg, Tel. 09227/6474

**Diakonieverein**

**Neuenmarkt-Treggast-Wirsberg-Harsdorf e.V.**

Kirchweg 2, 95339 Neuenmarkt

Auskunft bei Pfarrer H-P. Ahrens,

Kirchplatz 2, Treggast, Tel. 09227/5075

Stationsleitung Wirsberg: Frau Weinlein, Tel. 09227/9887

### **Aktion Verschnaufpause**

Betreuungsgruppe für Demenzpatienten oder Menschen mit körperlicher Einschränkung.

Auskunft:

Diakoniestation Wirsberg, Rathausplatz 2,  
Tel. 09227/9888 oder 9887

### **VdK-Ortsverband Wirsberg Seniorenbetreuung**

Ansprechpartnerin:

Frau Irmgard Ackermann,  
Hegnichweg 9, 95339 Wirsberg,  
Tel. 09227/1591

### **Seniorenbeauftragter des Marktes Wirsberg**

Herr 1. Bürgermeister Hermann Anselstetter,  
Sessenreuther Str. 2, 95339 Wirsberg,  
Tel. 09227/9320

### **Wonsees:**

#### **Gemeindetreff im Gemeindehaus**

Treffen: jeden dritten Donnerstag im Monat  
jeweils um 15 Uhr

Verschiedene Themenbereiche

Ansprechpartnerin:

Frau Pfarrerin Sprügel, Tel. 09274/95017

#### **Seniorenbeauftragter des Marktes Wonsees**

Herr 1. Bürgermeister Günther Pfändner,  
Marktplatz 4  
96197 Wonsees  
Tel. 09274/213

## **Hotelkomfort im eigenen Bett**

Beim Wort „Altersheim“ denken manche immer noch an trostlose, enge Kammern, in denen sich niemand so recht wohlfühlen kann. Das stimmt schon lange nicht mehr.

Heute bemühen sich alle Einrichtungen, ihren Bewohnern den Aufenthalt angenehm und wohnlich zu gestalten. Zum Teil dürfen eigene Möbel mitgebracht werden, die Sanitärräume und private Kochgelegenheiten erinnern an eine eigene Wohnung.

Der wesentliche Vorteil ist, dass Sie von Alltagspflichten befreit sind und im Krankheitsfall gut versorgt werden. Ohne weite Wege können Sie neue Kontakte knüpfen und gemeinsam mit Ihren Freunden etwas unternehmen. Freizeitangebote für jeden Geschmack und jedes Wetter sind vorhanden.

Zudem gibt es inzwischen auch Alternativen zum Seniorenheim in Form von Betreuten Wohnanlagen und Wohngemeinschaften für Senioren. Während man in der Betreuten Wohnanlage in einer eigenen abgeschlossenen Wohnung lebt, also seine „eigenen vier Wände“ hat, teilt man sich in der Wohngemeinschaft die Gemeinschaftsräume wie Küche, Essbereich und Wohnzimmer mit mehreren Mitbewohnern.



## Seniorenheime

Ansprechpartner für Bewohnerinnen und Bewohner und deren Angehörigen ist der Fachbereich für Pflege- und Behinderteneinrichtungen – Qualitätsentwicklung und Aufsicht (vormals Heimaufsicht) – des Landratsamtes Kulmbach, Tel. 09221/707-610.

AWO Heiner-Stenglein-Senioren- und Pflegeheim  
Am Rasen 1, 95326 Kulmbach,  
Tel. 09221/7841

AWO Karl-Herold-Senioren-Wohnanlage  
Johann-Brenk-Str. 4 + 5, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/7784

AWO Bürgerhospital St. Elisabetha  
Spitalgasse 7 und 15, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/940-404

Evangelisches Wohnstift Alten- und Pflegeheim  
Tilsiter Str. 33, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/90550, Fax 09221/905529  
E-Mail: wohnstift@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de

Seniorenwohnanlage Mainpark – Pflegeeinrichtung –  
Schwedensteg 8, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/827350, Fax 09221/8273545  
Email: mainpark@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de

BRK-Dr.-Julius-Flierl-Seniorenheim  
Lehenweg 3, 95352 Marktleugast, Tel. 09255/809-0

AWO SeniorenWohnPark Rosengarten  
Wirsberger Straße 6, 95339 Neuenmarkt  
Fertigstellung: Frühjahr 2010

Caritas-Alten- und Pflegeheim St. Marien  
Frankenstr. 7, 95346 Stadtsteinach, Tel. 09225/980-0

AWO Seniorendorf Kirschenallee  
Kirschenallee 8, 95349 Thurnau, Tel. 09228/9967-0

Pro-Seniore Residenz Wirsberg  
Kosertal 27, 95339 Wirsberg, Tel. 09227/95109, Fax 09227/951499  
Email: wirsberg@pro-seniore.com

## Betreutes Wohnen (im räumlichen und organisatorischen Verbund mit Seniorenheimen)

AWO Karl-Herold-Senioren-Wohnanlage  
Johann-Brenk-Str. 4 + 5, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/7784

Seniorenwohnanlage Mainpark – Pflegeeinrichtung –  
Schwedensteg 8, 95326 Kulmbach  
Tel. 09221/827350, Fax 09221/8273545  
Email: mainpark@diakonie-kulmbach.de  
www.diakonie-kulmbach.de

AWO Seniorendorf Kirschenallee  
Kirschenallee 8, 95349 Thurnau, Tel. 09228/9967-0

AWO SeniorenWohnPark Rosengarten  
Wirsberger Straße 6, 95339 Neuenmarkt  
Fertigstellung: Frühjahr 2010

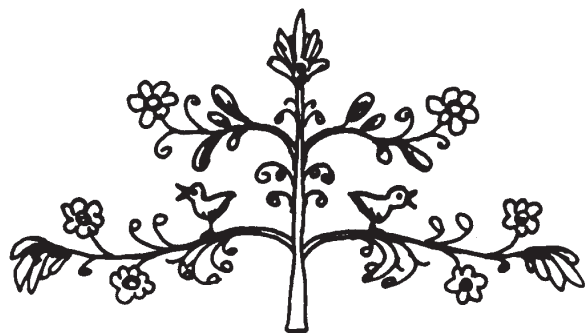
## Wohngemeinschaft für Senioren

„Wohnen am Park“  
Selbstbestimmtes Wohnen im Alter  
„Villa Stammberger“  
Weltrichstraße 3, 95326 Kulmbach  
Bayerisches Rotes Kreuz Kreisverband Kulmbach  
Flessastraße 1, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/9745-0

Ab Dezember 2009 ist mit der „Villa Raps“, Flessastr. 1 a, 95326 Kulmbach, ein weiteres Gebäude bezugsfertig.  
Ansprechpartner für Interessenten ist hier ebenfalls das Bayerische Rote Kreuz, Kreisverband Kulmbach.

Das Konzept beider Häuser zielt in erster Linie auf rüstige Senioren ab, denen die eigene Wohnung zu groß ist, ein Heim jedoch nicht in Frage kommt.

Zusätzliche Pflegeleistungen können jederzeit individuell hinzugebucht werden.



## Leben bis zuletzt Der Hospiz-Verein Kulmbach e.V.

Über 80% aller Patienten sterben in Krankenhäusern, Alters- und Pflegeheimen. Diese Einrichtungen sind damit zu den wichtigsten Sterbeorten geworden, obwohl sie vom Auftrag her ein ganz anderes Ziel haben.

In vielen Bereichen wird heute schon versucht, möglichst gut auf die Bedürfnisse Sterbender einzugehen. Oft lassen jedoch äußere Gegebenheiten dies nicht im erforderlichen Umfang zu. Hier setzt die Hospizarbeit ein:

Der Hospiz-Verein möchte

- wieder ein Sterben im Kreis der Familie in vertrauter Umgebung ermöglichen;
- telefonisch jederzeit erreichbar sein;
- in Zusammenarbeit mit Ärzten und bereits bestehenden Diensten dazu beitragen, dass der Schwerstkranke, dessen Leben dem Ende zugeht, seine Situation annehmen kann;
- dabei helfen, dass Sterbende leben können bis zuletzt;
- Angehörige in ihrer Trauer unterstützen und begleiten.

### Kontaktadresse:

Hospiz-Verein-Kulmbach e. V.  
Waaggasse 5, 95326 Kulmbach, Tel. 09221/924739  
Mobil: 0172/8516096, [www.hospiz-kulmbach.de](http://www.hospiz-kulmbach.de)  
Bürozeiten: Montag bis Freitag, 10 bis 12 Uhr

## Reden ist Silber, sich freuen ist Gold

Auf den vorausgehenden Seiten haben Sie eine ganze Reihe von Anlaufstellen kennen gelernt, an die Sie sich bei verschiedenen Problemen wenden können. Das soll natürlich nicht bedeuten, dass nur von Behörden und Wohlfahrtsverbänden Hilfe möglich ist.

Das Leben in der Gemeinschaft ist erst durch menschliche Kontakte besonders schön. Dazu gehört, dass Sie die Beziehungen zu Familienangehörigen und Freunden in der näheren und weiteren Umgebung nicht abreißen lassen. Auch wenn die jüngere Generation manchmal andere Bedürfnisse hat und Kinder gerne laut und ausgelassen toben, sollten Sie sich nicht von Menschen anderer Altersgruppen abwenden.

Vielleicht liegt das geringe Verständnis füreinander nur daran, dass jeder ein bisschen Angst hat, von seinen eigenen Sorgen und Wünschen zu sprechen. Auch geduldiges Zuhören ist eine Kunst, und ein junger Mensch meint schnell, dass er dafür keine Zeit hat. Diese Ausrede sollten wir niemals gebrauchen.

Wer Augen und Ohren offen hält, erkennt leichter, wie er anderen Menschen Freude machen könnte. Eine junge Familie freut sich, wenn in den Sommerferien jemand die Zimmerpflanzen gießt und das Haustier füttert. Eine andere Mutter wünscht sich eine zuverlässige Person, die manchmal das schlafende Baby bewacht oder größere Kinder am Spielplatz beaufsichtigt.

Andererseits ist es auch wichtig, dass Sie Ihre eigenen Wünsche und Anregungen nicht für sich behalten. Schlagen

Sie einfach selbst vor, welchen Tagesausflug Sie mit dem Seniorenclub unternehmen möchten. Vielleicht würden Sie gerne am Abend noch einen Diavortrag besuchen, wenn es eine Mitfahrgelegenheit für den Heimweg gäbe. Fragen Sie doch in der Nachbarschaft, wer Sie am Abend nach Hause begleiten oder abholen kann.

Es gibt viele Dinge, womit wir einander helfen und uns gegenseitig Freude bereiten können. Es gehört eine gewisse Begaubung dazu, die geheimen Wünsche anderer Menschen zu erraten. Aber Sie dürfen auch einen kleinen Tipp geben, wenn Sie zum nächsten Festtag statt Naschereien lieber die Gebühr für einen Hobbykurs oder eine kleine Reise geschenkt bekommen möchten.

Nicht alle Wünsche lassen sich mit Geld erfüllen. Wahres Glück finden wir, wenn wir uns zusammen mit anderen Menschen freuen und mit dem eigenen Schicksal zufrieden sein können. Es gibt kein Patentrezept dafür. Aber die Gedanken und Vorschläge in diesem Heft mögen Ihnen eine kleine Hilfe dabei sein.

## STICHWORTVERZEICHNIS

Aktion „Demenzhelfer“ (Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.)	24	Geriatrische Rehabilitation	53
Aktion „Pflegepaten“ (AWO)	22	Grundsicherung	38
Aktion „Verschnaufpause“ (Diakoniestation Wirsberg)	82	Hallenbad	10
Aktion „Zeit haben“ (Diakonie)	25	Haushaltshilfe	31
Allgemeine Soziale Beratung	28	Heimaufsicht	84
Badesee	10	Hilfe zum Lebensunterhalt	38
Behindertenbeauftragter	45	Hobby	15
Behinderung	43	Hospizverein	87
Beratungs- und Betreuungsdienste	18	Klinikum Kulmbach	53
Betreuungsgericht	51	Kurzzeitpflege	60
Betreuungsrecht	49	Mehrgenerationenhäuser	28 / 63
Betreuungsstelle	51	Patientenverfügung	51
Betreuungsvereine	51	Pflegebedürftigkeit (Hilfe zur Pflege)	54
Betreuungsverfügung	50	Pflegegeld	37
Bewegung	6	Private Krankenversicherung	30
Diät, Diabetes- und Schonkost	33	Reisen	12
Essen auf Rädern	33	Rente	41
Fachklinik Stadtsteinach	53	Rezeptgebühr	40
Fahrdienste	62	Rundfunk- und Fernsehgebühren	39
Freibad	11	Schuldnerberatung	40
		Schwerbehindertenausweis	43

Selbstbestimmtes Wohnen im Alter	86
Selbsthilfegruppe	63
Seniorenbeauftragte	ab 65
Seniorenbeirat	65
Seniorenclub	71
Seniorenkantorei	69
Seniorenheim / Wohnen im Alter	84
Seniorentreff	63
Sicherheit	48
Sozialstations-Leistungsangebote	56
Sozialrabatt der e.on Bayern	40
Sport	7
Sport für Herzkranken	8
Tagespflege	61
Telefon	46
Telefongebühr	40
Telefonseelsorge	47
Volkshochschule	16
Vormundschaftsgericht jetzt Betreuungsgericht	51
Vorsorgevollmacht	50
Wohngeld	36



Die Zeit  
genießen!



Jeder Mensch hat etwas, das ihn antreibt.

Wir machen den Weg frei.

Sie wollen sich auch im Alter immer wieder neu überraschen lassen? Sprechen Sie mit uns, wir passen Ihre Finanzen Ihren persönlichen Wünschen an, damit Sie das Leben genießen können.  
[www.kulmbacher-bank.de](http://www.kulmbacher-bank.de)

*die*  
**Kulmbacher Bank eG**  
«Kompetenz - Vertrauen - Sympathie»



Der richtige Partner an Ihrer Seite. Zuverlässig, freundlich, fair.

 **Sparkasse  
Kulmbach-Kronach**

In finanziellen Dingen braucht man einen zuverlässigen Partner an seiner Seite – einen, dem man vertraut und der einem ein sicheres Gefühl gibt. Ob Sparen, Geldanlage oder wichtige Vermögensfragen: Wir nehmen uns gerne die Zeit, um Sie bei allen Ihren finanziellen Wünschen umfassend zu beraten. Sprechen Sie gleich vertrauensvoll mit uns! **Wenn's um Geld geht – Sparkasse.**