

Älter werden in Frankfurt (Oder)



cityTREFF bez granic

Netzwerkstelle für
deutsch-polnische Seniorenarbeit
Polsko-Niemiecki Punkt
Współpracy na rzecz Seniorów

Slubicer Str. 8 in 15230 Frankfurt (Oder)
Tel.: +49 151 43 14 35 76
E-Mail: info@arle-ffo.de



Deutsch-Polnisch gesellig unterwegs

Ausflüge, Singen, Sprachkurse im Tandem, Wanderungen, Lesungen,
generationsübergreifende Kultur- und Bildungsangebote, Kreativwerkstätten und vieles mehr!



Die Deutsch-Polnische Seniorenakademie als Brücke der Verständigung und des Wissenstransfers zwischen den Völkern ist Teil des Netzwerkes der ARLE gGmbH mit dem Seniorenbeirat der Stadt Frankfurt (Oder).

Programme für alle Veranstaltungen sind im cityTREFF erhältlich und unter www.arle-ffo.de

Die ARLE gGmbH ist aktiv auf den Gebieten der Kunst und Kultur, der internationalen Gesinnung und Völkerverständigung, Denkmalpflege und des Denkmalschutzes. Diese Satzungsziele werden im Rahmen verschiedener Projekte entwickelt und gelebt.

Arbeiten und Leben in historischen Gebäuden gGmbH
Heinrich-Hildebrand-Straße 20 b, 15232 Frankfurt (Oder)



in historischen Gebäuden
gemeinnützige GmbH

Vorwort des Beigeordneten für Jugend, Soziales und Gesundheit

**Liebe Seniorinnen und Senioren,
liebe Frankfurterinnen und Frankfurter,
liebe Gäste unserer
europäischen Doppelstadt,**

Ich freue mich, dem mir gegenüber vielfach geäußerten Wunsch nach einer Neuauflage des bewährten Seniorenwegweisers Rechnung tragen zu können und Ihnen die 5. Auflage des Wegweisers zu präsentieren.

Sie werden beim Lesen viele interessante Angebote, die das Leben in unserer schönen Stadt Frankfurt (Oder) attraktiver und lebenswerter machen, finden.

Eine breite Palette von Angeboten, die zu Aktivitäten, Geselligkeit, Sport und Erholung einladen, sind im Wegweiser zu entdecken. Aber auch Informationen, die Ihnen den Alltag erleichtern, Ihnen helfen die geeignete Wohnform zu finden, sowie Rat und Hilfe zu erhalten, können Sie dem Wegweiser entnehmen.

Sie finden zahlreiche Angebote, die der Gesunderhaltung dienen, zur sportlichen oder kulturellen Betätigung animieren und die dazu notwendigen Kontaktdaten zu Anbietern und Einrichtungen, die diese Angebote vorhalten.



Der Wegweiser ist ein Ausdruck dafür, dass wir dem Anspruch eine lebensbejahende Stadt für alle Bürgerinnen und Bürger sein zu wollen mit Leben erfüllen, indem wir eine soziale Infrastruktur vorhalten und unterstützen, die sich sehen lassen kann.

Ich freue mich auch künftig über Ihr aktives Mittun für unsere Stadt und bin dankbar für Ihre Anregungen und Hinweise, die dazu beitragen, dass Sie sich in unserer schönen Stadt wohl und geborgen fühlen.

Herzlichst

Jens-Marcel Ullrich

Beigeordneter für Jugend, Soziales und Gesundheit

Vorwort des Vorsitzenden des Seniorenbeirates

Liebe Frankfurter Seniorinnen und Senioren,

mit der Neuauflage des Seniorenwegweisers wird der vielfach geäußerte Wunsch nach einem aktuellen, auf die Bedürfnisse von Seniorinnen und Senioren zugeschnittenen Ratgeber erfüllt. Seit der letzten Ausgabe im Jahre 2016 haben sich viele Veränderungen bei Behörden, Institutionen, Gesundheits- und Sozialeinrichtungen und Unternehmen vollzogen, die eine überarbeitete Neuauflage dringend erforderlich machten. In den nächsten Jahren wird sich der prozentuale Anteil der Seniorinnen und Senioren an der Gesamtbevölkerung in Frankfurt (Oder) weiter erhöhen. Der Ratgeber soll dazu beitragen, den vielfältigen Bedürfnissen und Wünschen der Seniorinnen und Senioren noch besser zu entsprechen. Er bietet umfangreiche Informationsmöglichkeiten um Ansprechpartner im Gesundheits-, Sozial-, Kultur- und Bildungsbereich zu finden. Für die Teilhabe am Leben in unserer Stadt sind insbesondere auch Informationen zur Altenpflege und -betreuung, sowie geeignetem und altersgerechtem Wohnraum wichtig. Frankfurt (Oder) verfügt bereits über ein breit gefächer-



tes Betreuungs- und Dienstleistungsangebot für Menschen im höheren Lebensalter. Unser Bemühen ist es, auf einfache und übersichtliche Weise die richtigen Informationen zu Kontakten für die verschiedensten Lebenssituationen zu geben. Der Seniorenratgeber möge ein hilfreiches Instrument bei der Bewältigung des Alltages und der Gestaltung des Lebens in unserer Stadt sein.

Ich danke allen, die an der Neuauflage des Seniorenratgebers mitgewirkt haben.

Dr. Frank Mende

Vorsitzender des Seniorenbeirates der Stadt Frankfurt (Oder)

Ihre Broschüre als Flipping-Book:



- leicht zu blättern
- übersichtlich
- auch mobil!



Vorwort des Beigeordneten für Jugend, Soziales und Gesundheit	1
--	----------

Vorwort des Vorsitzenden des Seniorenbeirates	2
--	----------

Aktiv älter werden	7
Freizeit – Begegnung – Geselligkeit	7
Seniorenbeirat der Stadt Frankfurt (Oder)	7
Angebote der Volkshochschule	8
Seniorentreffpunkte und Veranstaltungen	8
Sportvereine	13
Reisen und Erholung	16
Freiwillig engagieren im Alter?!	16

Praktische Alltagshilfen	17
Essen auf Rädern	17
Haus-Notruf-Dienst	17
Einkaufen, Putzen, Waschen, Bügeln	18
Sozialkaufhaus	18
Kleiderkammer	18
CARIsatt-Laden	19
Haustierbetreuung	19

Beratungsangebote für alle Lebenslagen	20
Beratung und Informationen	20
Pflegestützpunkt	20
Schuldner- und Insolvenzberatung	21

Inhaltsverzeichnis

Selbsthilfegruppen	22
Verbraucherberatung	22
Mieterverein	23
Opferberatung – Opferschutz	23
Rentenberatung	23
Kontakt- und Beratungsstelle für Angehörige von Demenzkranken	23

Fahr- und Begleitdienste **26**

Pflege und Betreuung	27
Angebote für die Pflege zu Hause	29
Leistungen im häuslichen Bereich	29
Pflegedienste	29
Tages- und Nachtpflege (teilstationäre Pflege)	32
Kurzzeitpflege	33
Verhinderungspflege	35

Hospizdienst	36
Ehrenamtlicher Hospizdienst	36
Hospiz	36

Wohnen und Pflege	37
Seniengerechter Umbau in der Wohnung und im eigenen Haus	37
Unterstützung für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes	39
Betreutes Wohnen – Service Wohnen	40
Wohngemeinschaft für Menschen mit (und ohne Demenz)	44
Pflegeheime und Seniorenzentren	45
Besondere Wohnformen – Wohnstätten für geistig Behinderte (Leistungen nach SGB IX)	47
Heimaufsicht für unterstützende Wohn-Form	47

Informationen und Beratung zu Einzelfragen	48
Wer handelt und entscheidet für mich im Notfall?	48
Rente	49
Sozialhilfe	50
Grundsicherung	50
Wohngeld	50
Frankfurt-Pass	50

Für Notfälle **51**

Inserentenverzeichnis / Impressum	U3
--	-----------

U = Umschlagseite

ALTERSGERECHTES WOHNEN BEI DER WOWI

**Älterwerden in der eigenen Wohnung,
wir sind dabei mit:**

- ⌘ sanierten, barrierearmen Wohnungen
- ⌘ ruhigen Lagen und bester Infrastruktur
- ⌘ barrierefrei zugänglichen Hochhäusern
wie zum Beispiel:
 - Winzerring 13
 - Karl-Marx-Straße 23 **#die23**
- ⌘ Wohnquartieren wie die Wollenweberstraße
- ⌘ der Wohngemeinschaft für Demenzerkrankte in der
Heilbronner Straße 12 - 13
- ⌘ Tagespflege-Angeboten in unseren Häusern:
 - Ärztehaus Leipziger Straße 53 - 54
 - Rosengasse 3
- ⌘ der Aktion „Dusche statt Wanne“
- ⌘ weiteren Alltagstipps und **MEHR**
online unter www.wowi-ffo.de/alltagshilfen

Sprechen Sie uns an, wir finden eine Lösung!



Wohnungswirtschaft Frankfurt (Oder) GmbH
Heinrich-Hildebrand-Straße 20b | 15232 Frankfurt (Oder)
Kundenzentrum Brunnenplatz | Brunnenplatz 3 - 4 | 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: +49 335 4014014 | E-Mail: vermietung@wowi-ffo.de

NACHBARSCHAFTSTREFFS UND MEHR...

- ⌘ In Gesellschaft fit bleiben
- ⌘ Mitreden & Mitgestalten

Kommen Sie vorbei!

E-Mail: kontakt@wowi-ffo.de



WOWI-Seniorentreff Süd
Juri-Gagarin-Ring 11
donnerstags 14:00 - 17:00 Uhr

WOWI-Seniorenstübchen Nord
Prager Straße 19
dienstags 14:00 - 17:00 Uhr

Gesundheitssport
Boxhalle, Robert-Havemann-Str. 7
montags 9:30 - 10:30 Uhr
dienstags 9:00 - 10:00 Uhr
10:30 - 11:30 Uhr



ARLE-cityTREFF bez granic
Slubicer Straße 8
www.arle-ffo.de

WOWI-Seniorenbeirat
cityTREFF, Slubicer Straße 8
jeden letzten Donnerstag im
Monat um 15:30 Uhr

www.wowi-ffo.de



WO WIR
EIN ZUHAUSE
GEBEN

Wir helfen
hier und jetzt.



Arbeiter-Samariter-Bund

Aktiv älter werden – der ASB unterstützt Sie gern dabei!

Wir alle möchten gern alt werden, aber dabei möglichst fit und gesund bleiben. Deshalb nutzen viele Senioren die vielfältigen Angebote, um sich regelmäßig altersgerecht sportlich zu betätigen. Unsere Therapeuten unterstützen Sie bei der Erhaltung, Wiederherstellung und Verbesserung Ihrer Beweglichkeit und anderer körperlicher Funktionen. Je nach Krankheitsbild trainieren wir mit Ihnen Kraft, Beweglichkeit, Ausdauer und Koordination, Tätigkeiten des Alltags, aber auch Ihre Konzentration, Ihre Aufmerksamkeit oder Ihr Gedächtnis.



Egal ob Physiotherapie, Ergotherapie oder Senioren- und Rehasport – in unserem Gesundheitszentrum im „ASB Vitalis“ finden Sie garantiert den richtigen Ansprechpartner!

Kontaktieren Sie uns unter:
+49 335 – 869 466 720

ASB Gesundheitszentrum Frankfurt (Oder) gGmbH
Heilbronner Straße 24
15230 Frankfurt (Oder)

www.asb-ostbrandenburg.de

Foto © Alexander Raiths, Fotolia



Caritas-Beratungszentrum Frankfurt (Oder)

- Allgemeine Soziale Beratung
- Besondere Soziale Hilfen
- Migrationsberatung
- Erziehungs- und Familienberatung
- Freiwilligenzentrum
- CARIsatt-Laden

Caritas-Haus Frankfurt (Oder)

Leipziger Str. 39 | 15232 Frankfurt (Oder)
Tel.: 0335 56 54 0

www.caritas-brandenburg.de/caritas-vor-ort

Caritas in
Brandenburg



Foto © iStock Mark P. Papas



Caritas Leben im Alter

Seniorenheim | Servicewohnen | Kurzzeitpflege | Tagespflege

Caritas-Seniorenzentrum Albert Hirsch

Prager Str. 18 a | 15234 Frankfurt (Oder)
Tel.: 0335 682 90

www.caritas-altenhilfe.de/albert-hirsch

Aktiv älter werden

Bleiben Sie auch im Alter aktiv. Suchen Sie Kontakt zu anderen Menschen, pflegen Sie Geselligkeit. Es gibt viele Möglichkeiten, das Leben im Alter zu strukturieren und ihm einen sinnvollen Inhalt zu geben.

Freizeit – Begegnung – Geselligkeit

Seniorenbeirat der Stadt Frankfurt (Oder)

Rechtsgrundlage für die Bildung eines Seniorenbeirates:
§ 6 der Hauptsatzung der Stadt Frankfurt (Oder)

Schwerpunkte der Arbeit:

- Vertretung der Interessen der Seniorinnen und Senioren der Stadt Frankfurt (Oder) gegenüber der Stadtverordnetenversammlung und der Stadtverwaltung, Beratungen mit dem Oberbürgermeister und den Dezernenten
- Kontakte zu Vertretungen von Wohnungsunternehmen und Sozialeinrichtungen sowie Seniorenorganisationen
- Planung und Gestaltung der Brandenburgischen Seniorenwoche
- Zusammenarbeit mit polnischen und belarussischen Senioren
- Unterstützung des Vorstandes der deutsch-polnischen Seniorenakademie

Mitglieder des Seniorenbeirates der Stadt Frankfurt (Oder) ab 2020

Name	Funktion	Delegierende Organisation
Dr. Frank Mende	Vorsitzender	Partei Die Linke Frankfurt (Oder)
Christian Grunow	stellv. Vorsitzender	Kreisverband der Volkssolidarität Frankfurt (Oder)
Barbara Schwabe	Vorstandsmitglied	Gewerkschaft GEW Kreisverband Frankfurt (Oder)
Renate Watzlaw	Vorstandsmitglied	Mehrgenerationenhaus Mikado
Klaus Semerau	Vorstandsmitglied	Gewerkschaft Ver.di Frankfurt (Oder)
Heinz Adler	Mitglied	Katholische Kirchengemeinde Heilig Kreuz
Larissa Bargtel	Vorstandsmitglied	Jüdische Gemeinde Frankfurt (Oder)
Hannelore Dohne	Vorstandsmitglied	WohnBau Frankfurt (Oder)
Gerhard Fengler	Vorstandsmitglied	FSV Frankfurter Seniorenverein e. V.
Peter Fritsch	Vorstandsmitglied	Evangelische Kirchengemeinde Frankfurt (Oder) – Lebus
Margarete Jur	Vorstandsmitglied	Katholische Kirchengemeinde Heilig Kreuz
Gudrun Heine	Vorstandsmitglied	AWO e. V. Brandenburg Ost
Dr. Dieter Noack	Vorstandsmitglied	Gewerkschaft Ver.di Frankfurt (Oder)
Ines Retzer	Vorstandsmitglied	ASB e. V. Ortsverband Frankfurt (Oder)
Karla Skobjin	Vorstandsmitglied	Wohnungswirtschaft GmbH Frankfurt (Oder)
Helga Wall	Vorstandsmitglied	Eisenbahn- und Verkehrsgewerkschaft

Post: 15230 Frankfurt (Oder), Logenstraße 8

Telefon: Dr. Frank Mende, Telefon: 0176 54 94 77 62, E-Mail: seniorenbeirat-ffo@mail.de

Angebote der Volkshochschule

Die Volkshochschule (VHS) der Stadt Frankfurt (Oder) hält zahlreiche Kursangebote für die unterschiedlichsten Interessengruppen bereit. Unter anderem gibt es Kurse auf den Gebieten

- Politik – Gesellschaft – Umwelt
- Familienbildung
- Kultur und Gestalten
- Gesundheit – Persönlichkeitsbildung
- Sprachen und
- Computer und Technik

Speziell für Senioren bietet die VHS Sprach- und Computerkurse am Vormittag an, aber auch Kurse in den Bereichen Gesundheitsförderung und Kreatives Gestalten/Kulturtechniken/Heimatkunde.

Nähere Informationen können Sie dem VHS-Heft, das jährlich einmal herausgegeben wird, entnehmen.

Auch im Internet finden Sie unter der Adresse:
www.vhs-frankfurt-oder.de ausführliche Informationen.

Die Fachbereichsleiterinnen beraten Sie auch gern persönlich:

Volkshochschule

Gartenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 54 20 25, Telefax: 0335 50 08 00 20

Sprachen/berufliche Weiterbildung/EDV:

Frau Christen, E-Mail: christen@vhs-frankfurt-oder.de

Politik/Gesellschaft/Umwelt/kulturelle und Gesundheitsbildung:

Frau Kurzwelly, E-Mail: kreativ@vhs-frankfurt-oder.de



Familienbildung/Eltern-Kind-Zentrum:

E-Mail: ekz@vhs-frankfurt-oder.de

Seniorenbeirat

Dr. Frank Mende, Telefon: 0176 54 94 77 62

Renate Watzlaw, Telefon: 0152 29 85 57 68

E-Mail: seniorenbeirat-ffo@mail.de

Seniorentreffpunkte und Veranstaltungen

In den vergangenen Jahren sind verschiedene Treffpunkte entstanden, an denen sich Gleichgesinnte austauschen können. Hier finden Sie neben Gemütlichkeit, Spiel, Vorträgen und Unterhaltung verschiedenste Betätigungsmöglichkeiten. Gehen Sie doch einfach einmal hin! Die folgenden Begegnungsstätten und Treffpunkte stehen allen Menschen offen:

Das MehrGenerationenHaus MIKADO

- bietet allen Generationen attraktive und bezahlbare Angebote im bildungspolitischen und freizeitpädagogischen Bereich an, die sich ganz nach dem lokalen Bedarf richten. Dazu baut das MehrGenerationenHaus MIKADO ein nachbarschaftliches Netzwerk von familiennahem Service auf, in das sich jeder mit seinen Fähigkeiten und Ideen einbringen kann.

Das Kernstück des MehrGenerationenHouses MIKADO ist das Kontaktcafé, ein Ort der Begegnung und des Austausches. Hier können Sie sich in angenehmer Atmosphäre treffen, miteinander ins Gespräch kommen und neue Kontakte knüpfen. Natürlich ist u. a. durch das tägliche Mittagsangebot auch für das leibliche Wohl gesorgt. Vom Kontaktcafé aus können Sie dann Ihre Erkundungen in das gesamte Haus unternehmen.

Einige der vielen und interessanten Angebote sind:

- eine Keramikwerkstatt zum Gestalten mit Ton,
- eine Metallwerkstatt zum Gestalten mit Metall,
- das Jugendinformations- und Medienzentrums (JIM) für alle Fragen rund um die Computer-Nutzung (Sicherheit in der PC-Nutzung, Fragen zur Technik u. w.) sowie der Bild- und Fotobearbeitung,
- die Textilwerkstatt zum Gestalten mit den verschiedensten Materialien,
- das Quartiermanagement für Ihre Anliegen im Stadtteil,
- die Kursangebote (u. a. Reha-Sport, Pilates, Rückengymnastik, Zumba, orientalischer Bauchtanz, Gesellschaftstanz)
- sowie offene Angebote, wie „Stricken und so weiter...“, der monatliche Spielenachmittag im Kontaktcafé, eine Mitnehm-Ecke für Bekleidung und Bücher im Foyer des Hauses.

Weiterhin gibt es ein breites Spektrum an Veranstaltungen, wie Reisevorträge, Lesungen, Informationsveranstaltungen, Kleinkunst- und Theatervorstellungen, Fachtagungen bzw. Kurse zu Themen wie „Alter und Pflege“ oder „Umgang mit Menschen mit Demenz“, Hausfeste (Fest der Nachbarn, Lebendiger Adventskalender), Trödelmärkte sowie das Schau-Kochen.

Unser Anliegen ist es stets, Ihnen Raum für Ihre Bedürfnisse und Interessen zu geben und Ihnen die Möglichkeit zu bieten, selber aktiv das Leben in unserem Haus mit zu gestalten und gemeinsam Spaß und Freude zu erleben.

Wir freuen uns sehr, Sie in unserem MehrGenerationenHaus begrüßen zu können.

**MehrGenerationenHaus MIKADO
Stiftung SPI NL Brandenburg Süd-Ost**

Franz-Mehring-Straße 20, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 3 87 18 90

Telefax: 0335 3 87 18 95

E-Mail: mikado@stiftung-spi.de

Internet: www.stiftung-spi.de

Öffnungszeiten Haus:

Montag – Freitag 8:00 – 19:00 Uhr

(ausgenommen sind Veranstaltungen, die an den Abenden innerhalb der Woche und an den Wochenenden stattfinden)

Öffnungszeiten Kontaktcafé:

Montag – Freitag 10:00 – 18:00 Uhr

Öffnungszeiten Jugendinformations- und Medienzentrums:

Montag – Freitag 14:00 – 18:00 Uhr





**Begegnungsstätte „Oderblick“
der Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.**

Logenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 61 01 63 84

E-Mail: frankfurt-oder@volkssolidaritaet.de

Internet: www.volkssolidaritaet.de/frankfurt-oder

Die Begegnungsstätte „Oderblick“ der Volkssolidarität bietet vielseitige Angebote im Freizeit- und im sozial-kulturellen Bereich sowie Treffpunkte von verschiedenen Interessengruppen:

- Malkreis
- Angewandte Kunst
- Seniorengymnastik
- Seniorentanz
- Chor „bella musica“
- Walkinggruppe
- Computerkurse
- Spielenachmittage
- Tanzkurs

und vieles mehr

**Seniorenstübchen „Nord“ Volkssolidarität
Frankfurt (Oder) e. V.**

Prager Straße 19 (1. Etage), 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 610 16 384 und 0335 4 01 40 14

E-Mail: frankfurt-oder@volkssolidaritaet.de

Internet: www.volkssolidaritaet.de/frankfurt-oder

- Dienstags in der Zeit von 14:00 bis 17:00 Uhr treffen sich im Seniorenstübchen „Nord“ Interessierte zum Reden, Spielen und zum gemütlichen Beisammensein.
Hier können alle Interessierte auch den Umgang mit dem Computer oder die Welt des Internet erlernen.

Seniorentreff „Süd“ Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Juri-Gagarin-Ring 11, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 610 16 384

E-Mail: frankfurt-oder@volkssolidaritaet.de

Internet: www.volkssolidaritaet.de/frankfurt-oder

- Jeden Donnerstag können sich hier in der Zeit von 14:00 bis 17:00 Uhr Interessierte zum Spielenachmittag und zu Handarbeiten treffen.

ASB-Begegnungsstätte für Senioren

Lindenstraße 18, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 38 72 84 29; 0335 27 62 97 35

E-Mail: ines.retzer@asb-ostbrandenburg.de

Internet: www.asb.ostbrandenburg.de

- Themennachmittage
- Karten-, Brett- und Würfelspiele
- gesellige Runden, Feiern zu Geburtstagen
- Bastelnachmittage
- Besuch kultureller Einrichtungen
- Wanderungen, Tagesfahrten
- Tanzcafé
- Sport für Senioren
- Rehabilitationssport (auf Rezept)

Caritas Seniorenzentrum „Albert Hirsch“

Prager Straße 18a, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 6 82 90

E-Mail: v.schulz@caritas-altenhilfe.de

Internet: www.caritas-altenhilfe.de

Offene Altenarbeit im Stadtteil Hansa Nord, gesellige Veranstaltungen Gymnastik, Tanzgruppe, Gedächtnisübungen, Mittagstisch u. ä.

FSV Frankfurter Seniorenverein e. V.

Kopernikusstraße 18, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 4 33 34 31

Internet: www.bsv-ffo.de

- feiern Feste, tanzen, kegeln, spielen Karten, treffen uns zum Grillen, zum Frauennachmittag und zum Männerstammtisch
- wir wandern und machen Tagesfahrten
- wir interessieren uns für alle, uns ältere Frankfurter betreffende Vorgänge

Evangelisches Gemeindezentrum Neuberesinchen

Berendsstraße 1, 15232 Frankfurt (Oder)

Eingang an der Gebäuderückseite (für Rollstühle geeignet)

Telefon: 0177 49 26 70 0

E-Mail: begegnung@lebenszeichen-frankfurt.info

Internet: www.lebenszeichen-frankfurt.info

- Seniorenbegegnungscafé „Lebenszeichen“
mittwochs 14:30 Uhr bis das Licht aus ist
- Fahrdienst zum Seniorencafé und wieder zurück
- Beratung, Gespräch, Gemeinschaft, Denkanstöße, Gymnastik, gute Musik, reich gedeckter Tisch, wegweisende Drucksachen, Besuchsdienst im Krankenhaus und zu Hause, Hilfestellung bei Fragen zu Gott, Bibel und Glauben, Internetarbeit, Ausflüge (die Mitgliedschaft in einer Kirche ist keine Voraussetzung für die Teilnahme)
- Sonderveranstaltungen zu gesundheitlichen sowie anderen wichtigen Themen

Evangelische Kirchengemeinde Frankfurt (Oder) – Lebus

Seniorenbegegnungscafé „Lebenszeichen“

Lebens- und Glaubenshilfe in Frankfurt seit 1996

Gertraudenplatz 6, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0177 49 26 70 0

E-Mail: begegnung@lebenszeichen-frankfurt.info

Internet: www.lebenszeichen-frankfurt.info

(Kooperation/Babbelbox/Pinnwand/Sehenswürdigkeiten/ Forum/Schlagzeilen/Ausführliche Tipps über Gesundheit und Medizin/Informationsschalter/Wissensvermittlung)

Eingang an der Gebäudevorderseite

Eingang an der Gebäudeseite links für Rollstühle geeignet

mittwochs 14:30 Uhr bis das Licht aus ist

Fahrdienst zum Seniorencafé und wieder zurück

Schwerpunkte:

- Beratung, Gespräche, Gemeinschaft, Denkanstöße, Gymnastik, gute Musik, reich gedeckter Tisch, wegweisende Drucksachen,
- Besuchsdienst für Beteiligte im Klinikum, Lutherstift und zu Hause,
- Hilfestellung bei Fragen zu Gott, Bibel und Glauben, Internetarbeit, Ausflüge,
- Sonderveranstaltungen zu gesundheitlichen sowie anderen wichtigen Themen mit exzellenten Experten, Seniorennewsletter, Fakultätsveranstaltungen
- [Extra Veranstaltungen für jüngere Senioren an wechselnden Orten]

Die Mitgliedschaft in einer Kirche ist keine Voraussetzung für die Teilnahme.

Arbeiterwohlfahrt – Offene Seniorenarbeit

Treff: Seniorenheim „Am Südring“

Konstantin-Ziolkowski-Allee 49, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 4 00 80

E-Mail: awo-kv-ff@t-online.de

- Gemütliches Beisammensein
Donnerstag: ab 14:00 Uhr
- Gemeinsame Unternehmungen,
- einmal im Monat Seniorentanz

SeniorenTreff Alt Beresinchen (STAB)

Initiativkreis Katholische Pfarrgemeinde

Hl. Kreuz Frankfurt (Oder)

im Caritashaus St. Josef

Leipziger Straße 39, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 56 46 7 - 10

Miteinander Kaffee trinken, reden, tanzen, singen, Interessantes hören, und all das tun, woran Sie Freude haben. Seniorinnen und Senioren und alle, die gern dabei sein möchten, sind zu jedem 3. Mittwoch im Monat ab 15:00 Uhr eingeladen.

Bürgerladen-Begegnungsstätte und Sozialkaufhaus der Arbeitsloseninitiative

Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Fürstenwalder Straße 48/49, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 53 58 74

Telefax: 0335 3 87 20 14

Seniorentreff im Bürgerladen

Basteln – Singen – Wandern u. v. a.

Montag: 14:00 – 16:00 Uhr

Mittwoch: 14:00 – 16:00 Uhr

Behindertenverband Frankfurt (Oder) e. V.

Marktplatz 3, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 53 34 19

E-Mail: bvfrankfurt@freenet.de

Internet: www.behindertenverband-frankfurt-oder.de

Öffnungszeiten:

Montag und Donnerstag: 9:00 – 16:00 Uhr

Freitag: 9:00 – 13:00 Uhr

Wochenendausflüge

- Kahnfahrten im Spreewald
- in die nähere Umgebung
- Tierpark und Zoobesuche

Freizeitgestaltung

- Kaffeefahrten
- Frühstück im Club
- Drachensteigen
- Spielnachmittage etc.

Besuch von Theater und Kulturveranstaltungen

- Kabarett
- Choriner Musiksommer
- Friedrichstattpalast und vieles mehr

Weitere kulturelle Angebote können Sie entnehmen:

- der Tageszeitung „Märkische Oderzeitung“, Stadtbote oder
- dem Kultur- und Veranstaltungskalender des Kulturbüros der monatlich erscheint und kostenlos in kulturellen und öffentlichen Einrichtungen erhältlich ist.

Kulturbüro

Lindenstraße 7, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 37 83 10

Telefax: 0335 55 37 83 20

E-Mail: Kulturbetriebe@Kultur-Ffo.de

Internet: <http://www.kultur-ffo.de/kulturbuero.php>

Oder informieren Sie sich einfach im:

Tourismusverein Frankfurt (Oder) e. V.

Große Oderstraße 29, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 61 00 80 11

Telefax: 0335 61 00 80 40

E-Mail: info@tourismus-ffo.de

Internet: www.frankfurt-oder-tourist.de/index.php

**Frankfurt-Słubicer Kooperationszentrum /
Słubicko-Frankfurckie Centrum Kooperacji
- Stadt Frankfurt (Oder) -**

Bischofstraße 1a, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 60 69 85 - 0, Telefax: 0335 60 69 85 - 17

E-Mail: mail@frankfurt-slubice.eu

Internet: www.frankfurt-slubice.eu

WOWI-Treffs in den Wohngebieten

Hier gibt es Geselligkeit gleich nebenan. Und jede Menge Möglichkeiten, sich für die Nachbarschaft zu engagieren:

- Treffen Sie nette Leute
- Verbringen Sie gemeinsame Spielnachmittage
- Kommen Sie bei einer Tasse Kaffee ins Gespräch mit Ihren Nachbarn
- Tauschen Sie sich mit Gleichgesinnten über Bücher, Rätsel oder Handarbeiten aus

- Gestalten Sie den Treffpunkt mit, sagen Sie uns, was für Sie von Interesse ist. Wir freuen uns auf Ihre Anregungen.

Eine Gemeinschaftsaktion mit der Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Seniorentreff Süd

Juri-Gagarin-Ring 11, 15236 Frankfurt (Oder)

Donnerstags von 14:00 – 17:00 Uhr

Seniorenstübchen Nord

Prager Straße 19, 15234 Frankfurt (Oder)

Dienstags von 14:00 – 17:00 Uhr

Infos:

WOWI

Telefon: 0335 4 01 40 14

Mieterinsel „Gute Stube“**Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e. V.**

Pablo-Neruda-Block 2, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 280 510-27

E-Mail: gutestube@lebenshilfe-ffo.de

Im mitten der Stadt haben interessierte Bürger*innen die Möglichkeit sich zu vernetzen:

- Die „Gute Stube“ bietet Raum, unterschiedliche Möglichkeiten des Zusammentreffens zu schaffen und sich einzubringen.

Sportvereine

Der Stadtsportbund und seine 80 Mitgliedsvereine bieten ein breites Programm von Sportgelegenheiten und Präventionskursen an. Diese sind auch für Sportanfänger und Untrainierte geeignet, die sich unter qualifizierter Anleitung etwas mehr bewegen wollen.

Weitere Informationen sowie Beratung erhalten Sie beim:

StadtSportbund Frankfurt (Oder) e. V.

Geschäftsstelle

Paul-Feldner-Straße 7, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 60 68 88 87

E-Mail: info@ssb-ffo.de

Internet: www.ssb-ffo.de

Sport-Gesundheitszentrum Frankfurt (Oder) e. V.

Das Sport-Gesundheitszentrum (SGZ) Frankfurt (Oder) e. V. ist ein gemeinnütziger Verein für Prävention-, Rehabilitations- und Gesundheitssport.

Der Schwerpunkt liegt im Bereich des Rehabilitationssports auf:

- Orthopädische Erkrankungen (z. B. Rückenschmerzen u. a.),
- Herz-, Kreislauferkrankungen (z. B. Herzinfarkt, PAVK u. a.),
- Lungenerkrankungen (z. B. Asthma und COPD),
- Diabetes,
- Krebsnachsorge

Die Therapie- bzw. Trainingseinheiten werden von speziell lizenzierten Therapeuten (Sportwissenschaftlern, Sportlehrern und Sporttherapeuten) angeleitet, und in modern ausgestatteten Gymnastik- und Gerätebereichen, sowie in Kleingruppen von bis zu 15 Teilnehmern durchgeführt.

Insbesondere in der ambulanten Herzsportgruppe trainieren unsere Teilnehmer/innen auch unter ärztlicher Kontrolle. Ziel ist es, aktiv das gegenwärtige Gesundheitsniveau zu verbessern bzw. zu stabilisieren, und somit das Wiedererkrankungsrisiko zu senken.

Neben den rehabilitativen Angeboten finden im SGZ auch Präventionskurse wie die Rückenschule, Sanfte Rückenfitness, Progressive Muskelentspannung nach Jacobson, Nordic Walking und das Stressmanagement statt.

Im Rahmen der betrieblichen Gesundheitsförderung steht die Mitarbeitergesundheit im Fokus, mit Workshops, speziellen Kursangeboten und Schulungsprogrammen werden die Arbeit und das gesundheitsorientierte Verhalten in Einklang gebracht. Diese Angebote zielen darauf ab, das individuelle Gesundheitsniveau und das -bewusstsein zu fördern.

Neben den regulären Angeboten des Vereins zum Präventions-, Rehabilitations- und Gesundheitssport werden hier auch eine Vielzahl von abwechslungsreichen Gesundheitskursen, Vorträgen und Workshops zu verschiedenen Gesundheitsthemen angeboten.

Kontakt:

Standort – Hansa Nord

Wismarer Straße 19
15234 Frankfurt (Oder)

Standort – Innenstadt

Zehmeplatz 11b (Trade-Center)
15230 Frankfurt (Oder)

Kontaktpersonen:

Hartmut Ortmann
Karin Wiechmann
Petra Strese
Telefon: 0335 6 65 94 90
Telefax: 0335 66 59 49 10
E-Mail: ortmann@sgz-ffo.de
Internet: www.sgz-ffo.de

Hartmut Ortmann
Kerstin Fliegner
Telefon: 0335 40 15 57 20
Telefax: 0335 4 01 55 72 19



VBB Abo 65vorOrt

Mein „Chauffeur“

**Grenzenlos mobil
in Frankfurt (Oder) und Stübice**
in allen Bussen und Bahnen,
rund um die Uhr,
kreuz und quer durch die Stadt
- für nur 28,33 EUR im Monat -

Stadtverkehrsgesellschaft mbH Frankfurt (Oder) | Kundenzentrum Heilbronner Str. 26 | 15230 Frankfurt (Oder)
Tel.: +49 335 53 520-6 | Öffnungszeiten Mo.-Fr.: 08:00-18:00 Uhr | www.svf-ffo.de

Wir sind für Sie da

Restaurant “Wintergarten” mit Biergarten

... täglich
ab 12 Uhr

Inh.: Eveline Vogelsang

- Feierlichkeiten aller Art bis 40 Personen
- Hausessenlieferung
- Auch für Rollstühle geeignet!



Mühlenweg 47 c, 15232 Frankfurt (Oder), Telefon/Fax: (03 35) 4 01 57 57
E-Mail: evelinevogelsang1965@gmx.de www.wintergarten-ffo.eu



IHR

**Frische
paradies**
IN FRANKFURT

UNSER GESCHENKESERVICE

Lassen Sie sich von uns ein
Präsent ganz nach Ihren
Wünschen zusammenstellen.



**AUSGEZEICHNET
GENERATIONSFREUNDLICH**

Das EDEKA center Frankfurt/Oder ist mit dem
Qualitätszeichen „Generationenfreundliches
Einkaufen“ ausgezeichnet.

- sicher & bequem einkaufen
- barrierefreie Zugänge
- rutschfester Fußboden
- breite Durchgänge
- Sitzgelegenheiten
- gut lesbare Preisschilder



UNSER PLATTENSERVICE

Wir bieten detailverliebte dekorierte
Platten ganz nach Ihrem Geschmack!



EDEKA center Frankfurt • Am Hedwigsberg 4 • 15232 Frankfurt (Oder)
ecenter.frankfurt@minden.edeka.de

Gemeinsam für die beste Versorgung

- ◆ Kompressionsstrumpfvorsorgung
- ◆ Rollatoren und Elektromobile
- ◆ Mobilitäts- und Alltagshilfen
- ◆ Brustprothetische Versorgung

- ◆ Orthopädische Einlagen
- ◆ Diabetiker-Bedarf
- ◆ Produkte für gesundes Sitzen
und Schlafen, Pflegehilfsmittel

- ◆ Alltags-, Hightech- und
Sportprothesen
- ◆ Orthesen
- ◆ Wundtherapie

- ◆ Inkontinenzversorgung
- ◆ Enterale Ernährung
- ◆ Parenterale Ernährung

Für Sie in Frankfurt (Oder)
OTB GmbH · Leipziger Str. 95-98
15236 Frankfurt (Oder)

Für Sie in Guben
OTB GmbH · Dr.-Ayryer-Str. 1-4
03172 Guben www.otb.info
www.gesundheitsgmbh.de



Reisen und Erholung

Die Brandenburgische BKK VBU macht Sie fit.

Die Deutschen reisen gern, das ist bekannt. Ging es in der Vergangenheit nach Mallorca oder in die Toskana, kehrt sich der Trend zum Auslandsurlaub gerade um. Angesagt ist Urlaub im eigenen Land.

Die regionale Krankenkasse hält ein spezielles Reiseangebot bereit. Sie bezuschusst das Gesundheitsprogramm ausgewählter Aktivwochen. Das Angebot reicht von Bad Saarow über Usedom bis hin nach Bad Reichenhall.

Tauschen Sie die stressige Fernreise doch gegen die entspannte Aktivwoche mit Gesundheitsmehrwert ein.

Mehr Informationen über die Aktivwochen sowie weiterer Angebote der Krankenkasse erhalten Sie in den ServiceCentern in Beeskow, Eisenhüttenstadt, Falkensee, Frankfurt (Oder), Potsdam und Schönefeld.

Brandenburgische BKK VBU

ServiceCenter Frankfurt (Oder)

Brunnenplatz 3, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 3 87 12 - 50

Internet: www.brandenburgische-bkk.de

Öffnungszeiten:

Montag: 8:30 – 17:00 Uhr

Dienstag: 8:30 – 18:00 Uhr

Mittwoch: 8:30 – 15:00 Uhr

Donnerstag: 8:30 – 18:00 Uhr

Freitag: 8:30 – 14:00 Uhr

Freiwillig engagieren im Alter?!

Freiwilliges Engagement von Bürgerinnen und Bürgern ist ein Beitrag zur Verbesserung der Lebensqualität und des sozialen

Zusammenhalts in der Gesellschaft. Es ist in jedem Alter und in jeder Lebensphase möglich, ob regelmäßig, oder sogar als einmaliger Einsatz im Rahmen von Aktionen und Veranstaltungen. Freiwilliges Engagement ermöglicht in ganz unterschiedlichen Bereichen, Verantwortung zu übernehmen und nicht nur die eigenen Fähigkeiten zu entdecken und Kompetenzen zu erweitern, sondern vor allem im Alter Erfahrungen und Kenntnisse sinnvoll einzubringen und weiterzugeben.

Das Freiwilligenzentrum unterstützt Sie gern bei Ihrer Suche nach einem passenden freiwilligen Engagement.

Freiwilligenzentrum Frankfurt (Oder) Caritasverband für das Erzbistum Berlin e. V.

Region Brandenburg Ost

Leipziger Straße 39, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 56 54 - 1 41, Telefax: 0335 56 54 - 1 00

E-Mail: freiwilligenzentrum-frankfurt-oder@caritas-brandenburg.de

WOWI-Seniorenbeirat

Für die Interessenvertretung der älteren Generation gibt es bei der WOWI den Seniorenbeirat. Die Mitglieder beraten und organisieren Aktionen, die die ältere Generation der Mieter anspricht und bringen sich mit guten Ideen ein, mit denen die WOWI das Leben im dritten Lebensdrittel leichter machen kann.

Herzliche Einladung: Machen Sie mit! Die Regeln des Engagements: Die Mitarbeit ist ehrenamtlich. Beiratstreffen werden durch den Beiratsvorsitzenden zu den vielfältigen selbst erarbeiteten Themen einberufen. Die Sitzungen finden in enger Verzahnung mit bzw. unter Teilnahme der WOWI-Fachabteilungen und -Geschäftsleitung statt.

Infos:

WOWI

Telefon: 0335 4 01 40 14

Praktische Alltagshilfen

Essen auf Rädern

Sollte das Essenkochen zur Belastung werden, kann es für Sie täglich eine Sorge weniger bedeuten, wenn Sie einen ambulanten Mahlzeitendienst „Essen auf Rädern“ in Anspruch nehmen. Die Mahlzeiten können wochenweise oder einzeln bestellt werden. Aktuelle Speisepläne sowie weitere Infos über das Angebot „Essen auf Rädern“ erhalten Sie bei den aufgeführten Anbietern.

ASB Mobiler Mahlzeitendienst „Essen auf Rädern“ Küche des Seniorenheims „Karl Marx“

Gubener Straße 2, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 40 12 89 5 10
Telefax: 0335 50 01 39 0

AWO mobil – Essen auf Rädern

Logenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 4 00 81 16
Mobil: 0170 9 09 76 04

Restaurant Wintergarten

Mühlenweg 47, 15232 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 401 57 57
Telefax: 0335 401 57 57

Thomas Dräger – Essen auf Rädern

Nuhnenstraße 40, 15236 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 561 40 71
Telefax: 0335 561 40 72

Omas Schlemmerstube (Essen auf Rädern auf Anfrage)

Inhaber: Herr Katzke
Goepelstraße 90, 15234 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 680 04 53

Sie können aber auch Versorgungseinrichtungen aufsuchen, wenn es für Sie nicht zu weit von Ihrer Wohnung entfernt ist. Voraussetzung ist, dass Ihr persönlicher Anspruch vor der Inanspruchnahme der Dienste nachfolgender Einrichtungen geprüft wird. Danach erhalten Sie eine Berechtigungskarte, die von den verschiedenen Trägern der Dienste anerkannt wird.

Frankfurter Tafel – Domizil „Offene Tür“ der Arbeitsloseninitiative Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Am Topfmarkt 1, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 6 80 29 81

Öffnungszeiten:

Montag: Geschlossen
Dienstag und Freitag: 9:00 – 16:00 Uhr
Mittwoch und Donnerstag: 9:00 – 15:00 Uhr

Bistro des Sozialkaufhauses der Arbeitsloseninitiative Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Fürstenwalder Straße 48/49, 15234 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 53 58 74 oder 3 87 11 04

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 9:00 – 16:00 Uhr

Haus-Notruf-Dienst

Mit dem Haus-Notruf-Dienst können Sie zu jedem Zeitpunkt und an jedem Ort Ihrer Wohnung durch einen Knopfdruck Hilfe rufen. Näheres erfahren Sie direkt bei den Anbietern eines Haus-Notruf-Dienstes:

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Regionalverband Oderland-Spree

Notrufdienste

Heinrich-Hildebrand-Straße 20b, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 4 01 23 - 48

Telefax: 0335 4 01 23 - 49

E-Mail: notrufdienste.odls@johanniter.de

Internet: www.johanniter.de/rv-odls

Sozialstation der Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Logenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 6 80 20 68

E-Mail: sozialstation-frankfurt-oder@volkssolidaritaet.de

Internet: www.volkssolidaritaet.de

Arbeiter-Samariter-Bund RV Ostbrandenburg e. V.

Zehmeplatz 12, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 38 72 84 21

E-Mail: kathrin.grunwald@asb-ostbrandenburg.de

Internet: www.asb-frankfurt-o.de

DRK-Kreisverband Märkisch-Oder-Havel-Spree e. V.

Bergstraße 16, 15890 Eisenhüttenstadt

Telefon: 03364 41 34 00

E-Mail: petra.koechling@drk-mos.de

Internet: www.drk-mos.de

Einkaufen, Putzen, Waschen, Bügeln

So ein Haushalt kann einen ganz schön schaffen. Wie gut, dass es da Hilfen gibt. Alle ambulanten Pflegedienste der Stadt Frankfurt (Oder) bieten diese Leistungen an. Anschriften und Telefonnummern finden Sie im Abschnitt „**Pflege durch ambulante Pflegedienste**“. Darüber hinaus werden diese Dienste vom **Mobil-Service des Behindertenverbandes Frankfurt (Oder) e. V.** angeboten.

Mobil-Service

Fahrdienst für Menschen mit Behinderung, ältere Menschen und deren Angehörige

Behindertenverband Frankfurt (Oder) e. V.

Marktplatz 3, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 53 34 19

Sozialkaufhaus

Das Sozialkaufhaus der Arbeitsloseninitiative Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V. sucht und bietet ständig gut erhaltene Bekleidung für Kinder und Erwachsene. Hier werden auch Änderungs- und Reparaturarbeiten vorgenommen. Bürger, die sich von nicht mehr benötigten Haushaltssachen trennen möchten, können diese im Sozialkaufhaus abgeben. Für das Sortiment des Sozialkaufhauses der Frankfurter Arbeitsloseninitiative e. V. werden Haushaltsgegenstände und -geräte aller Art, Möbel usw. gesucht und angeboten. Es werden auch Haushaltsauflösungen realisiert.

Auch hier ist vor Inanspruchnahme der Dienste die Berechtigungskarte vorzulegen.

Bürgerladen – Beratungsstelle – Sozialkaufhaus der Arbeitsloseninitiative

Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Fürstenwalder Straße 48/49, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 53 58 74 oder 3 87 11 04

Öffnungszeiten:

Montag bis Freitag: 9:00 – 16:00 Uhr

Kleiderkammer

Auch das DRK sucht ständig gut erhaltene Bekleidung, die prinzipiell hilfeschenden Bürgern kostenlos übergeben wird.

Kleiderkammer des DRK-Kreisverbandes Märkisch-Oderland-Havel-Spree e. V.

Geschäftsstelle Frankfurt (Oder)
Briesener Straße 1, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 401 36 34 20

Öffnungszeiten:

Montag bis Donnerstag von 8:00 bis 12:00 Uhr können Hilfebedürftige Bürger Kleiderspenden entgegennehmen. Die Annahmen von Kleiderspenden erfolgen täglich von 8:00 bis 14:00 Uhr.

CARIsatt-Laden

Der Caritasverband für das Erzbistum Berlin e. V., Region Brandenburg, führt in der Leipziger Straße 39 einen Laden mit Waren des täglichen Bedarfs (Lebensmittel, Kosmetika, Waschmittel, Schulerzeugnisse usw.), deren Verkaufspreise ca. 30 % billiger als im normalen Lebensmittelladen sind. Hier können Personen mit geringen Einkünften einkaufen. Voraussetzung für den Einkauf im CARIsatt-Laden ist ein persönlicher Ausweis, der bei entsprechenden Voraussetzungen im Laden ausgegeben wird. Ebenso sind Personen mit Sozialpass oder unter Vorlage des Grundsicherungs- bzw. Sozialhilfebescheides einkaufsberechtigt. Die Ausweiskarte wird auch in anerkannten Beratungseinrichtungen der Wohlfahrtsverbände der Stadt Frankfurt (Oder) ausgegeben.

CARIsatt-Laden

Caritasverband für das Erzbistum Berlin e. V., Region Brandenburg
Leipziger Straße 39, 15232 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 56 54 - 1 17
E-Mail: CARIsatt@caritas-berlin.de
Internet: www.carisatt-laden.de

Haustierbetreuung

Kompetenten Service rund um Ihren Hund und Katze erhalten Sie bei folgenden Anbietern.

BoDs Dogservice

Frau Eileen Bogun
Mobil: 0172 53 87 57 6
Südring 59, 15236 Frankfurt (Oder)
E-Mail: bo.dogservice@gmail.com
Internet: www.bods-dogservice.com

- Training
- Beratung (Hundeanschaffung, Ernährungsberatung)
- Gassiservice
- Tierbetreuung Zuhause
- Tiertaxi

Zusätzliche Angebote:

Service Point – Haushaltsnahe Dienstleistungen Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e. V.

Große Scharnstraße 62, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 280 510 - 20
E-Mail: lisette.ballschmieter@lebenshilfe-ffo.de

- Von Botengängen, Assistenzen über Reinigung bis hin zu handwerklichen Tätigkeiten. Unser Team unterstützt Sie bei allen haushaltsnahen Dienstleistungen.
- Gezielt erhalten wir die Selbstständigkeit pflegebedürftiger Menschen möglichst langfristig durch unsere Handreichungen aufrecht. Das Entlasten der pflegenden Angehörigen ist dabei ein wichtiges Augenmerk.

Service rund um Haus und Garten

Ulrike Rothe – exakt Service
Luisenstraße 16, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0163 782 53 02
E-Mail: kontakt@exakt-rothe.de

- Tiersitting
- Hilfe für Senioren bei der Begleitung zu Behörden, Reinigung der Wohnung, Wäschedienst, Einkaufsservice, Essen kochen u.v.m.

Beratungsangebote für alle Lebenslagen



© Robert Kneschke - adobestock.com

Beratungen und Informationen

Die Beratungsstellen unterstützen Menschen bei der Bewältigung von schwierigen Lebenssituationen und helfen, Lösungen für Sorgen und Nöte zu finden. Sie bieten Rat und Hilfe in unterschiedlichen Lebenslagen an, so zum Beispiel bei Fragen zum Thema Pflege, Schulden, Sucht, Problemen in der Familie, Migration und Integration u.v.m.

Pflegestützpunkt

**Pflegestützpunkt Frankfurt (Oder) –
Kompetente Beratung vor Ort,
kostenfrei und individuell**

Durch einen Unfall, eine schwere Krankheit oder einfach durch das Älterwerden: Jeder von uns kann plötzlich auf Hilfe angewie-

sen sein oder pflegebedürftig werden. Pflegebedürftigkeit kann dann viele Fragen aufwerfen, z. B. wie stelle ich die Versorgung in der Häuslichkeit sicher? Wie bekomme ich einen Pflegegrad? Wer finanziert einen ambulanten Pflegedienst und welche Anbieter gibt es überhaupt?

Antwort auf diese und weitere Fragen geben die Mitarbeiterinnen des Pflegestützpunktes Frankfurt (Oder), Logenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder).

Der Pflegestützpunkt ist eine neutrale Beratungsstelle für Menschen, die Informationen, insbesondere bei Pflegebedürftigkeit und zu allen sich daraus ergebenden sozialen und sozialrechtlichen Fragen, benötigen. Die Mitarbeiter geben Orientierung zu gesetzlichen Ansprüchen, beraten zu Finanzierungsmöglichkeiten und helfen bei der Antragsstellung.

Pflegebedürftigkeit – was tun? Beratungsschwerpunkte im Pflegestützpunkt sind:

- Ich möchte zu Hause bleiben – welche Hilfen gibt es?
- Woher bekomme ich finanzielle Unterstützung?
- Wie kann meine Wohnung an meine Bedürfnisse angepasst werden?
- Welche Hilfsmittel erleichtern mir den Alltag?
- Pflegeheim, betreutes Wohnen, Wohngemeinschaft – welche ist die für mich passende Wohnform?
- Welche Angebote gibt es für Menschen mit Demenz?
- Ich pflege meinen Angehörigen – wie kann ich entlastet werden?
- Wann erhalte ich einen Schwerbehindertenausweis und was ist eine Vorsorgevollmacht?
- Gibt es spezielle Dienste in der Hospiz – und Palliativversorgung?

Der Pflegestützpunkt Frankfurt (Oder) berät alle, die Fragen im Vorfeld von Pflege und zu Hilfen im Alter haben, Pflegebedürftige Kinder, Jugendliche und Erwachsene und Angehörige, Bekannte und Freunde. Alle Angebote sind kostenfrei. Termine und Hausbesuche können unter der Rufnummer 0335 500 969 63 / 64 vereinbart werden.

Öffnungszeiten:
Mo 9 - 12 Uhr
Di 9 - 12 Uhr - 13 - 18 Uhr
Do 9 - 12 Uhr - 13 - 16 Uhr

**Pflege Stützpunkt
Frankfurt (Oder)**

Neutrale Pflegeberatung
und -koordination

sowie nach Vereinbarung
Hausbesuche möglich!

Logenstraße 1 · 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon Pflegeberatung 0335 - 500 969 64
Telefon Sozialberatung 0335 - 500 969 63
Fax 0335 - 500 969 65
E-Mail: frankfurt-oder@pflgestuetzpunkte-brandenburg.de



Schuldner- und Insolvenzberatung

Die Schuldnerberatungen verstehen sich als Hilfsangebot für Einzelpersonen oder Familien mit finanziellen Problemen und Schwierigkeiten. Die Beratung ist vertraulich und kostenlos.

Arbeitsloseninitiative

Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Carthausplatz 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 68 03 02 90

Telefax: 0335 66 59 21 95

Mobil: 0151 46 60 30 93

E-Mail: sb@arbeitsloseninitiative-ffo.de

Internet: www.arbeitsloseninitiative-ffo.de/schuldnerberatung

Wichern Diakonie Frankfurt (Oder) e. V.

Franz-Mehring-Straße 20, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 564 58 46

Internet: www.wichern-diakonie.de/soziale-und-pflegerische-angebote/schuldner-und-insolvenzberatung

Leistungen der <u>ambulanten Pflege</u> Geld-, Sach- und Kombinationsleistung Leistungen der <u>stationären Pflege</u>	Pflegegrad – Anspruchsvoraussetzungen und Antragstellung Beratung zum Widerspruch	Leistungen der Kranken- versicherung, zum Beispiel: Hilfsmittel Häusliche Krankenpflege Fahrtkosten Haushaltshilfe
Tagespflege Kurzzeit- und Verhinderungspflege Wohnumfeld Entlastungsleistungen Pflegehilfsmittel	Beratungsthemen 	Service (Betreutes) Wohnen Hausnotruf Essen auf Rädern Freizeitgestaltung Hilfen im Haushalt
Leistungen für pflegende Angehörige Familien- und Pflegezeitgesetz	Vorsorgevollmacht Betreuungsverfügung Patientenverfügung	Schwerbehinderung

Selbsthilfegruppen

Selbsthilfegruppen bieten ergänzende Unterstützung für betroffene Menschen mit unterschiedlichen Krankheitsbildern an. Gemeinsam die schwierige Lebenssituation verbessern, Informationen zu erhalten sowie den Erfahrungsaustausch in der Gruppe zu fördern.

Haus der Begegnung

Platz der Begegnung 4, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 280 510-42

E-Mail: hdb@lebenshilfe-ffo.de

Internet: www.lebenshilfe-ffo.de

Sprechzeiten:

Montag – Donnerstag 10:00 – 17:00 Uhr, Freitag 9:00 – 14:00 Uhr
und nach Vereinbarung

Veranstaltungszeiten:

Montag – Freitag 9:00 – 21:30 Uhr und nach Vereinbarung

Im Frankfurter Stadtteil Neuberesinchen finden interessierte Bürger*innen das geschichtsträchtige „Haus der Begegnung“. Das Haus wurde 1991 als Anlaufstelle für die gesundheitliche und soziale Selbsthilfe und als ein Ort für Begegnungen durch die Stadt an seine Bürger*innen übergeben. Es dient als Begegnungs- und Kommunikationszentrum und steht allen Menschen unserer Stadt und seiner Ortsteile offen.

Herz des Hauses ist die regionale Kontakt- und Beratungsstelle für Selbsthilfegruppen (KOBS). Sie bietet gemeinnützige und professionelle Beratung zur Förderung der Selbsthilfe und des ehrenamtlichen Engagements an, unterstützt die Selbsthilfegruppen bei ihrer Arbeit und managt das herzliche und vertrauensvolle Miteinander der Menschen mit ihren vielfältigen Bedürfnissen im Haus.

Gegen Vereinsamung und Isolierung können interessierte Menschen im Haus der Begegnung aktiv etwas tun und sich regelmäßig treffen, austauschen, Hobbys pflegen oder neue entdecken, sich weiterbilden, gemütlich Kaffee trinken oder anderen Menschen helfen.

Neben der individuellen Beratung gibt es folgende Angebote:

- Singen im Chor
- Schach, Rommé und Gesellschaftsspiele
- Medienbildung für Senioren,
- Seniorenmontagscafé
- Handarbeiten
- Kreatives Malen
- Verschiedene Fachvorträge
- Kurse, wie z. B. Taijji
- Veranstaltungen wie z. B. Klangreisen und Kräuterwanderungen
- Gemeinsame Feiern zu den Jahreshöhepunkten

Verbraucherberatung

Trotz vieler Informationsmöglichkeiten zum Schutz von Verbrauchern gibt es Situationen, in denen man den Rat von Fachleuten zu Fragen des Verbraucherschutzes benötigt. Bei Problemen mit Versicherungen, Handwerkern, Reiserecht, Banken u.v.m. hilft die Verbraucherberatung den Ratsuchenden.

Verbraucherzentrale Frankfurt (Oder) und Deutsch-Polnische Verbraucherinformationszentrum

Karl-Marx-Straße 179/180, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0331 98 22 99 95

E-Mail: info@vzb.de

Internet: www.verbraucherzentrale-brandenburg.de



Mieterverein

Bei Fragen rund um das Thema Mietprobleme, z. B. Mietvertrag, Mieterhöhung, Betriebskostenabrechnung, Kündigungen, kann man sich an den Mieterverein wenden.

Mieterverein VIADRINA Frankfurt (Oder) und Umgebung e. V.

Halbe Stadt 21, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 685 02 60

E-Mail: info@mieterverein-viadrina.de

Internet: www.mieterverein-viadrina.de

Opferberatung – Opferschutz

Menschen, die Opfer von Straftaten, egal ob Diebstahl, Körperverletzung, Gewaltstraftaten geworden sind, kämpfen häufig ihr ganzes Leben lang mit den Folgen. Hilfe und Unterstützung erhalten die Betroffenen bei der Opferhilfe.

Opferberatung Frankfurt (Oder)

Carthausplatz 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 665 92 67

E-Mail: frankfurt@opferhilfe-brandenburg.de

Internet: www.opferhilfe-brandenburg.de

Rentenberatung

Die Rente ist und bleibt der wichtigste Baustein für die Alterssicherung. Oft treten eine Reihe von Fragen auf, die am besten von Fachleuten beantwortet werden.

Deutsche Rentenversicherung Berlin-Brandenburg

Bertha-von-Suttner-Straße 1, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 551 0

Telefax: 0335 551 12 95

E-Mail: post@drv-berlin-brandenburg.de

Internet: <https://www.deutsche-rentenversicherung.de/Berlin-Brandenburg>

Kontakt- und Beratungsstelle für Angehörige von Demenzkranken

Die Pflege von **älteren Menschen mit Demenzerkrankung** stellt für Familien eine besondere Belastung dar.

Um den jeweiligen Bedürfnissen von Demenzkranken und ihren Angehörigen besser gerecht zu werden, gibt es beim **Arbeiter-Samariter-Bund des Regionalverbandes Ostbrandenburg e. V.** folgende Angebote:

Beratungsstelle

Frau Iris Lustig

- Telefonische Beratung
- Persönliche Beratungsgespräche
- Hausbesuche (Familienberatung, Wohnraumanpassung und MDK-Begutachtung)
- Informationsveranstaltungen
- Seminare für pflegende Angehörige
- Selbsthilfegruppe für Angehörige Alzheimererkrankter
- Angehörigengruppen für Angehörige von Demenzkranken

Entlastung für Angehörige – Helferkreis und Betreuungsgruppe

Beratung Ehrenamt – Frau Iris Lustig

- Helfereinsatz in der Häuslichkeit
- Betreuungsgruppen für Demenzkranke

Kontakt- und Beratungsstelle des Arbeiter-Samariter-Bund Regionalverband Ostbrandenburg e. V.

für Demenzkranke (Schwerpunkt Alzheimer)
und deren Angehörige

Zehmeplatz 12, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 38 72 84 26

E-Mail: iris.lustig@asb-ostbrandenburg.de

Weitere Beratungsmöglichkeiten:

EUTB (Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung) Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e. V.

Schwerpunkte: psychische Beeinträchtigungen, Körperbehinderungen und Sinnesbeeinträchtigungen

Große Scharrnstraße 63, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 280 510 - 28

E-Mail: eutb@lebenshilfe-ffo.de

Beratungszeiten:

Dienstag und Donnerstag 10:00 – 18:00 Uhr,

Mittwoch 10:00 – 15:00 Uhr,

Montag und Freitag nach Vereinbarung

Unsere Ergänzende Unabhängige Teilhabeberatung, kurz EUTB, bietet kostenfreie Informationen und Beratung für Menschen mit (drohenden) Behinderung aus Frankfurt (Oder) und dem gesamten Landkreis Oder-Spree.

Die EUTB hilft Menschen mit Behinderung selbstbestimmt über ihr Leben entscheiden zu können. Bei uns arbeiten Peer-Berater*innen, die selbst mit einer Behinderung leben. Sie haben gleiche oder ähnliche Erfahrungen in Ihrer Lebensgestaltung.

Unsere Beratungsstelle richtet sich an:

- Menschen mit Behinderungen
- Familie, Angehörige und FreundInnen
- Mitarbeitende im Auftrag einer Institution, Organisation, Behörde
- Interessierte.

EUTB (Ergänzende unabhängige Teilhabeberatung)

Die Beratungsstelle ist für Menschen mit Hörbeeinträchtigungen, deren Angehörigen und Vertrauenspersonen da.

Karl-Marx-Straße 23, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 13099294

Telefax: 0335 13099296

E-Mail: eutb-bb@schwoerigen-netz.de

Sprechzeiten:

Dienstag 14:00 – 18:00 Uhr, Donnerstag 9:00 – 13:00 Uhr



Büro Leichte Sprache Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e. V.

Logenstraße 8 / Oderturm, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 280 510 - 29

E-Mail: leichte-sprache@lebenshilfe-ffo.de

Leichte Sprache ist unabhängig von Alter, Herkunft und Vorwissen und für jeden – auch mit geringen Lesefertigkeiten – verständlich. Die Texte in Leichter Sprache sind einfacher geschrieben und häufig mit Bildern unterstützt. Das hilft, wichtige Dinge für alle verständlicher und deutlicher zu machen.

Wenn Texte, Briefe, Artikel etc. nicht verstanden werden, übersetzen wir für Sie in Leichte Sprache. Sprechen Sie uns an.

Gesundheitsamt Frankfurt (Oder)

Logenstraße 6, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 552 53 00

Amt für Jugend und Soziales

Logenstraße 8 (Oderturm), 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 552 50 08

Gleichstellungs- und Behindertenbeauftragte der Stadt Frankfurt (Oder)

Isabell von Dechend

Logenstraße 8 (Oderturm), 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 552 13 40

E-Mail: isabell.vonDechend@frankfurt-oder.de

Allgemeine Sozialberatung des Caritasverbandes für das Erzbistum Berlin e. V.

Region Brandenburg Ost

Leipziger Straße 39, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 56 54 14 0 oder 14 3

E-Mail: asb-frankfurt-oder@caritas-brandenburg.de

Ehrenamtliche Beratung für ältere und behinderte Bürger des Behindertenverbandes

Marktplatz 3, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 53 34 19

Seniorenbüro der Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Logenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 610 16 380

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Regionalverband Oderland Spree

Frauenberatungsstelle Frankfurt (Oder)

Leipziger Straße 53/54, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 401 23 - 300

Telefax: 0335 401 23 - 301

E-Mail: frauenhaus-frankfurt.odls@johanniter.de

Internet: www.johanniter.de/rv-odls

Seelsorge

Telefonseelsorge (kostenlos):

Telefon: 0800 1 11 01 11* (ev.) oder

Telefon: 0800 1 11 02 22* (kath.)

* Tel.-Nr. des Anrufenden werden nicht angezeigt

Nähere Auskünfte zu Möglichkeiten von Seelsorgegesprächen erteilen:

Pfarrbüro der Katholischen Gemeinde Heilig Kreuz

Franz-Mehring-Straße 4, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 64 67 - 10

Gemeindebüro der Evangelischen Kirchengemeinde

Gertraudenplatz 6, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 3 87 28 - 0 10

Fahr- und Begleitdienste

In Frankfurt (Oder) gibt es bei folgenden Wohlfahrtsverbänden Fahr- und Begleitdienste:

Mobil – Service des Behindertenverbandes Frankfurt (Oder) e. V.

Marktplatz 3, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 53 34 19 oder 53 54 40
E-Mail: bvfrankfurt@freenet.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Regionalverband Oderland-Spree
Heinrich-Hildebrand-Straße 20b, 15232 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 4 01 23 - 46
Telefax: 0335 4 01 23 - 49
E-Mail: fahrdienst.odls@johanniter.de
Internet: www.johanniter.de/rv-odls

Behindertenfahrdienst des DRK – KV Märkisch-Oderland-Havel-Spree e. V. Geschäftsstelle Frankfurt (Oder)

Briesener Straße 1, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 401 36 34 20

ASB-Vitalis Fahrdienst

Heilbronner Straße 24, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 401 36 82 15



Pflege und Betreuung

In Deutschland lebten Ende 2019 rund 4,1 Mio. Pflegebedürftige. Vier von fünf Pflegebedürftigen werden zu Hause versorgt. Davon werden 2,33 Millionen Pflegebedürftige überwiegend durch Angehörige gepflegt.

Pflegebedürftig im Sinne der Pflegeversicherung sind Personen, die gesundheitlich bedingte Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten aufweisen und deshalb der Hilfe durch andere Personen bedürfen. Es muss sich um Personen handeln, die körperliche, kognitive oder psychische Beeinträchtigungen oder gesundheitlich bedingte Belastungen oder Anforderungen nicht selbstständig kompensieren oder bewältigen können. Die Pflegebedürftigkeit muss auf Dauer, voraussichtlich für mindestens sechs Monate, bestehen.

Wer Leistungen der Pflegeversicherung in Anspruch nehmen möchte, muss einen Antrag bei der Pflegekasse stellen. Die Pflegekasse befindet sich bei der Krankenkasse. Den Antrag können auch Familienangehörige, Nachbarn oder gute Bekannte stellen, wenn sie dazu bevollmächtigt sind. Sobald der Antrag bei der Pflegekasse gestellt wurde, beauftragt diese zum Beispiel den Medizinischen Dienst mit der Begutachtung zur Feststellung der Pflegebedürftigkeit.

Die Selbstständigkeit pflegebedürftiger Menschen kann in verschiedenen Lebensbereichen eingeschränkt sein. Um genau zu bestimmen, wie viel Unterstützung eine Person braucht, werden die nachfolgenden sechs Bereiche begutachtet. Die Aufzählungen sind eine Auswahl der in der Begutachtung bewerteten Fähigkeiten und Beeinträchtigungen.

Mobilität

Wie selbstständig kann der Mensch sich fortbewegen und seine Körperhaltung ändern? Kann er z. B. eine stabile Sitzposition halten? Kann er Treppen steigen?

Kognitive und kommunikative Fähigkeiten

Wie findet sich der Mensch in seinem Alltag örtlich und zeitlich zurecht? Kann er für sich selbst Entscheidungen treffen? Kann die Person Gespräche führen und Bedürfnisse mitteilen?

Verhaltensweisen und psychische Problemlagen

Wie häufig benötigt der Mensch Hilfe aufgrund von psychischen Problemen, zum Beispiel ängstliches oder aggressives Verhalten?

Selbstversorgung

Wie selbstständig kann sich der Mensch im Alltag selbst versorgen bei der Körperpflege, beim Essen und Trinken?

Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen

Welche Unterstützung wird benötigt beim Umgang mit der Krankheit und bei Behandlungen? Zum Beispiel Medikamentengabe, Verbandswechsel, Dialyse, Beatmung, Arzt- und Therapiebesuche.

Gestaltung des Alltagslebens und sozialer Kontakte

Wie selbstständig kann der Mensch den Tagesablauf bewusst gestalten, Interessen nachgehen oder Kontakte pflegen?

Aufgrund der Gesamtbewertung aller Fähigkeiten und Beeinträchtigungen erfolgt dann bei Pflegebedürftigkeit die Zuordnung zu einem von fünf Pflegegraden.

Die Pflegegrade sind:

- Pflegegrad 1: geringe Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 2: erhebliche Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 3: schwere Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 4: schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit
- Pflegegrad 5: schwerste Beeinträchtigung der Selbstständigkeit mit besonderen Anforderungen an die pflegerische Versorgung.

Gut versorgt im Lutherstift!



Klinik für Geriatrie

Frührehabilitation | Palliative Medizin | Tagesklinik

Unsere Mitarbeitenden

aus ärztlichem Dienst und Pflege, Physio- und Ergotherapie, Logopädie, psychologischem Dienst, Sozialarbeit, Ernährungsberatung und Seelsorge **sind für Sie da!**



Ihre Chefärztin:
Beata Niewiadomska
Fachärztin für Innere Medizin und Geriatrie, Zusatzbezeichnung Palliativmedizin

Mitglied im Bundesverband Geriatrie e. V. und GeriNet Brandenburg
Heinrich-Hildebrand-Straße 22 | 15232 Frankfurt (Oder) | Tel.: 0335 5542-0

www.ekh-lutherstift.de



Wir sind für Sie da.

Ambulanter Pflegedienst
des Lebenshilfe Frankfurt
(Oder) e. V.

Service Point
Große Scharrnstraße 62
15230 Frankfurt (Oder)

Ambulanter Pflegedienst

- individuelle Beratung
- Hilfe bei der Grundpflege
- Unterstützung bei der Hauswirtschaft
- medizinische Versorgung u. v. m.



Tel.: **0335 280510-33**

Mail: ambulanter.pflegedienst@lebenshilfe-ffo.de



Miteinander – Füreinander

VOLKSSOLIDARITÄT

Frankfurt (Oder) e.V.



Wir laden Sie herzlich ein,
eine Fülle von kreativen, aktivierenden und
musikalischen Angeboten kennenzulernen.

Logenstraße 1 · 15230 Frankfurt (Oder) · Telefon: 0335 6101638-0 · E-Mail: frankfurt-oder@volkssolidaritaet.de

Unsere Sozialstation



- Häusliche Krankenpflege
- Grundpflege
- Behandlungspflege
- Urlaubs- und Verhinderungspflege
- Hauswirtschaftshilfe
- Hausnotrufdienst
- Zusätzliche Betreuungs- und Entlastungsleistungen nach § 45B SGB XI
- **Pflegedienstleitung Telefon: 0335 6802068**

Angebote für die Pflege zu Hause

Wer Pflege benötigt oder als Angehöriger Pflege leistet, wird nicht allein gelassen. Die Pflegeversicherung bietet viele Leistungen und Angebote zur Unterstützung, damit Ihr Alltag verbessert wird.

Leistungen im häuslichen Bereich

Pflegegeld

Pflegebedürftige, die privat von Angehörigen oder Bekannten – also nicht von einem professionellen Pflegedienst – gepflegt werden, erhalten Pflegegeld. Die Höhe des monatlichen Pflegegeldes richtet sich nach dem festgestellten Pflegegrad. Pflegegeld wird nur für die Pflegegrade 2-5 gezahlt.

Pflegesachleistungen

Wer pflegebedürftig ist und weiterhin zu Hause lebt, kann für die Pflege einen anerkannten Pflegedienst engagieren und erhält dann die sogenannte „Pflegesachleistung“. Die ambulante Pflegesachleistung umfasst die häusliche Pflege oder eine hauswirtschaftliche Versorgung. Der gewählte Pflegedienst rechnet seinen Einsatz direkt mit der Pflegekasse ab.

Kombinationsleistung

Die Kombinationsleistung verbindet das Pflegegeld mit der Pflegesachleistung. Wird die Pflegesachleistung nicht in vollem Umfang ausgeschöpft, zahlt die Pflegekasse das Pflegegeld anteilig aus.

Behandlungspflege

Behandlungspflege ist nach Verordnung durch den behandelnden Arzt/Ärztin möglich. Sie wird im häuslichen Bereich durchgeführt zur Sicherstellung der ärztlichen Behandlung und zur Vermeidung von Krankenhausbehandlung. Verordnet wird z. B. die Messung von Blutzuckerwerten, das Wechseln von Verbänden oder die Verabreichung von Spritzen.

Pflegedienste erbringen zu Hause Pflege, Betreuung und auch hauswirtschaftliche Hilfen (Pflegesachleistungen, Entlastungsleistungen). Zudem bieten sie auch entsprechende Beratung bei Fragen zur Pflege. Neben der Pflege erbringen Pflegedienste häusliche Kranken- und Behandlungspflege.

Pflegedienste

Übersicht der ambulanten Pflegedienste in der Stadt Frankfurt (Oder):

Diakoniestation – Hauskrankenpflege der Wichern-Pflegedienste gGmbH

Luisenstraße 22, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 54 23 17

E-Mail: diakoniestation@wichern-ffo.de

Internet: www.wichern-diakonie.de

Sozialstation – Arbeiter-Samariter-Bund RV Ostbrandenburg e. V.

Zehmeplatz 12, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 38 72 84 21

E-Mail: kathrin.grunwald@asb-ostbrandenburg.de

Internet: www.asb-ostbrandenburg.de

AWO CARE Frankfurt (Oder)

Baumschulenweg 25a, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 21 17 90

Telefax: 0335 5 21 17 91

E-Mail: apd-ff@awocare.de

Internet: www.awo-kv-ff.de/

fuer-senioren/awo-care-frankfurt-oder

Sozialstation der Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e. V.

Logenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 6 80 20 68

E-Mail: sozialstation-frankfurt-oder@volkssolidaritaet.de

Internet: www.vs-gliederungen.de/

kv-frankfurt-oder-ev/soziale-dienste/

Häusliche Krankenpflege Annette Huth

Gubener Straße 31f, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 50 08 86 13

E-Mail: annette.huth@gmx.de

ALBATROS Ambulanter Pflegedienst GmbH

Fürstenberger Straße 28, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 2 84 78 05

E-Mail: albatros.frankfurt@freenet.de

Internet: www.albatros-pflegedienst.de

Krankenpflege Kolax – „PFLEGE ZU HAUSE“

Rathenaustraße 16, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 4 00 79 80

E-Mail: kolax@t-online.de

Ambulanter Pflegedienst Silvia Klementz

Stachelbeerweg 6, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 21 27 27

E-Mail: klementz.mielke@t-online.de

Ambulanter Pflegedienst Alpha Ffo GmbH

Dresdener Straße 3, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 50 09 77 48

Internet: www.ambulanter-pflegedienst-alpha.business.site

Hauskrankenpflege Sonnenschein

Robert-Havemann-Straße 6, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 86 92 43 14

E-Mail: info@sonnenschein-ffo.de

Hauskrankenpflege „HERZENSSACHE“ GmbH

Bardelebenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 52 11 99 43

E-Mail: info.herzessache@t-online.de

Internet: www.hauskrankenpflege-herzessache.de

Häuslicher Pflegedienst Tilgner

Ebertusstraße 14, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 86 92 47 83

E-Mail: konstanze.tilgner@gmail.com

Pflegeteam Gallus UG

Fürstenwalder Straße 22-23, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 86 92 23 87

E-Mail: pflegeteam-gallus@web.de

Internet: www.pflegeteam-gallus.de

Ambulanter Pflegedienst – Lebenshilfe Frankfurt (Oder)

Hansastraße 3, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 280 510 - 33

E-Mail: peggy.weidner@lebenshilfe-ffo.de

Internet: www.lebenshilfe-ffo.de

Ambulanter Pflegedienst

im Service Point des Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e. V.

Große Scharrnstraße 62, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 280 510 - 33

E-Mail: ambulanter.pflegedienst@lebenshilfe-ffo.de

Wir sind für Sie da – egal ob bei der Beratung von Menschen mit Pflegebedarfen und deren Angehörigen oder der Alltagspflege.

Es ist uns wichtig, unseren pflegerischen und medizinischen Auftrag täglich mit großer Sorgfalt zu erfüllen. Sie können sich auf einen verlässlichen und beständigen Pflegedienst in Frankfurt (Oder) freuen. Unsere Experten unterstützen Sie rund um das Thema Pflege!



GESUNDHEITS-CAMPUS

Klinikum
FRANKFURT (ODER)



AltersTraumaZentrum

WIR. Gemeinsam mit Ihnen.

Das Leistungsspektrum des ATZ

- Komplexe interdisziplinäre Behandlung und Betreuung von älteren Menschen
- Hochqualifizierte unfallchirurgische Versorgung aller Verletzungen sowie Verletzungsfolgen
- Physiotherapeutische und rehabilitative Medizin, Logopädie und Ergotherapie im Rahmen des interdisziplinären Therapiezentrums
- Auf den älteren Patienten abgestimmte aktivierende therapeutische Pflege durch hochqualifizierte geriatrisch ausgebildete Pflegekräfte
- Neuropsychologische Diagnostik und Betreuung durch qualifizierte Psychologen
- Engagierte Mitarbeiter des Sozialdienstes, die sich im Rahmen des Entlassungsmanagements um die nachstationäre Betreuung und Rehabilitation kümmern



Weitere Informationen unter:

Klinik für Unfallchirurgie: 0335 548-2601

Klinik für Geriatrie: 0335 548-1691

linikumffo.de

Tages- und Nachtpflege (teilstationäre Pflege)

Bei der Tagespflege handelt es sich um ein Angebot für ältere Menschen, die tagsüber in einer Pflegeeinrichtung betreut werden und am Abend sowie nachts in ihrer eigenen Wohnung versorgt werden können. Gewährt wird teilstationäre Pflege, entweder weil häusliche Pflege nicht in ausreichendem Umfang sichergestellt werden kann oder wenn dies zur Ergänzung oder Stärkung der häuslichen Pflege erforderlich ist.

Die Pflegebedürftigen werden meist morgens abgeholt und nachmittags nach Hause zurückgebracht. Die Höhe der Leistung hängt vom Pflegegrad ab. Der Anspruch gilt für Versicherte der Pflegegrade 2 bis 5. Personen des Pflegegrades 1 können ihren Entlastungsbetrag einsetzen.

Die Pflegekasse übernimmt die pflegebedingten Aufwendungen einschließlich der Aufwendungen für Betreuung und die Aufwendungen für die in der Einrichtung notwendigen Leistungen der medizinischen Behandlungspflege. Die teilstationäre Pflege umfasst auch die notwendige Beförderung von der Wohnung zur Einrichtung der Tagespflege und zurück.

Die Kosten für Unterkunft und Verpflegung sowie gesondert berechenbare Investitionskosten müssen dagegen grundsätzlich privat getragen werden. Der Entlastungsbetrag von 125 € monatlich kann zum Beispiel für diesen Eigenanteil eingesetzt werden.

Die Leistungen der Tages- und Nachtpflege werden nicht auf das Pflegegeld oder die Sachleistung angerechnet, sondern zusätzlich gewährt.

Angebote der Tagespflege werden gegenwärtig in der Stadt Frankfurt (Oder) von folgenden Trägern vorgehalten:

Caritas-Seniorenzentrum Albert Hirsch

Prager Straße 18a, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 68 29 839

E-Mail: ah@caritas-altenhilfe.de

Internet: www.caritas-altenhilfe.de/albert-hirsch

Tagespflege „Am Südring“

Konstantin-Ziolkowski-Allee 49, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 08 140

E-Mail: tp_am-suedring@awo-kv-ff.de

Internet: www.awo-kv-ff.de/fuer-senioren/tagespflege

Tagespflege „Haus Lena“

Dorfplatz 4, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 52 11 58 20

E-Mail: klementz.mielke@t-online.de

Tagespflege der Wichern Pflegedienste gGmbH

Dr.-Hedwig-Hahn-Straße 1a, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 28 39 5711

E-Mail: barow@wichern-ffo.de

Internet: wichern-diakonie.de

Tagespflege „Herzenssache im Palais“

Rosa-Luxemburg-Straße 42, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 50 09 66 88

E-Mail: info.herzenssache-tagespflege@t-online.de

ASB – Tagespflege

Heilbronner Straße 24, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 13 68 214

E-Mail: kathleen.freitag@asb-ostbrandenburg.de

Tagespflege Sonnenschein

Rosengasse 3, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 31 17 41

E-Mail: info@sonnenschein-ffo.de

Tagespflege Leipziger Straße der Gemeinnützigen Pflege – Betreuungsgesellschaft der Stadt Frankfurt (Oder) mbH

Leipziger Straße 53, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 15 25 55

E-Mail: martina.gerz@pro-aura.de

Tagespflege Paulinenhof

August-Bebel-Straße 11, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 86 92 23 88

E-Mail: fpg-ffo@web.de

Kurzzeitpflege

Die vorübergehende Pflege in einer vollstationären Einrichtung (Kurzzeitpflege) können pflegebedürftige Menschen in Anspruch nehmen, wenn die Pflege zu Hause zeitweise nicht oder noch nicht möglich ist.

Einen Anspruch auf Kurzzeitpflege im Rahmen der festgelegten Leistungsbeträge haben Pflegebedürftige der Pflegegrade 2 bis 5. Die Pflegekasse übernimmt die Kosten für pflegebedingte Aufwendungen für bis zu acht Wochen im Kalenderjahr. Eine Beratung zur Höhe der übernommenen Leistungen erfolgt zum Beispiel durch die Pflegekassen, Leistungserbringer und den Pflegestützpunkt Frankfurt (Oder).

Wichtig zu beachten ist, dass Kosten für Unterkunft, Verpflegung und Investitionskosten nicht zu den pflegebedingten Aufwendungen gehören und deshalb nicht übernommen werden dürfen. Eine Erstattung des Eigenanteils kann ggf. über den Entlas-

tungsbetrag erfolgen. Reichen Sie die bezahlte Rechnung bei der Pflegekasse ein. Diese kann überprüfen, ob im Rahmen des Entlastungsbetrages Anteile erstattet werden können.

Angebote der Kurzzeitpflege und Verhinderungspflege werden gegenwärtig in der Stadt Frankfurt (Oder) in folgenden Einrichtungen vorgehalten:

AWO Seniorenzentrum „Am Südring“

Konstantin-Ziolkowski-Allee 49, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 08 100

E-Mail: pdl_am-suedring@awo-kv-ff.de

Caritas-Seniorenzentrum Albert Hirsch

Prager Straße 18a, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 6 82 90

E-Mail: hirsch@caritas-altenhilfe.de

Alloheim Senioren-Residenz „An der Lehmgasse“

Walter-Korsing-Straße 16, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 52 10 10

E-Mail: frankfurt-oder@alloheim.de

Gemeinnützige Pflege- und Betreuungsgesellschaft der Stadt Frankfurt (Oder) mbH**Seniorenhaus „Neuberesinchen“**

Jungclaussenweg 5, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 56 90

E-Mail: info@pro-aura.de

ASB Seniorenheim Frankfurt (Oder) gGmbH**Haus „Karl Marx“**

Gubener Straße 2, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 12 890

E-Mail: sebastian.bollfras@asb-ostbrandenburg.de

Freie Plätze in der Tagespflege

Jetzt kostenlosen Schnuppertag
vereinbaren: 0335 401 525 55



Die Gemeinnützige
Pflege- und Betreuungsgesellschaft mbH
der Stadt Frankfurt (Oder)



Lenné Apotheke
Inh.: Antje Berndt e.K.

Karl-Marx-Straße 192
15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 / 531168
info@lennepo.de
www.lennepo.de

CURATIO & CARE® Wundmanagement



auch in
Ihrer Region

WUNDEXPERTEN-TEAM Berlin-Brandenburg

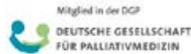


- TÜV-zertifiziertes Wundmanagement
- Therapieabstimmung mit dem behandelnden Arzt
- Phasen- und patientengerechte Wundversorgung
- Kurative und palliative Wundbehandlung
- Kompetenz durch langjährige Erfahrung
- Praxis- & Hausbesuche
- Abrechnung aller Kassen & Privat
- Versandkostenfreie Lieferung der Verbandmaterialien
- Herstellerunabhängig

Beratung & Kontakt
(030) 684 07 65-01
www.curatio-care.de



Management System
ISO 9001:2015
www.tuv.com
ID: 3108030191



Mitglied in der DGP
DEUTSCHE GESELLSCHAFT
FÜR PALLIATIVMEDIZIN



Wir sind Medizin



Registrierung
beruflich
Pflegende



Wundnetz
Berlin
Brandenburg e.V.

REINKLICKEN UND DIESE PUBLIKATION AUCH ONLINE LESEN

 **total-lokal**
www.total-lokal.de

ASB Alten- und Pflegeheim Betriebs gGmbH Haus „Abendsonne“

Markendorfer Straße 22, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 40 07 35 00
E-Mail: kerstin.krueger@asb-ostbrandenburg.de

Evangelisches Seniorenzentrum „Siegfried Ringhand“ LAFIM – Dienste für Menschen im Alter gGmbH

Seelower Kehre 3, 15234 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 28 47 40
E-Mail: esz-frankfurt-sr@lafim.de

Verhinderungspflege

Ist eine Pflegeperson wegen Erholungsurlaub, Krankheit oder aus anderen Gründen an der Pflege gehindert, übernimmt die Pflegekasse die nachgewiesenen Kosten einer notwendigen Ersatzpflege (Verhinderungspflege) für längstens sechs Wochen je Kalenderjahr und bis zu einem maximalen Erstattungsbetrag. Voraussetzung ist, dass die Pflegeperson den Pflegebedürftigen vor der erstmaligen Verhinderung mindestens sechs Monate in seiner häuslichen Umgebung gepflegt hat und der Pflegebedürftige zum Zeitpunkt der Verhinderung mindestens in Pflegegrad 2 eingestuft ist.

Eine Beratung zur Höhe der von der Pflegekasse übernommenen Leistungen erfolgt zum Beispiel durch die Pflegekassen, Leistungserbringer und den Pflegestützpunkt Frankfurt (Oder).

Verhinderungspflege kann bei Bedarf auch stundenweise erbracht werden, vorausgesetzt die Pflegeperson ist weniger als 8 Stunden am Tag verhindert. In diesem Fall erfolgt keine Begrenzung auf 42 Kalendertage, sondern nur auf den Höchstbetrag.

Verhinderungspflege kann sowohl von Privatpersonen (z. B. Angehörige, Nachbarn, Bekannte) als auch von Pflegediensten oder in Einrichtungen übernommen werden.

Verhinderungspflege wird in folgenden Einrichtungen angeboten:

Evangelisches Seniorenzentrum Frankfurt (Oder) „Marthaheim“

Bergstraße 175, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 40 16 90
E-Mail: esz-frankfurt-mh@lafim.de

Wichern Wohnstätten und Soziale Dienste gemeinnützige GmbH

Luisenstraße 21-24, 15230 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 55 56 747
E-Mail: rinner@wichern-ffo.de

Familienentlastender Dienst der Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e. V.

Hansastraße 3, 15234 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 280 510 - 31

E-Mail: familienentlastender_dienst@lebenshilfe-ffo.de
Ob Kurzzeit- und Verhinderungspflege oder tiergestützte Therapie: unser familienentlastender Dienst ermöglicht Angehörigen eine Verschnaufpause vom Alltag. Gemeinsam finden wir den passenden Baustein für Ihre individuelle Situation.

Seniorenwohnanlage „Haus Lena“

Dorfplatz 4, 15236 Frankfurt (Oder)
Telefon: 0335 52 12 727
E-Mail: klementz.mielke@t-online.de

Hospizdienst

Ehrenamtlicher Hospizdienst

Hospizdienst der Wichern-Diakonie

Im Vordergrund stehen die ehrenamtliche Begleitung sterbender Menschen und deren Angehöriger in ihrer häuslichen Umgebung. Dabei gilt es auch, den Angehörigen Mut zu machen, sie zu entlasten und Unterstützung für diesen Weg zu geben bzw. bei Bedarf professionelle Hilfen zu vermitteln. Die Wünsche und Bedürfnisse der sterbenden Menschen und ihrer Angehörigen stehen grundsätzlich im Mittelpunkt. Im Rahmen der ehrenamtlichen Hospizarbeit wird keine pflegerische Leistung erbracht. Auch in der Zeit der Trauer sind wir für die Hinterbliebenen da.

Ehrenamtlicher Hospizdienst, Koordinatorin: Lisa Mogschan
Lienaustraße 1, 15230 Frankfurt (Oder), Telefon: 0335 28 39 63 90
E-Mail: mogschan@wichern-diakonie.de
Internet: wichern-diakonie.de

Hospiz

Das »Regine-Hildebrandt-Haus« bietet Menschen mit schweren Erkrankungen den Raum für ein würdevolles Leben mit ihrer Krankheit und ein würdevolles Abschiednehmen von ihrem Leben. Die Gäste (Patienten) können hier die letzte Phase ihres Lebens selbstbestimmt gestalten und auf Grund bestmöglicher therapeutischer Versorgung, in der Regel frei von belastenden Symptomen, erleben. Anfragen bezüglich einer Aufnahme können durch die Betroffenen selbst, durch Angehörige oder durch berufliche Helfer, wie zum Beispiel Ärzten, erfolgen.

Hospiz »Regine-Hildebrandt-Haus«, Susanne Knüppel
Bergstraße 181, 15230 Frankfurt (Oder), Telefon: 0335 5556 709
E-Mail: hospiz@wichern-ffo.de
Internet: wichern-diakonie.de



ROST ROST
FRANKFURT (ODER)



Leipziger Straße 61
15236 Frankfurt (Oder)

Montag - Freitag 8.00 - 18.00 Uhr
Sonnabend 9.00 - 12.00 Uhr

sowie zu jeder Tages- & Nachtzeit telefonisch
Telefon: (0335) 868 97 97

Besuchen Sie uns auf: www.rost-rost.de

Wir wissen nicht,
was **HINTER DEM HORIZONT** auf uns wartet.

Wir können Ihnen aber **AUF DEM WEG** dorthin
EIN GUTER BEGLEITER sein.

Wohnen und Pflege

- zur Pflege und Versorgung: Alten- und Krankenpflagedienste, Menüservice, Fahrdienste etc.
- zu haushaltsnahen Dienstleistungen, wie z. B. Wäscheservice, Reinigungsdienst, Einkaufshilfen
- zu technischen Hilfsmitteln, wie z. B. Hausnotruf, Rauchmelder, Mobilnotruf
- zu sozialen und kulturellen Angeboten in Ihrem Wohngebiet, z. B. Seniorenstübchen.

Selbstständig wohnen und entscheiden auch bei Unterstützungsbedarf!

WohnBau Frankfurt (Oder)

Wohnungsbaugenossenschaft Frankfurt (Oder) eG

Sophienstraße 40, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 6 83 05 99

WoGe Süd e.G. Frankfurt (Oder)

Martin-Opitz-Straße 7, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 566 002 22

Seniorengerechter Umbau in der Wohnung und im eigenen Haus

Bei einer barrierefreien und seniorengerechten Gestaltung der Wohnräume sollte das Augenmerk aufgrund der erhöhten Rutschgefahr besonders auf dem Badezimmer liegen. Das Waschbecken sollte in individueller Höhe montiert werden und möglichst flach und unterfahrbar sein, damit es auch von einem Rollstuhlfahrer genutzt werden kann. Achten Sie beim WC darauf, dass links und rechts ausreichend Bewegungsfläche vorhanden ist und bringen Sie passende Stützgriffe mit geeignetem Profil und griffiger Oberfläche an, die das Hinsetzen und Aufstehen erleichtern. Eine schwellenfreie Duschanne sorgt ganz einfach für einen rollstuhlgerechten beziehungsweise leichter zugänglichen Duschkabplatz.



Die meisten älteren Menschen möchten so lange wie möglich selbstständig in der eigenen Wohnung leben. Zur Vorsorge für das Alter gehört aber auch, sich rechtzeitig zu informieren, welche Möglichkeiten es gibt und welche Wohnform die Passende sein könnte. Die Wohnung sollte auch noch dann nutzbar sein, wenn man körperlich eingeschränkt ist.

Das Spektrum denkbarer Wohnalternativen reicht von der normalen Wohnung, die durch Anpassungsmaßnahmen altersgerecht gestaltet werden kann, bis hin zu Seniorenwohnanlagen, Formen des Betreuten Wohnens oder Wohnen im Altenpflegeheim.

Weitere Beratung erhalten Sie u. a. bei der:

Wohnungswirtschaft Frankfurt (Oder) GmbH

Brunnenplatz 3-4, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 401 40 14

WOWI-Seniorenberatung

Wir vermitteln, unterstützen und beraten Senioren und Menschen mit Behinderungen bei allen Fragen rund ums Wohnen:

- bei der Suche nach einer für Sie geeigneten Wohnung
- bei der Umgestaltung Ihrer Wohnung inkl. Finanzierungsmöglichkeiten, z. B. Programm „Dusche statt Wanne“
- bei der Findung nach geeigneten Handwerkern zur Umsetzung von baulichen Maßnahmen



Wiesner weiß wie's geht

WOLFGANG WIESNER IMMOBILIEN, Fürstenberger Straße 14, 15232 Frankfurt (Oder)
Tel.: 0335 558740 Fax: 0335 55874-19, www.frankfurt-oder-immobilien.de



- stets aktuelle Marktkenntnis in der Region
- fachliche Qualifikation und 30 Jahre Erfahrung
- hoher Bekanntheitsgrad und bester Leumund
- anerkannte Erfolge bei Verkauf/ Vermietung

Wenn's um viel Geld geht - lieber gleich zum Fachmann!



**Baugenossenschaft für
kleinere Wohnungen
zu Frankfurt an der Oder e.G.**

Leipziger Str. 56 · 15236 Frankfurt (Oder) · Tel.: 0335/54 21 28
E-Mail: kontakt@bkw-ffo.de · Internet: www.bkw-ffo.de





© Grafhoks - adobestock.com

Barrierefrei wohnen – was heißt das eigentlich?

Für immer mehr Menschen stellt die barrierefreie Ausgestaltung ihrer Wohnräume eine gute Alternative zum Umzug in eine spezielle Einrichtung für Senioren und/oder Menschen mit Pflegebedarf dar. Dabei wird dafür gesorgt, dass die alltäglichen Wege begehbar bzw. befahrbar sind und die Dinge des täglichen Lebens greifbar bzw. erreichbar sind. Bedarf für eine bessere Ausleuchtung von möglichen Stolperfallen oder die sinnvolle Anbringung von Handläufen zur Verringerung unnötiger Balanceakte können schnell erkannt und umgehend behoben werden. Auch zu viel Mobiliar oder zu wenig Platz vor Waschtischen oder in der Küche können einschränken.

Dusche statt Badewanne:

Das WOWI-Umbau-Angebot für die Umrüstung eines Bades mit Wanne auf moderne Duschen mit niedriger Einstiegshöhe – als Komplettpaket, das von erfahrenen Handwerkern ausgeführt und von der WOWI kontrolliert wird.

Das sind die Regeln:

- Beratung zu Technik und Finanzierung durch die WOWI.
- Bei Pflegegrad Übernahme der Kosten durch die Kasse. Für Mieter über 60 Jahre ist abhängig von der Wohndauer ersatzweise ein WOWI-Baukostenzuschuss möglich.
- Ausführung durch WOWI-geprüfte Firmen.

Infos: WOWI

Telefon: 0335 401 40 14

Unterstützung für Maßnahmen zur Verbesserung des Wohnumfeldes

Für notwendige bauliche Veränderungen können einmalige Zuschüsse pro Maßnahme gezahlt werden (z. B. Anbringen von Haltegriffen oder Handlauf, Dusche statt Badewanne, Rampen und Abschrägungen, Schwellenbeseitigung).

Bitte beachten: sofern technisch möglich, Zustimmung des Vermieters vorliegt, Baumaßnahme Beginn erst nach vorliegenden Zustimmungen und nach Bewilligung durch die Pflegekasse!



© adobestock.com

Betreutes Wohnen – Service Wohnen

Viele ältere Menschen wünschen sich ein selbständiges Leben im eigenen Haushalt verbunden mit der Sicherheit, im Bedarfsfall schnell und unkompliziert Hilfe zu erhalten. Das „Betreute Wohnen“ oder auch „Service-Wohnen“ versucht diesen Bedürfnissen Rechnung zu tragen.

Bei dieser Wohnform können Sie in Frankfurt (Oder) selbstständig in einer angemieteten Wohnung leben. Diese Wohneinheiten sind altersgerecht gebaut und tragen Ihren Bedürfnissen in dieser Lebensphase Rechnung. Neben dem Mietvertrag ist in der Regel zusätzlich ein Betreuungsvertrag für die Grundversorgung mit einem Dienstleistungsunternehmen abzuschließen. Hierfür ist eine Grundpauschale zu zahlen. Der Grundservice gibt Ihnen Entlastung und Sicherheit im Alltag und umfasst zum Beispiel:

- Persönliche Betreuung und Beratung durch einen Ansprechpartner
- haustechnischer Service
- Angebot eines Notrufanschlusses

Sie können außerdem Wahlleistungen in Anspruch nehmen, welche gesondert berechnet werden. Beispiele für Wahlleistungen sind:

- Essensversorgung
- hauswirtschaftliche Dienste
- pflegerische Hilfen
- Krankenpflege
- Wäschedienst
- Fahr- und Begleitdienst

Anbieter für Betreutes Wohnen in Frankfurt (Oder) (mit und ohne Wohnberechtigungsschein – WBS)

AWO Seniorenzentrum „Am Südring“

Konstantin-Ziolkowski-Allee 49a, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 31 31 55

E-Mail: hausverwaltung@awo-kv-ff.de

Hinweis: Die Wohnungen befinden sich am und im Pflegeheim.

Es wird ein Wohnberechtigungsschein benötigt.

Ev. Diakonissenhaus Berlin Teltow Lehnn

Betreutes Wohnen „Elisabeth-Haus“

Heinrich-Hildebrand-Straße 22, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 03328 43 35 74

E-Mail: beatrix.boek@diakonissenhaus.de

Hinweis: Die Wohnungen befinden sich am Lutherstift. Es wird ein Wohnberechtigungsschein benötigt.

ASB Regionalverband Ostbrandenburg e. V.

Altersgerechtes Wohnen im Seniorenhaus „Karl Marx“

Gubener Straße 2, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 12 89 502

E-Mail: ines.retzer@asb-ostbrandenburg.de

Hinweis: Es wird ein Wohnberechtigungsschein benötigt.

Caritas Seniorenzentrum „Albert Hirsch“

Prager Straße 18a und Bergstraße 144, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 6 82 90

E-Mail: c.leisering@caritas-altenhilfe.de

Hinweis: Die Wohnungen befinden sich am Pflegeheim. Es wird ein Wohnberechtigungsschein benötigt.

Alloheim Senioren-Residenz „An der Lehmgasse“

Walter-Korsing-Straße 16, 15230 Frankfurt (Oder)

Einrichtungsleiterin: Frau Obst

Telefon: 0335 5 21 01 - 0

E-Mail: frankfurt-oder@alloheim.de

Hinweis: Die Wohnungen befinden sich am Pflegeheim.

ASB Regionalverband Ostbrandenburg e. V.**Betreutes Wohnen in der Lindenstraße**

Lindenstraße 18, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 38 72 84 29

E-Mail: ines.retzer@asb-ostbrandenburg.de

Wichern Diakonie Frankfurt (Oder) e. V.**Servicewohnen für Senioren**

Humboldtstraße 20, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 56 737

E-Mail: rost@wichern-ffo.de

Internet: wichern-diakonie.de

Betreutes Wohnen im ASB-Vitalis

Heilbronner Straße 24, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 401 368 214

E-Mail: kathleen.freitag@asb-ostbrandenburg.de

Betreutes Wohnen – Seniorenresidenz „Am Gertraudenplatz“

Kellenspring 17/18, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 14 35 83

E-Mail: sekretariat@lebenswert-ffo.de

Betreutes Wohnen im „Haus Johanna“

Bardelebenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 52 11 99 43

E-Mail: info.herzessache@t-online.de

Betreutes Wohnen – Seniorenresidenz „Haus am Teich“

Puschkinstraße 13, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 14 35 83

E-Mail: sekretariat@lebenswert-ffo.de

Wohnpark „Am Südring“ des ASB

Südring 4-15, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 38 72 84 29

E-Mail: ines.retzer@asb-ostbrandenburg.de

„Wohnpark an der Sonnenallee „Haus Janus“

Sonnenallee 2, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 31 31 55

E-Mail: hausverwaltung@awo-kv-ff.de

Seniorenwohnanlage Markendorf „Haus Lena“

Dorfplatz 4, 15236 Frankfurt (Oder) OT Markendorf

Telefon: 0335 52 11 58 22

Antragstellung und Beratung zum Wohnberechtigungsschein (WBS):

Voraussetzung für die Aufnahme mit WBS ist, dass der Wohnungssuchende im Besitz einer gültigen und der Wohnung entsprechenden Wohnberechtigung gemäß § 5 Wohnungsbindungsgesetz ist oder einer Bescheinigung, dass die für den Wohnberechtigungsschein geltenden Einkommensgrenzen um nicht mehr als 20 % überschritten werden.

Amt für Jugend und Soziales

Frau Raudonis

Logenstraße 8 (Oderturm), 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 52 - 51 59

E-Mail: erlinda.raudonis@frankfurt-oder.de

Aus Liebe zum Leben

Die Johanniter in Frankfurt (Oder) sind für Sie da!

Johanniter-Fahrdienst

Behindertenfahrdienst, Krankenfahrten,
Schülerspezialverkehr (sitzend, im Rollstuhl,
im Tragestuhl, liegend) **Tel. 0335 40123-46**

Johanniter-Notrudienste

Hausnotruf, Mobilnotruf, Rauchwarnmelder, Gefahrenmelder
für spezielle Risiken **Tel. 0335 40123-48**

Aus- und Weiterbildungsangebote

Erste Hilfe am Kind, Erste-Hilfe-Kurse für Betriebe und Führerscheinbewerber,
Fachausbildungen für den Beruf oder ein Ehrenamt **Tel. 0335 40123-52**

Weitere Dienste der Johanniter im Regionalverband Oderland-Spree (Frankfurt (Oder), MOL, LOS)

• Ambulante Pflege • Ambulante Kinderkrankenpflege • Ambulanter Hospizdienst • Ambulanter Kinderhospizdienst • Trauerarbeit • Ehrenamt • Sanitätsdienstliche Absicherungen • Kindertagesstätten • Jugendarbeit • Einzelfallhilfe/Schülerbegleitung • Integrationsarbeit • Katastrophen- und Bevölkerungsschutz

(In den Regionen, wo die Dienste nicht durch die Johanniter angeboten werden,
stehen kompetente Partnerunternehmen zur Verfügung)

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V.

Regionalverband Oderland-Spree

Heinrich-Hildebrand-Straße 20b, 15232 Frankfurt (Oder)
Tel. 0335 40 123-40, Fax 0335 40 123-49
rv.odls@johanniter.de

Mehr Informationen
unter
[www.johanniter.de/
rv-odls](http://www.johanniter.de/rv-odls)



JOHANNITER

Weil auch starke Familien Rückhalt verdienen

Der Johanniter-Hausnotruf: Sicherheit auf Knopfdruck

Die meisten Seniorinnen und Senioren sind bis ins hohe Alter aktiv. 90% leben selbstständig in ihren eigenen vier Wänden oder bei der Familie und sind nicht pflegebedürftig. Doch insbesondere Alleinlebende und ihre Angehörigen haben manchmal ein ungutes Gefühl: Was, wenn doch einmal ein Notfall eintritt und niemand da ist, um zu helfen?

Als Johanniter lernen wir jeden Tag einzigartige Familien kennen. Familie Doeppner ist eine von ihnen, Tochter Melanie hat uns erzählt, wie der Hausnotruf ihrer Familie den Alltag erleichtert.



„Meine Mama war ihr ganzes Leben für andere da und hat sich eingesetzt. Nach dem Schlaganfall war sie dann plötzlich selber auf Hilfe angewiesen. Heute haben wir uns alle darauf eingerichtet und es geht ihr zum Glück sehr gut. Nur das Sprechen und Schreiben klappt nicht mehr. Wir sind immer da für unsere Eltern. Aber natürlich gibt es Situationen, da sind wir nicht erreichbar. Darum haben wir meiner Mama den Hausnotruf der Johanniter eingerichtet. Damit kann sie jederzeit

Hilfe rufen. Die Notrufzentrale weiß sofort, wer den Knopf gedrückt hat und dass sie nicht sprechen kann. Das ermöglicht uns und ihr ein eigenständiges Leben. Das bedeutet meiner Mama sehr viel.“

Die Leistungen des Johanniter-Hausnotrufs können an jeden Bedarf individuell angepasst und erweitert werden. Bis heute vertrauen über 200.000 Menschen dem Johanniter-Hausnotruf. Der Mensch steht im Mittelpunkt, daher liegt unser Fokus auf:

- einer individuellen Beratung unter Berücksichtigung Ihrer persönlichen Situation
- Installation durch unsere technische Kundenbetreuung oder auf Wunsch kontaktlos
- Sichere Hinterlegung der Wohnungs- oder Hauschlüssel erleichtert im Notfall den Zugang zu Ihnen (auf Wunsch und je nach Verfügbarkeit)
- Dezentere und unauffälliger Handsender am Armband oder als Halskette
- unsere Notrufzentralen sind 24 Stunden am Tag, 7 Tage die Woche verfügbar
- 30 Jahre Erfahrung und professionell geschulte Mitarbeitende im Johanniter-Hausnotruf

Weitere individuelle Möglichkeiten bieten der Johanniter-Mobilnotruf für unterwegs, Rauchwarnmelder in den eigenen vier Wänden sowie Funkwarnmelder für spezielle gesundheitliche Risiken, z. B. bei potenzieller Sturzgefahr. **Lassen Sie sich unverbindlich und kostenfrei beraten. Weitere Informationen sowie Beratungstermine erhalten Sie telefonisch unter 0335 40123-48 oder im Internet unter www.johanniter.de/hausnotruf**

Wohngemeinschaften für Menschen mit (und ohne) Demenz

Ambulant betreute Wohngemeinschaften stellen eine Alternative zur Versorgung Pflegebedürftiger, insbesondere demenziell erkrankter Menschen, dar.

Wohngemeinschaften sind keine Pflegeheime oder stationäre Einrichtungen. Die Bewohner leben vielmehr als Mieter in einer eigenen, gemeinsam genutzten Wohnung zusammen. Die Betreuung und Pflege wird durch ambulante Pflegedienste gewährleistet. Jeder Bewohner hat sein eigenes Zimmer, das mit privaten Möbeln ausgestattet wird. Daneben gibt es in der Regel ein gemeinsames Wohnzimmer, eine Küche sowie ein oder mehrere barrierearme Badezimmer.

Durch das Zusammenleben mit anderen Menschen mit Demenz wird eine Betreuung und Pflege rund um die Uhr durch einen Pflegedienst gewährleistet und in der Regel bis zum Lebensende in der Wohnung gesichert.

Wohngruppe für Senioren und demenziell Erkrankte in der Seniorenresidenz „Am Gertraudenplatz“

Kellenspring 17/18, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 14 35 83

E-Mail: sekretariat@lebenswert-ffo.de

Betreute Wohngemeinschaft für Demenzkranke

Heilbronner Straße 12-13, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 86 92 43 14

E-Mail: info@sonnenschein-ffo.de

„Wohngemeinschaft Gubener Straße – Wohnen und Pflege“

Gubener Straße 33, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 14 35 83

E-Mail: sekretariat@lebenswert-ffo.de

Wohngemeinschaft für Menschen mit Demenz – Haus „Johanna“

Bardelebenstraße 1, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 52 11 99 43

E-Mail: info.herzessache@t-online.de

Seniorenwohnanlage Markendorf „Haus Lena“ Wohngemeinschaft für Demenzkranke

Dorfplatz 4, 15236 Frankfurt (Oder) – Markendorf

Telefon: 0335 52 11 58 22

Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz Wichern Diakonie Frankfurt (Oder) e. V.

Luisenstraße 22, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 56 611

E-Mail: hebbe@wichern-ffo.de

Wohngruppen in der Seniorenresidenz „Haus am Teich“

Puschkinstraße 13, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 14 35 83

E-Mail: sekretariat@lebenswert-ffo.de

Wohngemeinschaften für Menschen mit Demenz Wichern Diakonie Frankfurt (Oder) e. V.

Dr.-Hedwig-Hahn-Straße 1, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 56 611

E-Mail: hebbe@wichern-ffo.de

Pflegeheime und Seniorenzentren

Wenn häusliche oder teilstationäre Pflege nicht mehr ausreicht, kann es notwendig werden, in ein Pflegeheim umzuziehen. Die Pflegeversicherung zahlt bei vollstationärer Pflege pauschale Leistungen für pflegebedingte Aufwendungen einschließlich der Aufwendungen für Betreuung und für Leistungen der medizinischen Behandlungspflege in Pflegeheimen.

Neben dem Leistungsbetrag, der von der Pflegeversicherung übernommen wird, tragen die Heimbewohnerinnen und -bewohner einen Eigenanteil für die stationären Pflegekosten. Dazu kommen noch die Kosten für Verpflegung, Unterkunft und Investitionen. Die Höhe des Eigenanteils kann sich von Pflegeheim zu Pflegeheim unterscheiden. Der Eigenanteil muss aus dem Einkommen und Vermögen des Pflegebedürftigen erbracht werden, ggf. kann eine finanzielle Unterstützung beim Sozialamt beantragt werden.

Stationäre Pflegeeinrichtungen finden Sie unter folgenden Anschriften:

Caritas Seniorenzentrum „Albert Hirsch“

Prager Straße 18a, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 6 82 90

E-Mail: v.schulz@caritas-altenhilfe.de

Evangelisches Diakonissenhaus Berlin Teltow Lehnin

Altenpflegeheim „Theodor-Fliedner-Haus“

Heinrich-Hildebrand-Straße 24b, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 554 21 10

E-Mail: peggy.schulz@diakonissenhaus.de

Evangelisches Seniorenzentrum „Marthaheim“

Bergstraße 175, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 4 01 69 0

E-Mail: esz-frankfurt-mh@lafim.de

ASB Alten- und Pflegeheim Betriebs gGmbH Haus „Abendsonne“

Markendorfer Straße 22, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 07 35 00

E-Mail: kerstin.krueger@asb-ostbrandenburg.de

ASB Seniorenheim Frankfurt (Oder) gGmbH Haus „Karl Marx“

Gubener Straße 2, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 12 89 0

E-Mail: sebastian.bollfras@asb-ostbrandenburg.de

Alloheim Senioren-Residenz „An der Lehmgasse“

Walter-Korsing-Straße 16, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 52 10 10

E-Mail: frankfurt-oder@alloheim.de

Gemeinnützige Pflege- und Betreuungsgesellschaft der Stadt Frankfurt (Oder) mbH

„Seniorenhaus Neuberesinchen“

Jungclaussenweg 5, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 56 90

E-Mail: info@pro-aura.de

Gemeinnützige Pflege- und Betreuungsgesellschaft der Stadt Frankfurt (Oder) mbH

Wohn- und Pflegezentrum

Wohngruppe für psychisch veränderte Menschen und für schwerstkörperbehinderte Menschen

Kommunardenweg 14, 15232 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 56 90

E-Mail: info@pro-aura.de



neugebauer | vieth | wutzmer

PARTNERSCHAFT VON RECHTSANWÄLTEN

LOGENSTRASSE 13 A 15230 FRANKFURT (ODER)

TEL 0335 522932 TEL 0335 5046195

FAX 0335 523788 FAX 0335 5046196

INFO@KANZLEI-NVW.DE WWW.KANZLEI-NVW.DE

RECHTSANWÄLTIN **ELLEN NEUGEBAUER**

FACHANWÄLTIN FÜR ERBRECHT

FACHANWÄLTIN FÜR BANK- UND KAPITALMARKTRECHT

RECHTSANWALT **ANDREAS VIETH**

FACHANWALT FÜR VERSICHERUNGSRECHT

FACHANWALT FÜR MIET- UND WOHNUNGSEIGENTUMSRECHT

RECHTSANWALT **ANDREAS WUTZMER**

FACHANWALT FÜR STRAFRECHT

FACHANWALT FÜR BAU- UND ARCHITEKTENRECHT

RECHTSANWALT **MARCIN SZCZĘŚNIEWSKI, LL.M.**

Kompetente Beratung vor Ort

ETL | SFS

Steuerberatung für Senioren

Steuerberatung für Senioren

Wir helfen Ihnen gern!

Freund & Partner GmbH
Steuerberatungsgesellschaft
Niederlassung Frankfurt (Oder)

Franz-Mehring-Straße 23a
15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: (0335) 56 49 80 · Fax: (0335) 5 64 98 88

fp-frankfurtoder@etl.de

www.fp-frankfurtoder.de

Ein Unternehmen der ETL-Gruppe | www.ETL.de



**PFLEGE- UND
GERIATRIE-NETZWERK**
FRANKFURT ODER

Offenes Netzwerk

aus Pflegediensten, Krankenhäusern,
Apotheken, Sanitätshäusern und
anderen Anbietern pflegerischer
Versorgung sowie ehrenamtlich
Tätigen.



Schwierig geht gemeinsam besser...

- Regionale Zusammenarbeit für mehr Lebensqualität
- Entwicklung von Angeboten und Unterstützungsmöglichkeiten für pflegebedürftige Menschen und ihre Angehörigen

Tel.: 030 9799259-15 • www.pflege-geriatrie-netzwerk.de

AWO Seniorenzentrum „Am Südring“

Konstantin-Ziolkowski-Allee 49, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 40 08 100

E-Mail: pdl_am-suedring@awo-kv-ff.de

Evangelisches Seniorenzentrum „Siegfried Ringhandt“

Seelower Kehre 3, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 28 47 40

E-Mail: esz-frankfurt-sr.@lafim.de

Besondere Wohnformen – Wohnstätten für geistig Behinderte (Leistungen nach SGB IX)**Wichern-Wohnstätten und Soziale Dienste gGmbH**

Luisenstraße 21-24, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 56 721

E-Mail: info@wichern-ffo.de

Internet: www.wichern-diakonie.de/soziale-und-pflegerische-angebote/angebote-fuer-menschen-mit-geistiger-beeintraechtigung**„Hanna-Keller-Haus“ – Evangelisches Diakonissenhaus Berlin Teltow Lehnin**

Amselweg 15, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 41 45 61 00

E-Mail: Kerstin.Huehn@diakonissenhaus.de

Internet: <https://www.diakonissenhaus.de/menschen-mit-behinderung/wohnen/wohnstaetten-fuer-erwachsene/hanna-keller-haus-frankfurt-oder>**Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e. V.****„Ekkehard Berhold“**

Oderhang 15, 15234 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 280510-90

E-Mail: ines.crummenerl@lebenshilfe-ffo.de

Internet: www.lebenshilfe-ffo.de**Heimaufsicht für unterstützende Wohn-Form**

Heimbewohner, Angehörige, Heimbeiräte, Heimbetreiber und sonstige Personen mit berechtigtem Interesse können sich an die Heimaufsicht wenden:

Landesamt für Soziales und Versorgung des Landes Brandenburg

Aufsicht für unterstützende Wohnformen

Robert-Havemann-Straße 4, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 558 22 86 und 0335 558 22 84

Informationen und Beratung zu Einzelfragen

Wer handelt und entscheidet für mich im Notfall?

Jeder von uns kann durch Unfall, Krankheit oder Alter in die Lage kommen, dass er wichtige Angelegenheiten seines Lebens nicht mehr selbstverantwortlich regeln kann.

Weder Ehepartner noch nahe Verwandte haben automatisch das Recht, für Ihre Angehörigen Entscheidungen zu treffen oder Anspruch darauf, als Betreuer bestellt zu werden.

Damit Sie sicher sein können, im Falle von Entscheidungs- und Einwilligungsunfähigkeit Ihre Dinge so geregelt zu wissen, wie Sie es wünschen, sollten Sie in gesunden Tagen dafür Vorsorge zum Beispiel durch Errichtung einer Vorsorgevollmacht, Betreuungsverfügung und Patientenverfügung treffen.

Mit der **Vorsorgevollmacht** können Sie einer oder mehreren anderen Personen das Recht einräumen, in Ihrem Namen stellvertretend zu handeln. Die Vorsorgevollmacht kann sich auf die Wahrnehmung bestimmter einzelner oder aber auch aller Angelegenheiten beziehen. Sie können vereinbaren, dass von der Vorsorgevollmacht erst Gebrauch gemacht werden darf, wenn Sie selbst nicht mehr in der Lage sind, über Ihre Angelegenheiten zu entscheiden. Die Vorsorgevollmacht gibt Ihnen die Möglichkeit, die Bestellung eines Betreuers oder einer Betreuerin durch das Betreuungsgericht zu vermeiden. Sie sollten aber nur eine Person bevollmächtigen, der Sie uneingeschränkt vertrauen und von der Sie überzeugt sind, dass sie nur in Ihrem Sinne handeln wird.

Mit der **Betreuungsverfügung** kann jeder schon im Voraus festlegen, wen das Gericht als rechtlichen Betreuer oder rechtliche Betreuerin bestellen soll. Das Gericht ist an diese Wahl gebunden, wenn sie dem Wohl der zu betreuenden Person nicht zuwiderläuft. Genauso kann bestimmt werden, wer auf keinen Fall als Betreuer oder Betreuerin in Frage kommt. Möglich sind auch inhaltliche

Vorgaben für den Betreuer bzw. die Betreuerin, etwa welche Wünsche und Gewohnheiten respektiert werden sollen oder ob im Pflegefall eine Betreuung zu Hause oder im Pflegeheim gewünscht wird. Die Betreuungsverfügung kann auch mit einer Vorsorgevollmacht verbunden werden und würde dann zur Geltung kommen, wenn die Vorsorgevollmacht – aus welchen Gründen auch immer – nicht wirksam ist. Den Umfang der Befugnisse des Betreuers bestimmt das Gericht. Auch unterliegt der Betreuer der gerichtlichen Überwachung.

Mit der gesetzlich geregelten **Patientenverfügung** können Sie für den Fall der späteren Entscheidungsunfähigkeit vorab schriftlich festlegen, ob Sie in bestimmte medizinische Maßnahmen einwilligen oder sie untersagen. Der Arzt hat dann zu prüfen, ob Ihre Festlegung auf die aktuelle Lebens- und Behandlungssituation zutrifft. Ist dies der Fall, so hat er die Patientenverfügung unmittelbar umzusetzen. In diesem Fall ist eine Einwilligung des Betreuers bzw. Bevollmächtigten in die Maßnahme, die dem betreuungsgerichtlichen Genehmigungserfordernis unterliefe, nicht erforderlich, da Sie diese Entscheidung selbst in einer alle Beteiligten bindenden Weise getroffen haben. Dem Betreuer bzw. Bevollmächtigten obliegt es in diesem Fall nur noch, dem in der Patientenverfügung niedergelegten Willen des Betroffenen Ausdruck und Geltung zu verschaffen.

Sie können sich zu den Festlegungen in der Patientenverfügung von einem Arzt beraten lassen. Dieser kann Ihnen auch attestieren, dass Sie bei Abgabe der Erklärung einwilligungsfähig sind. Eine solche Bestätigung ist jedoch keine zwingende Voraussetzung für die wirksame Errichtung einer Patientenverfügung.

Falls Sie Fragen zur rechtlichen Betreuung bzw. den rechtlichen Möglichkeiten der Vorsorge haben, können Sie sich an folgende Ansprechpartner wenden:



Gesundheitsamt Frankfurt (Oder)

Betreuungsbehörde

Logenstraße 6, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 52 53 41 oder 5 52 53 42

E-Mail: betreuungsbehoerde@frankfurt-oder.de

Vorsorgevollmachten und Patiententestamente können seit dem 01.07.2005 in der Betreuungsbehörde gegen eine Gebühr von 10 € beglaubigt werden.

Betreuungsverein Lebenshilfe Brandenburg e. V.

Betreuungsstelle Frankfurt (Oder)

Logenstraße 8, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 28 05 11 11

Telefax: 0335 28 05 11 10

E-Mail: ffo-lebenshilfe-betreuungsverein.de

Internet: www.lebenshilfe-betreuungsverein.de

Rente

Die Rente ist für viele die wichtigste Form der finanziellen Absicherung für das Alter. Daher werden Sie in der Beratungsstelle umfassend betreut. Der Service erstreckt sich auf alle Fragen im Zusammenhang mit der Rentenversicherung, egal wo Sie gesetzlich rentenversichert sind. Neben der ausführlichen **Beratung** erfolgt selbstverständlich auch die **Antragsaufnahme. Auskünfte** erhalten Sie auch über zulässige Hinzuverdienste als Rentner und die Problematik Rente und Steuer.

Um längere Wartezeiten zu vermeiden, ist eine telefonische Terminvereinbarung zu empfehlen. Zur Beratung sollten Sie Ihre Versicherungsunterlagen und Ihren Personalausweis mitbringen.

Die Berater führen auch regelmäßig Vorträge zu allgemein interessierenden Themen im Informationszentrum der Deutschen Rentenversicherung durch.

Auskünfte und Beratung erhalten Sie bei der:

Deutsche Rentenversicherung

Bertha-von-Suttner-Straße 1, 15236 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 55 10

E-Mail: post@drv-berlin-brandenburg.de

Öffnungszeiten der Auskunfts- und Beratungsstelle im Hause:

Montag und Donnerstag: 8:00 – 15:00 Uhr

Dienstag: 8:00 – 18:00 Uhr

Mittwoch: 8:00 – 13:00 Uhr

(und von 13:00 – 15:00 Uhr
nur mit Terminvereinbarung)

Freitag: 8:00 – 13:00 Uhr

Sozialhilfe

Weitere Auskünfte zu nachfolgenden Anliegen erteilen die zuständigen Sachbearbeiter beim:

Amt für Jugend und Soziales

Logenstraße 8 (Oderturm), 15230 Frankfurt (Oder)

19. Etage (ambulante Hilfen)

23. Etage (stationäre Hilfen)

Telefon: 0335 5 52 50 00

Wer nicht in der Lage ist, aus eigenen Kräften und mit eigenen Mitteln seinen Lebensunterhalt zu bestreiten oder in besonderen Lebenslagen sich selbst zu helfen, und auch anderweitig keine ausreichende Hilfe erhält, hat ein Recht auf persönliche und wirtschaftliche Hilfen. Ziel ist die Befähigung zur Selbsthilfe sowie die Sicherung eines menschenwürdigen Lebens.

Hilfe zur Pflege kann gerade für ältere Menschen sehr wichtig sein, z. B. wenn im Pflegefall die Leistungen der Pflegeversicherung nicht ausreichen.

Grundsicherung

Mit der Leistung von bedarfsorientierter Grundsicherung soll sichergestellt werden, dass Ältere über 65 Jahre oder dauerhaft voll erwerbsgeminderte Menschen **genug Geld für den Lebensunterhalt** haben.

Die Grundsicherung ist keine Grundrente, sondern sie wird als Aufstockung zu dem bereits vorhandenen Einkommen gewährt. Die Grundsicherung richtet sich nach dem Bedarf im Einzelfall.

Amt für Jugend und Soziales

Logenstraße 8, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 552 5000

Wohngeld

Empfänger von bestimmten Sozialleistungen, sogenannten Transferleistungen, z. B. Sozialhilfe, Arbeitslosengeld II, Sozialgeld, Grundsicherungsleistungen im Alter und bei Erwerbsminderung sowie Mitglieder ihrer Bedarfsgemeinschaft sind vom Wohngeld ausgeschlossen. Deren angemessene Unterkunftskosten werden im Rahmen der jeweiligen Sozialleistung berücksichtigt, so dass sich der Ausschluss vom Wohngeld nicht nachteilig auswirkt.

Amt für Jugend und Soziales

Abteilung Soziales und Wohnen

Logenstraße 8, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 5 52 51 54 / 51 55

Frankfurt-Pass

Zur Sicherung einer sozialen Grundversorgung der in Frankfurt (Oder) lebenden Bürgerinnen und Bürger wird nach individueller Antragstellung bei Vorliegen entsprechender Voraussetzungen der Frankfurt-Pass ausgestellt. Dieser berechtigt zur ermäßigten Inanspruchnahme (sozialer) Dienstleistungen sowie Sport-, Bildungs- und Kulturangebote in der Stadt Frankfurt (Oder), soweit Ermäßigungen dieser Art von den Veranstaltern angeboten werden.

Die Erstellung und Ausgabe des Frankfurt-Passes erfolgt unentgeltlich im Bürgerbüro:

Bürgeramt der Stadt Frankfurt (Oder)

Logenstraße 7, 15230 Frankfurt (Oder)

Telefon: 0335 552 3330

Internet: <https://www.frankfurt-oder.de/Verwaltung-Politik/Verwaltung/Bürgerservice-A-Z/>

Für Notfälle

Polizei

Hauptwache Frankfurt (Oder) 5 61 12 30

Rettungsdienst – Notruf

Feuerwehr – Notarzt 1 10 / 1 12

Giftnotruf 030 1 92 40

Bereitschaftsdienst der Kassenärztlichen Vereinigung

116 117

Telefonseelsorge ev. 0800 11 10 111*

24 Stunden täglich kath. 0800 11 10 222*

*Tel.-Nr. des Anrufenden werden nicht angezeigt

Klinikum Frankfurt (Oder) 54 80

Müllroser Chaussee 7

Ev. Krankenhaus Lutherstift 5 54 20

Heinrich-Hildebrand-Straße 22

Ärztelhäuser

Am Kleistpark 1 53 31 12

Leipziger Straße 53 52 53 93

Prager Straße 35 63 12 0



Evangelisches Seniorenzentrum Siegfried Ringhandt

Seelower Kehre 3 ♦ 15234 Frankfurt (Oder)

Tel. 0335 284 74 - 0

esz-frankfurt-sr@lafim.de

- stationäre Pflege
- Kurzzeit- & Verhinderungspflege
- Quartierstreff



Evangelisches Seniorenzentrum Marthaheim

Bergstraße 175 ♦ 15230 Frankfurt (Oder)

Tel. 0335 401 69 - 0

esz-frankfurt-mh@lafim.de

- stationäre Pflege

Ein sicheres Zuhause, unterstützt durch professionelle Betreuung und Pflege. Wir bieten Ihnen täglich wechselnde Angebote, bereichern so den Alltag und fördern soziale Kontakte.

Regelmäßige Andachten und Gottesdienste gehören ebenso dazu, wie Seelsorge und die Begleitung Sterbender.

Im Verbund der
Diakonie 



Ein individuell gelebtes Leben verdient einen individuellen Abschied.

Der Abschied von einem geliebten, nahestehenden Menschen wiegt schwer. Als Frankfurterin stehe ich Ihnen, den Menschen in meiner Heimat, in den schweren und traurigen Momenten des Lebens gern zur Seite und organisiere alles, was für einen würdigen und liebevollen Abschied möglich sowie erforderlich ist.

Rufen Sie mich an, ich nehme mir Zeit für Sie. In einem persönlichen Gespräch bei Ihnen, in Ihrem vertrauten Umfeld oder in meinen Geschäftsräumen wird alles Notwendige und Ihren Wünschen entsprechend abgesprochen.



HEIKE GROTH BESTATTUNGEN

Erdbestattungen • Feuerbestattungen • Seebestattungen
• vertrauensvoll aus einer Hand •
Trauerreden • Trauerbegleitung • Bestattungsvorsorge

Naturbestattungen „Tree of Life“ – Baum des Lebens
sowie Friedwald- und Ruheforstbestattungen u.a.

In unserem Bestattungsunternehmen finden Sie fachlichen Rat und Service zu allen Fragen und Aufgaben, die sich an Lebenden stellen.

Wir nehmen uns Verstorbener so an, dass es Sie als Hinterbliebene und Trauernde stützt, schützt und weiterführt.



Küstriner Str. 1 • 15306 Seelow
Tag & Nacht: 03346 - 855 42 64
www.Grothbestattungen.de



Steinmetz Dirk Hammerschmidt

Tel. 0335 - 685 87 57, Funk 0175 - 215 47 47

Ulmeweg 41, 15234 Frankfurt (Oder) (Heimkehrsiedlung)

dirk.Hammer@web.de, www.steinmetz-hammerschmidt.de

*Beratung auch
bei Ihnen zu Hause*



*individuelle Grabmale
Grabeinfassungen und -umrandungen
Grabdenkmäler, Denkmalpflege
Service rund um den Grabstein
Naturstein für Haus & Garten*

Inserentenverzeichnis

Branche	Kunde	Seite
Apotheken	· Lenné-Apotheke	34
Baugenossenschaft	· Baugenossenschaft für kleinere Wohnungen zu Frankfurt an der Oder e.G.	38
Beratungszentrum	· Caritas-Haus Frankfurt (Oder)	6
Bestattungsinstitut	· Groth Bestattungen	52
	· Rost & Rost Frankfurt (Oder)	36
Immobilien	· Wiesner Immobilien	38
Krankenhäuser und Kliniken	· Evangelisches Krankenhaus Lutherstift Frankfurt (Oder) gGmbH	28
	· Klinikum Frankfurt (Oder)	31
Lebensmittel	· EDEKA center Frankfurt	15
	· Spitzkrug Multi Center	U4
Netzwerkstelle	· ARLE Arbeiten und Leben in historischen Gebäuden gGmbH	U2
Pflegeberatung	· Pflegestützpunkt Frankfurt (Oder)	21
Pflege- und Betreuungsdienst	· Lebenshilfe Frankfurt (Oder) e.V.	28
	· Pflege- und Geriatrie-Netzwerk Frankfurt (Oder)	46
Rechtsanwalt	· NVW Neugebauer – Vieth – Wutzmer	46
Restaurant	· Restaurant Wintergarten	15
Sanitäts-fachgeschäft	· OTB GmbH	15

Branche	Kunde	Seite
Soziale Dienste	· ASB Gesundheitszentrum Frankfurt (Oder) gGmbH	6
	· Johanniter-Unfall-Hilfe e.V.	42, 43
	· Regionalverband Oderland-Spree	
	· Volkssolidarität Frankfurt (Oder) e.V.	28
Stationäre Pflegeeinrichtung	· Caritas-Seniorenzentrum Albert Hirsch	6
	· Evangelisches Seniorenzentrum Siegfried Ringhandt und Marthaheim	51
Steinmetzbetrieb	· Dirk Hammerschmidt	52
Steuerberatung	· Freund & Partner GmbH	46
Tagespflege	· Gemein. Pflege- u. Betreuungsges. der Stadt Frankfurt(Oder) mbH	34
Verkehrsunternehmen	· Stadtverkehrsgesellschaft mbH Frankfurt (Oder)	15
Vermietung	· Wohnungswirtschaft Frankfurt (Oder) GmbH	4, 5
Wundversorgung	· CURATIO & CARE Wundmanagement	34

U = Umschlagseite

Weitere Informationen finden Sie im Internet unter www.total-lokal.de.

**Herausgeber:**

mediaprint infoverlag gmbh
 Lechstr. 2, 86415 Mering
 Registergericht Augsburg, HRB 27606
 USt-IdNr.: DE 118515205
 Geschäftsführung:
 Ulf Stornebel
 Tel.: 08233 384-0
 Fax: 08233 384-247
 info@mediaprint.info

**In Zusammenarbeit mit:**

Stadt Frankfurt (Oder), Logenstr. 8, 15230 Frankfurt (Oder)

Redaktion:

Verantwortlich für den redaktionellen Inhalt:

Stadt Frankfurt (Oder), Logenstr. 8, 15230 Frankfurt (Oder)

Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrasevic

Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG: Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh

ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn

Quellennachweis für Fotos/Abbildungen:

Stadt Frankfurt (Oder)

Dr. Frank Mende, Buckower Str. 18, 15236 Frankfurt (Oder)

Ansonsten stehen die Bildnachweise in den jeweiligen Fotos.

15230057/5. Auflage/2022

Druck:

wicher.print.medien.service. (haftungsbeschränkt)
 Schloßstr. 8, 07545 Gera

Papier:

Umschlag:
 250 g/m² Bilderdruck, dispersionslackiert
 Inhalt:
 115 g/m², weiß, matt, chlor- und säurefrei

Titel, Umschlaggestaltung sowie Art und Anordnung des Inhalts sind zugunsten des jeweiligen Inhabers dieser Rechte urheberrechtlich geschützt. Nachdruck und Übersetzungen in Print und Online sind – auch auszugsweise – nicht gestattet.

HAPPY SHOPPING



DIE RICHTIGEN ZUTATEN FÜR EIN
GESUNDES LEBEN



ÖFFNUNGSZEITEN:

MO - FR 10 - 19 UHR

SAMSTAG 9 - 18 UHR

SPITZKRUG MULTI CENTER | 15234 FRANKFURT (ODER) | SPITZKRUGRING