



WEGWEISER FÜR SENIORINNEN UND SENIOREN

in Hamburg-Nord

2020/2021



Bezirks-Seniorenbeirat
Hamburg-Nord

Ihr Maximalversorger für die ganze Familie



Hervorragende medizinische Rundumversorgung im Norden Hamburgs und im südlichen Schleswig-Holstein

Spezialisten für jeden Bereich

Mit über 1.800 Betten an drei Standorten ist die Asklepios Klinik Nord die größte Klinik in Hamburg.

Getreu dem Leitsatz „**Gesund werden. Gesund leben.**“ arbeiten 28 medizinische und psychiatrische Kliniken und Abteilungen Hand in Hand, um jährlich rund 100.000 Patienten aus dem Norden der Freien und Hansestadt sowie dem Süden Schleswig-Holsteins auf höchstem Niveau zu versorgen.

Hochwertige Medizin

Modernste Diagnose- und Behandlungsverfahren sichern höchste Qualität in allen medizinischen Bereichen und Versorgungsstufen.

Auch **akutmedizinisch sind unsere Patienten** in der Asklepios Klinik Nord bestens versorgt und profitieren von der Vielzahl der vertretenen Fachgebiete und Experten.



Klinik Nord, Hamburg
Heidelberg • Ochsenzoll • Psychiatrie Wandsbek

Tangstedter Landstraße 400 • 22417 Hamburg
Tel.: 040 181887-0 • info.nord@asklepios.com

www.asklepios.com/nord

1. Grußwort des Bezirks-Seniorenbeirats Hamburg-Nord

Liebe Einwohnerinnen und Einwohner des Bezirks Hamburg-Nord –

liebe Mitbürgerinnen und Mitbürger, die hier arbeiten oder zu Gast sind, Ihr Bezirks-Seniorenbeirat (BSB) heißt Sie herzlich willkommen.

Wir laden Sie ein, bei der Lektüre der Informationsfibel „Älter werden im Bezirk Hamburg-Nord“ vielfältige Aspekte näher kennenzulernen, die für Ihr alltägliches Leben in unseren Stadtteilen wichtig sind. Zudem können Sie auch Informationen darüber erhalten, wie der BSB Menschen der älteren Generation in der Bewältigung ihres Alltags mit Rat und Tat unterstützen kann.

Der Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord besteht aus Seniorinnen und Senioren, die sich für die Belange der älteren Generation im Bezirk einsetzen. Wir engagieren uns tatkräftig dafür, die gute Lebensqualität der hier lebenden älteren Menschen zu erhalten und zu verbessern.

Der BSB Hamburg-Nord wurde 1980 gegründet. Seine Mitglieder üben ihr Amt ehrenamtlich, unabhängig, selbstständig und parteipolitisch neutral aus. Den verlässlichen und modernen Rahmen für eine proaktive Mitgestaltung der älteren Generation in unserer Stadt bietet das Hamburger Seniorenmitwirkungsgesetz (HmbSenMitwG) aus dem Jahr 2012. Es formuliert im Kern die Zielsetzung, Seniorinnen und Senioren noch aktiver am gesellschaftlichen und politischen Leben zu beteiligen und die Potenziale und Leistungen älterer Menschen mehr in das Bewusstsein von Politik und Öffentlichkeit zu bringen. In diesem Sinne setzt sich der Seniorenbeirat ein für alle Seniorinnen und Senioren aller Konfessionen, aller Kulturen sowie aller Staatsangehörigkeiten. Wir verschaffen den Seniorinnen und Senioren Gehör bei Ämtern und Institutionen. Dabei haben wir nicht nur die Interessen der heutigen älteren Menschen im Blick,



© Werner Hansen

sondern auch die der Generation 60plus von morgen und übermorgen.

Mein Dank gilt allen am Zustandekommen dieses Wegweisers Beteiligten in Wort, Schrift und Bild. Mein besonderer Dank gilt der „AG Öffentlichkeitsarbeit“: Dr. Ursula Cremerius, Magrit Fellert, Peter Drews und Reinhard Bugarski. Auch bedanke ich mich bei den Inserenten, die erkannt haben, dass die Älteren durchaus eine zu bewerbende Zielgruppe ist. Dank dem ausführenden Verlag. Danke Ihnen allen!

Werner Hansen
Vorsitzender

Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord
Telefon: 040 428042065
E-Mail: bsb-nord@lsb-hamburg.de

Büro: Kümme!straße 7, 20249 Hamburg, Raum S6
Sprechzeiten nach Vereinbarung

© Syda Productions · adobestock.com



Der Artenvielfalt Zukunft schenken!

Der Verlust natürlicher Lebensräume ist längst als Hauptursache für die Bedrohung der biologischen Vielfalt auf unserer Erde erkannt. Dennoch stellen wir uns kaum der Verantwortung, die wir angesichts stetig zunehmender globaler Vernetzung auch für die Geschehnisse in den Ursprungsländern exotischer Tiere haben. Hinzu kommt eine zunehmende Naturentfremdung – besonders in den großen Städten.

Angesichts dieser Situation und des rasant fortschreitenden globalen Artensterbens haben zoologische Gärten heute eine enorme Bedeutung im internationalen Artenschutz. Erfolgreiche Erhaltungszuchtprogramme und eine unübertroffene Akzeptanz in der Umweltkommunikation bilden die Basis für diese Arbeit.



Dies gilt auch für den Hamburger Tierpark – ob Sumatra-Orang-Utan, Asiatischer Elefant oder Südamerikanischer Riesenotter – sie alle haben bei Hagenbeck ein Refugium gefunden.

Da der Park allerdings keine regelmäßige Unterstützung durch öffentliche Gelder erhält, sind Spenden und testamentarische Zuwendungen an die Stiftung Hagenbeck in den vergangenen Jahren zu einem besonders wichtigen Eckpfeiler in der Existenzsicherung geworden.

Darüber hinaus engagiert sich die Stiftung Hagenbeck in ausgewählten Freilandprojekten, damit bedrohte Tiere auch in ihrem ursprünglichen Lebensraum eine Überlebenschance haben. Auch Forschungsprojekte zur Bekämpfung gefährlicher Krankheiten, wie zum Beispiel Elefantenerpes, werden von der Stiftung Hagenbeck gefördert.

Wer in seinem Testament die Stiftung Hagenbeck bedenkt, sichert damit wirkungsvoll und langfristig den Bestand des Tierparks und dessen Engagement für die Tierwelt. Die Stiftung Hagenbeck bietet vielfältige Möglichkeiten, sich für den Natur- und Artenschutz und damit für das Leben in seiner Vielfalt zu engagieren.



Wir – hinterlassen Spuren.



Sie auch?

Seit vielen Generationen freuen sich Jung und Alt über Hagenbecks beachtliche Zuchterfolge. Die Stiftung Hagenbeck setzt sich für den Schutz und die Erhaltung bedrohter Arten ein. Doch nur mit Ihrer Hilfe wird es möglich sein, dass auch in Zukunft Ihre Kinder und Enkelkinder von einer intakten Tier- und Pflanzenwelt lernen können. Bedenken Sie die Stiftung Hagenbeck mit einer Schenkung oder in Ihrem Testament. **Hinterlassen Sie Spuren. Vererben Sie ein Lächeln.**

Wünschen Sie nähere Auskünfte oder einen persönlichen Gesprächstermin?


Dann wenden Sie sich bitte an unser Vorstandsmitglied Herrn Cord Crasselt, Telefon: (040) 530033-396
stiftung@hagenbeck.de / Stiftung Hagenbeck, Lokstedter Grenzstraße 2, 22527 Hamburg
Spendenkonto: Stiftung Hagenbeck • Hamburger Sparkasse AG • IBAN: DE36 2005 0550 1280 2210 01



Inhaltsverzeichnis

1. Grußwort des Bezirks-Seniorenbeirats Hamburg-Nord	1	6. Wohnen	21
2. Einleitung	4	6.1 Wohnen zu Hause	21
2.1 Das Ehrenamt im Bezirk Hamburg-Nord	5	6.1.1 Mahlzeitendienste – Essen auf Rädern	21
3. Aus der Arbeit des Bezirks-Seniorenbeirats	6	6.1.2 Seniorengerechtes Einkaufen	21
3.1 Bessere Beleuchtung auf den Gehwegen unseres Bezirks	6	6.1.3 Hausnotruf	22
3.2 Ein ständiges Arbeits-Thema im BSB: Altersarmut	6	6.1.4 Hauswirtschaftliche Hilfen	22
3.3 BSB-Top-Thema: Der Aufbau von Quartierzentren	7	6.2 Wohnraumanpassung: Umbauten – barrierefrei oder behindertengerecht	22
3.4 Das Thema zu behandeln, ist uns ein Bedürfnis: Öffentliche Toiletten	7	6.3 Sicher wohnen	23
3.5 Eine Forderung des Bezirks-Seniorenbeirats Hamburg-Nord: Die Stätte der Nahversorgung muss für die Bevölkerung fußläufig erreichbar sein	8	6.4 Wohnen im Alter – viele Möglichkeiten	25
3.6 Der BSB übernimmt Verantwortung: „Gegen das Vergessen“	8	6.5 Wohn- und Pflegeeinrichtungen Bezirk Nord	27
3.7 Die Seniorengeneration und die digitale Welt	8	6.6 Servicewohnanlagen in Hamburg-Nord	28
4. Bezirkliche Beratung / Behörden	11	7. Pflege und Unterstützung	30
4.1 Erste Anlaufstellen	11	7.1 Schwerbehindertenausweis	30
4.2 Polizeikommissariate der Region Nord	12	7.2 Pflegegrade und Leistungen	30
4.3 Öffentliche Rechtsauskunft- und Vergleichsstelle Hamburg	13	7.3 Pflegeversicherung	31
4.4 Verbände der freien Wohlfahrtspflege	13	7.4 Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege	31
4.5 Weitere Beratungsstellen	14	7.5 Tagespflege	32
4.6 Kennen Sie den Melde-Michel?	15	7.6 Ambulante Pflegedienste	32
5. Aktiv im Alter	17	7.7 Hören und Verstehen	32
5.1 Sport und Bewegung	17	7.8 Hilfe, wenn die Sehkraft nachlässt	33
5.2 Bildung und Kultur	17	8. Vorsorge und Betreuung	35
5.3 Offene Seniorenarbeit / Seniorentreffs	19	8.1 Patientenverfügung	35
		8.2 Vorsorgevollmachten	35
		8.3 Testament	35
		8.4 Rechtliche Betreuung	35
		Inserentenverzeichnis	36

Die gelisteten Institutionen/Vereine usw. stellen keine Rangliste dar und es wird keine Gewähr für die Richtigkeit und Vollständigkeit übernommen.

<p style="writing-mode: vertical-rl; transform: rotate(180deg);">IMPRESSUM</p>		<p>In Zusammenarbeit mit: Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord, Kummellstr. 7, 20249 Hamburg</p>	<p>22299157/2. Auflage/2020</p>
	<p>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</p>	<p>Redaktion: Verantwortlich für den amtlichen Inhalt: Peter Drews, mit freundlicher Unterstützung von Sabine Illing, Vorsitzende Bezirks-Seniorenbeirat Altona</p> <p>Verantwortlich für den sonstigen redaktionellen Inhalt: Murat Yaral – mediaprint infoverlag gmbh</p> <p>Verantwortlich für den Anzeigenteil: mediaprint infoverlag gmbh – Goran Petrasevic</p> <p>Angaben nach Art. 8 Abs. 3 BayPrG: Alleinige Gesellschafterin der mediaprint infoverlag gmbh ist die Media-Print Group GmbH, Paderborn</p> <p>Quellennachweis für Fotos/Abbildungen: Titel: © colourbox.com Ansonsten stehen die Bildnachweise bei den jeweiligen Fotos.</p>	<p>Druck: mediaprint solutions GmbH Eggertstr. 28, 33100 Paderborn</p> <p>Papier: Umschlag: 250 g/m² Bilderdruck, dispersionslackiert Inhalt: 115 g/m², weiß, matt, chlor- und säurefrei</p> <p>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.</p>

2. Einleitung

Die Freie und Hansestadt Hamburg ist seit 1951 in sieben Bezirke gegliedert. Der Bezirk Hamburg-Nord ist einer von ihnen. Er ist 57,8 km² groß und hat eine Ausdehnung von 14 km von Nord nach Süd und gut 8 km von West nach Ost. Im Norden grenzt der Bezirk an das Bundesland Schleswig-Holstein, im Süden an den Bezirk Hamburg-Mitte, im Westen an den Bezirk Eimsbüttel und im Osten an den Bezirk Wandsbek. Der Bezirk ist in 13 Stadtteile gegliedert: Eppendorf, Hoheluft-Ost und Winterhude bilden das dicht besiedelte Kerngebiet. Uhlenhorst, Hohenfelde, Barmbek-Nord, Barmbek-Süd und Dulsberg sind die innenstadtnäheren Stadtteile. Groß Borstel, Alsterdorf, Ohlsdorf, Fuhlsbüttel und Langenhorn bilden den dünner besiedelten Norden am Hamburger Stadtrand. Insgesamt hat der Bezirk etwa 320.000 Einwohner.

Der Bevölkerungsanteil von Menschen ab dem 55. Lebensjahr bis ins hohe Seniorenalter beträgt rund 30 Prozent. Als offizielle Vertretung dieser Bevölkerungsgruppe in Politik und Gesellschaft wirkt der Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord. Der Seniorenbeirat hat als Stimme der älteren Menschen in Hamburg bereits eine jahrzehntelange Tradition. Aber erst durch die Inkraftsetzung des Hamburger Seniorenmitwirkungsgesetzes im April 2013 ist die Arbeit der Seniorenvertretungen in den sieben Bezirken auf ein sicheres Fundament gestellt.

Der Bezirks-Seniorenbeirat (BSB) in Hamburg-Nord setzt sich aus Seniorinnen und Senioren zusammen, deren Wille es ist, sich für die Belange der älteren Generation einzusetzen. Er ist ein parteiunabhängiges und ehrenamtliches Gremium aus Bürgerinnen und Bürgern, die 60 Jahre oder älter sind. Dabei spielen deren Herkunft, Hautfarbe, Bildung, Behinderung, Religion, sozialer, ökonomischer Status oder sexuelle Ausrichtung keine Rolle. Mindestens zwei Mitglieder sollen einen Migrationshintergrund haben.

Als Team kümmern sich die Beiräte um Belange, die ältere Menschen in unserem Bezirk elementar betreffen, die ihnen

wichtig sind oder auf den Nägeln brennen. Diese Broschüre ist ein Schritt des BSB in diese Richtung. Ob wir im Alter Lebensfreude haben, aktiv sind und Spaß im alltäglichen Miteinander erleben, das hängt ganz wesentlich auch von unseren Möglichkeiten der gesellschaftlichen Teilhabe ab.

Damit das Älterwerden in Hamburg Spaß macht und den Hamburger Seniorinnen und Senioren viel Zeit für Lachen und Freude bleibt, hat Ihr BSB Hamburg-Nord in dieser Broschüre nützliche Informationen zusammengestellt. Wir laden Sie ein, sich mit Ihren Fragen an uns zu wenden. Wir laden Sie ein, allein oder gemeinsam mit Anderen, Ihr Leben hier im Bezirk schön und lebendig zu gestalten. In dieser Broschüre finden Sie Antworten auf Fragen zu Grundsicherung, Pflege, betreutem Wohnen, Servicestellen und Beschwerden – für mehr Unbeschwertheit und die Freizeitgestaltung im Alter. Mit dieser Broschüre laden wir Sie herzlich ein, sich aktiv an der Gestaltung zeitgerechter und vielfältiger Seniorenangebote im Bezirk Nord zu beteiligen.

Die vorliegende Broschüre soll Sie auch ermutigen, Ideen für weitere Angebote zu äußern. Wir möchten in Hamburg zum Beispiel mehr Inklusion erreichen, das heißt, die Teilhabe aller Menschen jeden Alters am gesellschaftlichen Leben gewährleisten. Die zunehmende Armut in unserer Gesellschaft macht uns große Sorgen. Die Tatsache, dass für einen Teil der gegenwärtigen und für einen wachsenden Anteil der zukünftigen Rentnerinnen und Rentner eine menschenwürdige Lebensqualität nicht mehr gesichert ist, macht schnelle Veränderungen erforderlich! Anderenfalls ist das friedliche Miteinander aller Generationen auf Dauer kaum aufrechtzuerhalten. Aus diesem Grund engagiert sich der BSB Hamburg-Nord, neben allen seinen Aufgaben, vornehmlich für die gleichberechtigte Teilhabe der älteren Bevölkerung am gesellschaftlichen und kulturellen Leben im Bezirk und sucht nach Wegen, Vereinsamung und Armut im Alter entgegenzuwirken.

Bezirksamt Hamburg-Nord



Beiratsmitglieder Seminar Bad Bevensen

© H.-L. Hilken



2. Einleitung



© colourbox.com

2.1 Das Ehrenamt im Bezirk Hamburg-Nord

Die Mitglieder des Bezirks-Seniorenbeirats üben ihre Tätigkeit ehrenamtlich aus. Das Hamburger Gemeinwesen ist ohne das Engagement von Ehrenamtlichen kaum denkbar.

Etwa jede dritte Hamburgerin und jeder dritte Hamburger betätigt sich ehrenamtlich. Viele Bereiche des öffentlichen und sozialen Lebens würden ohne Ehrenamtliche nicht existieren. Wer in unserer Stadt eine sinnvolle Beschäftigung sucht, kann diese durch die Übernahme eines Ehrenamts finden. Wer sich in Hamburg ehrenamtlich engagieren will, hat fast die Qual der Wahl.

Einbringen kann sich ein Ehrenamtlicher in der Betreuung von Kindern, Kranken, Bedürftigen und alten Menschen. Das sind aber nur die Aktionsräume, die den Rahmen einer großen Palette von Betätigungsfeldern bilden. Dazu gehören zum Beispiel Aktivitäten bei Jugendorganisationen, im Natur- und Umweltschutz, in Hamburg „21-Projekten“ (regionale Umwelt-Programme), im Tierschutz, oder in der Bewährungshilfe, bei der „Tafel“, der Telefonseelsorge, in Sozialverbänden, in Organisationen für Inklusion und Integration, in politischen Parteien und Gremien, in Kirchen, in Hilfsorganisationen wie das „Rote Kreuz“, bei der Hausaufgabenhilfe, als Helfer in Hospitälern, in Seniorentreffs und in der Behindertenhilfe, in Sport-, Kultur- und anderen Vereinen.

Nicht zu vergessen unsere Freiwilligen Feuerwehren und der Katastrophenschutz, Organisationen, deren Belegschaften sich überwiegend aus ehrenamtlichen Kräften zusammensetzen. Die Aufzählung ließe sich noch ein gutes Stück fortsetzen und lässt die Frage zu, warum gibt es so viele ehrenamtlich engagierte Menschen in unserer Gesellschaft? Ein Ehrenamt hat viele Vorteile: Man lernt neue, sehr soziale Menschen kennen, man kann seine Zeit sinnvoll nutzen. Nicht Wenige, die ein Ehrenamt ausüben, verwirklichen durch diese Tätigkeit Lebenswünsche, die bisher nicht umsetzbar waren.

Welche Tätigkeit zu den eigenen Fähigkeiten und Interessen passt und sich zeitlich in den eigenen Alltag integrieren lässt, sollte gewissenhaft geprüft werden. In Hamburg gibt es Beratungsstellen, die helfen, die richtige Aktivität zu finden.

Das AKTIVOLI-Landesnetzwerk veranstaltet regelmäßig Messen für Anbieter und Suchende. Die Freiwilligenagenturen sind im Netz unter freiwillig.hamburg.de und gute-tat.de oder ehrenamtssuche.de und freiwilligen-zentrum-hamburg.de zu finden. Ratsuchende können sich auch an den Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord (Telefon: 040 428042065) wenden.

3. Aus der Arbeit des Bezirks-Seniorenbeirats

Einige Schwerpunktthemen:

3.1 Bessere Beleuchtung auf den Gehwegen unseres Bezirks

Ausgerüstet mit Taschenlampen und Handyleuchten zogen vorwiegend ältere Menschen durch einige Straßen Eppendorfs und Langenhorns. Mit ihren Rundgängen forderten die Demonstranten, Gehwege im Dunkeln sichtbar zu machen, damit sie Stolperfallen erkennen können. Aufgerufen zu den demonstrativen Aktionen hatte der Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord.



Vor dem Rundgang

Beide Fotos © Bürgerverein Eppendorf



Zum Hintergrund:

Die gängige Straßenbeleuchtung in Hamburg sind Bogenlampen. Ihr Licht soll in erster Linie die Fahrbahn ausleuchten. Die Gehwege werden auf diese Weise oft nur unzureichend oder gar nicht erhellt.

Die Folge ist:

Viele, vor allem ältere Menschen, bemerken Begrenzungen, Absätze, Unebenheiten und andere Stolperfallen nicht mehr. Ebenso erkennen sie entgegenkommende oder überholende Menschen häufig nicht oder zu spät. Sie werden unsicher und ängstlich.

Auf Nachfragen verweist die zuständige „Hamburg Verkehrsanlagen GmbH“ auf Beleuchtungs-Standards, die das öffentliche Unternehmen aber nicht veröffentlicht.

In vielen Wohnstraßen beträgt der Abstand zwischen zwei Bogenleuchten 60 Meter. Sinnvoll wäre ein maximaler Abstand von 30 Meter. Denkbar wäre auch, die derzeitigen Straßenleuchten so nachzurüsten, dass unterhalb der vorhandenen Lichtquelle eine zusätzliche, auf den Gehweg gerichtete Lichtquelle angebracht wird.

Beispiele einer besseren Gehwegbeleuchtung sind vorhanden: So gibt es im benachbarten Norderstedt einen Fußgänger-Verbindungsweg, an dem alle 20 Meter eine Leuchte steht. Und in der Mönckebergstraße gab es früher an den Straßenlaternen des Prachtboulevards zusätzliche Leuchten, die den Gehweg beschienen.

Eine Veränderung oder ein Austausch von Straßenleuchten ist nicht billig – das ist klar. Weil es viele dunkle Wohnstraßen gibt, macht es Sinn, bei der Reform einige Pilotflächen einzurichten und dort Erfahrungen zu sammeln. Diese Pilotprojekte könnten dort entstehen, wo viele Senior*innen wohnen, z. B. in dem Wohnstifte-Quartier entlang der Schede- und Frickestraße.

Letztlich geht es darum, Sparbeschlüsse des Senats aus den 80-er und 90-er Jahren des vorigen Jahrhunderts aufzuheben. Da ist die Bürgerschaft gefordert.

3.2 Ein ständiges Arbeits-Thema im BSB: Altersarmut

Die Menschen in Deutschland werden immer älter – und dabei häufig immer ärmer. Die Zahl der von Altersarmut betroffenen Menschen steigt bundesweit, somit auch in Hamburg, somit auch in unserem Bezirk kontinuierlich an.

Als arm gelten Menschen mit einem Einkommen unter 60 Prozent des mittleren Haushaltseinkommens. Bei Einpersonenhaushalten beträgt die Armutsschwelle 942 Euro. Immer mehr ältere Menschen sind inzwischen auf Grundsicherung angewiesen und versuchen, durch Nebenjobs ihre finanzielle Situation zu verbessern.

3. Aus der Arbeit des Bezirks-Seniorenbeirats



Gut vernetzt: BSB-Vorsitzender W. Hansen im Gespräch mit dem SoVD-Landesvorsitzenden K. Wicher (links) und G. Malik (Bürgerschaftsabgeordneter)

© Dr. Ursula Cremerius

Diejenigen, die einen Nebenjob ergatterten, hatten Glück. Bei der Betrachtung der Gesamtsituation ist dieser Umstand jedoch nur „ein Tropfen auf den heißen Stein“. In unserer Stadt hat sich die Zahl der von wirtschaftlicher Not bedrohten Rentner in zehn Jahren von 5,9 auf 13,6 Prozent mehr als verdoppelt. Damit hat das Armutsrisiko bei Rentnern einen neuen Höchststand erreicht. Schon vor der Corona-Krise ist die allgemeine positive wirtschaftliche Entwicklung in Hamburg bei vielen älteren Menschen nicht angekommen. Welche wirtschaftlichen Auswirkungen die Pandemie endgültig auf unseren Sozialstaat haben wird, ist noch nicht absehbar. Unser Beirat arbeitet zum Thema „Altersarmut“ eng mit dem Landes-Seniorenbeirat und den Sozialverbänden zusammen.

Wir beobachten genauestens Entwicklungen, diskutieren Verbesserungen der Lage. Durch Veranstaltungen und Kommentare sorgen wir dafür, dass die politisch Verantwortlichen das Thema nicht „unter den Tisch kehren“.

3.3 BSB-Top-Thema: Der Aufbau von Quartierzentren

Im aktuellen Koalitionsvertrag zwischen der SPD und Bündnis 90/Die Grünen ist verankert, dass bei der Entwicklung neuer Quartiere und der Weiterentwicklung bestehender Quartiere sogenannte Quartierzentren als neue, attraktive Orte der Begegnung systematisch mit geplant werden sollen. Ein Ziel dabei ist, diese Zentren an die Bedürfnisse älterer Menschen anzupassen. Der Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord hat eine Arbeitsgruppe (AG) gebildet, die diesbezügliche Entwicklungen im Bezirk begleiten wird. In dafür geeigneten Quartieren werden diverse Angebote für die dort wohnenden Menschen aller Generationen gemacht.

Der BSB kümmert sich aufgabengemäß vornehmlich um die Ansprüche der Seniorinnen und Senioren. Dazu zählen Nahversorgungsangebote, Angebote der Kommunikation und Freizeitgestaltung, Sozialberatung jeglicher Art und begleitende Hilfe, flexibel abrufbare Dienstleistungen, um in der Wohnung und damit in der gewohnten Umgebung wohnen bleiben zu können.

Es geht um die persönliche Versorgungssicherheit der Seniorinnen und Senioren bei benötigtem Unterstützungs- und Pflegebedarf. Dem älteren Menschen muss auch geholfen werden, sein zukünftiges Leben, da wo nötig, digital zu meistern. Hierzu wird es geistige und materielle Hilfen geben. Auf Barrierefreiheit und Mobilität wird besonderer Wert gelegt. Weitere inhaltliche Schwerpunkte sind Entwicklung von Gemeinwesenarbeit und Gesundheitsförderung sowie der Aufbau einer über das Gebiet hinaus strahlenden Stadtteilkulturlandschaft, vor allem für Menschen mit kleinem Geldbeutel. Gemeinschaftsräume, die auch privat genutzt werden dürfen, gehören zu dem, was ein Zentrum anbieten sollte.

Der BSB wird Konzepte entwickeln, die diese Anforderungen erfüllen werden.

Die Berufs- und Lebenserfahrung der Seniorinnen und Senioren sollten bei der Entwicklung und dem Aufbau von Quartierzentren zielführend genutzt werden. Mitglieder des BSB arbeiten in den für diesen Zweck gebildeten Gremien mit.

3.4 Das Thema zu behandeln, ist uns ein Bedürfnis: Öffentliche Toiletten

Der öffentliche Raum gehört dem Leben und den Menschen, ob arm oder reich. Dies gilt auch für seine Bedürfnisse. Diese Tatsache können der Senat der Freien und Hansestadt Hamburg, die Bürgerschaft und die Bezirke nicht einfach ignorieren.

Der BSB HH-Nord fordert konkrete Maßnahmen zur Verbesserung der Situation und deren schnelle Umsetzung. Als schnelle Maßnahme fordert der BSB HH-Nord die bessere Ausschilderung der öffentlichen Toiletten.

Neben den für den eigentlichen Zweck im öffentlichen Raum errichteten WCs weist der BSB auf öffentliche Einrichtungen und Gebäude hin, in denen die Toiletten genutzt werden dürfen. Bezirksämter, Museen, Kundenzentren, Arbeitsagenturen, Krankenhäuser, Ärztezentren, Gerichte, Ausbildungszentren, Schwimmbäder (Hallenbäder, Freibäder), Friedhöfe, Bücherhallen, Bürgerhäuser, Stadtteiltreffs, Markthäuser, Jugendtreffpunkte, Altenzentren, Seniorenheime, Senioreneinrichtungen, Gemeindehäuser bieten den Menschen die Möglichkeit, ihre Notdurft zu verrichten.

Diese Einrichtungen haben leider in aller Regel beschränkte Öffnungszeiten. Damit relativiert sich das zunächst umfangreich erscheinende Angebot der WCs. Der Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord fordert, dass sich der Senat, die Bürgerschaft und die Bezirke sich endlich des Problems annehmen und zu

3. Aus der Arbeit des Bezirks-Seniorenbeirats

einer befriedigenden Lösung für die Bewohnerinnen und Bewohner der Stadt und deren Besucher kommen.

3.5 Eine Forderung des Bezirks-Seniorenbeirats Hamburg-Nord: Die Stätte der Nahversorgung muss für die Bevölkerung fußläufig erreichbar sein.

Viele ältere Menschen sind darauf angewiesen, dass die Versorgung mit Lebensmitteln und Waren des täglichen Bedarfs sichergestellt ist. Die Situation der Nahversorgung in unserem Bezirk ist im „Nahversorgungskonzept Hamburg-Nord 2017“, einem vom Bezirksamt-Hamburg-Nord extern in Auftrag gegebenen Gutachten dokumentiert. Aus dieser Beurteilung geht hervor, dass es um die Nahversorgung im gesamten Bezirk Hamburg-Nord schlecht bestellt ist. Für die Politik besteht damit dringender Handlungsbedarf. Bei allen Planungen, Baumaßnahmen und der Nutzungsänderung leerstehender Gebäude muss zukünftig diese Problematik Berücksichtigung finden.

Anhand eines praktischen Beispiels aus dem Stadtteil Langenhorn hat eine BSB-Arbeitsgruppe ein Konzept erarbeitet, wie dem Missstand zu begegnen sein könnte. Hier steht seit Jahren eine Schule leer, deren Nutzungsänderung sofort der dort ansässigen Bevölkerung zugutekommen könnte. Die Arbeit der AG wurde den Bezirkspolitikern vorgetragen. Der BSB wartet auf Reaktionen.

3.6 Der BSB übernimmt Verantwortung: „Gegen das Vergessen“

Der Helmut-Schmidt-Flughafen im Stadtteil Fuhlsbüttel ist der tägliche Beweis für die Weltoffenheit des Bezirks Hamburg-Nord, im Planetarium im Stadtpark hat der Besucher die Möglichkeit, in die unendliche Weite des Alls zu schauen. Der Bezirk besitzt mit dem Ohlsdorfer Friedhof den größten Parkfriedhof der Welt, auf dem 1,4 Mio. Menschen ihre letzte Ruhestätte fanden, „Santa Fu“ ist ein über die Grenzen Hamburgs hinaus bekanntes Gefängnis. Es gibt einige Orte, die die Bekanntheit des Bezirks Nord ausmachen. Leider hat dieser quirlige Bezirk aber auch eine Schattenseite in seiner Geschichte. Die heute Verantwortlichen in Politik und Verwaltung kehren die schrecklichen Geschehnisse, die sich während der Nazi-Herrschaft ereigneten, aber keineswegs „unter den Teppich“. Auch unser Seniorenbeirat sorgt dafür, dass die traurige Vergangenheit nicht in Vergessenheit gerät. Der BSB Hamburg-Nord organisiert jährlich eine Veranstaltung zu der „Woche gegen das Vergessen“. Im Januar 2020 stellte der BSB den Film „Vergessene Transporte“ des tschechischen Regisseurs Lukáš Přebyl, vor, der das Schicksal einiger Frauen und Mädchen im Lager Langenhorn behandelt.

WOCHE DES GEDENKENS AN DIE OPFER DES NATIONALSOZIALISMUS

Filmvorführung

Vergessene Transporte

Frauenlager Langenhorn

EINTRITT FREI



Di, 28.01.2020, 15 Uhr

LaLi Kulturhaus Langenhorn
Tangstedter Landstr. 182a

REZITATION Liane Rathke
BEGRÜSSUNG Werner Hansen, BSB Hamburg-Nord
REDE Klaus Wicher, SoVD Hamburg
EINFÜHRUNG René Senenko, Grüner Saal e.V.
FILMVORFÜHRUNG inkl. Pause mit Erfrischungen
VIDEO-KONFERENZ mit Regisseur Lukáš Přebyl

3.7 Die Seniorengeneration und die digitale Welt

Was hält die Generation der älteren Menschen in unserer Gesellschaft von der rasant fortschreitenden Digitalisierung unserer Lebens-, Berufs- und Arbeitswelt, von einem Smartphone, mit dem man nicht nur telefonieren kann, sondern auch die gesamte Haustechnik, z. B. Heizung und Rollläden steuern, von autonom fahrenden Verkehrsmitteln, virtuellen Sprechstunden über das Internet mit dem Hausarzt und Roboter im Pflege- und Klinikeinsatz?

Worin sehen Seniorinnen und Senioren für sich den Nutzen und Möglichkeiten der Nutzung dieser neuen Technologien des 21. Jahrhunderts? Wie funktioniert das Surfen im Internet? Für wen ist es schon alltäglich, statt ein gedrucktes Buch ein E-Book auf dem Tablet zu lesen, online einzukaufen oder eine Reise zu buchen? Und wieviel Prozent der Seniorengeneration traut sich schon, seine Bankangelegenheiten online abzuwickeln? Mit solchen Fragen haben es unsere Seniorinnen und Senioren, Angehörige und in der Seniorenarbeit tätige Menschen immer häufiger zu tun.

3. Aus der Arbeit des Bezirks-Seniorenbeirats

Es heißt, wir stehen an der Schwelle eines neuen Zeitalters. Unsere Lebensbereiche werden immer mehr beeinflusst und umgestaltet durch fortschrittliche Entwicklungen der elektronischen Datenverarbeitung, der Computertechnologie. Wer nicht offen ist für die Herausforderungen dieser neuen Epoche, der läuft Gefahr, in seinem alltäglichen Leben den Anschluss zu verlieren und gesellschaftlich abgehängt zu werden. In erster Linie gefährdet sind hier ältere Menschen, die ja alle noch in der analogen Welt, also ohne den Einfluss digitaler Medien, aufgewachsen sind.

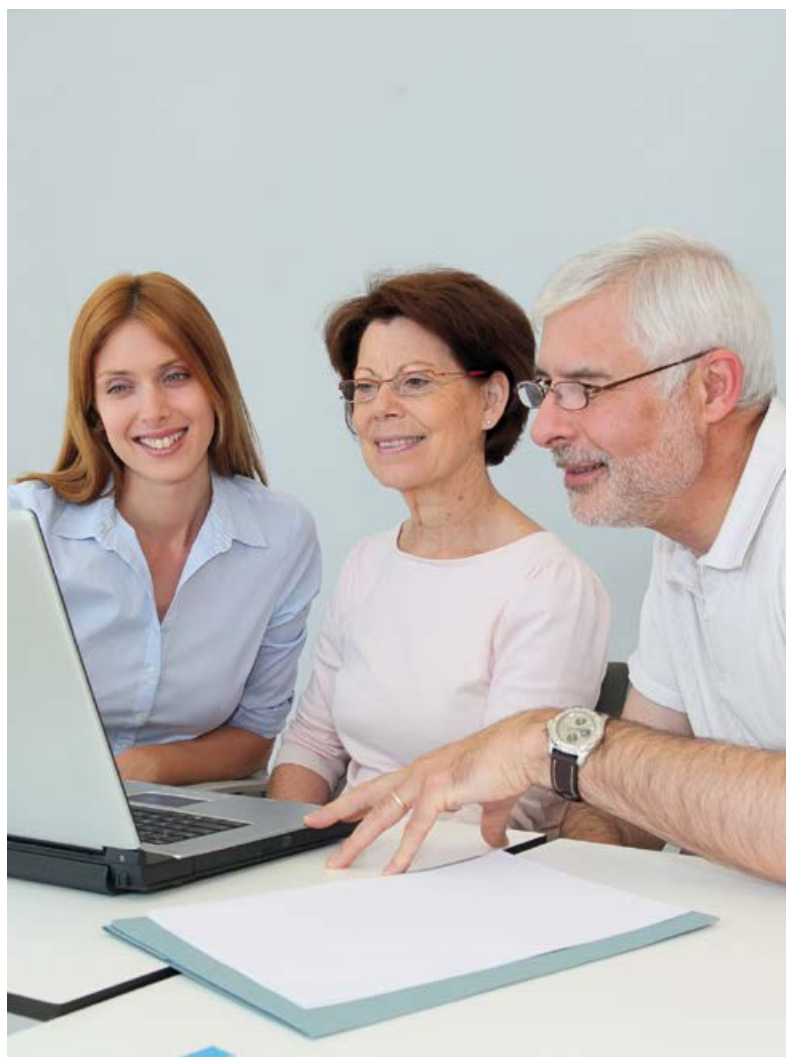
Dass sich ein Großteil der älteren Menschen in Deutschland noch sehr schwer tut in der digitalen Welt, das besagen auch zahlreiche Umfragen.

Aufgrund dieser Lage sehen wir vom Seniorenbeirat Hamburg-Nord uns aufgefordert, in der Sache nachhaltig zu handeln. Als erstes machte sich unsere Arbeitsgemeinschaft Öffentlichkeitsarbeit (AG Öff) im Rahmen des Projekts „SeniorenDigital“ in unserem Bezirk auf Spurensuche. In informellen Gesprächen mit Seniorinnen und Senioren sowie Menschen aus ihrem Lebensumfeld sammelten wir Meinungen zum Thema Digitalisierung im praktischen Senioren-Alltag. Unser Eindruck: Auch in Hamburg-Nord ist das Gros der Seniorengeneration noch lange nicht im digitalen Zeitalter angekommen. Für viele ist die „digitale Welt“ immer noch etwas weitestgehend Unverständliches, das Ängste, Vorbehalte, Vorurteile schürt und Ablehnung hervorruft. Ein beunruhigender Zustand, nicht zuletzt vor dem Hintergrund, dass wir in einer Welt leben, in der wir immer älter werden und immer länger fit bleiben können und auch aktiv an der Gesellschaft teilhaben möchten. Da ist es ein Muss, mit digitalen Medien, bzw. dem Internet, im Alltag bedarfsgerecht umgehen zu können.

Als erste Antwort auf diese Situation beschloss der BSB, in Hamburg-Nord einen Informations- und Aktionstag rund um das Thema „Digitalisierung im Seniorenalltag“ zu veranstalten. Es wurde ein Konzept mit vielfältigen Möglichkeiten für ältere Menschen, aber auch für alle anderen Besucherinnen und Besucher entwickelt, Dinge der digitalen Welt selbst ausprobieren und näher kennenlernen zu können. Schließlich stand mit dem 7. Juni 2020 der Veranstaltungstermin fest. Nun liegt das fertige Konzept „coronabedingt“ in der Schublade, und der BSB muss mit der Umsetzung warten, bis größere Veranstaltungen wie unser Aktionstag wieder erlaubt und vertretbar sind.

Ungeachtet dessen arbeitet die AG Öff weiter am Projekt „SeniorenDigital“, führt Gespräche, recherchiert, sammelt Erfahrungen. Vier Punkte des sehr vielschichtigen Themas digitale Teilhabe im Alter sind uns besonders ins Auge gesprungen.

1. Da ist die Abneigung sehr vieler Menschen der älteren Generation, vor dem „Neuen“ beim Umgang mit digitalen Dingen. Müsste man doch alteingefahrene Gewohnheiten aufgeben und umdenken.



© colourbox.com

2. Da ist die Angst, den technischen Herausforderungen beim Umgang mit digitalen Dingen nicht mehr gewachsen zu sein.
3. Eine Hürde für viele: Es fehlt ihnen das Geld für die Anschaffung von Geräten.
4. Und nicht wenige zweifeln an einem ausreichenden technischen Support.

Auf dem Hintergrund sieht auch unser BSB in seiner zukünftigen Bezirksarbeit eine wichtige Aufgabe darin, dazu beitragen zu können, dass in diesen Problemfeldern praktische Lösungen gefunden werden. Insgesamt ist der BSB gern bereit, Wissen und Know-How über den Einsatz von und den Umgang mit digitalen Dingen im Seniorenalltag mit interessierten Bürgerinnen und Bürgern zu teilen, bzw. darüber zu informieren und, wo es uns möglich ist, zu helfen. Nehmen Sie gern Kontakt mit uns auf unter:

Bezirks-Seniorenbeirat Hamburg-Nord
Telefon: 040 42804-2065
E-Mail: bsb-nord@lsb-hamburg.de

FAMILIE & DAHEIM

- Täglich 7 leckere Menüs zur Auswahl
- Eine vegetarische Menülinie
- Keine Vertragsbindung und kein Mindestbestellzeitraum
- Wechselnde Spezialitäten in unseren Aktionswochen
- Wochenend- und Feiertags-Versorgung



Meyer Menü
LIEFERT LECKER

Täglich ein frisch gekochtes Mittagessen

Probieren Sie es aus: bestellen Sie einfach unter der gebührenfreien Rufnummer **0800-150 150 5**, der lokalen Rufnummer **04107-851 908 0** oder im Internet unter **www.meyer-menue.de**

**SAGA**
Unternehmensgruppe

Wohnen in Hamburg

Wir informieren Sie gerne.
www.saga.hamburg



TRAUTES HEIM, NICHT ALLEIN!

DANK DES HAUSNOTRUFES
DES DEUTSCHEN ROTEN KREUZES

Sie erreichen uns telefonisch unter **040 470656**
oder per Mail an info@drk-hamburg-nordost.de

 **Deutsches
Rotes
Kreuz**

Kreisverband Hamburg-Nordost e.V.
Stellschooper Str. 2
22305 Hamburg
www.drk-hamburg-nordost.de

Spendenkonto
Hamburger Sparkasse
IBAN: DE 68 2005 0550 1035 2183 10
BIC: HASPADEHXXX

4. Bezirkliche Beratung / Behörden

4.1 Erste Anlaufstellen

Bezirksamt Hamburg-Nord

Kümmellstraße 5-7, 20249 Hamburg

Bezirksamt Hamburg-Nord

Fachamt Gesundheit

Eppendorfer Landstraße 59, 20249 Hamburg

Kundenzentren Hamburg-Nord

Bezirksamt Hamburg-Nord

Kümmellstraße 5-7

Telefon: 040 428280

Kundenzentrum Hamburg-Nord

Geschäftsstelle

Lenhartzstraße 28

Telefon: 040 428042000

Kundenzentrum Barmbek-Uhlenhorst

Poppenhusenstraße 6

Telefon: 040 428280

Kundenzentrum Langenhorn

Langenhorner Markt 7

Telefon: 040 428044222

Seniorenbeirat

Der Seniorenbeirat vertritt als selbstständiges Gremium die Interessen älterer Menschen gegenüber der Verwaltung, der Politik und in der Öffentlichkeit. Seine Mitglieder arbeiten ehrenamtlich, überparteilich und trägerunabhängig und sind in unterschiedlichen Bereichen aktiv.

Offene Seniorenarbeit

Im Bezirksamt Hamburg-Nord übernimmt das Fachamt Sozialraummanagement Beratungs- und Planungsaufgaben mit dem Ziel, das Gemeinwesen zu fördern. Maßnahmen vor Ort werden unterstützt und begleitet. Darüber hinaus wird die Vernetzung der Akteure aktiv gefördert.

Für Fragen, Anregungen und Ideen im Bereich der Offenen Seniorenarbeit und des Bürgerschaftlichen Engagements steht Ihnen Petra Schröder als Ansprechpartnerin gerne zur Verfügung.

Petra Schröder

Freie und Hansestadt Hamburg

Bezirksamt Hamburg-Nord

Fachamt Sozialraummanagement

Jugendhilfe-, Sozial- und Gesundheitsplanung

Weidestraße 122c, 22083 Hamburg

Telefon: 040 42804-2676

E-Mail: Petra.Schroeder@hamburg-nord.hamburg.de



Bezirkliche Seniorenberatung

Mit dem Ziel, Beratungsangebote miteinander zu verzahnen, entstand die Organisationsform „Pflegestützpunkt und Beratungszentrum für ältere, pflegebedürftige und körperbehinderte Menschen“, kurz PBM. Zu ihr gehören die „Beratungsstelle für körperbehinderte Menschen“, der „Pflegestützpunkt“, und die „Seniorenberatung“. Die Seniorenberatung ist ein stadtteilbezogener Dienst für Bürgerinnen und Bürger ab 60 Jahren bei den Bezirksamtern. Sie berät in allen altersspezifischen Fragen kostenlos und bezieht auf Wunsch Angehörige und andere Personen aus dem sozialen Umfeld in die Beratung ein. Wir möchten dazu beitragen, Ihnen das Leben in Ihrer gewohnten Umgebung zu erleichtern und Ihre Selbstständigkeit so weit wie möglich zu erhalten.

Hamburg-Nord

Kümmellstraße 5-7

Sprechzeiten:

Montag, Dienstag, Donnerstag und Freitag 8:30 – 10:00 Uhr

Alsterdorf, Groß Borstel, Barmbek-Süd, Ohlsdorf

Telefon: 040 42804-2355

4. Bezirkliche Beratung / Behörden

Eppendorf, Hoheluft-Ost, Winterhude
Telefon: 040 42804-2311

Barmbek-Nord, Dulsberg, Uhlenhorst, Hohenfelde
Telefon: 040 42804-2354

Fuhlsbüttel, Langenhorn
Telefon: 040 42804-4313

Falls Sie uns nicht aufsuchen können, besuchen wir Sie gerne nach vorheriger Terminabsprache.

Pflegestützpunkt

Der Pflegestützpunkt ist eine bezirkliche Beratungsstelle, die von der Stadt Hamburg und den Kranken- und Pflegekassen gemeinsam getragen wird. Betroffene und Angehörige finden hier Antworten auf Fragen zu bestehendem Hilfs- und Pflegebedarf. Sie haben die Möglichkeit, Informationen zu Leistungsangeboten von Kranken- und Pflegekassen sowie anderer Leistungsträger zu erhalten. Allgemeine Anfragen sind ebenso möglich wie Einzelfallberatung – im Pflegestützpunkt oder bei Bedarf auch in der Wohnung. Darüber hinaus können Sie Unterstützung beim Stellen von Anträgen oder Formulieren von Widersprüchen bekommen. Das Beratungsangebot ist kostenlos und erfolgt unabhängig von Kassenzugehörigkeit und Sozialhilfebezug.

Pflegestützpunkt Hamburg-Nord

Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg
Telefon: 040 42899-1060

E-Mail: pflegestuetspunkt@hamburg-nord.hamburg.de

Persönliche Beratung:

Montag 8:00 – 12:00 Uhr, Donnerstag 14:00 – 18:00 Uhr (auch ohne Voranmeldung), Terminvereinbarungen sind auch außerhalb der Sprechzeiten möglich.

Telefonische Beratung:

Dienstag und Freitag 8:00 – 12:00 Uhr, Nachrichten auf dem Anrufbeantworter werden zeitnah abgehört. Rückrufe werden schnellstmöglich vorgenommen.

Wohn-Pflege-Aufsicht

Die bezirkliche Wohn-Pflege-Aufsicht führt im Sinne des Hamburgischen Wohn- und Betreuungsqualitätsgesetzes Qualitätskontrollen in Pflege- und Betreuungseinrichtungen durch und berät Nutzerinnen und Nutzer, deren Angehörige sowie Betreiber von Einrichtungen. Beschwerden werden auf Wunsch auch anonym behandelt.

Fachamt Gesundheit Wohn-Pflege-Aufsicht

Eppendorfer Landstraße 59, 20249 Hamburg
Telefon: 040 42804-2212

E-Mail: wohn-pflege-aufsicht@hamburg-nord.hamburg.de

Beschwerdetelefon Pflege (überbezirklich)

An das Beschwerdetelefon Pflege können Sie sich wenden, wenn Sie sich z. B. über eine ambulante oder stationäre Pflegeeinrichtung in Hamburg ärgern, Probleme mit Ihrer Pflegekasse haben oder Behörden und Institutionen Ihnen Kummer mit dem Thema Pflege bereiten. Die Beratung ist für Sie kostenfrei und kann auf Wunsch auch anonym erfolgen. Ihre Ansprechpartnerin ist Babette Schmidt-Lange.

Beschwerdetelefon Pflege

Besenbinderhof 41, 20097 Hamburg

Telefon: 040 42805-3822 oder 040 42854-3191

Fax: 040 42805-3844

www.hamburg.de/beschwerdetelefon-pflege

Telefonische Sprechzeiten:

Montag, Dienstag, Freitag 9:00 – 12:00 Uhr,

Donnerstag 14:00 – 17:00 Uhr

sowie nach Vereinbarung

4.2 Polizeikommissariate der Region Nord

Zu der Region Nord gehören die Polizeikommissariate 31, 33, 34



Polizeikommissariat 31

© Dr. Ursula Cremerius

Polizeikommissariat 31

Oberaltenallee 42, 22081 Hamburg

Telefon: 040 428653110

4. Bezirkliche Beratung / Behörden



Polizeikommissariat 33

© Dr. Ursula Cremerius

Polizeikommissariat 33

Wiesendamm 133, 22303 Hamburg
Telefon: 040 428653310



Polizeikommissariat 34

© Dr. Ursula Cremerius

Polizeikommissariat 34

Wördenmoorweg 78, 22415 Hamburg
Telefon: 040 428653410
Außenstelle Flughafen:
Flughafenstraße 1-3, 22335 Hamburg
Telefon: 040 428653460

4.3 Öffentliche Rechtsauskunft- und Vergleichsstelle Hamburg

Rechtsberatung

- Die Beratung in allen Rechtsgebieten erfolgt durch erfahrene Spezialistinnen und Spezialisten. Beraten werden Menschen, die in Hamburg leben oder arbeiten und bezüglich dieses Arbeitsverhältnisses beraten werden möchten, und die nur über ein geringes Einkommen und geringes Vermögen verfügen. Wir können Sie nicht beraten, falls Sie
 - in der Sache schon anwaltlichen Rat haben,
 - Rechtsschutz versichert sind oder
 - über die Gewerkschaft oder Interessenverbände (zum Beispiel Mieterverein) Rechtsrat erhalten können.

Kontakt:

Öffentliche Rechtsauskunft- und Vergleichsstelle (ÖRA)

Dammtorstraße 14, 20354 Hamburg
Telefon: 040 42843-3071/3072 (Auskunft)

Eppendorf

Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg
Sprechzeiten am: Montag und Donnerstag

Fuhlsbüttel / Langenhorn

Tangstedter Landstraße 6, 22415 Hamburg
Sprechzeiten am: Montag und Donnerstag

Die Bezirksstellen haben Sprechzeiten an den angegebenen Tagen von 17:00 bis 18:30 Uhr

4.4 Verbände der freien Wohlfahrtspflege

Arbeiter-Samariter-Bund (ASB)

Landesverband Hamburg e. V.

ASB Sozialeinrichtungen (Hamburg) GmbH
Heidenkampsweg 81, 20097 Hamburg
Telefon: 040 83398-0
www.asb-hamburg.de

Ortsverband Hamburg-Nordost e. V.

Schimmelmannstraße 123, 22043 Hamburg
Telefon: 040 414341010

Arbeiterwohlfahrt (AWO)

Landesverband Hamburg e. V.

Witthöfftstraße 5-7, 22041 Hamburg
Telefon: 040 414023-0
www.awo-hamburg.de

Kreisverband Hamburg-Nord

Aisterdorfer Straße 43-45, 22299 Hamburg
Telefon: 040 485370

4. Bezirkliche Beratung / Behörden

Arbeitsgemeinschaft der Freien Wohlfahrtspflege Hamburg e. V.

Burchardstraße 19, 20095 Hamburg
Telefon: 040 231586
www.agfw-hamburg.de

Bundesverband privater Anbieter sozialer Dienste (bpa) e. V. Landesgeschäftsstelle Hamburg

Heinrich-Hertz-Straße 90, 22085 Hamburg
Telefon: 040 25307160
www.bpa.de

Caritasverband für Hamburg e. V.

Danziger Straße 66, 20099 Hamburg
Telefon: 040 280140-0
www.caritas-hamburg.de

Der PARITÄTISCHE Wohlfahrtsverband Hamburg e. V.

Wandsbeker Chaussee 8, 22089 Hamburg
Telefon: 040 415201-0
www.paritaet-hamburg.de

Deutsches Rotes Kreuz (DRK) Landesverband Hamburg e. V.

Behrmanplatz 3, 22529 Hamburg
Telefon: 040 55420-0
www.drk-hamburg.de

Kreisverband Hamburg Nord e. V.

Steilshooper Straße 2, 22305 Hamburg
Telefon: 040 470656
www.drk-hamburg-nord.de

Diakonisches Werk Hamburg – Landesverband der Inneren Mission e. V.

Königstraße 54, 22767 Hamburg
Telefon: 040 30620-300
www.diakonie-hamburg.de

Hamburgische Pflegegesellschaft e. V.

Burchardstraße 19, 20095 Hamburg
Telefon: 040 23808788
www.hpg-ev.de

Johanniter-Unfall-Hilfe e. V. Regionalverband Hamburg

Helbingstraße 47, 22047 Hamburg
Telefon: 040 65054-0
www.johanniter.de

Lange Aktiv Bleiben (LAB)

Landesverband Hamburg e. V.

Kollastraße 6, 22529 Hamburg
Telefon: 040 557793-80
www.labhamburg.de

Malteser Hilfsdienst e. V.

Malteser in Hamburg

Eichenlohweg 24, 22309 Hamburg
Telefon: 040 209408-0
www.malteser-hamburg.de

Zentralverband Hamburger Pflegedienste (ZHP) e. V.

Bramfelder Straße 60, 22305 Hamburg
Telefon: 040 46070270
www.zhp-ev.de

4.5 Weitere Beratungsstellen

Alzheimer Gesellschaft Hamburg e. V.

Wandsbeker Allee 68, 22041 Hamburg
Telefon: 040 472538

„Aktion Augen auf“

Beratung für alle Fragen rund ums Älterwerden
Schreyerring 47, 22309 Hamburg
Telefon: 040 38640235
www.aktionaugenauf.de

Beratungsstelle Barmbek

Hilfe bei Obdachlosigkeit oder drohendem Verlust der Wohnung,
Mittellosigkeit, Schulden, Problemen mit Ämtern und Behörden
Poppenhusenstraße 1, 22305 Hamburg
Telefon: 040 2841070
www.bsbarmbek.de

Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e. V.

Louis-Braille-Center, Holsteinischer Kamp 26, 22081 Hamburg
Telefon: 040 209404-0
www.bsvh.org

Bund der Schwerhörigen e. V. Hamburg

Hörberatungs- und Informationszentrum
Wagnerstraße 42, 22081 Hamburg
Telefon: 040 291605
www.bds-hh.de

Deutsche Parkinson Vereinigung e. V. Hamburg

Telefon: 040 6406003
www.hamburg-parkinson.de

4. Bezirkliche Beratung / Behörden

Deutsche Rentenversicherung Nord Dienstort Hamburg

Friedrich-Ebert-Damm 245, 22159 Hamburg
Telefon: 040 5300-0
Kostenloses Service Telefon: 0800 100048022
www.deutscherentenversicherung.de

Beratungszentrum sehen | hören | bewegen | sprechen

Eppendorfer Landstraße 59 (Gesundheitshaus), 20249 Hamburg
Telefon: 040 42804-2545
www.hamburg.de/hamburg-nord/beratungszentrum-sehen-hoeren-bewegen-sprechen

Gehörlosenverband Hamburg e. V.

Bernadottestraße 126-128, 22605 Hamburg
Telefon: 040 882051
www.glvhh.de

Hamburger Blindenstiftung

Bullenkoppel 17, 22047 Hamburg
Telefon: 040 6946-0
www.blindenstiftung.de

Hamburger Krebsgesellschaft e. V.

Butenfeld 18, 22529 Hamburg
Telefon: 040 41347568-0
www.krebshamburg.de

HAMBURGISCHE BRÜCKE

Gesellschaft für private Sozialarbeit e. V.

Beratungsstelle für ältere Menschen und ihre Angehörigen
Uhlenhorster Weg 7-11, 22085 Hamburg
Telefon: 040 227298-0
www.hamburgische-bruecke.de

I.K.A.R.U.S. e. V.

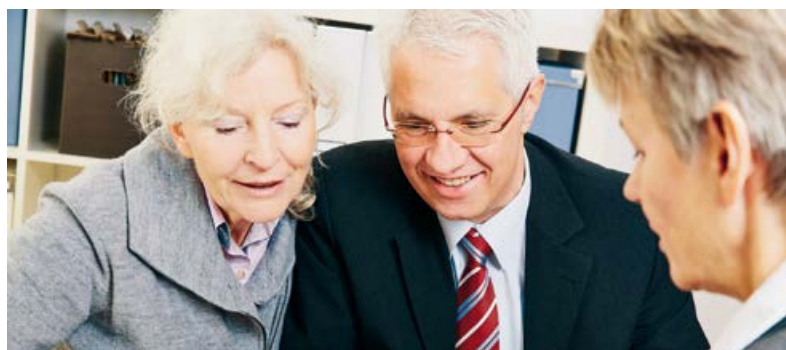
Informations- und Kontaktstelle Aktiver Ruhestand
Eichtalstraße 14, 22041 Hamburg
Telefon: 040 335408
www.ikarus-wegweiser.de

Integrationszentrum Hamburg-Nord

Interkulturelle Beratungsstelle
Winterhuder Weg 31, 22085 Hamburg
Telefon: 040 3577199-40
www.diakonie-hamburg.de/integrationszentrum

Medizinischer Dienst der Krankenversicherung Nord (MDK Nord)

Hammerbrookstraße 5, 20097 Hamburg
Ambulante Versorgung, Telefon: 01803 63568-1*
Stationäre Versorgung, Telefon: 01803 63568-2*
Pflegeversicherung, Telefon: 01803 63568-3*
Sonstige Anliegen, Telefon: 040 25169-0
www.mdk-nord.de



© Robert Kneschke · adobestock.com

Sozialverband Deutschland e. V.

Landesverband Hamburg

Pestalozzistraße 38, 22305 Hamburg
Telefon: 040 6116070
Beratungs- und Begegnungszentrum
Uhlenhorster Weg 7-11, 22085 Hamburg
Telefon: 040 22757130
www.sovd-hh.de

4.6 Kennen Sie den Melde-Michel?

<http://www.hamburg.de/melde-michel>

Der Melde-Michel bietet Ihnen die Möglichkeit, Schäden an der öffentlichen Infrastruktur im Stadtgebiet einfach zu melden. Egal, ob eine Straßenlaterne nicht leuchtet oder im Stadtpark eine Bank kaputt ist – beim Melde-Michel sind Sie an der richtigen Adresse. Dabei kann der Hinweis ganz bequem beispielsweise vom Smartphone oder dem Computer erfolgen.

Was macht der Melde-Michel?

Die eingehenden Meldungen werden gespeichert und an die zuständigen Stellen in der Hamburger Verwaltung (z. B. die Bezirksämter) oder an andere Betriebe (z. B. an die Stadtreinigung Hamburg) weiter geleitet. Wir bearbeiten und beantworten alle Meldungen.

Wofür ist der Melde-Michel und wofür nicht?

Der Melde-Michel ist für Ihre Meldungen rund um die Infrastruktur der Stadt da. Dies bezieht sich auf die Bereiche Wege und Straßen, Laternen und beleuchtete Verkehrszeichen, Grünanlagen und Spielplätze sowie Siele und Gewässer.

Bitte beachten Sie:

Der Melde-Michel ist kein Portal für Notfälle. In Notfällen benutzen Sie bitte die bekannten Notfallrufnummern.

Sollten Sie allgemeine Anfragen oder Vorschläge an die Hamburger Verwaltung haben, nutzen Sie die Ihnen bekannten Ansprechpartner oder die Behördennummer 115.

Entnommen der Homepage: www.hamburg.de

Gute Pflege braucht Vertrauen



Wir sind Ihr Ambulanter Pflegedienst für Hamburg-Nord und bieten:

- Ambulante Pflegedienstleistungen & hauswirtschaftliche Versorgung in Fuhlsbüttel, Langenhorn, Ochsenzoll
- Unterstützung u. Beratung für Angehörige
- Wohn-Pflege-Gemeinschaften
- Unverbindliche, kostenfreie Erstberatung u. Hilfe bei der Antragsstellung ...

Ambulanter Pflegedienst | Fuhlsbütteler Damm 90 | 22335 Hamburg
040 - 53 32 28 – 1442 | pflegedienst@sfo.hamburg | www.sfo.hamburg



© stockxpert.com

HÖR-BERATUNGS-und INFORMATIONSZENTRUM

eine Einrichtung des Bundes der Schwerhörigen e.V. Hamburg

Bei uns erhalten Sie Informationen und Beratungen zu allen Themen rund um die Schwerhörigkeit:

- Technische Hilfen
- Antrag von Schwerbehindertenausweisen
- Unterstützung bei Behördengängen
- Vermittlung von Schriftdolmetschern
- und vieles mehr...

Technische Hilfen (z.B. optische Signalanlagen für Telefon und Tür, Zusatzgeräte zum besseren Telefonieren, Geräte für besseres Hören beim Fernsehen) können vorgeführt und teilweise zur Probe ausgeliehen werden (kein Verkauf).



Wagnerstr. 42, 22081 Hamburg
(Nähe U-Bahn Hamburger Straße)
Tel.: 040-291605, Fax: 040-2997265
Email: info@bds-hh.de
www.bds-hh.de, www.hoerbiz.de

Das HörBiz wird gefördert von der Freien und Hansestadt Hamburg

Pflege und Betreuung zu Hause

ASB-Sozialstation Barmbek

☎ 040/29 17 09

ASB-Sozialstation Eimsbüttel/Eppendorf

☎ 040/48 00 340

ASB-Sozialstation Nord

☎ 040/52 73 38 73

www.asb-hamburg.de/senioren

... für Hamburg!



Aktiv in Hamburg

Unsere Seniorenangebote

- Kultur & Kreatives
- Ausflüge
- Vorträge & Besichtigungen
- Sprachkurse
- PC- & Handyberatung
- Gesundheit & Ernährung

AWO Aktiv in Hamburg - Bildung und Begegnung 60+
Schillerstraße 47-49, 22767 Hamburg
Tel. 0 40 - 3 91 06 36, www.aktiv-in-hh.de



Dem Menschen zuliebe.

BETREUUNG & PFLEGE

HIER FÜHLEN WIR UNS ZU HAUSE

Tagespflege Wellingsbüttel für Senioren

Birgit Fenner, Tel. 040-5369 74 10

Altersheim am Rabenhorst

Klaus Rathke, Tel. 040-5369 74 0

Rabenhorst 39, 22391 Hamburg

www.diakonie-alten-eichen.de



5. Aktiv im Alter

5.1 Sport und Bewegung

Mit regelmäßigem Sport älter werden, heißt nicht nur länger gesund bleiben, sondern fördert auch in erheblichem Maße das eigene Wohlbefinden. Die beliebtesten Sportarten im Herbst des Lebens sind die sogenannten Ausdauersportarten: Schwimmen, Wandern und Gymnastik. Diese Sportarten tragen auf vielfältige Weise dazu bei, dass Sie sich fit und wohl in Ihrer Haut fühlen. Sie fördern sowohl die Herz-Kreislauf-Funktion als auch die Lungenatmung, den Gleichgewichtssinn und die Konzentrationsfähigkeit. Was dem Körper wohltut, ist also auch gut fürs Hirn, allein schon der bloße Gedanke an Bewegung fördert hier die Durchblutung.

Sport bietet außerdem eine hervorragende Möglichkeit, sich zu geselligen Runden zusammenzutun: Sei es eine morgendliche Walking-Tour mit den Nachbarsdamen, bei dem der neueste Tratsch ausgetauscht wird, oder ein Ausflug ins Grüne zum örtlichen Badesee.

Zudem gibt es spezielle Gymnastik-Programme, bei denen unter qualifizierter Übungsleitung dreimal wöchentlich Muskelgruppen trainiert werden, die für das sichere Stehen und Gehen wichtig sind. Durch mehr Standfestigkeit können Stürze verhindert werden. Sollten Sie allerdings aus gesundheitlichen Gründen Zweifel über den Neubeginn oder die Fortsetzung einer sportlichen Aktivität haben, konsultieren Sie zunächst Ihren Arzt.

© drubig-photo · adobestock.com



HSB – Hamburger Sportbund e. V.

www.hamburger-sportbund.de

Neue Broschüre „Bleib in Schwung“

Älter werden und fit bleiben? Kein Problem. Mit unserer neuen Broschüre „Bleib in Schwung“ haben wir druckfrisch abwechslungsreiche sportliche Anregungen von über 100 Vereinen zusammengestellt. Die Angebote richten sich an ältere Menschen, die auch im höheren Alter aktiv sein möchten. Das Ziel ist: Neu- oder Wiedereinsteiger zu motivieren und ihnen die Suche nach der richtigen Sportart oder nach dem passenden Bewegungsangebot zu erleichtern.

Von unseren Experten erfahren Sie, warum Sport im Alter so wichtig ist und wie Sie sich auf die körperliche Aktivität vorbereiten können.

Die Broschüre finden Sie rechts im Downloadbereich auf der Homepage des HSB, die gedruckte Version können Sie gerne bei Heike Thal, Telefon: 040 41908-278, E-Mail: h.thal@hamburger-sportbund.de bestellen.

5.2 Bildung und Kultur

I. Öffentliche Bücherhallen

www.buecherhallen.de

Bücherhalle Barmbek

Poppenhusenstraße 12, 22305 Hamburg

Bücherhalle Fuhlsbüttel

Ratsmühlendamm 23, 22335 Hamburg

Bücherhalle Dehnhaiide

im Barmbek Basch

Wohldorfer Straße 30, 22081 Hamburg

Bücherhalle Winterhude

im EKZ Forum Winterhude

Winterhuder Marktplatz 6, 22299 Hamburg

Bücherhalle Langenhorn

im EKZ

Langenhorner Markt 9, 22415 Hamburg

II. Hamburger Volkshochschule

VHS-Zentrum Nord

Poppenhusenstraße 12, 22305 Hamburg

Telefon: 040 42804-5801

5. Aktiv im Alter

III. Museen

Polizeimuseum Hamburg

Carl-Cohn-Straße 39, 22247 Hamburg
Telefon: 040 428668080

Museum der Arbeit – Hamburg

Wiesendamm 3, 22305 Hamburg
Telefon: 040 4281330

Medizinhistorisches Museum Hamburg

Martinistraße 52, 20246 Hamburg
Seiteneingang Frickestraße
Telefon: 040 741057172

Museum Ohlsdorfer Friedhof

Fuhlsbüttler Straße 756, 22337 Hamburg
Telefon: 040 50053387

IV. Theater

Alma-Hoppe-Lustspielhaus

Ludolfstraße 53, 20249 Hamburg
Telefon: 040 486655

English Theatre

Lerchenfeld 14, 22081 Hamburg
Telefon: 040 2277925

Ernst-Deutsch-Theater

Friedrich-Schütter-Platz 1, 22087 Hamburg
Telefon: 040 2207014-0

Theater an der Marschnerstraße

Marschnerstraße 46, 22081 Hamburg
Telefon: 040 292665

Komödie Winterhuder Fährhaus

Hudtwalckerstraße 13, 22299 Hamburg
Telefon: 040 48068080

Kampnagel

Jarrestraße 20, 22303 Hamburg
Telefon: 040 2709490

Hamburger Puppentheater

Bramfelder Straße 9, 22305 Hamburg
Telefon: 040 23934544



© aletia2011 · adobestock.com

V. Bürgervereine Hamburg-Nord

Alsterdorfer Bürgerverein von 1990 e. V.

Alsterdorfer Straße 284, 22297 Hamburg
Telefon: 040 511911, Fax: 040 5113103

Eppendorfer Bürgerverein von 1875

Eppendorfer Landstraße 104, 20249 Hamburg
Telefon: 040 476048

Kommunal-Verein von 1889 in Groß Borstel e. V.

Roggenbuckstieg 5, 22453 Hamburg
Telefon: 040 5535919, Fax: 040 5535919

Winterhuder Bürgerverein von 1872 e. V.

Postfach 60 51 69, 22246 Hamburg
Telefon: 040 5148450

Bürgerverein zu Barmbek von 1859 e. V.

Fuhlsbüttler Straße 687, 22337 Hamburg
Telefon: 040 502445

Geschichtswerkstatt Barmbek und Heimatmuseum e. V.

Wiesendamm 25, 22305 Hamburg
Telefon: 040 293107

5. Aktiv im Alter

Bürgerzentrum am Barmbeker Markt e. V. seit 1989

Barmbeker Markt 34, 22081 Hamburg

Telefon: 040 292013

Hohenfelder-Uhlenhorster Bürgerverein von 1883

Ifflandstraße 22, 22087 Hamburg

Telefon: 040 22748991

Bürgerverein Fuhlsbüttel-Hummelsbüttel e. V.

Fuhlsbüttler Straße 687, 22337 Hamburg

Telefon: 040 502445, Fax: 040 595418

Heimatverein Klein Borstel e. V.

Borstels Ende 39, 22391 Hamburg

Telefon: 040 5365104

www.heimatverein-kleinborstel.de

Langenhorner Bürger- und Heimatverein e. V.

Tangstedter Landstraße 41, 22415 Hamburg

Telefon: 040 5319944

Willi-Bredel-Gesellschaft e. V.

Im Grünen Grunde 1c, 22337 Hamburg

Telefon: 040 591107

5.3 Offene Seniorenarbeit / Seniorentreffs

Die vielfältigen Angebote der Seniorentreffs und Seniorenkreise, vom gemütlichen Klönschnack über Bewegungsangebote auch bei körperlichen Einschränkungen, verschiedene Sprachkurse, Musikurse, Chorsingen, Spielnachmittage bis hin zu interessanten Tagesausflügen, bieten bis ins hohe Alter eine Möglichkeit, neue Kontakte zu knüpfen und Neues zu entdecken.

Wir laden Sie ein, die unterschiedlichen Angebote auszuprobieren und das Richtige für sich zu finden.

Das ehrenamtliche Engagement von älteren und jüngeren Menschen ermöglicht erst dieses breite Angebot an Lern- und Freizeitaktivitäten.

Seniorentreffs und Kreise Hamburg-Nord

Eppendorf – Winterhude – Groß Borstel

Seniorentreff der Ev.-Luth. St. Martinus Gemeinde Eppendorf

Martinistraße 33, 20251 Hamburg

Telefon: 040 487839 (mit Internetcafé)

LAB-Treffpunkt Eppendorf (DPWV)

Eppendorfer Weg 232, 20251 Hamburg

Telefon: 040 4206323 (mit Internetcafé)

Aktivtreff Winterhude (AWO)

Alsterdorfer Straße 43-45, 22299 Hamburg

Telefon: 040 4603121 (mit Internetcafé)

Seniorentreff der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Winterhude-Uhlenhorst

Bei der Matthäuskirche 6, 22301 Hamburg

Telefon: 040 2793306

Seniorentreff der Ev. Luth. Epiphaniengemeinde

Großheidestraße 44, 22303 Hamburg

Telefon: 040 2708307 (mit Internetcafé)

LAB-Treffpunkt Stadtpark (DPWV)

Südring 1, 22303 Hamburg

Telefon: 040 6937676

Café Laubfrosch

Magnus-Hirschfeld Centrum

Borgweg 8, 22303 Hamburg

Telefon: 040 303995-07

Seniorenkreis fördern und wohnen

Borsteler Chaussee 301, 22453 Hamburg

Telefon: 040 42835-2655

© Robert Kneschke · adobestock.com



5. Aktiv im Alter

Barmbek – Uhlenhorst – Dulsberg

Seniorentreff Barmbek-Nord (AWO)

Habichtsplatz 17, 22307 Hamburg
Telefon: 040 612448

Seniorenkreis Hartzlohplatz Kirchengemeinde St. Gabriel

Hartzlohplatz 17, 22307 Hamburg
Telefon: 040 6326146

Seniorentreff der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Barmbek-Nord

Tieloh 26, 22307 Hamburg
Telefon: 040 6903778

Seniorenrunde/Kreatives Singen

Seniorenrunde/Gymnastikgruppe

Seniorengruppe/Spielgruppe

Rungestraße 12, 22307 Hamburg
Telefon: 040 303995-07

Seniorentreff Barmbek-Süd (AWO)

Wohldorfer Straße 30, 22081 Hamburg
Telefon: 040 2993397

Seniorentreff der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Alt-Barmbek

Wohldorfer Straße 30, 22081 Hamburg
Telefon: 040 5190080-0

Seniorentreff Dulsberg – Seniorenbildung Hamburg (DPWV)

Dulsberg Süd 12, 22049 Hamburg
Telefon: 040 6952560

Freitagskreis – Nachbarschaftstreff Dulsberg

Elsässer Straße 15, 22049 Hamburg
Telefon: 040 6930094

Seniorenkreis der Unitarier

Diedenhofer Straße 2-2a, 22049 Hamburg
Telefon: 040 2542248

Seniorentreff der Ev.-Luth. Kirchengemeinde St. Gertrud

Immenhof 10, 22087 Hamburg
Telefon: 040 2203353

Seniorenkreis/Tanzgruppe Uhlenhorst

Finkenau 11, 22081 Hamburg
Telefon: 040 55779380

Seniorenkreis Wagnerstraße – Bund der Schwerhörigen e. V.

Wagnerstraße 42, 22081 Hamburg
Telefon: 040 291605

DRK Gemeinschaftszentrum

Steilshooper Straße 2, 22305 Hamburg
Telefon: 040 40470656

Fuhlsbüttel – Ohlsdorf – Langenhorn

LAB-Treffpunkt Fuhlsbüttel (DPWV)

Fliederweg 7, 22335 Hamburg
Telefon: 040 592455 (mit Internetcafé)

Seniorenkreis Nachbarschaftsgruppe Fuhlsbüttel

Ratsmühlendamm 9, 22307 Hamburg
Telefon: 040 303995-07

Seniorenkreis Ohlsdorf (LAB)

Böckelweg 21, 22305 Hamburg
Telefon: 040 55779380

Seniorentreff Langenhorn (AWO)

Tangstedter Landstraße 41 (Bürgerhaus), 22415 Hamburg
Telefon: 040 5339903 (mit Internetcafé)

Seniorentreff der Ev.-Luth. Kirchengemeinde Zachäuskirche (Hamburg-Langenhorn)

Käkenflur 22c, 22419 Hamburg
Telefon: 040 51499545 (mit Internetcafé)

Seniorenclub Langenhorn Nord „Olen Börner“ (AWO)

Tangstedter Landstraße 223, 22417 Hamburg
Telefon: 040 520216960

Seniorenkreis Ansgar Gemeinde

Langenhorner Chaussee 266, 22415 Hamburg
Telefon: 040 5318510

© drubig-photo · adobestock.com



6. Wohnen

6.1 Wohnen zu Hause

Viele ältere Menschen können aufgrund körperlicher Einschränkungen nicht mehr allein wohnen. Dann wird eine Betreuung oftmals notwendig. Diese kann durch eine Haushaltshilfe erfolgen, durch einen Pflegedienst oder durch einen Angehörigen. Wer jedoch selbstbestimmt leben möchte und dennoch nicht auf Hilfe durch Dritte verzichten kann, dem bieten sich auch Möglichkeiten an. So gibt es heute verschiedene Wohnmodelle im Alter. Seniorenwohngemeinschaften haben den Vorteil, dass mehrere ältere Menschen zusammenwohnen und der jeweils Einzelne nicht allein ist.

Dadurch, dass sich die Senioren in ihren individuellen Stärken und Schwächen ergänzen, ist ein selbstbestimmtes Wohnen auch noch bis ins hohe Alter möglich. Daneben gibt es die Möglichkeit des sogenannten Servicewohnen. Das bedeutet, Sie befinden sich in einer eigenen Wohnung, diese ist jedoch häufig einem Seniorenpflegeheim angegliedert. Im Notfall ist somit eine Pflegekraft verfügbar. Dies gilt insbesondere nachts. Das sogenannte Mehrgenerationen-Wohnen ist ebenfalls eine Wohnform der Zukunft. Hier wohnen verschiedene Generationen in einem Haus. Junge Menschen helfen dabei den älteren Personen und umgekehrt. Senioren erhalten Hilfe durch die jüngeren Mitbewohner, während die jüngeren Bewohner vielfach von deren Lebenserfahrung profitieren. Die Hausgemeinschaft indes besitzt den Vorteil, dass ein oder zwei betreute Wohngruppen sich gegenseitig unterstützend zur Seite stehen. Die Hausgemeinschaft ist eine Zwischenform zwischen stationärer Einrichtung und Wohngemeinschaft. Bewohnern verbleibt hierbei jedoch weiterhin ein großes Maß an Eigenständigkeit und Intimsphäre.

6.1.1 Mahlzeitendienste – Essen auf Rädern

Essen auf Rädern wird von Wohlfahrtsverbänden und Hilfsorganisationen, aber auch privaten Anbietern angeboten. Dieses Angebot dient der Versorgung im Falle der Pflegebedürftigkeit, wenn das Einkaufen und das Kochen zur Belastung werden. Auch für bestimmte einzuhaltende Diäten gibt es spezielle Speisen, so beispielsweise für Diabetiker, die auf einen bestimmten BE-Wert eingestellt sind. Daneben gibt es auch weitere diätetische Speisen. Das Essen wird von einem Lieferanten bis an die Wohnungstür oder sogar in die Wohnung gebracht. Je nach persönlichem Bedarf kann das Essen alle drei Mahlzeiten umfassen oder auch nur einzelne ausgewählte Gerichte. Gleiches gilt für den Verlauf der Woche. Das Essen kann beispielsweise nur an einigen Tagen oder aber für die gesamte Woche bestellt werden. Die Betroffenen können dabei aus einer Menükarte mit mehreren angebotenen Gerichten das jeweilige Wunschtagessgericht auswählen.



© WavebreakMediaMicro · adobestock.com

6.1.2 Seniorengerechtes Einkaufen

Etwa ein Drittel aller privaten Konsumausgaben leistet die Generation 60plus. Leider stellt der Einkauf viele ältere Menschen vor Probleme. Oft ist ein WC nur in den obersten Etagen der Kaufhäuser zu finden, es gibt keine Sitzgelegenheiten, um eine kurze Verschnaufpause einzulegen oder die Preisschilder sind schlecht lesbar. Dabei wäre es doch so einfach, Senioren einen entspannten Einkauf zu ermöglichen – und damit auch der ganzen Familie.

Wer wissen möchte, wo Jung und Alt problemlos einkaufen können, orientiert sich am Qualitätssiegel „Generationenfreundliches Einkaufen“. Dies hat der Handelsverband Deutschland seit 2010 auf den Weg gebracht.

Um das Qualitätszeichen zu bekommen, werden die Einzelhändler nach verschiedenen Kriterien unter die Lupe genommen. So prüfen die Tester unter anderem Leistungsangebote, Zugangsmöglichkeiten, Ausstattung der Geschäftsräume sowie das Serviceverhalten. Einzelhändler, die eine bestimmte Punktzahl erreicht haben, bekommen das Qualitätssiegel für drei Jahre verliehen.

Ein weiteres Qualitätszeichen – speziell für die ältere Generation – ist das Gütesiegel „Seniorengerecht“, welches jeweils die Sparten „Einzelhandel“, „Fitness“ und „Hotel“ auszeichnet. Es werden damit also Händler, Fitnessstudiobetreiber und Hoteliers ausgezeichnet, die besonders seniorengerecht sind.

6. Wohnen



© Dan Race · adobestock.com

6.1.3 Hausnotruf

Der Hausnotruf ist ein Hilfsmittel, das alleinstehenden Menschen ein hohes Maß an Sicherheit bietet. Bei einem Sturz oder plötzlicher Übelkeit kann der Hausnotruf Abhilfe schaffen und schnelle Hilfe bieten. Auf dem Markt gibt es unterschiedliche Systeme, die Funktionsweise der Hausnotrufgeräte ist immer dieselbe: Dabei trägt man einen kleinen Funksender bei sich, der mit einer Notrufzentrale verbunden ist. Wird der Knopf gedrückt, ruft die Zentrale zu Hause an und meldet sich über einen speziellen Lautsprecher, der ebenfalls zum System gehört. Falls dabei keine Antwort gegeben wird, benachrichtigt die Notrufzentrale einen Angehörigen, der vorher festgelegt wurde.

Kostenübernahme kann über die Pflegekasse oder bei fehlenden Voraussetzungen über Sozialleistungen (Sozialhilfe/Grundversicherung) erfolgen.

6.1.4 Hauswirtschaftliche Hilfen

Ziel der Leistungen ist es, durch Übernahme der Kosten oder Beteiligung an den Kosten für im Einzelfall erforderliche Hilfen im Haushalt, das Verbleiben hilfsbedürftiger Menschen in ihrer eigenen häuslichen Umgebung zu ermöglichen. Zur Zielerreichung sollen nach den Umständen des Einzelfalls geeignete Maßnahmen wie die Gewährung von Haushaltshilfe nach § 27 Abs. 3 SGB XII und Hilfe zur Weiterführung des Haushaltes nach § 70 SGB XII ergriffen werden.

Sofern die sozialhilferechtlichen Voraussetzungen vorliegen, kommen im Rahmen der hauswirtschaftlichen Hilfen folgende Leistungen in Betracht:

- Haushaltshilfe nach § 27 Abs. 3 SGB XII, wenn der hilfebedürftige Mensch einzelne Tätigkeiten nicht verrichten kann, diese Tätigkeiten von Dritten nicht unentgeltlich übernommen werden und der hilfebedürftige Mensch von der Verpflichtung zur Ausübung einer solchen Tätigkeit (z. B. Verpflichtung zur Schneeräumung) nicht befreit werden kann. Die Leistungen werden durch private Hilfspersonen oder ambulante Pflegedienste erbracht.
- Hilfe zur Weiterführung des Haushaltes nach § 70 SGB XII soll gewährt werden, wenn die leitende und ordnende Funktion als Merkmal der Haushaltsführung nicht mehr wahrgenommen werden kann (bei geistiger, seelischer oder körperlicher Beeinträchtigung) und wenn der hilfebedürftige Mensch einen eigenen Haushalt führt und die Weiterführung des Haushaltes geboten ist. Die Hilfe umfasst alle notwendigen hauswirtschaftlichen Tätigkeiten.

Die Leistungen werden durch private Hilfspersonen oder ambulante Pflegedienste erbracht.

Ansprechpartner für beide Leistungsarten:

Soziales Dienstleistungszentrum Hamburg-Nord

Kümmellstraße 7, 20249 Hamburg

Telefon: 040 428280

6.2 Wohnraumanpassung: Umbauten – barrierefrei oder behindertengerecht

Barrierefreies Wohnen

Unter „Barrierefreiheit“ versteht man einen umfassenden Zugang und uneingeschränkte Nutzungschancen aller gestalteten Lebensbereiche. Das Prinzip der Barrierefreiheit zielt darauf, dass bauliche und sonstige Anlagen sowohl für Menschen mit Beeinträchtigungen als auch für Personen mit Kleinkindern oder für ältere Menschen in der allgemein üblichen Weise, ohne besondere Erschwernis und grundsätzlich ohne fremde Hilfe zugänglich und nutzbar sind.

Bei Gelenkerkrankungen oder ähnlichen körperlichen Beeinträchtigungen kann die Bewältigung des Alltags oftmals schon daran scheitern, wenn der Zugang zur Wohnung im dritten Stock mangels Aufzug erheblich erschwert wird. Aus diesem Grund hat der Gesetzgeber für alle Neubauten mit mehreren Stockwerken Aufzüge als Teil des barrierefreien Wohnens vorgeschrieben.

6. Wohnen

Bei der barrierefreien Wohnraumgestaltung ist vor allem darauf zu achten, dass alle Räume und Alltagsgegenstände ungehindert und gefahrlos genutzt werden können. Ein Bewegungsmelder, der das Licht selbsttätig ein- und ausschaltet. Automatisierte Rollläden sind nützliche Hilfsmittel. Das Badezimmer sollte im Hinblick auf die Dusche möglichst ebenerdig sein. Alternativ empfiehlt sich das Anbringen einer kleinen Rampe. Griffe in Reichweite erleichtern außerdem das Duschen, Baden oder Waschen am Waschbecken.

Barrierefrei ist nicht gleich behindertengerecht

Grundsätzlich gilt es zu beachten, dass es zwischen der Begrifflichkeit „barrierefrei“ und „behindertengerecht“ einen Unterschied gibt. So ist eine Behinderung jeweils individuell. Menschen mit Sehbehinderung haben andere Bedürfnisse als beispielsweise Personen, die querschnittsgelähmt und deshalb auf den Rollstuhl angewiesen sind. Beide Menschen haben eine Behinderung, ein querschnittsgelähmter Mensch benötigt jedoch grundsätzlich eine anders gestaltete Wohnung als ein sehbehinderter Mensch. Eine behindertengerechte Wohnung ist deshalb nach der individuellen Behinderung gestaltet, während eine barrierefreie Wohnung grundsätzlich dahingehend zu gestalten ist, dass alle Wohnbereiche ungehindert erreicht werden können.

©Ingo Bartussek · adobestock.com



Eine barrierefreie Wohnung wird nicht nur von älteren Menschen und Menschen mit körperlichen Einschränkungen benötigt, sondern ist für die ganze Familie eine große Erleichterung.

Beratung:

- Barrierefrei Leben e. V.
www.barrierefrei-leben.de
- Haus für Barrierefreiheit – Beratungszentrum für Technische Hilfen & Wohnraumanpassung
Alsterdorfer Markt 7, 22297 Hamburg
Kontakt:
Telefon: 040 299956-0 (keine Beratung), Fax: 040 293601
E-Mail: info@online-wohn-beratung.de
www.online-wohn-beratung.de
(Deutschlandweite Onlineberatung)
- Kompetenzzentrum für ein barrierefreies Hamburg
Alsterdorfer Markt 7
Telefon: 040 85599200
- Hamburger Landesarbeitsgemeinschaft (LAG) für behinderte Menschen
Alsterdorfer Markt 7
Telefon: 040 85599200

6.3 Sicher wohnen

Sicherung von Haus und Wohnung

Viele Betrüger machen sich die Hilfsbereitschaft älterer Menschen an der Haustür zunutze. Daher sollten Sie bei fremden Personen immer eine gewisse Vorsicht walten lassen, die allerdings nicht in eine Phobie ausarten sollte.

Mit diesen Aussagen könnten Trickbetrüger zum Beispiel versuchen, in Ihre Wohnung zu kommen:

- Kann ich bitte ein Glas Wasser haben? Mir ist so schlecht. Ich habe Durst. Ich muss dringend meine Tabletten nehmen.
- Mein Baby braucht sein Fläschchen. Darf ich es bei Ihnen füttern (wickeln)?
- Haben Sie Papier und Bleistift? Der Nachbar ist nicht zu Hause, ich möchte ihm eine Nachricht hinterlassen.
- Haben Sie vielleicht eine Schreibunterlage? Hier ist das Licht so schlecht – darf ich an Ihrem Tisch schreiben?
- Ich hatte einen Unfall. Ich benötige einen Arzt. Ich hatte eine Autopanne. Darf ich Ihr Telefon benutzen?
- Ich habe ein dringendes Bedürfnis. Darf ich (mein Kind) Ihre Toilette benutzen?
- Erinnern Sie sich nicht mehr an mich? – Damit reden Ihnen die vermeintlichen Bekannten nur ein schlechtes Gedächtnis ein. Vorsicht vor diesen „Bekanntem“!

DIE EIGENEN 4 WÄNDE – ABER NICHT ALLEIN!

Selbstbestimmt, barrierefrei
und in Gemeinschaft leben

Unsere attraktiven Seniorenwohnungen ermöglichen es Ihnen, so lange wie möglich im eigenen Zuhause zu leben.

Neben einer lebendigen Nachbarschaft bieten wir Ihnen in mehreren Wohnanlagen viele Serviceleistungen zur Erleichterung des Alltags.

Gerne senden wir Ihnen unsere Broschüre zu und beraten Sie – rufen Sie einfach an:
Telefon: 040 53 10 91-0

wohnen@fluwog.de www.fluwog.de



Die 13 Seniorenwohnanlagen der fluwog

BARMBEK	Grete-Zabe-Weg 40 Whg. Osterbekstraße 13 Whg. Saarlandstraße 25 Whg.
DULSBERG	Eupener Stieg 15 Whg.
LANGENHORN	Bärenhof 33 Whg. BG Heynemannstraße 25 Whg. Tannenweg 16 Whg. Walter-Schmedemann-Str. 29 Whg.
NIENDORF	Quedlinburger Weg 28 Whg. Zum Markt 14 Whg. BG Vielohweg 27 Whg.
ST. GEORG	Koppel 17 Whg.
UHLENHORST	Martha-Muchow-Weg 9 Whg. BG

In der Hafencity und in Barmbek befinden sich weitere Anlagen im Bau.

BG = Baugemeinschaft



PFLEGEN & WOHNEN HAMBURG
In Gemeinschaft leben. Seit 1619

PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST

Heinrich-Hertz-Straße 90 · 22085 Hamburg · Tel. (040) 2022-4305

IM HERZEN HAMBURGS

Mitten in der Stadt und gleichzeitig ruhig und grün liegt PFLEGEN & WOHNEN UHLENHORST – dort, wo Hamburg am schönsten ist! Die zentrale Lage, die Nähe zur Außenalster, die Hamburger Meile und die vielen kulturellen Angebote sind das, was wir und unsere Bewohner*innen lieben.

Wir bieten:

- Kurzzeitpflege
- Normalstationäre Pflege
- Betreuung bei Demenz
- Schwerstkrankenpflege und palliative Versorgung

www.pflegenundwohnen.de

6. Wohnen

Gegen ungebetene Gäste können Sie sich außerdem mit diesen Vorkehrungen schützen:

- Ein Türspion bietet Ihnen die Möglichkeit zu sehen, wer vor der Tür steht, ohne die Tür öffnen zu müssen. Bewährt haben sich auch digitale Türspione, die anhand der größeren Bildfläche ein deutliches Bild vom Geschehen vor der Tür liefern.
- Ein Bewegungsmelder vor der Haustür bringt nicht nur mehr Licht ins Dunkel, er schüchtert auch den ungebetenen Gast ein, weil er somit leichter identifizierbar ist.
- Mit einem Türsprechsystem können Sie zuerst mit dem Besucher sprechen, bevor Sie ihm per Knopfdruck die Türe öffnen. Viele Modelle bieten auch eine Videobildfunktion an, welche dank Infrarot sogar bei Dunkelheit ein klares Bild liefern.
- Hilfreich ist auch eine Schutztür aus Stahl, die eine abschreckende Wirkung haben kann.
- Zudem kann die Haustür mit einer zusätzlichen Türsicherung wie einem Türschloss oder einem Sicherheitsschließblech aufgerüstet werden.

Beratung durch die Polizei

- Öffnen Sie Ihre Tür immer nur mit vorgelegter Türsperre (z. B. Kastenschloss mit Sperrbügel).
- Überlegen Sie sich Folgendes, wenn Fremde an der Tür von ihrer Not erzählen: Warum wenden sich diese Leute nicht an eine Apotheke, eine Gaststätte oder ein Geschäft, sondern gerade an mich?
- Lassen Sie sich am Telefon keine Namen oder andere Informationen über Angehörige, Freunde oder Bekannte entlocken.
- Verstecken Sie Ihren Schlüssel niemals draußen. Einbrecher finden jedes Versteck!
- Achten Sie auf Fremde in Ihrer Wohnanlage oder auf dem Nachbargrundstück!
- Informieren Sie bei verdächtigen Beobachtungen sofort die Polizei!
- Geben Sie keine Hinweise auf Ihre Abwesenheit beispielsweise in sozialen Netzwerken oder auf ihrem Anrufbeantworter!

6.4 Wohnen im Alter – viele Möglichkeiten

Es werden heutzutage viele Wohnformen für Senioren angeboten, die unterschiedlicher kaum sein können. Die meisten Wohnformen haben jedoch eins gemeinsam – die Förderung der Teilhabe am sozialen Leben, also nicht Leben am Rande der Gesellschaft, sondern mittendrin!

Einige Anregungen / Beispiele:

Vertraute Umgebung, vertrautes Quartier – man ist vielleicht alleinstehend, aber einsam muss niemand sein. Die Wohnungsbaugesellschaften gestalten immer mehr Wohnungen in seniorengerechte und barrierefreie bzw. barrierearme Wohnungen

um. Es werden die Häuser mit Aufzügen nachgerüstet, der Zugang zu den Häusern wird barrierefrei gestaltet. Es werden Begegnungsräume geschaffen. Damit können Senioren in ihrer vertrauten Umgebung und in ihren sozialen Bezügen bleiben, dieses gilt auch für pflegebedürftige Menschen.

Jung und Alt (Mehrgenerationen) – Wohnformenmix aus Sozialwohnungen, Eigentumswohnungen, Wohnungen für Studenten, Senioren und behinderte Menschen, die auf Hilfen angewiesen sind. Gemeinschaftsräume, Kindergarten, Nahversorgungseinrichtungen und Praxen runden ein Klein-Quartier ab. Dieser Wohnformenmix wird durch Wohnungsbaugesellschaften als Neubau angeboten, in bestehenden Wohngebieten ebenso wie in Neubaugebieten.

Leben im Familienverbund – leben und wohnen mit den Kindern und den Enkeln ggf. Urenkeln unter einem Dach. Gibt die große Chance der unkomplizierten gegenseitigen Hilfe im Großen wie im Kleinen. Leider nur in wenigen Fällen umsetzbar.

Senioren-WG / alternative Wohnformen – selbstorganisierte und ambulant betreute Haus- und Wohngemeinschaften. Senioren teilen sich Gemeinschaftsräume, Bad und Küche und gestalten ein gemeinsames Leben, gleichzeitig verfügt jedoch jeder über einen privaten Raum.

Senioren- und Pflegeheime – heutzutage ist die Versorgung meist sehr gut, es wird alles getan um den Menschen einen möglichst schönen Lebensabend zu gewährleisten.

© mavoimages · adobestock.com





Ein Zuhause für alle

Die Stiftung Anscharhöhe ist wie ein Dorf mitten in der Stadt: Die Häuser und die Kirche unserer Einrichtung sind von einem großen, schönen Park umgeben – und der liegt mitten im belebten und beliebten Hamburger Stadtteil Eppendorf.

Bei uns finden Menschen aller Altersstufen ein Zuhause und bei Bedarf Pflege und liebevolle Unterstützung. Wir fördern das Zusammenleben von Jung und Alt sowie von behinderten und nicht behinderten Menschen.

Stiftung Anscharhöhe | Tarpenbekstraße 107 | Tel.: 040/ 46 69-0
20251 Hamburg | www.anscharhoehe.de



ANSCHARHÖHE
EPPENDORF

Unser Platz zum Leben

Platz zum Leben

Zurzeit leben rund 550 Menschen auf der Anscharhöhe. Sie leben mit Unterstützung der Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter in Wohnungen innerhalb unseres „Wohnens mit Service“, in unserer Wohn- /Pflegeeinrichtung „Carl-Ninck-Haus“ oder aber in den verschiedenen Wohnangeboten der Behindertenhilfe. Unterstützung in unterschiedlichen Lebensbereichen bieten auch unsere Ehrenamtlichen.



QUALITÄTSMANAGEMENTSYSTEM
pCC-zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001:2015
Zertifikat-Registrier-Nr.: 002263 ISO
Diakonie-Siegel-Pflege Version 3.0
Zertifikat-Registrier-Nr.: 002263 DSP

VATERSTÄDTISCHE STIFTUNG

Mitglied im PARITÄTISCHEN Wohlfahrtsverband Hamburg e.V.

„Ausschließlicher und unmittelbarer Zweck der Stiftung ist die Gewährung kleiner Wohnungen an im Sinne der steuerrechtlichen Vorschriften bedürftige ältere und/oder behinderte Personen und deren Betreuung und Unterstützung bei der Bewältigung altersbedingter Schwierigkeiten im Alltag, vornehmlich Hamburgern ohne Unterschied ihres Glaubensbekenntnisses. Frauen und Ehepaare sollen bevorzugt berücksichtigt werden.“

Auszug aus der aktuellen Sitzung

Noch heute prägen das Hamburger Stadtbild Wohnstifte, die in ihrer architektonischen Vielfalt Zeugnisse einer spezifischen Form der städtischen Sozialfürsorge darstellen. Bis 1914 entstanden insgesamt hundert Wohnstiftungen, die meisten in den Jahrzehnten um die Jahrhundertwende. An dieser Zunahme war maßgeblich die 1849 als Schillingsverein für Freiwohnungen gegründete und 1876 in Vaterstädtische Stiftung umbenannte Stiftung beteiligt, die noch heute mit 10 Wohnstiften und 428 Wohnungen einen kontinuierlichen Beitrag für das Sozialwesen der Stadt leistet.

Die 1-, 1 ½ - und 2-Zimmer-Wohnungen sind ausgestattet mit Küche, Duschbad/WC und Kabelfernsehen. Die Mieten orientieren sich größtenteils an der Hamburger Sozialmiete (§5-Schein) bzw. am Mittelwert des Mietenspiegels.



Max u. Mathilde Bauer-Stift

Vaterstädtische Stiftung

Geschäftsstelle:
Kielortallee 25, 20144 Hamburg
☎ 45 69 74, Fax 410 13 98
E-Mail: info@vstift.de

Telefonische Sprechzeiten:
Mo., Di., Do., Fr. 8:00 – 13:00 Uhr
Bürosprechzeiten:
Do. 9:00 – 12:00 Uhr

Semmi S. Rosenthal-Altenhaus
Kielortallee 23, 20144 Hamburg

Max u. Mathilde Bauer-Stift
Kielortallee 24, 20144 Hamburg

Theodor-Wohlwill-Stift
Kielortallee 26, 20144 Hamburg

Hirsch Marcus Cohen-Stift
Tornquiststr. 19 b, 20259 Hamburg

www.vaterstaedtiche-stiftung.de



Julius Ernst Oppenheim-Stift



REINKLICKEN
UND DIESE PUBLIKATION
AUCH ONLINE LESEN

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

6. Wohnen

Servicewohnen (Betreutes Wohnen) – ist sinnvoll für Senioren, die evtl. kleinere Defizite in der Selbstversorgung haben, aber trotzdem noch den Wunsch und die Vitalität besitzen, in vertrauter Umgebung zu leben. Für Alleinstehende ist das Servicewohnen zudem eine gute Gelegenheit, mit Gleichaltrigen in Kontakt zu kommen, aber auch Ehepaare und / oder Freunde können in einer Seniorenwohnung den Lebensabend gemeinsam verbringen.

Zu Hause wohnen – wer in den eigenen vier Wänden wohnen bleiben möchte, findet ausgeklügelte und zum Teil subventionierte Konzepte, die einen barrierefreien Zugang zur, aber auch innerhalb der Wohnung gewährleisten. Die Gefahr der Vereinsamung ist gegeben.

6.5 Wohn- und Pflegeeinrichtungen Bezirk Nord

Altenheim Kalbus Privat

Goernestraße 31, 20251 Hamburg
Telefon: 040 486905

Seniorenzentrum Elim Stift. Freie ev. Gemeinde

Frickestraße 22, 20251 Hamburg
Telefon: 040 475405

Carl-Nick-Haus Stiftung Anscharhöhe

Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg
Telefon: 040 46690

Haus Zinnendorf Zinnendorfstiftung

Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg
Telefon: 040 4806010

P&W Uhlenhorst Pflegen und wohnen

Heinrich-Hertz-Straße 90, 22085 Hamburg
Telefon: 040 202211024

Altenhof der ev. ref. Kirche Ev. Ref. Kirche

Winterhuder Weg 98-106, 22085 Hamburg
Telefon: 040 2294110

Seniorenzentrum Finkenau Pflegen und wohnen

Finkenau 19, 22081 Hamburg
Telefon: 040 20223401

Agaplesion Bethanien-Höfe

Martinistraße 45, 20251 Hamburg
Telefon: 040 2353 78210

Amarita Marseille Kliniken AG

Angerstraße 20-22, 22087 Hamburg
Telefon: 040 555000



© comstock · thinkstock.com

Epiphanienhaus Diakoniestiftung Alt-Hamburg

Jarrestraße 75, 22303 Hamburg
Telefon: 040 278445

APH der Matthäusgemeinde Diakoniestiftung

Marie-Louisen-Straße 30, 22301 Hamburg
Telefon: 040 468530

Haus Alstertal Frank Wagner Holding GmbH

Wellingsbütteler Landstraße 217, 22337 Hamburg
Telefon: 040 507150

Cura Seniorenzentrum Langenhorn GmbH

Röweland 6, 22419 Hamburg
Telefon: 040 5304650

Seniorenwohnanlage Langenhorn

Dortmunder Straße 19-21, 22419 Hamburg
Telefon: 040 537592000

Altencentrum Ansgar Diakoniestiftung Alt-Hamburg

Reekamp 47-51, 22297 Hamburg
Telefon: 040 5304740

Pflegewohnstift Alsterkrugchaussee

Alsterkrugchaussee 614, 22335 Hamburg
Telefon: 040 20880

Seniorenwohnanlage Alsterpark

Rathenaustraße 4-10, 22297 Hamburg
Telefon: 040 511272000

6. Wohnen

Pflegezentrum Alsterberg Pflegen und Wohnen Hamburg

Maienweg 141, 22335 Hamburg
Telefon: 040 20223900

Seniorenwohnanlage Kiehhörn

Kiehhörn 1-3, 22049 Hamburg
Telefon: 040 696802000

Altenheim Sankt Gertrud Diakoniestiftung Alt-Hamburg

Schubertstraße 16, 22083 Hamburg
Telefon: 040 22723750

Hesse-Diederichsen-Heim Stiftung Pflegeheim

Lämmersieth 75, 22305 Hamburg
Telefon: 040 6118410

Seniorencentrum SenVital

Stückenstraße 1, 22081 Hamburg
Telefon: 040 20003480

KerVita, Seniorencentrum Am Osterbekkanal GmbH

Lämmersieth 14, 22303 Hamburg
Telefon: 040 4210470



*Am Anfang war
alles neu für mich.*

Jetzt ist es mein Zuhause.

pro seniore

Pro Seniore Residenz Hamburg

Gazellenkamp 38 · 22529 Hamburg-Lokstedt
Telefon 040 41925-09 · www.pro-seniore.de

Seniorencentrum Integra

Andreas-Knack-Ring 2, 22307 Hamburg
Telefon: 040 8060070

Zentrum für Beatmung und Intensivpflege

Grete-Zabe-Weg 2, 22081 Hamburg
Telefon: 040 401130410

Haus Beerboom

Klotzenmoor 62, 22453 Hamburg
Telefon: 040 38079150

SenVital Senioren- und Pflegezentrum

Stückenstraße 1, 22081 Hamburg
Telefon: 040 20003810

6.6 Servicewohnanlagen in Hamburg-Nord

Servicewohnen Alsterdorf

Alsterdorfer Straße 529, 22337 Hamburg
Telefon: 040 51319546

Seniorenwohnhaus Averhoffstraße

Averhoffstraße 5, 22085 Hamburg
Telefon: 040 226955-90

Wohnen für Senioren

Borsteler Chaussee 301, 22453 Hamburg
Telefon: 040 428352655

Servicewohnen Langenhorn

Dortmunder Straße 19-21, 22419 Hamburg
Telefon: 040 537592000

Servicewohnanlage

Eupener Stieg 3, 22049 Hamburg
Telefon: 040 5310910

Julius und Ernst Oppenheim-Stift

Frickestraße 26, 20251 Hamburg
Telefon: 040 456974

Martin Brunn-Stift

Frickestraße 24, 20251 Hamburg
Telefon: 040 456974

Heynemannpark

Heynemannstraße 7+9, 22419 Hamburg
Telefon: 040 53109138

6. Wohnen

Servicewohnen Kiehhörn

Kiehhörn 1-3, 22049 Hamburg
Telefon: 040 696802000

Paul Wohlwill-Stift

Kurzer Kamp 2, 22339 Hamburg
Telefon: 040 476225

Warburg-Stift

Kurzer Kamp 6, 22339 Hamburg

Seniorenwohnanlage der Kösterstiftung

Meisenstraße 25, 22305 Hamburg
Telefon: 040 697062-0

Haus im Anscharpark

Nedderfeld 110 k, 20251 Hamburg
Telefon: 040 4669306

Seniorenresidenz Alsterpark

Rathenaustraße 4-10, 22297 Hamburg
Telefon: 040 511272000

Servicewohnen Reyeweg

Reyeweg 29, 22081 Hamburg
Telefon: 040 2840730

Am Eisenwerk

Saarlandstraße 22-24, 22303 Hamburg
Telefon: 040 5310910

Werner-Sutor-Stift

Schedestraße 2, 20251 Hamburg
Telefon: 040 456974

Alfred und Otto Beit-Stift

Schedestraße 4, 20251 Hamburg
Telefon: 040 456974

Seniorenwohnanlage

Schwartauer Straße 2, 22453 Hamburg
Telefon: 040 5535905

Stiftung Anscharhöhe

Tarpenbekstraße 107, 20251 Hamburg
Telefon: 040 46690

Haus Rosenstift

Weg beim Jäger 78, 20453 Hamburg
Telefon: 040 5535338



© Ocskay Bence · adobestock.com

Servicewohnanlage Tannenweg

Tannenweg 60, 22415 Hamburg
Telefon: 040 531091-0 oder 53109142

Servicewohnanlage Dulsberg

Eulenkamp39/41, Straßburger Straße 84/88, 22049 Hamburg
Telefon: 040 42666-3132

Servicewohnen Sandfoort

Sandfoort 13+15, 22415 Hamburg
Telefon: 040 426666420

Servicewohnen Hattingerstieg

Walter-Schmedemann-Straße 15 a-f, 22419 Hamburg
Telefon: 040 53110910

Altenhof der Evang. ref. Kirche in Hamburg

Winterhuder Weg 102, 22085 Hamburg
Telefon: 040 229411-0

Residenz Bethanien-Höfe

Martinistraße 47, 20251 Hamburg
Telefon: 040 235378400

Servicewohnen

Tangstedter Landstraße 49-51, 22415 Hamburg
Telefon: 040 37892263

Servicewohnen Am Weißenberg

Am Weißenberg 12, 22335 Hamburg

7. Pflege und Unterstützung

7.1 Schwerbehindertenausweis

Der Schwerbehindertenausweis gilt als Nachweis der Schwerbehinderteneigenschaft, des Grades der Behinderung und weiterer gesundheitlicher Merkmale. Dieser Nachweis ist beispielsweise zur Vorlage bei einem Arbeitgeber, dem Finanzamt, dem Integrationsamt oder auch der Arbeitsagentur erforderlich. Mithilfe dieses Ausweises können Sie die Ihnen zustehenden Rechte nach dem Sozialgesetzbuch IX sowie Nachteilsausgleiche (z. B. Steuervergünstigungen, Kündigungsschutz für Arbeitnehmer, Zusatzurlaub für Arbeitnehmer, Sitzplatz in öffentlichen Verkehrsmitteln) in Anspruch nehmen.

Zum Thema Nachteilsausgleich sowie Informationen „Behinderung und Ausweis“ sind nebenstehende Broschüren kostenfrei erhältlich unter:

Broschüren Service

**Behörde für Arbeit, Soziales, Gesundheit,
Familie und Integration**

Hamburger Straße 47, 22083 Hamburg

Telefon: 040 42863-7778, Fax: 040 4279-63030

E-Mail: publikationen@soziales.hamburg.de



7.2 Pflegegrade und Leistungen

Die Voraussetzungen für Pflegebedürftigkeit sind im Gesetz (Elftes Buch des Sozialgesetzbuches – SGB XI) genau definiert. Pflegebedürftig ist, wer körperliche, kognitive oder psychische Beeinträchtigungen oder gesundheitlich bedingte Belastungen oder Anforderungen nicht selbstständig kompensieren oder bewältigen kann und deshalb der Hilfe durch Andere bedarf.

Wer ist pflegebedürftig?

Pflegebedürftigkeit wird also nicht daran gemessen, wie schwer jemand erkrankt oder behindert ist. Ausschlaggebend ist vielmehr, wie stark ein Mensch in seiner Selbstständigkeit eingeschränkt ist und ob er Unterstützung benötigt. Im Mittelpunkt

steht die Frage: Was kann der Pflegebedürftige noch allein und wobei benötigt er Hilfe?

Im Gesetz sind sechs Lebensbereiche beschrieben, die für die Bewältigung des täglichen Lebens wichtig sind.

Diese sind:

- Mobilität,
- Kognitive und kommunikative Fähigkeiten,
- Verhaltensweisen und psychische Problemlagen,
- Selbstversorgung,
- Bewältigung von und selbstständiger Umgang mit krankheits- oder therapiebedingten Anforderungen und Belastungen,
- Gestaltung des Arbeitslebens und sozialer Kontakte.

Im Rahmen der Pflegebegutachtung wird festgestellt, ob in diesen sechs Bereichen eine Beeinträchtigung der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten vorliegt und wie stark diese ausgeprägt ist.

Die Beeinträchtigung der Selbstständigkeit bzw. der Fähigkeiten muss außerdem „auf Dauer“ bestehen, also voraussichtlich für mindestens sechs Monate. Nun müssen Pflegebedürftige aber nicht erst sechs Monate warten, bis sie ihre Ansprüche geltend machen können. Die Pflegekasse entscheidet über den Leistungsanspruch, wenn ersichtlich ist, dass der Hilfebedarf auf Dauer besteht.

Die Pflegegrade

Ist ein Mensch pflegebedürftig, wird er entsprechend der Schwere der Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten einem von fünf Pflegegraden zugeordnet. Dabei gilt: Je höher der Pflegegrad, desto höher sind auch die Leistungen der Pflegeversicherung.

Wie wird Pflegebedürftigkeit festgestellt?

Wird ein Pflegeantrag gestellt, lassen alle Pflegekassen durch den Medizinischen Dienst der Krankenversicherung (MDK) prüfen, ob die Voraussetzungen der Pflegebedürftigkeit erfüllt sind und welcher Pflegegrad vorliegt. Dies geschieht in der Regel durch einen zuvor angemeldeten Hausbesuch einer Pflegefachkraft oder einer Ärztin bzw. eines Arztes.

Die Gutachterin bzw. der Gutachter stellen bei ihrem Besuch die Beeinträchtigungen der Selbstständigkeit oder der Fähigkeiten in den sechs oben vorgestellten Bereichen fest. Die notwendigen Informationen erhält die Gutachterin bzw. der Gutachter durch das Gespräch mit der Antragstellerin bzw. dem Antragsteller und seinen Pflegepersonen sowie durch die Auswertung vorliegender Fremdbefunde (wie z. B. die Pflegedokumentation, Krankenhaus- oder Arztberichte) und nicht zuletzt durch eine körperliche Begutachtung.

Quelle: MDK Hamburg

7. Pflege und Unterstützung



© kzenon · thinkstock.com

7.3 Pflegeversicherung

Durch das Pflegestärkungsgesetz möchte das Bundesgesundheitsministerium die pflegerische Versorgung deutlich verbessern. Bereits seit dem 1. Januar 2015 wurden die Leistungen für Pflegebedürftige und deren Angehörige deutlich ausgeweitet. Zusätzlich wurde die Zahl der Betreuungskräfte in stationären Pflegeeinrichtungen erhöht. Dadurch soll die bisherige Unterscheidung zwischen Pflegebedürftigen mit körperlichen Einschränkungen und Demenzkranken wegfallen. Im Fokus steht der individuelle Unterstützungsbedarf jedes Einzelnen.

Was verbessert sich für die Pflege zu Hause?

Ein kurzer Überblick:

- Die Leistungen der Verhinderungs- und Kurzzeitpflege können künftig besser miteinander kombiniert werden.
- Die Leistungen für Tages- und Nachtpflege werden ausgebaut.
- Niederschwellige Betreuungs- und Entlastungsangebote werden gestärkt.
- Die Zuschüsse für Umbau- und Pflegehilfsmittel werden erhöht.

Welche Unterstützungsmaßnahmen gibt es künftig für pflegende Angehörige?

Jede Pflegesituation ist individuell. Deshalb sollen pflegende Angehörige künftig besser in ihrer jeweiligen Situation entlastet

werden. Unterstützungsangebote werden deshalb ausgeweitet und die Leistungen können passgenauer in der konkreten Situation eingesetzt werden. Entlastend wirkt sich mit Sicherheit auch die Erhöhung der Zuschüsse für nötige Umbaumaßnahmen und zum Verbrauch von Pflegemitteln aus. Zudem soll auch die Vereinbarkeit von Familie, Pflege und Beruf verbessert werden. Pflegenden Angehörigen können sich künftig für zehn Tage vom Arbeitgeber freistellen lassen.

7.4 Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege

Bei der Kurzzeitpflege / Verhinderungspflege handelt es sich um ein zeitlich begrenztes Angebot, wenn z. B. pflegende Angehörige ausfallen oder einen Urlaub brauchen. Auch beim Übergang vom Krankenhaus zurück in die eigene Wohnung kann zunächst eine Kurzzeitpflege hilfreich sein, falls Sie noch nicht kräftig genug sind, um in der eigenen Wohnung zurecht zu kommen, oder nach einem Krankenhausaufenthalt ein erhöhter Pflegeaufwand im häuslichen Bereich nicht abgedeckt werden kann. Auch wenn ein Platz in einer vollstationären Einrichtung notwendig geworden ist, dieser aber noch nicht verfügbar ist, kann die Kurzzeitpflege hierfür überbrücken. Auch hier berät Sie der Pflegestützpunkt Hamburg-Nord.

7. Pflege und Unterstützung

7.5 Tagespflege

Die Tagespflege ist eine Pflegeform, bei der Pflegebedürftige tagsüber in einer Pflegeeinrichtung versorgt werden, während sie die Nacht in den eigenen vier Wänden verbringen. Sie werden hierbei in aller Regel mit einem Fahrdienst von zu Hause abgeholt und auch wieder nach Hause gebracht. Die Tagespflege ermöglicht es vielen Pflegebedürftigen, länger in ihrem gewohnten Umfeld zu leben. Gleichzeitig werden dadurch pflegende Angehörige entlastet und die Pflegebedürftigen verbringen einen abwechslungsreichen Alltag zusammen mit anderen Menschen. Es gibt unterschiedliche Modelle. Der Pflegestützpunkt Hamburg-Nord berät Sie gern.

7.6 Ambulante Pflegedienste

Ambulante Pflege bedeutet professionelle pflegerische und hauswirtschaftliche Betreuung von pflegebedürftigen Menschen in der eigenen häuslichen Umgebung. Manche ambulanten Pflegedienste verfügen über Zusatzqualifikationen wie z. B. Palliativ- oder Intensivpflege, Mehrsprachigkeit oder kultursensible Pflege. Bei der Suche hilft Ihnen der Pflegestützpunkt Hamburg-Nord.

© colourbox.com



7.7 Hören und Verstehen

Hören und Verstehen muss nicht immer das Gleiche sein. Es kommt vor, dass man Töne gut hören kann, aber die Sprache seines Gegenübers schlecht versteht. Das Nachlassen des Hörvermögens kommt in den meisten Fällen schleichend über viele Jahre und wird oft zuerst von Familie und Freunden bemerkt, weil man den Fernseher zu laut stellt oder im Gespräch oft nachfragen muss.

Generell betrifft das Nachlassen des Hörvermögens alle Menschen. Das liegt an dem Aufbau des Innenohres. Die Sinneszellen für die hohen Töne befinden sich am Eingang des Innenohres. Leider werden diese Sinneszellen am Eingang auch im Laufe des Lebens als erstes abgenutzt, wie zum Beispiel ein Teppich in einer Wohnung, der auch am Eingang zuerst durchgelaufen ist.

Da die hohen Töne sehr wichtig zum Verstehen von Sprache sind, wirkt sich dies negativ auf das Sprachverstehen aus. Dieser Effekt ist bei allen Menschen vorhanden, wenn auch unterschiedlich stark. Wie beim Nachlassen von Augen oder dem Verlust von Haaren sind hier natürlich auch teilweise die Erbanlagen im Spiel und beeinflussen, wie stark der Einzelne betroffen ist.

Grundsätzlich gilt, wer bemerkt oder aufmerksam gemacht wird, dass sein Hören sich verschlechtert hat, sollte handeln. Ein Besuch beim HNO oder dem Hörakustiker vor Ort schafft Klarheit. Ist das Ohr vielleicht nur mit Ohrenschmalz verstopft oder gibt es eine akute Erkrankung, die behandelt werden muss.

Bei einer normalen beginnenden Altersschwerhörigkeit sollte man sich rechtzeitig beraten lassen und mit der Erprobung geeigneter Hörsysteme beginnen. Ein zu langes Aufschieben kann zu weiterer Abnahme des Hörvermögens, der sogenannten Hörentwöhnung führen. Diese kann unter Umständen nicht mehr ausgeglichen werden. Auch lässt der Elan mit jedem Jahr nach, sich an etwas Neues zu gewöhnen, wie zum Beispiel die Handhabung eines Hörsystems.

Daher sollte man sich rechtzeitig vom Hörakustiker oder HNO-Arzt beraten lassen, um sich selbst und seine Ohren wieder an das verbesserte Hören zu gewöhnen.

**Beratungsstelle:
Hörberatungs- und Informationszentrum
Bund der Schwerhörigen e. V.**

Wagnerstraße 42, 22081 Hamburg
Telefon: 040 291605, Fax: 040 2997265
E-Mail: info@bds-hh.de
www.bds-hh.de
www.hoerbiz.de
Barrierefreier Zugang

7. Pflege und Unterstützung



© Judex · adobestock.com

7.8 Hilfe, wenn die Sehkraft nachlässt

Das Leben mit einer Sehbeeinträchtigung ist mit vielen Herausforderungen verbunden. Menschen, die gerade die Diagnose einer chronischen Augenerkrankung erfahren haben, stehen vor einer besonders schwierigen Lebenssituation. Betroffen sind davon insbesondere ältere Menschen. Viele dieser erkrankten Menschen hoffen trotz des schlechten Befunds auf Heilung.

Kommt es trotz augenärztlicher Behandlung zu einem spürbaren Sehverlust, ist bei den Erkrankten nichts mehr wie vorher. Viele Betroffene fürchten sich davor, ihre Selbstständigkeit zu verlieren. Sie müssen lernen, ihr Leben ganz anders zu organisieren. Viele müssen die meisten Tätigkeiten in ihrem Alltagsleben ihrer speziellen gesundheitlichen Situation anpassen. Sie benötigen spezielle Hilfsmittel und sind auch auf Hilfe von Menschen in ihrer Umgebung angewiesen. Auch wissen die meisten nichts oder nur wenig über Unterstützungsangebote, Möglichkeiten zum Ausgleich einer Sehbeeinträchtigung, sowie rechtliche und finanzielle Leistungen. Über Unterstützungsangebote, Möglichkeiten zum Ausgleich einer Sehbeeinträchtigung, sowie rechtliche und finanzielle Leistungen.

Was ist zu tun, wenn Sie merken, dass Ihre Sehkraft sich dramatisch verschlechtert hat? Wenn Sie feststellen, dass Sie viele Gegenstände nicht mehr richtig erkennen können oder das Lesen von Schriften immer schwerer fällt? Wenn die Gegenstände unscharf werden und Sie die Entfernungen mit den Augen nicht mehr richtig einschätzen können? Sie sich in Ihrer Umgebung unsicher fühlen und immer öfter fremde Hilfe brauchen?

– Dann ist es dringend notwendig, sofort einen Facharzt für Augenkrankheiten (Augenarzt) aufzusuchen. Zögern Sie nicht. Schieben Sie eine Behandlung nicht lange vor sich her. Je länger Sie damit warten, desto mehr wird Ihr Sehvermögen geschädigt.

Nach einer augenmedizinischen Diagnose durch einen Augenarzt oder eine Behandlung in einer Klinik folgt üblicherweise die Anpassung von optischen und elektronischen Sehhilfen und anderen notwendigen Hilfsmitteln durch Sehbehinderten-Ambulanzen an Kliniken oder spezialisierte Augenoptiker bzw. Hilfsmittelanbieter in Zusammenarbeit mit den Augenärzten. Darüber hinaus können Rehabilitationslehrer mit den betroffenen Personen nach augenärztlicher Verordnung Schulungen in Orientierung und Mobilität sowie lebenspraktischen Fähigkeiten durchführen.

Außerdem bietet die Patientenselbsthilfe unabhängig und kostenfrei Beratung zu vielen Themen rund ums Sehen an: Zu Hilfsmitteln, sozialrechtlichen Fragen, sehbehindertengerechter Gestaltung des persönlichen Umfelds. Die Patientenselbsthilfe ermöglicht Erfahrungsaustausch mit anderen Betroffenen. In Hamburg besteht die Möglichkeit, sich durch den Blinden- und Sehbehindertenverein in allen Fragen um das Sehen beraten zu lassen.

Blinden- und Sehbehindertenverein Hamburg e. V.
Holsteinischer Kamp 26, 22081 Hamburg
Telefon: 040 209404-0, Fax: 040 209404-30
E-Mail: info@bsvh.org



Zuverlässig

Kompetent

Individuell

Zertifiziert nach DIN ISO 9001/2015 & Hygienezertifiziert nach IfSG, MedHygVO, TRGS und TRBA

Tel: **040 / 40 66 33**

Mail: leitstelle@blauer-kreis.de
www.blauer-kreis.de

Fax: **040 / 40 19 72 93**

"Man soll dem Leib etwas Gutes bieten, damit die Seele Lust hat, darin zu wohnen" Winston Churchill

Wenn die Seele sich vom Körper löst ist es schön zu wissen, wie der Leib gebettet wird.

Sorgen Sie jetzt vor und äußern Sie Ihre Wünsche.

Wir beraten Sie gerne.



WULFF & SOHN
BESTATTUNGSMUSEUM



Segeberger Chaussee 56-58 •
Norderstedt
☎ (040) 529 61 73

Tangstedter Landstraße 238 •
Hamburg-Langenhorn
☎ (040) 539 08 590

www.wulffundsohn.de



memento mori
Bestatterinnen

mit Abschiedsräumen am Osterbekkanal

Ausklang – Begegnung am Fleet

Jeder Mensch ist einzigartig und geht seinen individuellen Weg aus diesem Leben.

Wir unterstützen Sie bei Ihrem Abschied und führen alle Formen der Bestattung durch.

Aktuelle Veranstaltungshinweise auf www.bestatterinnen.de

Mozartstraße 19 | 22083 Hamburg
040 419 29 804 | info@bestatterinnen.de



Mit ein wenig Hilfe ...

... auch die einfachen Dinge immer noch meistern. Über 80 Pflegeeinrichtungen der Diakonie Hamburg unterstützen Sie dabei.

Servicetelefon 0800 0113333
www.pflege-und-diakonie.de



8. Vorsorge und Betreuung

8.1 Patientenverfügung

Viele Menschen möchten Vorsorge auch für den Fall treffen, dass sie nicht mehr selbst über ärztliche Behandlungsmaßnahmen oder auch deren Abbruch entscheiden können. Sie möchten, unabhängig von Art und Stadium ihrer Erkrankung, selbst über ihr Leben bestimmen, auch wenn sie nicht mehr entscheidungsfähig sind. Sie bringen ihren Willen deshalb vorab in einer Patientenverfügung zum Ausdruck.

Beratung zu den oben genannten Themen erhalten Sie von den Hamburger Betreuungsvereinen und den Hamburger Notaren.

8.2 Vorsorgevollmachten

Wer aufgrund einer psychischen Erkrankung oder einer körperlichen, geistigen oder seelischen Behinderung nicht in der Lage ist, seine Angelegenheiten ganz oder teilweise selbst zu besorgen, benötigt die Unterstützung durch einen rechtlichen Vertreter.

Möchte man selbst entscheiden, durch wen die rechtliche Vertretung wahrgenommen werden soll und in welchen Bereichen eine rechtliche Vertretung erfolgen soll, muss man rechtzeitig eine Vollmacht erstellen.

Mit einer Vorsorgevollmacht bevollmächtigen Sie selbst eine Person Ihres Vertrauens, die dann rechtswirksam handeln darf.

8.3 Testament

Das Testament bekundet den letzten Willen eines Menschen. In dem Testament wird rechtlich verbindlich geregelt, wer welchen Nachlass des Verstorbenen erhalten soll. Um dem Testa-

ment einen Charakter der unumstößlichen Rechtsverbindlichkeit zu geben, sollte es notariell erstellt werden. Auch ein handgeschriebenes Testament besitzt Gültigkeit; aufgrund der Tatsache, dass ein Angehöriger jedoch in den Besitz des Schriftstücks geraten könnte und im Falle einer testamentarischen Benachteiligung desselben dieses vernichten könnte, sollte der Notar zur Aufstellung des Testaments eingeschaltet werden. Im Todesfall eröffnet der Notar dann auch das Testament.

8.4 Rechtliche Betreuung

Wir alle können durch eine Krankheit, einen Unfall oder im Alter in eine Situation kommen, in der wir Entscheidungen z. B. über gesundheitliche oder finanzielle Belange vorübergehend oder dauerhaft nicht mehr selbst treffen können.

In Betracht kommt in diesem Fall die Bestellung einer Betreuerin oder eines Betreuers als gesetzliche Vertretung. Hierüber entscheidet das Betreuungsgericht. Es wird dabei geprüft, ob die Betreuungsperson vorrangig aus dem Kreis der Angehörigen ausgewählt werden kann.

Das Bezirksamt Hamburg-Nord bietet allen Hamburger Bürgerinnen und Bürgern ein umfassendes Beratungsangebot zu Fragen der Vermeidung einer rechtlichen Betreuung, Unterstützung für ehrenamtliche rechtliche Betreuer, sowie zu Vorsorgevollmachten, Beglaubigung von Vorsorgevollmachten und Patientenverfügungen an.

Zur besseren Erreichbarkeit der Hamburger Bürgerinnen und Bürger steht für dieses Beratungsangebot die zentral gelegene Beratungsstelle für rechtliche Betreuung und Vorsorgevollmacht, Winterhuder Weg 31, 22085 Hamburg, Telefon: 040 42863-6070, zur Verfügung.

© Butch · adobestock.com



Inserentenverzeichnis

Branche	Seite
Ambulanter Pflegedienst	16
	16
Baugenossenschaft	24
Bestattungsinstitut	34
	34
Diakoniestation	34
Hausnotruf	10
Hörberatung	16
Klinik	U2, U3
	U4
Krankentransport	34
Menü-Lieferservice	10
Pflege- und Betreuungsdienste	16
	16
	24
Pflegeheim	28
Seniorenwohnanlage	26
	26
Tierpark	2
Wohnungsunternehmen	10

U = Umschlagseite

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

© picsfive · adobestock.com



Für viele betagte Menschen stellen akute Erkrankungen oder Unfälle einen echten Wendepunkt im Leben dar. Kam man vorher noch gut im Alltag zurecht, drohen durch längere Bettlägerigkeit plötzlich dauerhafte Einschränkungen der Mobilität und der Selbstständigkeit. Eine geriatrische Komplexbehandlung direkt bei Aufnahme oder im Anschluss an die Erstbehandlung einer anderen Abteilung kann dies verhindern. In unserer geriatrischen Abteilung unterstützen wir geriatrische Patienten dabei, Schritt für Schritt wieder auf die Beine zu kommen. Die sogenannte geriatrische Frührehabilitation oder Komplexbehandlung dauert in der Regel zwei bis drei Wochen. Gemeinsam entwickeln Mitarbeiter verschiedener Berufsgruppen für jeden Patienten einen individuellen Behandlungsplan. Dabei legen wir großen Wert darauf, nicht nur die Einschränkungen, sondern auch die vorhandenen Fähigkeiten und Ressourcen zu erfassen. Alle Maßnahmen zielen darauf ab, eine drohende Pflegebedürftigkeit abzuwenden, die Selbstständigkeit der Patienten zu erhalten und sie gestärkt wieder in die vertraute häusliche Umgebung zu entlassen.

Unser Team

Wir sind spezialisiert auf die Behandlung von Patienten im höheren Lebensalter (65 Jahre aufwärts), die gleichzeitig an mehreren akuten oder chronischen Erkrankungen leiden. In unserem multiprofessionellen Team arbeiten Ärzte verschiedener Fachrichtungen mit Mitarbeitern weiterer Berufsgruppen Hand in Hand. Nach dem Motto „Hilfe zur Selbsthilfe“ lassen unsere entsprechend geschulten Pflegekräfte den Patienten eine aktivierende Pflege angeeignet. Die Physiotherapeuten wenden aktive (Krankengymnastik) und passive (Kälte- und Wärmebehandlung) Maßnahmen an, um Beweglichkeit, Kraft, Ausdauer und Koordination zu erhalten. In der Ergotherapie fördern kreative Übungen die Alltagsfähigkeit des Patienten sowie sein Denk-, Konzentrations- und Erinnerungsvermögen. Sprach-, Stimm- und Schluckstörungen sind das Spezialgebiet unserer Logopäden. Auch Neuropsychologen sind fester Bestandteil unseres Behandlungsteams. Sie erkennen und behandeln emotional-kognitive Erkrankungen wie z. B. Demenz oder Depression. Im Sinne einer ganzheitlichen Behandlung gehören zu unserem Team außerdem eine Ernährungsberaterin, ein Seelsorger und ein Sozialarbeiter.

Unsere Behandlungsschwerpunkte

- Abklärung und Behandlung chronischer Schmerzsyndrome des Bewegungsapparates, z. B. bei Osteoporose und Arthrose
- Weiterbehandlung nach operativen Eingriffen, z. B. nach Knochenbrüchen, Gelenkersatz sowie anderen Operationen wie Darm- oder Herzeingriffen
- Weiterbehandlung nach internistischen Erkrankungen, z. B. nach Herzinfarkt, Lungenentzündung o. Ä.
- Multimodale Diagnostik und Therapie von Gangstörungen und Einschränkungen des Bewegungsapparates
- Abschätzung des Sturzrisikos sowie gezieltes umfassendes Gang- und Gleichgewichtstraining
- Abklärung bei Verlust der Alltagskompetenz (z. B. nach Stürzen und Mangelernährung)
- Therapie, Diagnostik und Training bei neurologischen Erkrankungen (z. B. beginnende Demenz, Parkinson, Schlaganfall)
- Wundversorgung bei akuten und chronischen Wunden
- Diagnostik und Behandlung begleitender leicht- bis mittelgradiger Depression

Wie erfolgt die Einweisung in die Geriatrie?

Die Einweisung erfolgt als Übernahme aus anderen Krankenhäusern, als Verlegung von anderen Abteilungen der Asklepios Klinik Nord oder über unsere Zentrale Notaufnahme. Natürlich besteht auch die Möglichkeit, dass Patienten durch ihren niedergelassenen Arzt bei uns angemeldet werden. Durch unser Belegungsmanagement wird ein Bett auf einer unserer geriatrischen Stationen reserviert.

Anmeldung

Belegungsordinator
Joachim Skrobin
Tel.: 040 18887-9908
Fax: 040-181887-3338

Chefarzt Dr. Jochen Gehrke
Sekretariat Gisela Walitzek
Tel.: 040 18887-2314
Fax: 040 18887-2052
g.walitzek@asklepios.com





Foto: Kirsten Petersen

MENSCHLICH

MEDIZINISCH

NAH

ORTHOPÄDIE UND CHIRURGIE · GERIATRIE · INNERE MEDIZIN · EPILEPSIEZENTRUM
RADIOLOGIE · PSYCHIATRIE UND PSYCHOTHERAPIE · KINDER- UND JUGENDPSYCHIATRIE

Gelenkersatz an Hüfte oder Knie, um wieder mobil und selbstständig zu leben. Wir unterstützen Sie dabei: Mit persönlicher Beratung und individueller medizinischer Behandlung. Wir bieten Ihnen minimalinvasive Endoprothetik, mit der Sie schneller wieder auf die Beine kommen.

In unserer **Geriatric** mit Tagesklinik und Institutsambulanz kümmert sich ein Team aus Ärzten, Pflege und Therapeuten um Ihre Gesundheit. Wir sind ein demenzsensibles Krankenhaus. Mit Expertise und Rat sind wir für Sie und Ihre Angehörigen da.

Rufen Sie uns an. Wir beraten Sie gern!

Orthopädie und Chirurgie: 0 40.50 77 32 33

Geriatric: 0 40.50 77 39 53